DZIŚ STRONY ZDROWIA

NIEPOKOJĄCE SYGNAŁY CHOROBY

TE OBJAWY MOGĄ ZWIASTOWAĆ CHOROBĘ ALZHEIMERA

Nr ISSN 1231-8124
Nr indeksu 348-570

www.gk24.pl

Nr 209 (5967) | Nakład: 4.176 | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS DZIENNIK POMORZA KOSZALIŃSKI

74 lata

Środa, 9.09.2026

ROZMOWA
Biegły balistyk Andrzej Idzikowski: Łuska znaleziona na miejscu zbrodni nie prowadzi automatycznie do pistoletu i jego właściciela

PIENIĄDZE
Seniorzy nie żyją w luksusie Blisko 11,8 mld zł – tyle wyniosło łączne zaległe zadłużenie finansowe polskich seniorów

Relaks
Krzyżówki, prognoza pogody i co warto obejrzeć w TV

Region

Miliony na budowę odcinka S11 Bobolice - Szczecinek

GDDKiA podpisała kolejne umowy o dofinansowanie z programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko (FEnIKS). **– Str. 3**

Koszalin

Działka z Saturnem oficjalnie na sprzedaż

Działka z Domem Handlowym Saturn została wystawiona na sprzedaż. To koniec najstarszego domu handlowego w mieście. **– Str. 4**

ZUS cofnął świadczenia. Blisko 1 mln zł – tyle wyniosła łączna kwota zasiłków cofniętych w pierwszym półroczu 2026 r. **– Str. 3**

Wojskowe kolumny pojawią się na drogach. Kierowcy muszą zachować ostrożność. W regionie na drogach może pojawić się ciężki sprzęt wojskowy. **– Str. 4**



FOT. ARCHIWUM

Koszalin

Spółka Texom z Krakowa ma dokończyć budowę dworca kolejowego w Koszalinie



FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK

Jeżeli wszystko pójdzie zgodnie z planem, podróżni będą mogli korzystać z nowego dworca kolejowego na przełomie 2028 i 2029 roku

Jakub Roszkowski, PAP

W poniedziałkowe popołudnie państwowa spółka PKP SA wybrała ofertę krakowskiej spółki Texom S.A., opiewającą na kwotę 46 milionów złotych, jako najkorzystniejszą w przetargu na dokończenie budowy dworca w Koszalinie.

To była najtańsza oferta, a podstawowym kryterium wyboru nowego wykonawcy dworca była właśnie cena. Oferty w przetargu otwarto jeszcze w lipcu, teraz zapadła decyzja. Nie jest ona jednak tożsama z podpisanie umowy – to ma nastąpić jednak wkrótce.

Oferta krakowskiej firmy została wybrana przez PKP S.A. spośród trzech złożonych w przetargu na rozbiórkę i budowę nowego dworca kolejowego w Koszalinie.

Texom zobowiązał się wykonać zadanie za blisko 46 mln zł, podczas gdy Budimex chciał je realizować za 47,5 mln zł, a Przedsiębiorstwo Usług Budowalnych Leś z Żydowa zaproponował cenę 63,6 mln zł.

Spółka kolejowa na inwestycję w Koszalinie zamierzała wydać maksymalnie 46,8 mln zł.

Texom ma dokończyć budowę koszalińskiego dworca kolejowego. Pierwotnie przebudować koszaliński dworzec miała Alstal Grupa Budowlana z Bydgoszczy, która wygrała przetarg na początku 2023 r. Jej zadaniem było rozebranie starego dworca, pozostawiając jedynie dwie ściany z zabytkowym sgraffito, i budowa nowego, nowoczesnego obiektu. Inwestycja za ponad 43 mln zł miała być gotowa z końcem 2024 r.

Realizacja zadania utknęła na rozbiórce starego dworca. W lutym 2024 roku roboty zostały wstrzymane. Przyczyną, jak wskazywały już wówczas Polskie Koleje Państwowe, były ujawnione poważne błędy w dokumentacji projektowej, grożące katastrofą budowlaną. Konieczne było wykonanie nowej dokumentacji konstrukcyjnej, a przedłużające się negocjacje z wykonawcą robót budowlanych – dotyczące zakresu prac, kosztów i harmonogramu – nie przyniosły satysfakcjonującego porozumienia. W ubiegłym roku PKP podjęły decyzję o zakończeniu współpracy z bydgoską firmą i przygotowaniu nowego przetargu na dokończenie robót. W kwietniu przetarg został ogłoszony.

Za projekt nowego dworca odpowiada pracownia TBi Architekci z Gdańska wybrana w przetargu z 15 września 2020 r.

Na czas przedłużającej się inwestycji PKP m.in. w lutym br. otworzyły dodatkową, tymczasową poczekalnię zlokalizowaną naprzeciwko kas biletowych w tunelu miejskim. Poprowadzono też kontenerowe przejście przez plac budowy, by skrócić podróżnym drogę na perony. Ponadto spółka PKP Polskie Linie Kolejowe ustawiła na peronach dodatkowe przeszklone wiaty. Projekt – poprawiony – jest już zatwierdzony. Jeśli PKP podpiszą szybko umowę z nowym wykonawcą, niewykluczone, że nowy dworzec w Koszalinie będzie gotowy na przełomie 2028 i 2029 roku.

eprasa.pl c3a6e96e70

POLECAMY

JUTRO: Dla kogo czternasta emerytura z ZUS i KRUS? PIĄTEK: Tygodnik Regionów i PULS

9.09.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Piotr, Sergiusz, Aniela, Grażyna
Telefon alarmowy: 112

GP24.pl GK24.pl GS24.pl

Redaktor naczelny
Jarosław Jaz
Z-cy redaktora naczelnego
Marcin Stefanowski, Wojciech Frelichowski, Ynona Husaim-Sobecka
Wydawca
Ynona Husaim-Sobecka, Jarosław Jaz, Wojciech Frelichowski, Marcin Stefanowski, Piotr Polechoński
www.gp24.pl
www.gk24.pl
www.gs24.pl

Polska Press Makroregion Pomorze
Redakcja Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19, tel. 59 848 81 00, redakcja.gp24@polskapress.pl; Koszalin, ul. Partyzantów 17, tel. 94 347 35 52, redakcja.gk24@polskapress.pl; Szczecin, Al. Niepodległości 26/U1, tel. 91 481 33 00,redakcja.gs24@polskapress.pl,
Prezes Makroregionu Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy Ewa Żelazko
Druk Polska Press Oddział Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

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
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Elżbieta Żuraw
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

PBC

©℗ - 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.gp24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Komentarz dnia



Janusz Michalczyk: Kilka słów o kompromitacji i przyzwoitości

publicystka

W ostatnich dniach pojawiły się trzy wiadomości związane z Dolnym Śląskiem, które układają się w pewną sekwencję. Najpierw do dymisji podała się pełnomocniczka rządu i zarazem profesor wrocławskiej uczelni, odpowiedzialna za promocję kraju zagranicą, po tym jak wyszło na jaw, że wart 200 tys. zł raport „Polaków portret własny" stworzono pod jej kierunkiem z pomocą sztucznej inteligencji - roił się od głupich błędów i koślawych zdań. Potem z funkcji komendanta-rektora wrocławskiej szkoły wojskowej zrezygnował zasłużony generał - w tle jest m.in. tuszowanie wybryków dziekana. Następnie odwołano miejskiego komendanta policji w Jeleniej Górze, który wdał się w bójkę na stacji benzynowej w ostatnim dniu obowiązywania rządowych cen paliwa.

Nie zamierzam tych zdarzeń wrzucać do jednego worka, lecz mam nieodparte wrażenie, że mówimy niejako o tym samym. Na myśl przychodzi słowo: kompromitacja. Każda z tych osób cieszyła się do niedawna szacunkiem, robiła karierę, pełniła ważne stanowisko. Co się takiego stało, że mówimy o upadku? Pozwolę sobie zaryzykować tezę, że chodzi o poczucie bezkarności i lekkomyślność, charakterystyczne dla sprawujących jakąś formę władzy. Czyli nic nowego pod słońcem, tyle że w dobie internetu bardzo poszerzyła się przestrzeń jawności i różne przewiny wychodzą na jaw dużo szybciej niż kiedyś.

Daleki jestem od piętnowania kogokolwiek, zwłaszcza jeśli dorobek zawodowy budzi respekt. Być może jednak warto by odkurzyć w życiu publicznym takie wartości jak przyzwoitość czy pokora. Przy okazji różnych uroczystości przywołujemy honor, mówimy o służbie ojczyźnie, ale kto na co dzień odnosi je do siebie?

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
„Głos Pomorza"
„Głos Koszaliński"
„Głos Szczeciński"

tel. 94 340 11 14
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gp24.pl

POGODA

dziś
23°C/14°C

jutro
20°C/12°C

ROZMOWA

Biegły balistyk: to nie serial CSI; łuska nie prowadzi po sznurku do strzelca

Mira Suchodolska (PAP)

Łuska znaleziona na miejscu zbrodni nie prowadzi automatycznie do pistoletu i jego właściciela. To nie jest serial CSI – mówi biegły Andrzej Idzikowski. Wyjaśnił, po co policyjnym laboratoriom przejęta broń i dlaczego sprawnych egzemplarzy nie wysyłałby do przetopienia w hucie.



FOT. ACADEMY24.PL

Andrzej Idzikowski: jeżeli broń została legalnie wprowadzona do obrotu, istnieją numery, można odtworzyć jego historię.

MSWiA chce zmienić przepisy dotyczące broni przejętej przez Skarb Państwa. Dziś, jeśli nie trafia ona do muzeum, może zostać zniszczona. Po zmianie będzie można przekazywać ją policyjnym laboratoriom kryminalistycznym. Po co laboratorium taka broń?

Jako miłośnik broni palnej jestem przeciwnikiem niszczenia sprawnych egzemplarzy. Jeżeli mamy do czynienia z kompletnym destruktem, kawałkiem broni wykopanym po 80 latach z ziemi, którego nie chce ani muzeum, ani kolekcjoner, jestem w stanie to zrozumieć. Natomiast sprawny egzemplarz szkoda wysyłać do huty. Jeśli chodzi o laboratoria kryminalistyczne, zmiana jest jak najbardziej zasadna. Szczególnie cenne mogą być egzemplarze nietypowe, rzadkie, ale również broń przerabiana. Dla eksperta interesująca jest nie tylko fabryczna konstrukcja, lecz także to, co zrobił z nią później użytkownik. Pomysłowość ludzi w tej dziedzinie potrafi być naprawdę duża.

W projekcie jest mowa o zbiorach wzorców broni i amunicji. Co można dzięki nim ustalić?

Jeżeli zabezpieczamy broń, która została użyta do popełnienia przestępstwa, trzeba zbadać, czy to właśnie z niej oddano strzał, porównać ją z zabezpieczonymi pociskami i łuskami, zebrać ślady. Ale zbiory wzorców pozwalają również ekspertom poznawać różne konstrukcje, rozwiązania techniczne i przeróbki spotykane w nielegalnej broni. Nie zawsze mamy do czynienia z pistoletem czy karabinem dokładnie takim, jaki wyszedł z fabryki.

Co właściwie można przerobić w broni?

Bardzo dużo, zależnie od konstrukcji i od tego, jaki efekt ktoś chce osiągnąć. W latach 90. spotykaliśmy się na przykład z przerabianiem broni gazowej na broń zdolną strzelać amunicją bojową do broni palnej, nawet dziewięciomilimetrową.

Gazówkę naprawdę można przerobić w ten sposób?

Można. Wokół broni palnej narosło trochę mitologii, bo kiedy patrzymy na współczesny pistolet, widzimy precyzyjne, dość skomplikowane urządzenie. Ale trzeba pamiętać, że broń od setek lat wytwarza człowiek, często ślusarz. Dzisiaj robią to przede wszystkim maszyny, ale podstawą jest obróbka metalu. Rusznikarz doskonale zna konstrukcję broni i potrafi obrabiać metal. Dysponując odpowiednią wiedzą i narzędziami, nawet w warunkach domowych można wykonać urządzenie zdolne do oddania strzału.

Często słyszymy, że każda broń pozostawia na pocisku i łusce własny „odcisk palca". To rzeczywiście działa aż tak precyzyjnie?

Określenie „odcisk palca" jest uproszczeniem, ale rzeczywiście możemy badać cały zespół charakterystycznych śladów pozostawianych przez konkretny egzemplarz. Pocisk przechodzący przez przewód lufy styka się z jej powierzchnią i powstają na nim ślady, które w określonych warunkach pozwalają przypisać go do konkretnej broni. Ślady pozostają również na łusce. Trzeba jednak pamiętać, że broń się zużywa. Metal pracuje, powierzchnie trą o siebie, poszczególne elementy się ścierają. Przy intensywnym strzelaniu, niewłaściwej konserwacji czy przechowywaniu charakterystyka części śladów może się z czasem zmieniać.

Załóżmy, że legalnie kupuję nowy pistolet. Czy przed sprzedażą ktoś go przestrzeliwuje i zachowuje łuski, żeby w razie przestępstwa można było po nich dojść do właściciela?

rzez 60 lat funkcjonował w Polsce system Arsenał. Z każdego egzemplarza broni palnej legalnie wprowadzanego do obrotu – zarówno służbowej, jak i prywatnej – zabezpieczano po trzy odstrzelone łuski. Były przechowywane jako materiał porównawczy.

Czyli moje wyobrażenie, że policja znajduje łuskę i już niemal po sznureczku dochodzi do konkretnego pistoletu i jego właściciela, jest trochę z serialu „CSI"?

Zdecydowanie. W „CSI" w ciągu 45 minut znajdujemy ślad, badamy go, identyfikujemy broń, ustalamy sprawcę i jeszcze zdążymy go zatrzymać przed napisami końcowymi. W rzeczywistości trwa to znacznie dłużej, a czasami po prostu się nie udaje.

eprasa.pl c3a6e96e70

REGION

ZUS cofnął świadczenia na blisko milion złotych

Joanna Boroń

Blisko 1 mln zł – tyle wyniosła łączna kwota zasiłków cofniętych w pierwszym półroczu 2026 roku w wyniku kontroli prowadzonych przez zachodniopomorskie oddziały Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

– W tych dwóch kwartałach kontrolę prawidłowego wykorzystania zasiłków przeprowadzono u 808 osób Zachodniopomorskiego – zdradza Karol Jagielski, rzecznik prasowy oddziału. Przesłanki do kontroli są różne: – Typujemy we własnym zakresie, ale też otrzymujemy informacje np. od pracodawców. Należy jednak pamiętać, że sama informacja z zewnątrz nie powoduje z automatu kontroli. Najpierw musimy sprawdzić, uprawdopodobnić przesłanki do kontroli.

Zakład Ubezpieczeń Społecznych może kontrolować zwolnienia lekarskie na dwa sposoby. Pierwszy dotyczy prawidłowości orzeczenia o czasowej niezdolności do pracy. W takim przypadku lekarz orzecznik ZUS ocenia, czy stan zdrowia ubezpieczonego rzeczywiście uzasadnia dalszą nieobecność w pracy. Drugi rodzaj kontroli dotyczy sposobu wykorzystywania zwolnienia. Sprawdzane jest wówczas, czy osoba przebywająca na L4 nie wykonuje pracy zarobkowej albo nie podejmuje aktywności niezgodnej z celem zwolnienia.

Od 13 kwietnia tego roku obowiązują zmienione przepisy, które precyzują m.in. przesłanki utraty prawa do zasiłku oraz zasady przeprowadzania takich kontroli. Prawo do świadczenia za cały okres zwolnienia może zostać utracone m.in. wtedy, gdy osoba w czasie orzeczonej niezdolności wykonuje pracę zarobkową albo podejmuje aktywność niezgodną z celem zwolnienia.



FOT. GDDKiA

Według obecnych zapowiedzi kierowcy mają pojechać po S11 z Bobolic do Szczecinka do końca tego roku

Jak wynika z danych przekazanych przez Karola Jagielskiego, w pierwszym półroczu tego roku w wyniku kontroli prawidłowości orzekania o czasowej niezdolności do pracy Oddział ZUS w Koszalinie wydał 79 decyzji o braku prawa do zasiłku wobec badanych osób uznanych za zdolne do pracy. Kwota cofniętych z tego powodu zasiłków wyniosła 83,1 tys. zł.

W Oddziale ZUS w Szczecinie takich decyzji było 52, a kwota cofniętych zasiłków sięgnęła 48,7 tys. zł.

Łącznie oba zachodniopomorskie oddziały wydały więc 131 decyzji dotyczących osób uznanych w wyniku badania za zdolne do pracy, a zakwestionowane świadczenia miały wartość 131,8 tys. zł.

Znacznie większe kwoty ZUS zakwestionował podczas kontroli tego, w jaki sposób ubezpieczeni korzystali ze zwolnień lekarskich. Na terenie działania koszalińskiego oddziału ZUS prawa do zasiłku pozbawiono 51 osób. Wartość cofniętych im świadczeń wyniosła około 87 tys. zł.

Jeszcze wyraźniejsze są dane ze Szczecina. W pierwszych sześciu miesiącach 2026 roku szczeciński oddział ZUS pozbawił prawa do zasiłku 209 osób, a kwota cofniętych świadczeń osiągnęła aż 758,5 tys. zł.

Oznacza to, że w obu oddziałach wskutek kontroli wykorzystywania zwolnień 260 osób straciło prawo do zasiłku, a łączna kwota cofniętych świadczeń wyniosła 845,5 tys. zł.

Po zsumowaniu obu rodzajów kontroli – prawidłowości orzekania oraz sposobu wykorzystywania zwolnień – kwota zakwestionowanych zasiłków w oddziałach ZUS w Szczecinie i Koszalinie wyniosła w pierwszym półroczu 977,3 tys. zł.

W całej Polsce ZUS przeprowadził prawie 220 tys. kontroli.

W pierwszym półroczu 2026 roku Zakład przeprowadził 219,7 tys. kontroli osób posiadających zaświadczenia o czasowej niezdolności do pracy. W ich następstwie wydano 10,5 tys. decyzji wstrzymujących dalszą wypłatę zasiłków chorobowych. Wartość wstrzymanych z tego tytułu świadczeń wyniosła 18,55 mln zł.

Łączna kwota świadczeń pieniężnych z ubezpieczenia społecznego obniżonych i cofniętych przez ZUS w pierwszych sześciu miesiącach roku była jednak znacznie wyższa – wyniosła 162,2 mln zł. Do tej wartości ZUS zalicza również m.in. skutki ograniczenia podstawy wymiaru zasiłku chorobowego i świadczenia rehabilitacyjnego po ustaniu tytułu ubezpieczenia.

INWESTYCJE

Setki milionów na budowę odcinka S11 Bobolice – Szczecinek

Natalia Sobierajska

Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad podpisała kolejne umowy o dofinansowanie z Programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko (FEnIKS).

Jedna z umów dotyczyła dofinansowania dla budowy S11 Bobolice – Szczecinek. Łączna wartość unijnego wsparcia z tego programu wynosi obecnie 16,3 mld zł.

Odcinek drogi ekspresowej S11 Bobolice – Szczecinek jeszcze w tym roku połączy istniejącą obwodnicę Szczecinka z odcinkiem S11 prowadzącym do S6 na wysokości Koszalina. Całkowita wartość projektu wynosi 1,4 mld zł, wydatki kwalifikowane to prawie 811 mln zł, a wsparcie UE to 689 mln zł.

W ramach inwestycji powstanie droga ekspresowa o długości ponad 24 km. GDDKiA zbuduje też dwa węzły drogowe (Wierzchowo i Szczecinek Północ) oraz parę Miejsc Obsługi Podróżnych Wierzchowo. Powstaną obiekty inżynierskie (m.in. mosty, wiadukty, kładki, przepusty), drogi dojazdowe i ekrany akustyczne.

Wsparcie obejmie w sumie 30 projektów drogowych i będzie wynosić łącznie około 18 mld zł. Kolejne projekty drogowe są w trakcie oceny lub przygotowywana jest dla nich dokumentacja aplikacyjna w celu pozyskania unijnego dofinansowania.


FOT. GDDKiA

Budowa drogi ekspresowej S11 Bobolice – Szczecinek

KOSZALIN

Lotnicze Pogotowie Ratunkowe w Koszalinie zakończyło sezon

Joanna Boroń

Załoga Lotniczego Pogotowia Ratunkowego z koszalińskiej bazy zakończyła tegoroczny sezon.

W ciągu trzech miesięcy śmigłowiec był wzywany do 196 zdarzeń, a pomocy udzielono łącznie 136 pacjentom.

Najczęściej dyspozytorzy medyczni kierowali załogę HEMS do pacjentów, u których doszło do nagłego zatrzymania krążenia. Takich interwencji było 30.

To może być jeden z ostatnich sezonów LPR, baza HEMS ma zostać bowiem przekształcona w bazę całoroczną. Docelowa siedziba powstanie już w Koszalinie – na terenie byłej strzelnicy wojskowej. Trwają prace nad projektem jej nowej siedziby.


FOT. MARCIN STEFANOWSKI

Sezonowa baza LPR w Zegrzu Pomorskim koło Koszalina zakończyła swój dyżur 5 września 2026 roku

AUTOPROMOCJA

GŁOS KOSZALIŃSKI

Czwartek z dreszczykiem

gk24.pl

REKLAMA 0011579977

Zarząd Powiatu w Białogardzie

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Białogardzie został wywieszony wykaz nieruchomości stanowiących własność Powiatu Białogardzkiego przeznaczonych do oddania: w użyczenie na czas nieoznaczony w trybie bezprzetargowym – działka nr 219/17, pow. 0,0709 ha, obręb ewidencyjny 0011 m. Białogard oraz w użyczenie na czas oznaczony w trybie bezprzetargowym – działki nr 1, 3/2, 7 o łącznej pow. 6,0131 ha, obręb ewidencyjny 0010 m. Białogard, działki nr 342/2, 342/8 o łącznej pow. 0,3209 ha i nr 342/6 w udziale 567/1000 o pow. 0,0819 ha, obręb ewidencyjny 0006 m. Białogard.

eprasa.pl c3a6e96e70

KOSZALIN

Działka z Saturnem oficjalnie na sprzedaż. To koniec pewnej epoki w Koszalinie

Piotr Polechoński

Działka z Domem Handlowym Saturn została wystawiona na sprzedaż. Uruchomiona została też procedura dobrowolnej likwidacji Powszechnej Spółdzielni Spożywców „Pionier", która jest właścicielem najstarszego domu handlowego w mieście.



FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK

Wystawiona na sprzedaż działka z Saturnem ma powierzchnię 3 tysięcy metrów kwadratowych

O takich planach i zamiarach informowaliśmy już na początku lipca. Teraz zapadły kluczowe decyzje. W trakcie ostatniego Nadzwyczajnego Walnego Zgromadzenia Członków PSS „Pionier" zostały podjęte dwie uchwały: jedna o sprzedaży działki, na której stoi Saturn, a druga o dobrowolnej likwidacji samej spółdzielni (ta została założona 22 czerwca 1945 roku).

W najbliższych dniach na murach Saturna zawiśnie baner z informacją o sprzedaży. – W sklepie trwa wielka wyprzedaż resztek towarów. Wkrótce specjalnie powołana komisja wyceni cały sprzęt, urządzenia i akcesoria, które były wykorzystywane w trakcie funkcjonowania sklepu. To wszystko też będzie można za jakiś czas kupić – mówi Maria Kacprzyńska, prezes PSS „Pionier". Co zadecydowało o uruchomieniu procedury likwidacyjnej? – Kwestie finansowe i handlowe, czyli realia, w jakich przyszło nam funkcjonować – zadradza pani prezes.

Za jaką kwotę będzie można kupić działkę wraz z Saturnem? Tego prezes zdradzić nie chce. – To jest objęte tajemnicą. Zgodnie z przepisami mogą ją znać sprzedający oraz podmiot zainteresowany zakupem – wyjaśnia Maria Kacprzyńska.

Dla mieszkańców Koszalina oznacza to jedno: koniec pewnej epoki. Dom Handlowy Saturn do użytku został oddany 28 września 1965 roku i trwale wpisał się w miejski krajobraz. Nietypowa, nowoczesna bryła budynku według projektu warszawskich architektów zdominowała na lata centrum Koszalina. W asortymencie spółdzielczego domu handlowego były ubrania, bielizna, obuwie oraz tzw. dział 1001 drobiazgów. Można się tam było zaopatrzyć we wszystkie najpotrzebniejsze rzeczy. Koszalinianie ustawiali się w długich kolejkach po towary powszechnego użytku oraz dobra luksusowe.

Przez sześć dekad Saturn dla kilku pokoleń mieszkańców miasta stał się symbolem Koszalina. Czy teraz – jeśli nowy właściciel będzie miał takie plany – będzie on mógł wyburzyć ten charakterystyczny budynek? Tutaj sprawa jest niejednoznaczna. Aktualnie Saturn nie jest wpisany do rejestru zabytków, a konserwator nie zamierza wszczynać procedury wpisu, inwestor nie będzie więc związany ograniczeniami wynikającymi z tej formy ochrony.

KOSZALIN

Frekwencyjny sukces wystawy. Będzie mieć stały charakter

Piotr Polechoński

Wystawa „1945. Koniec i początek. 80 lat polskiego Koszalina" to prawdziwy, wystawienniczy hit w koszalińskim Muzeum. Przez rok czasu zwiedziło ją ponad 8 tysięcy osób.

Jej tymczasowy charakter został zastąpiony statusem ekspozycji stałej. - Nie mogliśmy postąpić inaczej, mieliśmy bardzo dużo próśb, aby jej nie zamykać. Poruszyła ona bardzo szczególną nutę tożsamościową, ważną dla mieszkańców - podkreśla Joanna Chojecka, dyrektor koszalińskiej placówki.

Wystawa została uroczyście otwarta 17 maja 2025 roku, podczas ubiegłorocznej Nocy Muzeów.

Powstała jako jeden z punktów programu, który został przygotowany, aby uczcić w mieście osiem dekad narodzin i rozwoju polskiej rzeczywistości w Koszalinie.

Przygotowana ekspozycja poświęcona jest pierwszym, powojennym latom Koszalina i ukazuje kluczowy moment w dziejach miasta: gdy zaczęto budować nową, polską rzeczywistość. Zaprezentowana tutaj opowieść zaczyna się w chwili wkroczenia do miasta żołnierzy sowieckich i ukazuje proces napływ pierwszych osadników oraz narodziny nowej lokalnej wspólnoty.

Od początku nie było też tajemnicą, że będzie miała ona charakter czasowy. Wystawa miała zostać zamknięta wraz z końcem sierpnia tego roku. Ale tak się nie stało, zdecydowano się na inny scenariusz: od pierwszego września wystawa „1945. Koniec i początek. 80 lat polskiego Koszalina" zmieniła swój status na charakter stały, stając się jednocześnie jedną z najważniejszych ekspozycji w koszalińskiej placówce.

REGION

Wojskowe kolumny pojawią się na drogach. Pilny komunikat od polskiej armii

Natalia Sobierajska

Na drogach pojawią się kolumny sprzętu wojskowego – to za sprawą ćwiczeń. Dowództwo Generalne podkreśliło, że ze względu na wzmożony ruch wojsk kierowcy powinni zachować szczególną ostrożność.



FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK

Kierowcy pojazdów osobowych mają zakaz wjeżdżania między pojazdy wojskowe jadące w kolumnie

Od 14 do 24 września na terenie województw lubuskiego, pomorskiego i zachodniopomorskiego, a także na morzu i w przestrzeni powietrznej całego kraju, odbędą się ćwiczenia „Czarny Obrońca '26" – poinformowało Dowództwo Generalne RSZ. Od 7 września ruch wojsk na drogach już jest wzmożony.

„Głównym ćwiczącym jest 11 Dywizja Kawalerii Pancernej. Federacja ćwiczeń obejmie działania w powietrzu, na lądzie i morzu. Wezmą w nich udział żołnierze Wojsk Lądowych, Sił Powietrznych oraz Marynarki Wojennej" – poinformowało Dowództwo Generalne Rodzajów Sił Zbrojnych w komunikacie.

W przypadku zasad dla kierowców cywilnych Dowództwo Generalne przekazało, że wyprzedzanie kolumn jest dozwolone, „ale musi być wykonane płynnie i bez przerwy". Bezwzględnie zabrania się wjeżdżania między pojazdy jadące w kolumnie. Należy również zachować bezpieczny odstęp od pojazdów wojskowych oraz stosować się do poleceń służb.

„Prosimy o niepublikowanie zdjęć, nagrań, lokalizacji ani tras przejazdu wojsk. Apelujemy o nieudostępnianie informacji w czasie rzeczywistym" – dodano w komunikacie Dowództwa Generalnego.

eprasa.pl c3a6e96e70

PIENIĄDZE

Seniorzy nie żyją w luksusie. Pożyczają na codzienne życie

Agnieszka Domka-Rybka

Blisko 11,8 mld zł – tyle wyniosło łączne zaległe zadłużenie finansowe polskich seniorów na koniec kwietnia 2026 roku. Problemy finansowe osób 65 plus stają się zjawiskiem masowym – oto smutny wniosek z analiz BIG InfoMonitor i BIK.



FOT. LUCYNA NEONOW

Z zaległymi długami pozakredytowymi i kredytowymi zmaga się obecnie w kraju ponad 345,5 tysiąca osób w wieku 65 plus

Ponad 345,5 tys. osób 65 plus w kraju zmaga się obecnie z zaległymi długami pozakredytowymi i kredytowymi; w naszym regionie – 22 652. Przeszło 15,7 mln zł to zaś łączna kwota prób wyłudzeń na skradzioną tożsamość w grupie wiekowej 65+ w ostatnich 12 miesiącach.

Według danych BIK od kwietnia 2025 do kwietnia 2026 roku 1109 osób w wieku powyżej 65. roku życia było na celowniku oszustów. Seniorzy byli narażeni na utratę łącznie ponad 15,7 mln zł w wyniku różnego rodzaju wyłudzeń – to średnio ponad 43 tys. zł dziennie.

– Oszuści nie tylko czyszczą konta seniorów za pomocą manipulacji i socjotechnik, ale coraz częściej zaciągają w ich imieniu gigantyczne zobowiązania kredytowe za pomocą danych ze skradzionych dowodów osobistych czy wyłudzonych danych uwierzytelniających – komentuje Paweł Szarkowski, prezes BIG InfoMonitor.

Wielomilionowe kwoty, które oszuści próbują wyłudzić od seniorów, mogą się nakładać na ich już istniejące zaległości wobec banków i dostawców usług.

Na koniec kwietnia br. łączna wartość ich zaległych zobowiązań pozakredytowych i kredytowych gromadzonych w bazach BIG InfoMonitor i BIK wyniosła niemal 11,8 mld zł i dotyczyła ponad 345,5 tys. osób.

Zaległości kredytowe stanowią 7,43 mld zł, zaś zobowiązania pozakredytowe – czyli zaległe opłaty za media, czynsz, telefon czy alimenty – to 4,36 mld zł.

Średnie zadłużenie przypadające na jednego seniora wynosi obecnie 34 132 zł.

Okazuje się, że ponad 70 procent zobowiązań pozakredytowych stanowią stosunkowo niewielkie kwoty, nieprzekraczające 5 tys. zł.

– Najstarsi Polacy rzadko wpadają w kłopoty przez luksusowe życie. Wyzwaniem są dla nich często nawet podstawowe koszty egzystencji: czynsz czy rachunki za media i telefon, gdzie średnia zaległość to 2185 zł. Często w problemy finansowe wpędzają ich naciągacze sprzedający drogie garnki, pościel czy fikcyjne abonamenty – tłumaczy dr hab. Waldemar Rogowski, główny analityk BIG InfoMonitor.

W statystykach widać też wyraźną różnicę ze względu na płeć. Choć liczba dłużników i dłużniczek w wieku 65+ jest zbliżona (179 tys. mężczyzn do 165 tys. kobiet), to panowie generują znacznie wyższe kwoty zaległości.

Ich niespłacone w terminie zobowiązania kredytowe i pozakredytowe stanowią ponad 7,29 mld zł całkowitego długu seniorów.

Bezpieczeństwo finansowe najstarszych Polaków musi wykraczać poza teorię. Kluczowe staje się realne, międzypokoleniowe wsparcie w codziennym życiu. Ponieważ cyfrowy świat bywa dla seniorów labiryntem, a oszuści działają coraz bezwzględniej, młodsi członkowie rodzin również powinni przejąć rolę ich technologicznych przewodników i opiekunów.

Nowoczesne systemy prewencyjne umożliwiają dziś bliskim zdalną ochronę starszego pokolenia.

Dzięki takim rozwiązaniom takim jak Alerty BIK czy Oferta Rodzinna BIK rodzina może otrzymywać natychmiastowe powiadomienia o nietypowych operacjach lub próbach wykorzystania danych osobowych seniora. Pozwala to szybko wykryć i zablokować próbę wyłudzenia na skradzioną tożsamość, zanim przestępcy wpędzą starszą osobę w finansowe kłopoty. ©℗

AUTOREKLAMA 0411573014

2026 naszeDOBRE Z POMORZA ZACHODNIEGO

Zdobądź tytuł **najlepszej marki** z Pomorza Zachodniego

Nie czekaj, dowiedz się więcej!
Monika Burchardt, tel. 500 324 451, e-mail: monika.burchardt@polskapress.pl
www.gs24.pl/naszedobre



ORGANIZATOR: GS24.pl GK24.pl
PARTNER GŁÓWNY: Pomorska Agencja Rozwoju Regionalnego; Słupski Inkubator Technologiczny; Słupska Specjalna Strefa Ekonomiczna
PARTNER PLEBISCYTU: GALAXY
PARTNERZY KATEGORII: Manhattan; MAGRA SP. Z O.O.; CSL
PARTNER LOKALIZACYJNY: COURTYARD BY MARRIOTT Szczecin City

DOŁĄCZYLI DO NAS:
HAHS KLINIKA; ORTOFACH.PL; INFORMATYK KASY FISKALNE; Piekarnia na żywym zakwasie; PARK TECHNOLOGICZNY SA; HOTEL GLAR; WOJOMIR; SŁOWIANIN; PLAYPARK; HOTEL SKAL; Julia Acman; CE-dent; Saranti Men's Style; JASSA; KZN ZACHODNIOPOMORSKIE; Prisma consulting; Amber pensjonat & restauracja; ŻURAW ADWOKACI; ACTA NOVA; CARO DEVELOPMENT; MASTER TECH PROJEKT; FINANSOWE SZYCIE; CANAL+; innigo; LUXURY FLOOR; MRE MACTEL; DM CLINIC; RECA SOLAR; STOMATOLOGIA CHROBREGO; GTA GLASS; wildweb; WŁADCA KOSTKI; AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH; bokaro; Gmina Będzino; Czas Relaksu; ANDRYKOWSKA-SKIBA; Sellhorn; OLIMEDICA; Sango.; SIDWELD; ZEROMUR; DROBIMEX; Perspectives; OdNowa; MAKDOM; HOTEL LAMBERT; Felmax; AQUA; MRÓWKA SŁAWNO; PISIECKI; KIGAR

eprasa.pl c3a6e96e70

FOKUS

• **1 152 700 cudzoziemców** z ponad 150 państw pracowało w Polsce na koniec marca tego roku – podał GUS

POLITYKA

„Widać panikę" - Donald Tusk o projekcie prezydenta ws. kryptoaktywów

– W prezydenckim pałacu coraz bardziej widać panikę – ocenił premier Donald Tusk, odnosząc się do informacji o prezydenckim projekcie w sprawie kryptoaktywów

oprac. Karolina Wrońska



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

Rząd trzykrotnie przedstawiał przepisy w sprawie kryptoaktywów, a prezydent Karol Nawrocki trzykrotnie je wetował

Szef Kancelarii Prezydenta Zbigniew Bogucki poinformował, że we wtorek rano w Sejmie został złożony drugi prezydencki projekt ustawy o rynku kryptoaktywów.

Bogucki podkreślił, że potrzebna jest ustawa o rynku kryptoaktywów. – Sensowna, roztropna, umiarkowana, konsensualna regulacja rynku kryptoaktywów i taki projekt prezydent przedkłada po to, aby ten rynek mógł funkcjonować w Polsce, ale pod odpowiednim nadzorem – podkreślił Bogucki.

Jak poinformował, „projekt wraz z uzasadnieniem fizycznie jest już w Sejmie". – Prezydent oczekiwałby, żeby – zgodnie z tym, co deklarują rządzący – zająć się tym na najbliższym posiedzeniu Sejmu – powiedział.

Według szefa prezydenckiej kancelarii projekt stanowi „próbę rozwiązania tego jałowego sporu" wokół uregulowania kwestii kryptowalut. Jak dodał, wśród głównych założeń projektu jest mechanizm ostrzeżeń w postaci obowiązkowych komunikatów przed wpłatą dla chcących zainwestować na rynku kryptoaktywów oraz kontrola sądowa przedłużania blokady rachunku.

Zaznaczył, że „fundamentem" dla tego projektu jest trzecia rządowa ustawa o regulacji rynku kryptoaktywów. – Mamy do czynienia z sytuacją, w której można tę sprawę kompromisowo rozwiązać. Potrzebna jest minimalna, dosłownie minimalna dobra wola po stronie rządzących – powiedział szef KPRP.

Tusk odpowiada Boguckiemu

– W prezydenckim pałacu coraz bardziej widać panikę – ocenił premier Donald Tusk, odnosząc się do informacji szefa prezydenckiej kancelarii o złożeniu nowego projektu ws. rynku kryptoaktywów.

– Na początku kilka słów prawdy o tym, co działo się i dzieje wokół ustawy o kryptowalutach. Dzisiaj usłyszeliśmy, że z pałacu prezydenckiego, gdzie coraz wyraźniej widać panikę, wychodzi kolejna propozycja, która według słów ministra Boguckiego jest bliźniaczo podobna do tej poprzedniej prezydenckiej propozycji – powiedział Tusk przed wtorkowym posiedzeniem rządu.

Premier zauważył, że według słów ministra Boguckiego nowy projekt jest bliźniaczo podobny do poprzedniej prezydenckiej propozycji.

Przypomniał, że podczas procedowania pierwszego rządowego projektu wpłynęła poprawka, którą „poprzez Związek Banków Polskich forsowała Zondacrypto".

– Proponowaliśmy, aby państwo mogło blokować strony internetowe, których funkcjonowanie narażało na straty i szkody obywateli. Przyszła poprawka, podpisana przez pana ministra Boguckiego (...), która powołując się na prawa i wolności konstytucyjne, próbowała wyrzucić de facto ten artykuł, tak go zmienić, aby państwo nie mogło blokować stron internetowych, których aktywność narażała na straty obywateli polskich – ocenił Tusk.

Zdaniem premiera argument opozycji, która wskazywała, że rządowa ustawa jest za długa i dlatego warto było ją blokować, był „kolejną groteskową próbą zablokowania za wszelką cenę tych przepisów, które dawały szanse państwu polskiemu na skontrolowanie i nadzór nad takimi przedsięwzięciami jak Zondacrypto". – Projekt rządowy – 106 stron i 168 artykułów, projekt autoryzowany przez prezydenta Nawrockiego – 108 stron i 170 artykułów – powiedział Tusk przed posiedzeniem rządu. **PAP**

WARSZAWA

Wątpliwości prezydenta ws. Macieja Berka

oprac. Karolina Wrońska

Szef Kancelarii Prezydenta Zbigniew Bogucki stwierdził, że kandydatura Macieja Berka na sędziego Trybunału Konstytucyjnego budzi poważne wątpliwości formalne związane ze stażem pracy.

Jak mówił Bogucki, wątpliwości budzi nie wpis na listę radców prawnych, ale faktyczne „wykonywanie" tego zawodu. Powtórzył, że choćby aplikujący do sądu powszechnego radca prawny „musi wykazać dokumentami, że wykonywał faktycznie, realnie ten zawód" i „nie wystarczy przedłożenie zaświadczenia od dziekana swojej Izby czy swojej Rady, że był wpisany przez odpowiedni okres na listę radców prawnych".

Pytany, kiedy będzie można poznać decyzję prezydenta, podał, że „to jest uzależnione od współpracy i odpowiedzi" na pisma, które zostaną wysłane z KPRP. – Tak jak już mówiłem, te pisma są przygotowywane – podkreślił Bogucki. **PAP**

WARSZAWA

Andrzej Poczobut przekroczył granicę z Białorusią

oprac. Grzegorz Kuczyński

Andrzej Poczobut przekroczył we wtorek w Bobrownikach polską granicę w kierunku Białorusi – dowiedziała się PAP w źródłach zbliżonych do polskich służb.

Po zwolnieniu w kwietniu br. – w ramach zorganizowanej głównie przez USA wymiany więźniów z Rosją i Białorusią – Poczobut niejednokrotnie zapowiadał swój powrót na Białoruś. Bezpośrednio po uwolnieniu mówił, że przed powrotem chce mieć pewność, że jego stan zdrowia jest dobry. Później deklarował, że we wrześniu wróci do kraju, mimo świadomości konsekwencji.

– Jadę wspierać działalność Związku Polaków na Białorusi. Ci ludzie potrzebują mojej obecności, kiedy rozmawiamy, to pytają, kiedy już przyjadę – powiedział pod koniec sierpnia podczas spotkania Campus Polska Przyszłości w Olsztynie.

Według informacji PAP zbliżonych do polskich służb Poczobutowi towarzyszy kobieta.

KRÓTKO

Lublin

Nowa wieża kontroli lotów na lubelskim lotnisku

Za ponad 20 mln zł wybudowana zostanie nowa wieża kontroli lotów w Porcie Lotniczym Lublin – poinformowała we wtorek Polska Agencja Żeglugi Powietrznej. Koszt budowy wieży wyniesie ponad 20 mln zł. Zakończenie robót budowlanych przewidziano w połowie 2027 r., zaś wyposażenie w systemy operacyjne na przełomie 2027 i 2028 roku. Nowa wieża kontroli ruchu ma zostać oddana do użytku w 2028 r.

Warszawa

Co czwarty Polak nie ma żadnych oszczędności

Jedna czwarta Polaków nie posiada żadnych oszczędności, a 34 proc. osób mających finansową poduszkę musiało w ciągu ostatniego roku sięgnąć po zgromadzone środki. Z badania VeloBanku wynika jednocześnie, że 14 proc. respondentów odłożyło ponad 100 tys. zł. Większość oszczędzających gromadzi pieniądze przede wszystkim na nieprzewidziane wydatki.

Rzeszów

Ruszyła budowa Centrum Medycyny Dziecięcej

Sześć klinik pediatrycznych, 195 łóżek, dziecięcy SOR, 24 poradnie i zaplecze do kształcenia lekarzy znajdą się w Podkarpackim Centrum Medycyny Dziecięcej w Rzeszowie. We wtorek rozpoczęto budowę wartego ponad 763 mln zł szpitala. – Podkarpackie Centrum Medycyny Dziecięcej to znacznie więcej niż nowy budynek. To przede wszystkim szansa na zapewnienie dzieciom dostępu do wysokospecjalistycznej opieki medycznej blisko domu, tu, na Podkarpaciu – powiedziała dyrektor KSW nr 2 Barbara Rogowska.



FOT. DARIUSZ BLOCH

Bierzemy na siebie pełną odpowiedzialność jako rząd Rzeczpospolitej, jako większość parlamentarna za budowę silnej i bezpiecznej Polski

WŁADYSŁAW KOSINIAK-KAMYSZ
minister obrony narodowej

eprasa.pl c3a6e96e70

FINLANDIA

Finlandia odgrodziła się od Rosji. Bariera na granicy kosztowała 356 mln euro

Grzegorz Kuczyński

Finlandia zakończyła budowę 200-kilometrowego ogrodzenia na wybranych odcinkach granicy z Rosją. Całkowity koszt projektu wyniósł 356 mln euro, a jego roczne utrzymanie będzie kosztowało 1,5 mln euro.

Ogrodzenie stanowi metalowa konstrukcja siatkowa wyposażona w kamery monitorujące, latarnie i głośniki, a wzdłuż niego przebiega droga dla patroli. Kompleks obejmuje kilka odcinków granicy: 140 km przypada na Karelię Południową i Kymenlaakso, kolejne 35 km na Karelię Północną, a 25 km na Kajnuu, Koillismaa i Laponię. Ogrodzenie zbudowano w celu zapobiegania nielegalnemu przekraczaniu granicy.

Bałtycka Linia Obrony

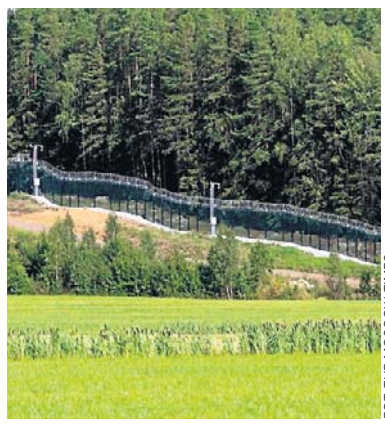
Również inne kraje NATO zajmują się wzmacnianiem granic. Kraje bałtyckie budują Baltic Defence Line – system przeszkód przeciwpancernych, okopów, bunkrów i innych obiektów obronnych wzdłuż granic z Rosją i Białorusią.

Estonia zbudowała już 110 km z 135 km planowanych umocnień, a pozostałe 25 km ma być gotowe do 2027 roku. Łotwa wzniosła 280-kilometrowy mur na granicy z Rosją, a obecnie buduje tam również drogi, mosty, wieże i obiekty inżynieryjne. Łotwa zbudowała ogrodzenie o długości 145 km na odcinku granicy z Białorusią.

Polska Tarcza Wschód

Polska realizuje projekt Tarcza Wschód o długości około 700 km wzdłuż granicy z Białorusią i obwodem królewieckim, którego budżet wynosi około 2,3 mld euro. Projekt przewiduje budowę przeszkód przeciwczołgowych, umocnień, systemów obserwacyjnych oraz infrastruktury wojskowej.

Norwegia również wzmocni 198-kilometrową granicę z Rosją, instalując ogrodzenia na niektórych odcinkach oraz rozmieszczając tam nowoczesne czujniki, kamery monitorujące i drony.



FOT. THE MOSCOW TIMES

Płot postawiono przy drogach i szlakach tranzytowych, z których korzystali migranci

UKRAINA

Zełenski zapowiada przełomowe spotkanie z Trumpem

oprac. Anna Nagel

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski ma nadzieję, że jeszcze we wrześniu spotka się z prezydentem USA Donaldem Trumpem.

Ukraiński przywódca wyraził też przekonanie, że podczas takiego spotkania można byłoby omówić kwestie dotyczące obrony antybalistycznej Ukrainy.

„Oni (Amerykanie – PAP) usłyszeli dokładnie, czego potrzebujemy i kiedy. Mam nadzieję na spotkanie z prezydentem Trumpem po 20 września, poruszenie tego tematu i daj Boże – będzie rezultat" – powiedział Zełenski podczas spotkania z dziennikarzami.

Zaznaczył, że w trakcie niedzielnych rozmów z wysłannikami prezydenta USA – Steve'em Witkoffem i Jaredem Kushnerem – omówiono kwestie dotyczące pakietów pomocy dla ukraińskiej obrony przeciwlotniczej, jakie będą niezbędne zimą wobec wyczerpania zapasów pocisków do systemów Patriot.

„Idziemy w stronę trójstronnego formatu rozmów (z udziałem Ukrainy, USA i Rosji – PAP). Nie mogę mówić o wszystkich szczegółach (...) – najpierw wszystko przygotujemy, a potem będziemy komunikować to społeczeństwu" – poinformował ukraiński prezydent. Dodał, że spotkanie w formule trójstronnej mogłoby odbyć się w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, Szwajcarii lub Turcji.

W poniedziałek rzecznik Kremla Dmitrij Pieskow oznajmił, że jest „zbyt wcześnie", aby mówić o spotkaniu w formule trójstronnej.

PAP

BLISKI WSCHÓD

Ropa drożeje, ale Iran coraz mocniej odczuwa skutki sankcji

Grzegorz Kuczyński

Bank inwestycyjny Goldman Sachs przewiduje wzrost ceny ropy do 120 dolarów za baryłkę, jeśli ataki na statki na Bliskim Wschodzie będą się nadal nasilać. Cena ropy Brent osiągnęła we wtorek rano poziom blisko 99 dolarów, zbliżając się do najwyższego poziomu od półtora miesiąca.



VAHID SALEMI/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Wojna na Bliskim Wschodzie jest obecnie głównym czynnikiem utrzymującym cenę ropy na tak wysokim poziomie

Cena ropy Brent, która pod koniec sierpnia oscylowała w okolicach 85 dolarów, gwałtownie wzrosła na początku września w związku z nową eskalacją konfliktu między Iranem a USA. W poniedziałek wzrosła o około 1%, osiągając poziom powyżej 97 dolarów za baryłkę, co jest bliskie maksimum z ostatnich sześciu tygodni.

– Cena ropy może wzrosnąć do 120 dolarów za baryłkę, jeśli ataki na statki w trakcie konfliktu z Iranem nasilą się – stwierdził w programie Bloomberg TV Daan Streven, współdyrektor globalnego działu badań surowcowych w Goldman Sachs. Według niego wydarzenia ostatnich dni wskazują, że ryzyko rozszerzenia się zakłóceń w żegludze stało się znaczące. Drugi scenariusz banku zakłada cenę 80 dolarów za baryłkę, jeśli eksport z regionu powróci do normy.

Oficjalna prognoza amerykańska była bardziej konserwatywna. Amerykańska Agencja Informacji Energetycznej (EIA) w sierpniowym przeglądzie przewidywała średnią cenę 85 dolarów za baryłkę w trzecim kwartale, powrót wydobycia na Bliskim Wschodzie do poziomu sprzed wojny na początku 2027 roku oraz spadek ceny ropy Brent do średnio 69 dolarów w 2027 roku. Nowa wersja przeglądu ukaże się 9 września – w niej trzeba będzie już uwzględnić wydarzenia z września.

Co dzieje się w cieśninie Ormuz

W sobotę Stany Zjednoczone przeprowadziły ataki na trzy irańskie statki: tankowce przewożące ropę w pobliżu wyspy Chark i portu Jask zostały unieruchomione, a kolejny pusty tankowiec zniszczono w Zatoce Omańskiej – poinformowało Centralne Dowództwo USA (CENTCOM). Ataki te poprzedziło wystrzelenie rakiet balistycznych przez Korpus Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC) w kierunku amerykańskiego lotniskowca i niszczyciela.

Przewodniczący irańskiego parlamentu i główny negocjator Mohammad Bagher Galibaf zagroził w odpowiedzi atakiem na infrastrukturę energetyczną w Zatoce Perskiej, w tym na aktywa amerykańskich firm naftowo-gazowych. Z kolei sekretarz Najwyższej Rady Bezpieczeństwa Narodowego Iranu, Mohsen Rezai, ogłosił utworzenie nowej strefy zamkniętej – rozciągającej się od linii, gdzie kończy się amerykańska blokada morska, w głąb Zatoki Perskiej.

Siła przetargowa Iranu słabnie

Obliczenia Teheranu, że zakłócenia w cieśninie Ormuz wywołają globalny wstrząs gospodarczy i skłonią Waszyngton do powrotu do stołu negocjacyjnego, nie sprawdziły się – stwierdza agencja Reuters. Rynki dostosowały się, istnieją alternatywne źródła dostaw, a Iran, według analityka ds. tego kraju Arasha Aziego, traci część swoich atutów, ponieważ nie udało mu się całkowicie zamknąć cieśniny.

Trzy wysoko postawione irańskie źródła agencji przyznały, że kampania USA mająca na celu zablokowanie eksportu ropy naftowej staje się dla Teheranu coraz trudniejsza: dostęp do waluty, import i finansowanie zagraniczne są drastycznie ograniczone, a deficyt paliwa i pszenicy rośnie. Minister finansów USA Scott Bessent nazwał połączenie blokady i sankcji „ciosem w dwóch taktach".

FRANCJA

Zuchwała kradzież w muzeum. Renoir w rękach złodziei

oprac. Anna Nagel

Cztery obrazy Renoira padły łupem złodziei, którzy ukradli je z muzeum malarza w Cagnes-sur-Mer, niedaleko Nicei na południu Francji. Wartość skradzionych dzieł oceniana jest na 9 mln euro.

Do kradzieży doszło we wtorek rano w muzeum Renoira w miejscowości Cagnes-sur-Mer na Lazurowym Wybrzeżu. Alarm włączył się krótko przed godz. 6. Policja była na miejscu pięć minut później. Kamery miejskiego monitoringu zarejestrowały dwóch złodziei, którzy ukradli obrazy i uciekli, pozostawiając jeden z nich - poinformował mer Cagnes-sur-Mer, Bryan Masson.

Muzeum, utworzone w 1960 roku, mieści się w miejscu, gdzie Renoir mieszkał i pracował w ostatnich latach życia. Znajdują się tam oryginalne meble i przedmioty, które należały do malarza, jego sztalugi i namalowane przez niego dzieła.

Jesienią 2025 roku doszło do najgłośniejszej kradzieży we Francji - rabunku klejnotów koronnych znajdujących się w zbiorach Luwru. Choć sprawcy włamania zostali ujęci, klejnotów dotąd nie odnaleziono. Ministerstwo kultury uznało za priorytet zapewnienie bezpieczeństwa muzeów. Mimo to w ostatnich miesiącach doszło do kradzieży cennych obiektów archeologicznych i artystycznych m.in. w muzeum w Chatillon-sur-Seine, we wschodniej Francji i w Strasburgu, również na wschodzie kraju.

PAP

eprasa.pl c3a6e96e70

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Nie tylko koronawirus, grypa czy RSV. Te wirusy są w obiegu. Co warto o nich wiedzieć?

SENIORZY

Niepokojące sygnały choroby Alzheimera. Te objawy jako pierwsze mogą zwiastować chorobę

Choroba Alzheimera to najczęstsza forma demencji. Zanim jednak dojdzie do poważnych zmian, wywołuje subtelne objawy, które łatwo pomylić ze skutkami stresu czy zmęczenia

Monika Piorun



FOT. 123RF

Choroba Alzheimera dotyka coraz więcej osób, na całym świecie choruje na nią aż 55 milionów ludzi. Jest to choroba stale postępująca i nieuleczalna

Choroba Alzheimera jest najczęstszą postacią demencji (otępienia), czyli utraty funkcji poznawczych, takich jak myślenie, pamięć czy logiczne rozumowanie, oraz zdolności związanych z zachowaniem, która ma negatywny wpływ na codzienne funkcjonowanie. Jest wywołana przez zmiany neurodegeneracyjne w mózgu, czyli uszkodzenia komórek nerwowych.

Czynniki i mechanizm jej rozwoju wciąż są przedmiotem badań. Choć wiadomo, że powstają w wyniku procesów zapalnych związanych ze stresem oksydacyjnym, do tej pory nie udało się ustalić, co dokładnie inicjuje zmiany w mózgu. Przyczyniają się one do powstawania złogów zawierających specyficzne związki w postaci białka tau i amyloidu. Ich obecność powoduje zakłócenia przewodnictwa nerwowego, prowadzi do utraty połączeń między komórkami nerwowymi i całymi ich grupami.

Postępowanie zmian degeneracyjnych w mózgu trwa co najmniej 20 lat. Zachodzą one już na długo przed tym, jak wystąpią objawy choroby – za pomocą specjalistycznych badań można wykryć je nawet prawie dekadę wcześniej.

Rozwój alzheimera już na początku choroby powoduje pewne dyskretne symptomy, które łatwo przypisać działaniu innych czynników, takich jak zmęczenie czy stres, które mają zresztą wpływ na samą chorobę. Warto ich nie przeoczyć, bo pozwoli to na szybsze wykrycie ewentualnych zaburzeń i wdrożenie działań, które pomogą jak najdłużej zatrzymać je na wczesnym etapie.

10 sygnałów, które mogą zaniepokoić

1. Zaburzenia pamięci

Osobom, u których podejrzewa się alzheimera, zdarza się zapominać, co robiły zaledwie chwilę temu. Mogą za do doskonale pamiętać wydarzenia sprzed kilkudziesięciu lat. To właśnie dlatego tak trudno rozpoznać u nich chorobę. Rodzinie pacjenta często wydaje się, że skoro ich babcia czy dziadek bez problemu opisuje, co spotkało ich w dzieciństwie, to ma dobrą pamięć. Niestety, brak umiejętności przywołania tego, co zdarzyło się przed chwilą (co jadło się na śniadanie, czy zażyło się leki itp.), zwykle jest jednym z pierwszych symptomów choroby Alzheimera.

2. Kłopoty z wykonywaniem podstawowych czynności, realizacją planów, abstrakcyjnym myśleniem

Jeśli naszym seniorom zdarzy się zapomnieć, po co weszli do kuchni – to jeszcze nie ma się czym martwić. Naszą czujność powinna jednak wzbudzić nieumiejętność wykonania przez nich dobrze znanych im czynności: problem z dodawaniem czy odejmowaniem, podstawową obsługą telefonu czy wykonaniem najprostszych zadań – zapominaniem, czy umyło się głowę podczas kąpieli i... jak to w ogóle zrobić! Jeśli nasz senior nagle zaczyna mieć problem z wykonywaniem najprostszych działań matematycznych, może to świadczyć o tym, że grozi mu choroba Alzheimera.

3. Zaburzenia orientacji w czasie i przestrzeni oraz chowaniem rzeczy w niewłaściwe miejsca

Wyobraź sobie, że zapominasz drogi do własnego domu. Nie pamiętasz ani tego, w jakim mieście mieszkasz, ani na jakiej ulicy. Takie problemy mają osoby, które cierpią na chorobę Alzheimera.

Zanim uda się u nich ją zdiagnozować, zwykle zaczynają się u nich drobne zaburzenia orientacji. Nie są sobie w stanie przypomnieć, gdzie i w jakim celu idą, w którym miejscu odłożyły klucze lub gdzie wsadziły listy ze skrzynki pocztowej.

Choroba zazwyczaj rozwija się stopniowo. Objawia się drobnym zapominaniem i trudnościami w skupieniu się. Następnie prowadzi do pogorszenia pamięci krótkotrwałej i długotrwałej oraz innych funkcji poznawczych

Niepozorne roztargnienie może być jednym z sygnałów świadczących o tym, że bliska nam osoba może mieć alzheimera.

4. Zaburzenia mowy, problemy ze znalezieniem odpowiedniego słowa i zmiana tembr u głosu

Jednym z podstawowych symptomów choroby Alzheimera, które możemy zaobserwować u naszych najbliższych bez skomplikowanej aparatury, są problemy ze znalezieniem odpowiedniego słowa, używanie niewłaściwych przyrostków lub przedrostków, stosowanie nietypowych zbitek wyrazowych lub nagła zmiana tembru głosu i częstsze mówienie szeptem.

5. Problem z właściwą oceną sytuacji i podejmowanie nieracjonalnych działań

Z nieba leje się żar, a nasza babcia zakłada... najcieplejsze futro? Na zewnątrz mróz, a dziadek w krótkich spodenkach i domowych kapciach wybiera się na ryby? Nie zawsze powodem dziwnych zachowań osób starszych jest zwykłe roztargnienie.

Jeśli naszym bliskim takie niepokojące sytuacje zdarzają się coraz częściej, a na dodatek zaobserwujemy u nich problemy z pamięcią, warto zwrócić się o pomoc do lekarza specjalisty, który może ocenić, czy nasze obawy o chorobę Alzheimera są uzasadnione.

6. Zmiany osobowości, utrata zainteresowania własnym hobby, pasywność i brak inicjatywy

Pełen życia pasjonat fotografii z dnia na dzień odstawia swoje sprzęty w kąt i zaczyna bezmyślnie wpatrywać się w sufit? Nieśmiały domator nagle staje się bardzo wylewny, nie ma problemu z okazywaniem emocji i traci poczucie wstydu obnażając przed innymi swoje słabości?

Mimo że nasza osobowość wraz z wiekiem nieco się zmienia, to jednak wyraźne zmiany w zachowaniu osób starszych mogą być jednym z objawów choroby.

7. Problemy ze wzrokiem

W początkowej fazie choroby mogą wystąpić zaburzenia wzrokowe związane z obniżeniem przepływu krwi w naczyniach siatkówki. Skutkuje to zwykle upośledzeniem tych czynności, które mają związek z prawidłowym rozróżnianiem barw. Mogą mieć urojenia, omamy wzrokowe.

8. Zaburzenia nastroju

Osobom, u których podejrzewa się chorobę Alzheimera, często towarzyszą nietypowe zachowania, m.in. nagłe napady lęku (u tych, którzy wcześniej byli pewni siebie), czy apatia (u ludzi, którym nigdy nie brakowało energii).

9. Zaniedbanie higieny osobistej

Chorzy na chorobę Alzheimera tracą kontrolę nad własną fizjologią, nie są w stanie przypomnieć sobie, czy się załatwili, wymyli ręce czy wzięli kąpiel.

eprasa.pl c3a6e96e70

SANATORIA

Kuracjusze chętnie dzielą się swoimi opiniami. Warto z nich skorzystać

Sprawdziłem recenzje i stworzyłem ranking TOP 5 sanatoriów górskich. W tych miejscach z pewnością warto zaplanować turnus

Emil Hoff

Lato i wczesna jesień to chyba najlepsza pora na turnus w sanatorium na NFZ. Nie każde sanatorium cieszy się jednak takim samym uznaniem kuracjuszy. Niektóre zakłady to prawdziwe perełki, inne są często krytykowane.

Przedstawiamy listę 5 najlepszych sanatoriów w polskich górach. To idealne miejsca na wypoczynek i wzmocnienie zdrowia, nie tylko dla kuracjuszy, ale też dla zwykłych turystów.

Górskie i podgórskie uzdrowiska

W Polsce jest sporo miejscowości o statusie uzdrowiska górskiego lub podgórskiego. Według oficjalnej listy NFZ, uzdrowiska górskie to: Jelenia Góra, Krynica-Zdrój, Lądek-Zdrój, Rabka-Zdrój, Szczawnica, Świeradów-Zdrój, Wysowa-Zdrój, Żegiestów-Zdrój.

Uzdrowiska podgórskie to z kolei: Długopole-Zdrój, Duszniki-Zdrój, Iwonicz-Zdrój, Kraków Swoszowice, Kudowa-Zdrój, Muszyna, Piwniczna-Zdrój, Polanica-Zdrój, Polańczyk, Rymanów-Zdrój, Szczawno-Zdrój, Ustroń, Wapienne.

Jak powstał ranking?

W rankingu uwzględniłem sanatoria zlokalizowane w uzdrowiskach górskich.

- Sprawdziłem wykaz wszystkich świadczeniodawców w zakresie leczenia uzdrowiskowego z listy NFZ dla województw małopolskiego i dolnośląskiego. Wybrałem sanatoria działające w miejscowościach z wykazu górskich uzdrowisk.
- Przeanalizowałem średnie oceny i recenzje każdego z sanatoriów w Opiniach Google. To dobre miejsce, by przekonać się, co o danym sanatorium piszą sami kuracjusze.
- Każdy obiekt dostał punktację: średnią ocen mnożyłem przez liczbę recenzji, czyli im wyższa średnia i im więcej ocen, tym lepiej (liczba recenzji świadczy o popularności danego miejsca i sprawia, że średnia ocen jest bardziej pewna).
- Ostatecznie do rankingu, zestawionego na podstawie punktacji, trafiły te sanatoria, które uzyskały 500 lub więcej punktów.



FOT. MATERIAŁ PRASOWY

Planując pobyt w sanatorium, warto wcześniej przeglądnąć opinie kuracjuszy. Hotel SPA Budowlani w Szczawnicy ma pozytywne

1: Hotel SPA „Budowlani" Szczawnica-Zdrój

Jedzenie przepyszne, codziennie świeże sałatki, ciasta na świeżo pieczone - mistrzostwo. Nie sposób się oprzeć. Strefa basenowa i saun bardzo przyjemna, różnorodna. Średnia ocen: 4,4. Liczba recenzji: 554. Punktacja: 2437,6 pkt.

2: Śląskie Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowe im. Dra Adama Szebesty w Rabce-Zdroju

Ten zakład jest szalenie popularny. Kuracjusze, choć ogólnie cenią sobie to miejsce, mają jednak nieco zastrzeżeń, na co wskazuje średnia ocen na poziomie 3,7. Uznałem, że sanatorium ze średnią poniżej 4.0 nie powinno zająć pierwszego miejsca w rankingu. Średnia ocen: 3,7. Liczba recenzji: 824. Punktacja: 2648,8 pkt.

3: Uzdrowisko Wysowa nad Parkiem (Instytut Zdrowia Człowieka).

- Kto otrzyma skierowanie tutaj, wygrał los. Pominę oczywiste walory klimatu, cudowną okolicę, prawdziwy spokój i ciszę. Poczynając od recepcji, przez przyjęcie, przez personel medyczny, pomocnych fizjoterapeutów, panie sprzątające, aż po stołówkę nie spotkałam osoby nieuprzejmej, naburmuszonej, a przede wszystkim nieprofesjonalnej - czytamy w jednej z opinii. Średnia ocen: 4,3. Liczba recenzji: 555. Punktacja: 2386,5 pkt.

4: Uzdrowisko Lądek - Długopole S.A.

- Personel medyczny wykazał się wysokim poziomem kwalifikacji. Program był dostosowany do indywidualnych potrzeb, z naciskiem na kompleksową hydroterapię, uzupełnioną (m.in. fizjoterapią i kinezyterapią).

Dobrze zorganizowane zabiegi pozwoliły na maksymalną efektywność każdego dnia pobytu. Średnia ocen: 4,5. Liczba recenzji: 473. Punktacja: 2128,5 pkt

5: Ośrodek Sanatoryjno-Wypoczynkowy „Lwigród" w Krynicy-Zdroju

Obsługa rewelacyjna. Błyskawiczna reakcja na każdą prośbę, zapytanie czy też zgłaszaną usterkę.

Wysoki standard. Panie pokojowe sprzątały pokój bardzo dokładnie.

Średnia ocen: 3,9. Liczba recenzji: 579. Punktacja: 2258,1 pkt.



FOT. EAST NEWS

Angielka jest obecnie najstarszą osobą na świecie. Samochód prowadziła do setnych urodzin. Ma rady na długowieczność

SENIORZY

117-latka przeżyła wojny i pandemię. Oto jej recepta na długie życie

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Ethel Caterham, najstarsza osoba na świecie, zdradziła, jaka zasada pomagała jej przejść przez życie.

Ethel Caterham, urodzona 21 sierpnia 1909 r. w hrabstwie Hampshire, jest obecnie najstarszą żyjącą osobą na świecie. Jej rekordowy wiek 117 lat potwierdziły 30 kwietnia 2025 r. Księga Rekordów Guinnessa i organizacja LongeviQuest. Tytuł ten przypadł Brytyjce po śmierci brazylijskiej zakonnicy Inah Canabarro Lucas, która dożyła 116 lat.

Ethel Caterham, przedostatnia z ośmiorga rodzeństwa, przyszła na świat jeszcze za panowania króla Edwarda VII. Urodziła się trzy lata przed katastrofą Titanica i pięć lat przed wybuchem I wojny światowej.

W 1927 roku, mając 18 lat, opuściła Anglię i wyjechała do kolonialnych Indii. Pracowała tam jako au pair w domu oficera armii brytyjskiej.

Po powrocie do ojczyzny poznała Normana Caterhama, podpułkownika armii brytyjskiej, którego poślubiła w 1933 roku. Małżonkowie przez wiele lat mieszkali poza Wielką Brytanią, dzieląc życie między Gibraltarem i Hongkongiem. W tym drugim mieście Ethel założyła i prowadziła przedszkole.

Owdowiała w 1976 roku. Przeżyła także swoje dwie córki, jednak przez lata zachowała niezwykłą samodzielność. Samochód prowadziła aż do setnych urodzin.

W ciągu swojego życia Ethel Caterham była świadkiem dwóch wojen światowych, lądowania człowieka na Księżycu i ogromnych przemian technologicznych. Dała się też poznać jako osoba o wyjątkowej odporności. W wieku 110 lat pokonała Covid-19.

W ciągu ostatniego roku stulatka zebrała nowe, wyjątkowe doświadczenia, które z ironią podsumowała, mówiąc, że przeżyła wiele „pierwszych razów" – od głaskania lamy po trzymanie za rękę króla Karola III. Brytyjski monarcha odwiedził ją osobiście w Surrey, po wcześniejszym wysłaniu listu z gratulacjami z okazji osiągniętego wieku.

Zapytana o sekret długiego życia i zachowania sprawności umysłu, Ethel Caterham streściła swoją filozofię w jednej podstawowej zasadzie: unikać kłótni, słuchać innych i poświęcać się wyłącznie temu, co się kocha.

Obecnie Brytyjka zajmuje 13. miejsce na liście najdłużej żyjących osób w historii, których wiek został oficjalnie potwierdzony. Rekord należy nadal do Francuzki Jeanne Calment, która zmarła w 1997 roku w wieku 122 lat i 164 dni.

Z najnowszego zestawienia przygotowanego przez ZUS wynika, że populacja stulatków w Polsce systematycznie rośnie. Jeszcze pod koniec września 2025 r. świadczenie honorowe należne każdemu stulatkowi pobierało 3863 najstarszych Polaków, w grudniu liczba ta przekroczyła próg 4 tys., a według stanu na koniec marca 2026 r. osiągnęła poziom 4179 świadczeniobiorców.

W 2025 roku wprowadzono jednolitą kwotę świadczenia dla wszystkich uprawnionych, którzy ukończyli 100 lat. Obecnie wynosi ona 6938,92 zł brutto, a kwota ta , jak informuje ZUS, będzie się zwiększać każdego roku dzięki waloryzacji.

eprasa.pl c3a6e96e70

U STOMATOLOGA



FOT. GETTY IMAGES

Profilaktyka stomatologiczna postrzegana jest nie tylko jako sposób na zachowanie estetycznego uśmiechu, ale także jako jeden z elementów wspierających zdrowe starzenie się organizmu

To może skończyć się miażdżycą, a nawet chorymi nerkami. Nie ignoruj

Przewlekły stan zapalny w jamie ustnej nie pozostaje bez wpływu na cały organizm. Zwiększa ryzyko problemów m.in. z sercem czy mózgiem

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Choroby dziąseł rozwijają się powoli i długo nie dają wyraźnych sygnałów alarmowych. Krwawienie podczas szczotkowania, tkliwość dziąseł czy sporadyczny nieświeży oddech łatwo zbagatelizować.

Z czasem jednak objawy stają się coraz bardziej dokuczliwe: dziąsła cofają się, odsłaniając szyjki zębowe, pogłębiają się kieszonki przyzębne, a krwawienie pojawia się niemal codziennie. Tak często zaczyna się paradontoza, czyli przewlekłe zapalenie przyzębia.

Przewlekły stan zapalny przyzębia powoduje wzrost stężenia mediatorów zapalnych, m.in. cytokin i białka C-reaktywnego (CRP), a także ułatwia przedostawanie się bakterii i ich toksyn do krwiobiegu. Narastający stan zapalny może przyczyniać się do rozwoju zmian miażdżycowych oraz zwiększać ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, szczególnie u pacjentów z cukrzycą, nadciśnieniem tętniczym, dyslipidemią oraz w podeszłym wieku.

– Do rozwoju chorób dziąseł i przyzębia dochodzi głównie w efekcie niedostatecznej higieny jamy ustnej lub jej braku. Nie pomaga palenie papierosów, ale także niektóre choroby ogólnoustrojowe, np. cukrzyca i choroby autoimmunologiczne, które oddziałują na odporność organizmu. Bakterie kumulujące się w kieszonkach dziąsłowych stopniowo wnikają do przyzębia, skąd mogą rozprzestrzeniać się po całym organizmie wraz z krwiobiegiem. W skrajnych przypadkach mogą powstawać ropnie przyzębne, które doprowadzając np. do infekcyjnego zapalenia wsierdzia, stanowią dla pacjenta bezpośrednie zagrożenie życia – przestrzega lek. dent. Adrianna Zgórska-Śleziak z Polmedico Poliklinika Stomatologiczna Medicover Stomatologia w Bielsku-Białej.

Obecność bakterii odpowiedzialnych za paradontozę w blaszkach miażdżycowych stanowi jeden z dowodów na związek między chorobami przyzębia a schorzeniami sercowo-naczyniowymi. Wskazuje to, że drobnoustroje zasiedlające jamę ustną mogą wpływać również na procesy chorobowe zachodzące w innych częściach organizmu.

Coraz więcej badań wskazuje również na związek między przewlekłymi stanami zapalnymi w jamie ustnej a zdrowiem mózgu oraz układu nerwowego. Naukowcy przypuszczają, że bakterie odpowiedzialne za paradontozę, a także utrzymujący się przez lata stan zapalny, mogą wpływać na naczynia krwionośne zaopatrujące mózg, zwiększając ryzyko udaru i pogorszenia funkcji poznawczych.

Lista schorzeń, których ryzyko może być powiązane z nieleczonymi chorobami przyzębia, jest znacznie dłuższa. Od lat wiadomo już o dwukierunkowej zależności między paradontozą a cukrzycą. Lista schorzeń, których ryzyko może być powiązane z nieleczonymi chorobami przyzębia, jest znacznie dłuższa. Od lat wiadomo już o dwukierunkowej zależności między paradontozą a cukrzycą.

Dentyści zwracają również uwagę, że przewlekłe stany zapalne przyzębia mogą przyspieszać procesy starzenia zachodzące w organizmie. Znaczenie ma także przedwczesna utrata zębów i związane z nią pogorszenie funkcji żucia, które zwłaszcza u osób starszych może prowadzić do mniej zróżnicowanej diety, niedoborów składników odżywczych i spadku ogólnej sprawności.

Profilaktyka stomatologiczna

Przewlekłe stany zapalne przyzębia mogą przyspieszać procesy starzenia. Znaczenie ma także przedwczesna utrata zębów i związane z nią pogorszenie funkcji żucia. Dbałość o stan jamy ustnej pozwoli nam dłużej cieszyć się komfortem życia.

LEKARZ RODZINNY

Pasożyty mogą bytować w naszym organizmie i wywoływać przykre objawy. Nie tylko u dzieci

Emil Hoff

Choroby pasożytnicze to nadal problem w Polsce. Warto wiedzieć, jakie objawy dają pasożyty, by w razie potrzeby od razu odwiedzić lekarza.

Choroby powodowane przez pasożyty – tzw. parazytozy – wywołują wyjątkowe obrzydzenie wśród pacjentów. Trudno się dziwić: sama świadomość, że źródłem dolegliwości jest jakaś larwa, glista, czy pierwotniak, które zalęgły się w naszym ciele, bywa bardzo przykra.

Pasożyty czyhają na nas w wodzie, glebie, na spożywanych pokarmach, i nie zawsze udaje się uniknąć skutecznego ataku. Warto znać objawy chorób pasożytniczych, żeby jak najszybciej zareagować i rozpocząć leczenie. Im szybciej pozbędziecie się pasożyta, tym lepiej.

Parazytozy dają szereg objawów, które jednak są nieswoiste, tzn. mogą być spowodowane przez wiele różnych czynników i chorób, nie tylko atak pasożyta. Objawy swoiste, występujące w zaawansowanych stadiach zakażenia, zależą od rodzaju pasożyta i jego umiejscowienia.

W Polsce najczęściej występują pasożyty układu pokarmowego. Do typowych objawów należą:

- ból brzucha,
- mdłości i wymioty,
- biegunka,
- utrata apetytu,
- spadek wagi,
- ogólne osłabienie,
- w zaawansowanym stadium niedokrwistość i anemia.

Nieoczywiste objawy chorób pasożytniczych mogą zaskoczyć. Wśród nich wymienić warto:

- zwiększone łaknienie na cukier, zwłaszcza zawarty w produktach mlecznych,
- bruksizm, czyli zgrzytanie zębami, zwłaszcza w nocy.

Owsica

Wywoływana przez owsiki, atakuje najczęściej młodsze dzieci. Charakterystycznymi objawami jest świąd okolic odbytu, nasilający się wieczorem i w nocy. Mogą się zdarzać luźne stolce z widocznymi owsikami. Do innych objawów należą pobudliwość, bezsenność, nocne zgrzytanie zębami.

Glistnica

Wywoływana przez glistę ludzką. Początkowo daje objawy nieswoiste, głównie silne bóle brzucha. Potem mogą wystąpić wysypki i świąd skóry, w końcu obrzęk twarzy i rąk w wyniku reakcji alergicznych. Glistnica może też wywoływać duszności i kaszel.

Tasiemczyca

Powodują ją dwa rodzaje tasiemców: uzbrojony lub nieuzbrojony. Można się nimi zarazić, jedząc niedogotowane mięso wołowe lub wieprzowe. Początkowo objawy są nieswoiste: bóle brzucha i nudności, spadek apetytu, chudnięcie. Przy zaawansowanym zakażeniu mogą wystąpić niedokrwistość i anemia, zaburzenia snu, zmiany skórne.

Toksoplazmoza

Wywołują ją pierwotniaki Toxoplasma gondii, zalegające w mięsie i kocich odchodach. Przebieg najczęściej jest bezobjawowy lub przypomina przeziębienie. Z czasem pojawia się powiększenie węzłów chłonnych, wątroby i śledziony, bóle mięśni i głowy, zaburzenia widzenia. Toksoplazmoza jest szczególnie groźna dla kobiet w ciąży, pierwotniaki mogą uszkodzić płód.



FOT. FREEPIK.COM

Parazytozy dają szereg objawów. Wiele z nich ma charakter nieswoisty, stąd wielu pacjentów długo szuka przyczyny choroby

eprasa.pl c3a6e96e70

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Mleko barista

Dlaczego mleko baristy jest tak popularne?

Mleko barista to mleko stworzone dla baristów, czyli osób zajmujących się zawodowo wybieraniem, parzeniem i podawaniem kawy. Jest ono jednak tak popularne wśród amatorów, że specjalne mleko produkuje coraz więcej wytwórców i sprzedaje je w zwykłych sklepach, Mleko dla baristów jest przeznaczone do spieniania. Umożliwia to nieco inny skład produktu. Ten rodzaj znajdziemy zarówno wśród kartonów z mlekiem krowim, jak i jego roślinnych zamienników. Trzeba jednak pamiętać, że mleko barista jest droższe od zwykłego.

Czym się różni mleko barista od zwykłego?

Mleko barista do spieniania ma nieco inny skład niż zwykły napój zwierzęcy czy roślinny. W mleku krowim jest to możliwe dzięki zwiększonej zawartości białka. Podczas gdy klasyczny rodzaj o zawartości 3,2 proc. tłuszczu ma 2,9-3,2 proc. białka, mleko barista ma go 3,4-3,6 g. To składnik pożądany we współczesnej diecie, dlatego wiele osób wybierze takie mleko chętniej.
Jednak osoby, które do kawy dodają mleczko owsiane czy migdałowe, powinny podchodzić do wersji dla baristów z ostrożnością. Powodem jest długi skład produktu, a szczególnie zawartość jednego dodatku do żywności, którego częste spożycie jest niekorzystne.

Czy mleko baristy jest zdrowe?

Mleko baristy nie zawsze jest zdrowe. Na liście wersji wegańskich pojawiają się rozmaite dodatki „E", w tym sztuczne witaminy, substancje emulgujące, zagęszczające czy regulujące kwasowość.

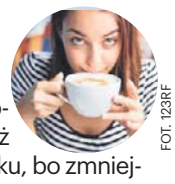
Właśnie z tych ostatnich w większości mleczek roślinnych barista znajdziemy dodatek do żywności oznaczany jako E340. By nie zrażać klientów, ich producenci podają na opakowaniach tylko nazwę: fosforany potasu albo fosforan dipotasowy. To ten sam, który szkodzi w napojach typu cola.

Czy mleko baristy wpływa na codzienną dietę?

Choć związki w nim zawarte są uznawane za bezpieczne, przy częstym spożyciu i niedostatkach diety mogą spowodować szkody w organizmie. Dlaczego? W organizmie wpływają negatywnie na gospodarkę ważnymi pierwiastkami zasadotwórczymi, takimi jak wapń, żelazo, magnez czy cynk. Oznacza to, że zmniejszają przyswajanie tych składników z diety i zubażają ich rezerwy w ciele.
Jeśli mleko z fosforanami pijemy codziennie (wśród krowich ma je m.in. mleko skondensowane) i to do kawy, która jest kwasotwórcza, możemy mieć ujemny bilans niezbędnych pierwiastków. Jeżeli na dodatek nadmiar kwasów pochodzi też z diety (bo zawiera dużo produktów białkowych, smażonych, przetworzonych) i jest ona uboga w nieprzetworzone produkty roślinne (źródła pierwiastków zasadotwórczych), z czasem nabawimy się niedoborów pokarmowych.

Czy dodawanie mleka do kawy jest zdrowe?

Według duńskich badań filiżanka zwykłej zabielonej kawy może mieć cenne działanie przeciwzapalne w organizmie. Połączenie białek mlecznych i kawowych antyoksydantów podwaja bowiem zdolność komórek odpornościowych do hamowania procesów zapalnych.
Są także inne korzyści z zabielania kawy mlekiem, m.in. łagodniejsze działanie na żołądek i układ pokarmowy, gdyż kwasy z nasion kawy wiążą się z wapniem z mleka. Jest też delikatniejsza w smaku, bo zmniejsza się jej gorycz. Wbrew przypuszczeniom dodatek mleka okazał się też nie zmniejszać biodostępności zawartych w kawie cennych polifenoli.



FOT. 123RF

Czym można zastąpić mleko w kawie?

Do spieniania świetnie nadają się również wybrane roślinne odpowiedniki mleka zwierzęcego.
Za najzdrowsze mleko do kawy pochodzenia roślinnego uchodzi napój sojowy. Tylko z nieco mniejszą skutecznością zwiększa biodostępność polifenoli z kofeiny. Jest też najbardziej zbliżony do mleka krowiego pod względem wartości odżywczych.

Oprac. Anna Rokicka-Żuk

DIETA

Mówią o nim „polska cytryna". Nasz kraj był kiedyś królestwem berberysu. Krzew wygląda bajecznie

Berberys zwyczajny to także roślina lecznicza, która dostarcza zwłaszcza cennych owoców – surowca o wielu właściwościach prozdrowotnych. Można z niej korzystać na wiele sposobów, także jesienią

Agata Orzełowska

Berberys, znany też jako kwaśnica, to krzew z rodziny berberysowatych. Wyróżnia się ok. 450 gatunków berberysów, które rosną w prawie wszystkich strefach klimatycznych i są często sadzone w parkach i ogrodach jako krzewy ozdobne. W Polsce dziko rosnącym gatunkiem jest berberys zwyczajny.

Berberys zwyczajny lub pospolity (Berberis vulgaris) jest rośliną leczniczą, której właściwości cenione były już w starożytnym Babilonie i Indiach. O leczniczych zastosowaniach rośliny pisała też Hildegarda z Bingen (uzdrowicielka uznana za świętą).

Co ciekawe, Polska była kiedyś królestwem berberysu, który był bardzo popularnym ziołem rosnącym przy polach. Niestety, przez to, że bywa żywicielem rdzy zbożowej, został wytępiony przez rolników. Możesz go jednak czasem spotkać przy nieużytkach.

Surowcem zielarskim są owoce, a także liście, kora i korzeń berberysu zwyczajnego. Korzeni obecnie się nie pozyskuje, ponieważ wiąże się to ze zniszczeniem krzewu; z tego samego względu rzadko pobierana jest kora. Liście berberysu zbiera się wiosną i suszy w temperaturze pokojowej.



FOT. GETTY IMAGES

Owoce berberysu zawierają wiele cennych witamin, dlatego zalecane są w okresie rekonwalescencji i przy przeziębieniu

Owoce berberysu to niezbyt duże, podłużne, ciemnoczerwone jagody. Należy je zbierać, zanim całkowicie dojrzeją – w przeciwnym razie stają się bardzo miękkie i łatwo się gniotą. Suszy się je w temperaturze do 40 stopni Celsjusza.

Liście, owoce i kora berberysu zawierają wiele cennych składników, które wykazują przede wszystkim działania bakteriobójcze i przeciwzapalne. Należą do nich:
- alkaloidy, takie jak berberyna i berbamina,
- polifenole i fenole,
- garbniki,
- żywice,
- wosk.

Owoce berberysu zawierają przede wszystkim antocyjany, bioflawonoidy (np. witaminę P i rutynę), kwas askorbinowy, czyli witaminę C (ok. 1,5 proc.), kwasy organiczne (jabłkowy, cytrynowy, winowy, bursztynowy) oraz pektyny, karotenoidy, w tym prowitaminę A (beta-karoten) oraz luteinę, a także sole mineralne.

Berberys wykazuje właściwości antybiotyczne i wspomagające leczenie wielu chorób. Wyciągi z liści, owoców i kory berberysu są źródłem berberyny, która działa żółciotwórczo, żółciopędnie, przeciwbólowo i przeciwzapalnie. Zapobiega biegunkom i łagodzi dolegliwości reumatyczne, ma też właściwości rozkurczające mięśnie gładkie. Ma również działanie antyseptyczne i przeciwdziała rozwojowi roztoczy oraz grzybów.

Z kolei narkotyna zawarta w berberysie ma właściwości pobudzające ośrodek oddechowy. Działa wykrztuśnie i przeciwkaszlowo, zwiększa też działanie leków przeciwbólowych, takich jak kodeina i morfina. Herbatka z berberysu to witaminowa bomba, którą warto podawać swojemu przedszkolakowi. Ochroni go przed infekcjami w pierwszych dniach września, ale także jesienią i wiosną.

Berberys wykazuje działanie:

- bakteriobójcze i bakteriostatyczne,
- wspomagające pracę nerek – moczopędne,
- obniżające ciśnienie krwi,
- przeciwzapalne,
- wspomagające krążenie żylne,
- regulujące przemianę materii.

Napar i odwary z liści berberysu pobudzają wydzielanie soku żołądkowego oraz żółci, przez co poprawiają trawienie i zwiększają apetyt.

Wyniki nowszych badań klinicznych sugerują, że zawarta w roślinie berberyna ma działanie antynowotworowe, pomaga zapobiegać rozwojowi cukrzycy typu 2 (obniża i reguluje poziom glukozy we krwi), a także redukuje poziom „złego" cholesterolu LDL we krwi (profilaktyka miażdżycy) oraz poprawia samopoczucie (ma działanie antydepresyjne).

Owoce berberysu zawierają wiele cennych witamin, dlatego zalecane są w okresie rekonwalescencji i przy przeziębieniu oraz w stanach niedoboru tych składników diety. Mają działanie przeciwgorączkowe i stymulują układ odpornościowy, dlatego są też stosowane w zakażeniach bakteryjnych i w stanach zapalnych błon śluzowych. Wysoka zawartość błonnika pokarmowego sprawia, że owoce berberysu są polecane jako składniki diet odchudzających i oczyszczających organizm. Rutyna zawarta w owocach berberysu uszczelnia naczynia krwionośne i zapobiega m.in. krwawieniom z nosa.

Berberyna zawarta w tej roślinie ma korzystne działanie na organizm, ale jest powoli wydalana z organizmu, co stwarza zagrożenie jej kumulacją w organizmie, m.in. w wątrobie, sercu czy trzustce.

Z tego względu przetwory i preparaty z berberysu (w tym suplementy diety) muszą być dawkowane ściśle według wskazań. Nie powinno się spożywać ich w dużej ilości ani przez długi czas.

eprasa.pl c3a6e96e70

HIPOKRATES 2026

LIDERZY RANKINGÓW

Więcej na:
www.gk24.pl/hipokrates oraz www.gs24.pl/hipokrates

LEKARZ RODZINNY LUB POZ ROKU
1. **Magdalena Bogusławska,** Przychodnie Medyk, Kamień Pomorski
2. **Yauhen Mikhnevich,** Szpital Miejski im. Jana Garduły, Świnoujście
3. **dr Marta Bobryk,** Przychodnie Fabian, Szczecin

PEDIATRA ROKU
1. **Cecylia Chętkowska-Wilk,** NZOZ Słoneczko, Sianów
2. **Katarzyna Kilian Michniewicz,** Przychodnia im. Jana Pawła II. NZOZ, Myślibórz
3. **Ruslan Riabchun,** Med Clinic, Wałcz

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Kamil Kubus,** SPWSZ, Szczecin
2. **Barbara Kuczyńska,** Hospicjum im. św. Franciszka z Asyżu, Szczecinek
3. **Marzena Wrońska,** SPWZOZ, Stargard

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU
1. **dr n. med. Dominika Polak,** Lighthouse Dental & Beauty, Szczecin
2. **Piotr Zaczkowski,** Stomatologia Chrobrego, Stargard
3. **Agnieszka Koprzywa,** Stomatologia Ortodoncja Agnieszka Koprzywa, Koszalin

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Grażyna Grzywacz,** SPSR, Nowogard
2. **Monika Swiecka,** Szpital, Barlinek
3. **Anna Zienkiewicz,** CM Seli-Med, Chojna

GINEKOLOG ROKU
1. **Ewa Knap,** Szpitalne Centrum Medyczne, Goleniów
2. **Antoni Bukowiec,** Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska, Koszalin
3. **Józef Dylewski,** SPSR, Nowogard

CHIRURG ROKU
1. **Bogumił Maciąg,** Samodzielny Publiczny Wojewódzki Szpital Zespolony, Szczecin
2. **dr n. med. Michał Duchnik,** Dr Michał Duchnik - chirurgiczne leczenie otyłości, Szczecin
3. **Ada Owczarska,** Klinika Chirurgii Ogólnej i Chirurgii Ręki PUM Szczecin, Szczecin

ORTOPEDA ROKU
1. **Jarosław Pilarek,** Indywidualna Praktyka Lekarska, Świnoujście
2. **Krzysztof Pobłocki,** Meritum, Kamień Pomorski
3. **Marek Irla,** Szpital, Szczecinek

FIZJOTERAPEUTA/OSTEOPATA ROKU
1. **Agata Garbadzka,** Fizjo Dla Zdrowia, Darłowo
2. **Oliver Pachuta,** Olimed Centrum Medyczne i Fizjoterapii, Szczecin
3. **Marta Chomik,** Fizjo Odnowa - Marta Chomik, Szczecin

KARDIOLOG ROKU
1. **Piotr Lizakowski,** USK nr 1 PUM Filia, Police
2. **dr n. med. Lidia Urbańska,** Kardiolog dr n. med. Lidia Urbańska, Kołobrzeg
3. **Grzegorz Piskorowski,** SPWSZ, Szczecin

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Paweł Grzegółkowski,** Gabinet lekarski, Szczecin

OKULISTA ROKU
1. **dr n. med. Agnieszka Rutecka-Dębniak,** SPLS Medicus, Szczecin
2. **Agnieszka Kuligowska,** Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 2 PUM, Szczecin
3. **dr n. med. i n. o zdr. Ewelina Lachowicz,** USK nr 2 PUM, Szczecin

ANESTEZJOLOG ROKU
1. **Elżbieta Zdanowska,** Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska, Pogorzelica
2. **Monika Woroniecka,** Szpital, Szczecinek

NEUROLOG ROKU
1. **Witold Bogulas,** CM Seli-Med, Chojna
2. **Małgorzata Niekrasz,** SPWSZ, Szczecin
3. **Anna Bajer-Czajkowska,** USK nr 1 PUM, Szczecin

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Piotr Scheithauer,** WSPR, Szczecin
2. **Oskar Arłukowicz,** Szpital im. Matki Teresy z Kalkuty, Drawsko Pomorskie
3. **Paweł Kurek,** MiMed - Usługi Ratownictwa Medycznego, Świeszyno

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Małgorzata Pyc-Janicka,** Apteka Portowa, Szczecin
2. **Daria Poźniak,** Punkt apteczny, Rajkowo
3. **Katarzyna Krawczyk,** Apteka Arnika, Darłowo

RADIOLOG/TECHNIK ELEKTRORADIOLOG ROKU
1. **Ewelina Wawrzyniak,** Affidea, Szczecin
2. **Maja Zblewska,** Szpital Wojewódzki im. Mikołaja Kopernika, Koszalin

ONKOLOG ROKU
1. **dr Iwona Damlianovi-Waclawik,** Zachodniopomorskie Centrum Onkologii, Szczecin
2. **Dorota Nowak,** Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 1 im. prof. Tadeusza Sokołowskiego, Szczecin
3. **Izabela Bohdziewicz,** Prywatna Praktyka Lekarska, Koszalin

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU
1. **Daniel Masłowski,** Gabinet Psychologiczno-Psychoterapeutyczny Pomagamy Zrozumieć, Szczecin
2. **Iwona Bodnarczuk,** Centrum Terapii Psyche, Szczecin
3. **Sylwia Niewiadomska,** Centrum Psychoterapii Pillow, Szczecin

Troska i dbałość o nasze zdrowie mają ich twarz

Za nami pierwszy tydzień głosowania w wielkim Plebiscycie Medycznym Hipokrates 2026. Wśród nominowanych są ci, którym powierzamy to, co najcenniejsze - zdrowie, a są to, między innymi, lekarze rodzinni, pediatrzy i pielęgniarki. Plebiscyt jest okazją do uhonorowania ich pracy, ale także do pokazania tych ludzi, którzy na co dzień stoją za medycznymi tytułami i zawodami. Bo przecież za każdym gabinetem, diagnozą czy badaniem stoi człowiek. Jego wiedza i doświadczenie, ale również decyzje, odpowiedzialność i codzienna praca, której pacjent widzi tylko niewielki fragment. Dziś przedstawiamy pierwsze historie osób związanych z ochroną zdrowia. Zapytaliśmy ich, dlaczego wybrali właśnie tę drogę; co po latach daje im satysfakcję zawodową; co w tej pracy jest najmniej widoczne. W kolejnych tygodniach będziemy przedstawiać następnych bohaterów plebiscytu Hipokrates. Dziś oddajemy głos pierwszym z nich, a więcej o samej akcji i głosowaniu znajdziecie na naszej stronie internetowej.

Szczegółów szukajcie na: www.gk24.pl/hipokrates oraz www.gs24.pl/hipokrates

Składa w całość układankę z wywiadu i wyników badań



- Nigdy nie rozważałam żadnego innego zawodu - mówi Anna Koczalska (NZOZ Przychodnia Medycyny Rodzinnej, Bezrzecze). Już jako dziecko wyobrażała sobie siebie leczącą ludzi. Wzorem i inspiracją była dla niej ciocia - chirurg dziecięcy. - Na moją decyzję wpłynęła też przewlekła choroba mojego starszego brata - dodaje. Najważniejsza i najpilniejsza w jej zawodzie jest dla niej możliwość pomagania ludziom, przynoszenia ulgi w cierpieniu. - Ogrom satysfakcji daje mi postawienie trafnej diagnozy i złożenie w całość układankę z wywiadu i wyników badań pacjenta - wyjawia lekarka. Stara się, aby pacjenci nie widzieli jej emocji, lęku, a nawet strachu o ich życie. Nie widzą też wielu godzin spędzonych na czytaniu literatury i szkoleniach. Wreszcie, nie zawsze widzą ulgę, gdy uda się wygrać z chorobą, ulżyć w cierpieniu.

Decyzję, iż zostanie pielęgniarką, podjęła już w wieku siedmiu lat



Amelia Duwe (Regionalny Szpital, Kołobrzeg) decyzję, iż zostanie właśnie pielęgniarką, podjęła w wieku siedmiu lat. - Podobał mi się strój i czepek oraz wykonywanie iniekcji - dodaje nominowana do plebiscytu. Co w tej pracy daje jej najwięcej satysfakcji? Czy są to relacje z pacjentami, a może coś zupełnie innego, co osładza trudy tego odpowiedzialnego zawodu? - Rozwój zawodowy, praca z pacjentami i ich wdzięczność za niesioną pomoc, każde dobre słowo, potrzymanie za rękę - wylicza. Spoczywa na niej ogromna odpowiedzialność i mówi, że jest w tej pracy dużo emocji.

Okazać wsparcie, dobro. Zwyczajnie dobro, nic poza tym .Dać nadzieję pacjentowi w trudnych i ciężkich dla niego chwilach



Agnieszka Tuziemska (SPWZOZ, Stargard) od zawsze chciała pomagać, być potrzebna... - Empatia. Tym kieruję się od zawsze - dodaje. W tej pracy najwięcej satysfakcji przynosi jej fakt, że ktoś odzyskuje zdrowie, bo ono jest tutaj najistotniejsze. Cieszy ją, że może być wsparciem w trudnych chwilach, służyć pomocą i radą. A czego nie widzą pacjenci? Łez, które stara się ukryć: - Są różne przypadki, historie niesione przeze mnie tyle lat. Trzeba zakładać bardzo często maskę, uśmiech na twarz. Mówić, że wszystko będzie dobrze. Okazać wsparcie, dobro. Dać nadzieję pacjentowi w trudnych chwilach.

PSYCHIATRA ROKU
1. **Jan Ryl,** Środkowopomorskie Centrum Zdrowia Psychicznego MEDISON, Koszalin
2. **dr Żaklina Borkowska,** Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Żaklina Borkowska, Szczecin
3. **Luiza Reddig,** SP ZOZ MSWIA, Szczecin

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
1. **Karolina Ostrycharczyk,** One Day Med, Szczecin
2. **Marek Marcinkiewicz,** Gminny Ośrodek Zdrowia, Warnice
3. **Ewa Mikłasz,** Szpital, Szczecinek

PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU

synoptis pharma

eprasa.pl c3a6e96e70

SZCZECIN

„Pora umierać” w Pionierze. Wspomnienie Szaflarskiej

Opr. red.

Jedna z najważniejszych ról Danuty Szaflarskiej, kameralne kino o starości i niezależności, a po projekcji rozmowa z reżyserką. 9 września o godz. 18.30 Kino Pionier 1907 w Szczecinie pokaże „Pora umierać” Doroty Kędzierzawskiej.



FOT. ARCHIWUM

„Pora umierać” – 9 września, godz. 18.30, Kino Pionier 1907 w Szczecinie

To okazja, by wrócić do filmu, w którym o przemijaniu mówi się bez patosu, za to z czułością, humorem i ogromną uważnością na człowieka.

„Pora umierać” powstało w 2007 roku. Jego bohaterką jest Aniela – starsza kobieta mieszkająca w starej drewnianej willi razem z psem. Czekała, aż po latach dzielenia domu z lokatorami odzyska go dla siebie. Kiedy wreszcie może cieszyć się własną przestrzenią, szybko okazuje się, że rzeczywistość niekoniecznie będzie wyglądać tak, jak sobie wyobrażała.

To punkt wyjścia do opowieści o starości, samotności, rodzinnych relacjach i potrzebie zachowania kontroli nad własnym życiem. Aniela nie jest jednak bezradną starszą panią oczekującą pomocy. Jest uparta, dowcipna, ciekawa świata i bardzo przywiązana do własnych zasad. Obserwuje rzeczywistość, komentuje ją i nie zamierza łatwo podporządkować się temu, czego oczekują od niej inni. Właśnie ta postać stała się jedną z najbardziej pamiętnych kreacji w długiej karierze Danuty Szaflarskiej. Aktorka miała podczas realizacji filmu ponad 90 lat, a Kędzierzawska zbudowała opowieść w dużej mierze wokół jej obecności. Kamera zatrzymuje się na twarzy, spojrzeniach i drobnych gestach bohaterki. Zamiast szybkiej akcji dostajemy rytm codzienności i przestrzeń na obserwację.

Film wyróżnia również czarno-biała forma. Zdjęcia Artura Reinharta nadają starej willi i jej otoczeniu nieco baśniowy charakter. Dom staje się właściwie kolejnym bohaterem – miejscem pełnym wspomnień, symbolem niezależności, ale także świata, który powoli odchodzi. Dorota Kędzierzawska należy do najbardziej charakterystycznych autorek polskiego kina. W swoich filmach wielokrotnie skupiała uwagę na osobach pozostających poza centrum zainteresowania, opowiadając o samotności, dzieciństwie, wykluczeniu czy potrzebie bliskości. Jej kino jest oszczędne w słowach, za to mocno oparte na obrazie i emocjach. Dlatego ważną częścią szczecińskiego wieczoru będzie spotkanie z reżyserką po projekcji. Rozmowa ma dotyczyć zarówno samego filmu i jego bohaterów, jak i procesu twórczego oraz współpracy z Danutą Szaflarską.

KOSZALIN

Chcesz się dobrze bawić? Zadzwoń! Gdzie? Doo teatru

opr. red

Kiedy romantyczna rocznica zmienia się w komediową katastrofę z paryskim twistem!



FOT. MAT. PRASOWE

Piątek, g. 19, Bałtycki Teatr Dramatyczny

Miało być jak z filmu: śniadanie pod wieżą Eiffla, spacer po Polach Elizejskich, kolacja przy świecach w małej knajpce z jazzem w tle... Dwudziesta rocznica ślubu Charlotte i Henry’ego zapowiadała się idealnie. Ale wiecie, jak to jest z planami — życie potrafi zrobić z nich francuską komedię. Zaczyna się gra pozorów, kłamstewek i bardzo ryzykownych manewrów.

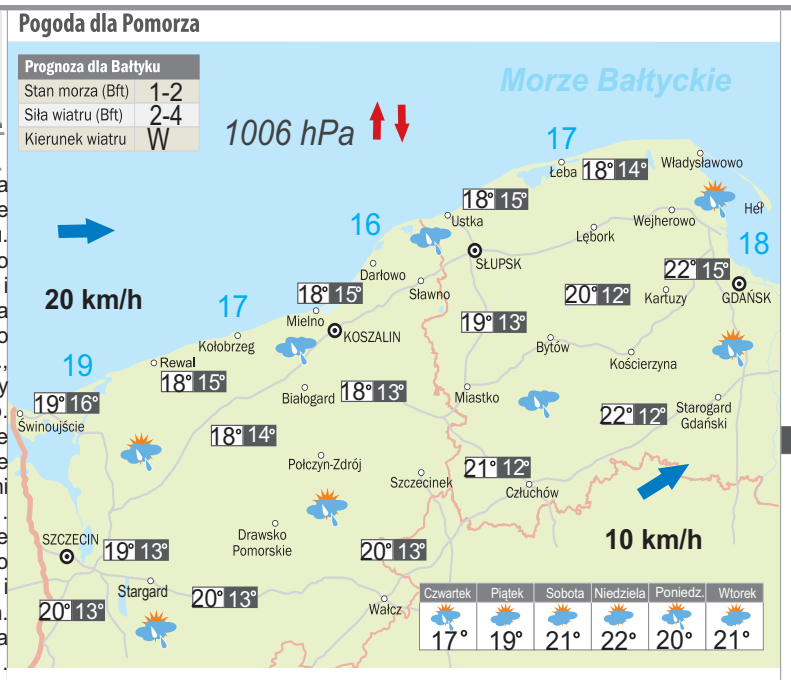
POGODA

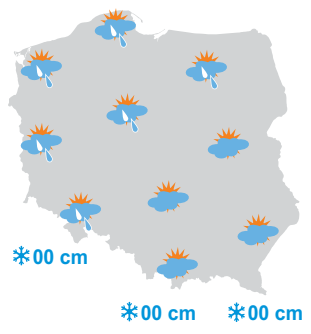


Krzysztof Ścibor
Biuro Calvus

Środa

Nad Pomorze dociera łagodne i wilgotne powietrze z zachodu. W ciągu dnia sporo chmur i okresami pojawi się deszcz. Na termometrach max do 18:22°C. Wiatr z zach., umiarkowany. W nocy pochmurno i mokro. Jutro zachmurzenie umiarkowane i duże do południa miejscami możliwy deszcz. Będzie wyraźnie chłodniej max do 16:18°C. Wiatr silny i nieprzyjemny z zach. W weekend poprawa pogody i cieplej.





	Dzisiaj	Jutro
Gdańsk	22°	19°
Kraków	31°	20°
Lublin	30°	20°
Olsztyn	25°	18°
Poznań	24°	18°
Toruń	24°	18°
Wrocław	25°	19°
Warszawa	29°	18°
Karpacz	24°	18°
Ustrzyki Dolne	30°	18°
Zakopane	28°	16°

DROBNE

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

KUPIĘ Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku ! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział ! 602738759

Handlowe

JUBILERSTWO

SKUP złota i srebra, wszystkie próby, ul. Młyńska 63, K-lin 509-345-577.

Rolnicze

INNE

WYSYŁKOWA sprzedaż miodu, sprzedam pszczoły, 519-473-581.

AUTOREKLAMA
ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl

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

eprasa.pl c3a6e96e70

PROGRAMOWO

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Policja dokonuje zatrzymania Ryby i go przesłuchuje. Smolny ma nadzieję, że wkrótce zobaczy żonę. Mężczyzna jednak wypiera się porwania. Tymczasem przetrzymywana w jakiejś piwnicy Basia próbuje się ratować. Słysząc nadchodzącego porywacza, udaje nieprzytomną, a kiedy oprawca zbliża się do niej, Basia nagle atakuje go! Zdziera z głowy porywacza kominiarkę i zamiera... Zna tę twarz bardzo dobrze! Z kolei Kluskowa jest zła na męża. Śledzi Bożydara i trafia na Wspólną, gdzie trwa protest mieszkańców przeciwko powstaniu restauracji na dachu ich domu. Bożydar przekonuje ich nalewkami i obietnicą remontu dziedzińca. Żeby udobruchać żonę, proponuje, by zrobiła... projekt nowej inwestycji! Natomiast Bednarczuk prosi Danutę o ocenę jej powieści po poprawkach. Mąż Teresy jest zaniepokojony zachowaniem żony. Podejrzewa najgorsze!





G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Marcin bezskutecznie nakłania Renatę do powrotu do ośrodka leczenia uzależnień. Niestety, ona sama wypiera swój problem. Co gorsza, potajemnie zdobywa kolejne leki, a jej zachowanie jest coraz bardziej niepokojące. Na widok partnera w towarzystwie koleżanki z pracy reaguje bowiem wybuchem nieokiełznanej zazdrości! Tymczasem Karolina, w kompletnej tajemnicy przed Brunem, konsultuje projekt intercyzy z mecenas Paszkowską. Z kolei w hotelu Stańskich zjawia się policja. Powodem ich wizyty jest zawiadomienie, które złożył Justin. Funkcjonariusze zabezpieczają nagrania z monitoringu. Równocześnie Natalia finalizuje wreszcie umowę najmu z Jaworskim. Przygotowania do do przeprowadzki ruszają pełną parą. Natomiast Tolek podejmuje próbę przekonania Basi do ugoszczenia w jej domu Rawiczowej. Czy odniesie sukces?

G. 20:30

FELICITA

TVP 1

Po spotkaniu z Giulią Zośka nie może zasnąć. Podczas nocnego spaceru „spotyka" Kamila. W rozmowie z nieżyjącym mężem wraca do jednej z największych ran ich małżeństwa: niespełnionego pragnienia posiadania drugiego dziecka. Boli ją świadomość, że życie, którego tak bardzo chciała, on stworzył z inną. Oliwia tymczasem oswaja się z rzeczywistością. Nico jest zachwycony siostrą, a między Oliwią i Davide rodzi się bliskość. Chłopak zdradza jej, że jego matka nie żyje, ale unika rozmowy o rodzinie i przeszłości. Jagoda i Ewka martwią się o Zośkę. Ona tymczasem próbuje na chwilę oderwać się od rodzinnego dramatu. Poznaje miejscowych i coraz swobodniej rozmawia, a wręcz flirtuje z Marco. Kamil jednak nadal pojawia się w jej wyobraźni. Relacja Oliwii z Nico rozwija się błyskawicznie. Chłopiec zaprasza ją na kolację, a Giulia rozszerza zaproszenie na Zośkę. Wiadomość o tym dociera do Zośki w chwili, gdy siedzi ciesząc się spokojnym popołudniem i zainteresowaniem Marco. Nagle okazuje się, że ma usiąść przy jednym stole z kobietą, która była kochanką jej męża, i z jego synem.



G. 15:55

Gliniarze

Polsat

Późną nocą zostaje napadnięta młoda kobieta – prawie dochodzi do gwałtu. Poszkodowana nie chce zgłosić sprawy na policję, ukrywa coś. Roksana przekonuje ją do złożenia zeznań. Okazuje się, że tropy prowadzą do portalu erotycznego, a sprawca zna się na środkach odurzających. Tymczasem Olgierd dostaje anonimową pocztówkę z ciepłych krajów. Olgierd szybko domyśla się, kto ją nadał. Czy Majka jest bezpieczna?.



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Marta przygotowuje się do egzaminu, gdy jej zespół zostaje wezwany do kobiety po domniemanej próbie samobójczej.Okazuje się, że to Sabina Krawczyk. Daria Bursztyn odbiera poród ciąży mnogiej, który rozpoczyna się w zablokowanej windzie. Konflikt między Sabiną a Zytą narasta.

G. 16:55

Gliniarze Śląsk

Polsat

Po meczu lokalnej drużyny Sandra Kipiel zostaje brutalnie zgwałcona na terenie kontrolowanym przez kibiców wrogiego klubu. Jedyny świadek, Dorota Zarzycka, twierdzi, że winni są członkowie konkurencyjnej bojówki. Gutek Gucman i Igor Kowalski rozpoczynają śledztwo, które szybko grozi wybuchem otwartej wojny pomiędzy zwaśnionymi grupami.

eprasa.pl c3a6e96e70

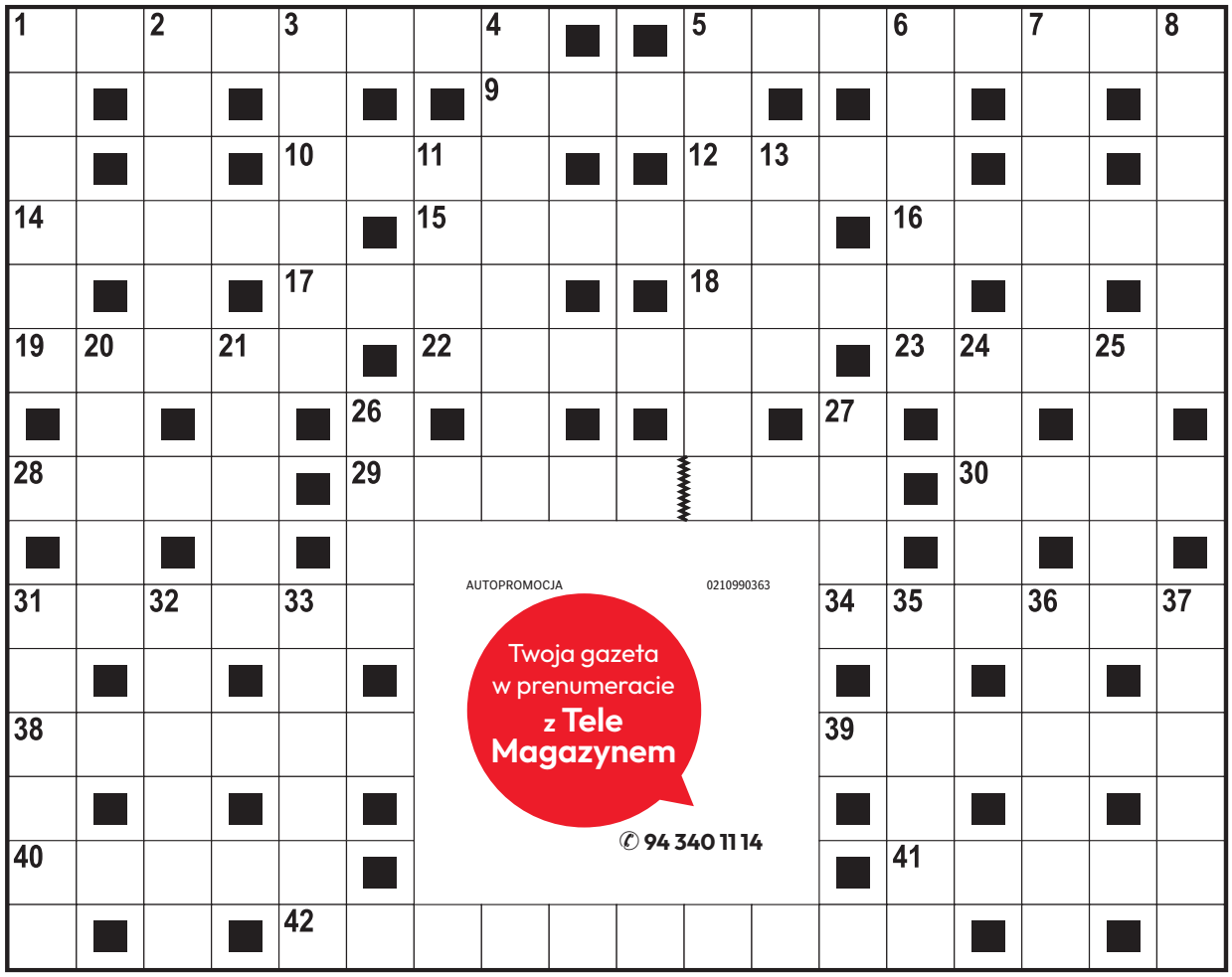
KRZYŻÓWKA NR 139

Poziomo:

1) Maria, wielka miłość Norwida,
5) jeden z pięciu sosów bazowych w gastronomii,
9) Jessica, aktorka z filmu „Fantastyczna Czwórka”,
10) miejsce pracy klaunów,
12) gimnastyka ze Wschodu,
14) pojazd konny na resorach,
15) troskliwa piecza, kuratela,
16) pospolity chwast, świńska trawa,
17) dawniej o matce chrzestnej,
18) alotropowa odmiana tlenu,
19) stała opłata urzędowa,
22) ślad po operacji, szrama,
23) Barack, 44. prezydent Stanów Zjednoczonych,
28) zagrywka Igi Świątek,
29) dar Wernyhory przekazany Gospodarzowi,
30) ciastko z ubitego białka,
31) metropolia nad Tygrysem,
34) spotkanie Laury z Filonem,
38) imię wykonawczyni piosenki „Małgośka”,
39) zwrotka sonetu lub limeryku,
40) grecka wyspa na Morzu Jońskim,
41) zbiór głównych zasad wiary,
42) potrawa z piekarnika.

Pionowo:

1) napój z owoców ugotowanych w wodzie,
2) … XIV, zwany Królem Słońce,
3) „… gotuje”, program kulinarny,
4) dawny płaszcz męski,
5) kosmodrom w Kazachstanie,
6) trafia się ślepej kurze,
7) służy do rozcierania farb malarskich,
8) podłużny, wąski kawałek drewna,
11) czworobok o równych bokach,
13) miejsce postoju karawany,
20) organizm jednokomórkowy, pełzak,
21) np. Alfred Nobel, chemik i wynalazca,
24) walec do nawijania kabli,
25) jazzowy lub kawiarniany,
26) ozdobna uprząż końska,
27) nie obsiane pole, nieużytek,
31) stolica i największe miasto Mali,
32) … Butler, aktor z filmu „Olimp w ogniu”,
33) wielki poklask, aprobata,
35) sklep z medykamentami,
36) karta w talii z wizerunkiem trefnisia,
37) znawca budowy organizmu.

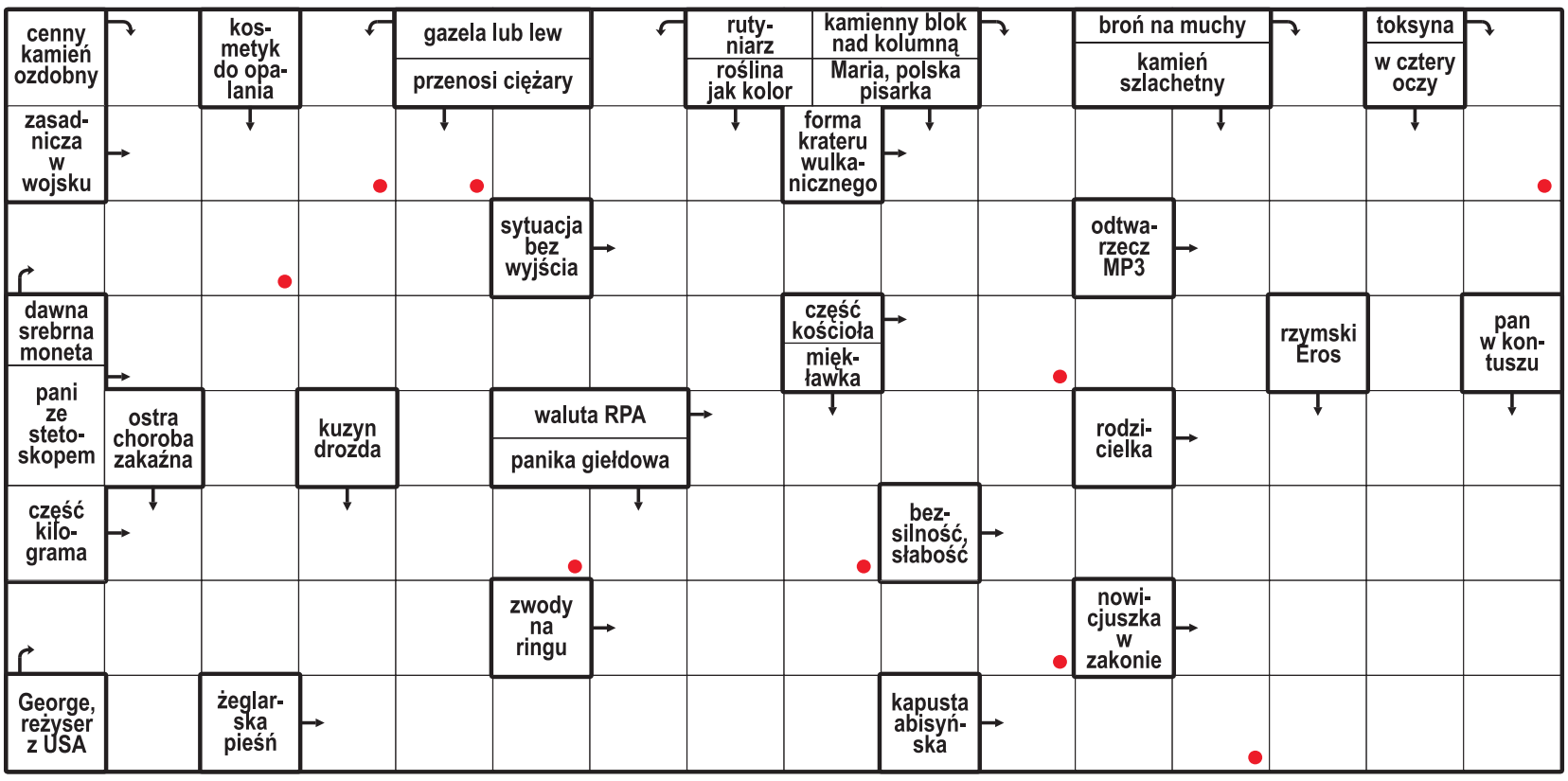


AUTOPROMOCJA 0210990363
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 94 340 11 14

ROZWIĄZANIE NR 138

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: STALAGMIT.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Odważnie ruszysz naprzód. Horoskop dzienny mówi, że szansa na sukces pojawi się tam, gdzie jej nie czekasz.

Ryby (19.02 - 20.03)
Cierpliwość zaprocentuje. Horoskop na dziś wróży, że spokojna rozmowa przyniesie Ci ważną wiadomość.

Baran (21.03 - 19.04)
Błyśniesz pomysłem. Horoskop dzienny na środę mówi, że nowa znajomość otworzyć przed Tobą ciekawą drogę.

Byk (20.04 - 20.05)
Zaufaj dziś swojej intuicji. Horoskop dzienny zapowiada, że poprowadzi Cię w dobrym kierunku.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Energia będzie Twoim atutem. Horoskop na dziś zapowiada, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć.

Rak (22.06 - 22.07)
Uporządkuj sprawy odkładane na później. Horoskop dzienny na środę wróży, że ucieszy to Twoich bliskich.

Lew (23.07 - 22.08)
Nie unikaj dziś ważnej decyzji. Horoskop dzienny zapowiada, że serce podpowie Ci właściwy kierunek.

Panna (23.08 - 22.09)
Odkryjesz coś, co zmieni Twoje spojrzenie. Horoskop na dziś radzi zachować spokój i działać rozważnie.

Waga (23.09 - 22.10)
Czeka Cię niespodziewana okazja. Horoskop dzienny na środę sugeruje powiedzieć „tak” i ruszać przed siebie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie dziś efekty, horoskop dzienny radzi jednak nie spieszyć się.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Świeży pomysł poprawi Ci humor. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś doceni Twoją oryginalność.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Pozwól sobie na odpoczynek. Horoskop dzienny na środę mówi, że intuicja wskaże Ci osobę, której warto zaufać.

eprasa.pl c3a6e96e70

TENIS

Iga Świątek „na zakręcie". Wróciły demony przeszłości

Zbigniew Czyż

Iga Świątek po raz pierwszy od 2021 roku nie wygra wielkoszlemowego turnieju. O trudnym momencie w jej karierze rozmawiamy z Michałem Kaznowskim, trenerem Polki w latach 2011-2016.

Świątek pożegnała się już z US Open. W 1/8 finału przegrała z Chinką Qinwen Zheng 5:7, 3:6, mimo że w pierwszym secie prowadziła już 5:0.

To była w pewnym sensie pułapka, w którą Iga dała się złapać. Wysokie prowadzenie nie było do końca wynikiem jej bardzo dobrej i równej gry. W tym wysokim prowadzeniu pomagała jej też Chinka, która popełniała dużo błędów. Oddawała wiele punktów, a Iga nie mogła wejść w rytm. Chyba czuła, że ten wynik nie do końca wynika z jej dobrej postawy. Zheng nie odpuściła i z każdym gemem czuła się coraz lepiej, a Iga coraz gorzej.

Świątek w tyle głowy mogła mieć porażkę z Chinką w półfinale igrzysk olimpijskich w Paryżu?

U Igi mogły się obudzić jakieś demony z przeszłości. Myślę jednak, że do tej przegranej powinna podejść jak do kolejnej odebranej lekcji. To powinien być sygnał, że w dalszym ciągu trzeba jeszcze coś poprawić, wzmocnić, budować.

Iga skomentowała tę porażkę, twierdząc, że właściwie nic wielkiego się nie stało. Taka postawa może trochę niepokoić jej fanów?



FOT. COVER IMAGES/EAST NEWS

Iga Świątek odpadła w 1/8 finału wielkoszlemowego turnieju US Open w Nowym Jorku

Iga pokazała w tym turnieju, że wraca do dawnej gry, bardziej naturalnej, intuicyjnej, rotacyjnej, do częstszego budowania akcji. Jej gra oparta jest na solidnej obronie, ale też na naciskaniu rywalki z rozwagą. Nie podejmuje dużego ryzyka, ale widać u niej postęp. Jeśli dalej będzie szła tym torem, to wkrótce znów będzie się bić o najwyższe lokaty w rankingu. Odbierając lekcję w takich warunkach, jesteśmy w stanie zbudować wewnętrzną siłę w głowie, na tyle dużą, że znów będzie mogła wrócić na szczyt rankingu WTA.

Można znaleźć jakieś pozytywy występu Świątek w Nowym Jorku mimo braku awansu choćby do ćwierćfinału?

Widać, że jest coraz groźniejsza, gra coraz lepiej i ma pomysł na swoje mecze, co też sprawia jej przyjemność. Jest na dobrej drodze, a taka porażka najwidoczniej była jej potrzebna. Nie traktujmy więc tego występu przeciwko Chince jak jakiejś tragedii.

Gdy Świątek schodziła z kortu, widzieliśmy ją zapłakaną, przez co znów wracają pytania o jej stan psychiczny.

To była wysoce emocjonalna sytuacja i bardzo trudne doświadczenie. Tak duże emocje są jednak czymś naturalnym na tym poziomie.

Może Świątek powinna jednak rozważyć zmianę psychologa?

Trudno jest mi się wypowiadać na ten temat. Pod względem emocjonalnym na pewno ma jakieś elementy do poprawy i to jest informacja dla jej sztabu, że taka sytuacja zaistniała. Rozmawiają, więc Iga na pewno powie, co się działo w jej głowie w tych trudnych momentach. Wszyscy w sztabie będą mieć zatem wiedzę, nad czym trzeba pracować. Na pewno jest to moment, aby się zastanowić, co wymaga zmiany, żeby w następnym sezonie startować już z zupełnie innego miejsca.

PIŁKA NOŻNA

Koniec transferów w Polsce. Kto królem letniego polowania?

Jacek Czaplewski

Środa to ostatni dzień letniego okienka transferowego w Polsce. Czekają nas emocjonujące godziny. Wiele klubów z PKO BP Ekstraklasy, ale i Betclic 1. Ligi postanowiło bowiem właśnie teraz zamknąć swoje kadry na rundę jesienną.

Kluby z najwyższego szczebla wydały dotąd na wzmocnienia około 30 mln euro. To ciągle promil w porównaniu do topowych lig europejskich. Z drugiej jednak strony trend jest ewidentnie rosnący.

Najwięcej, i tu nie ma żadnego zaskoczenia, wydał mistrz kraju. Z myślą o trzecim tytule z rzędu, ale też o zawojowaniu europejskich pucharów, Lech Poznań przeznaczył blisko 10 mln euro, czyli najwięcej w swojej historii. Prawie połowę z tej kwoty pochłonął wykup Luisa Palmy ze szkockiego Celtiku Glasgow. Za odchodzących zawodników „Kolejorz" otrzymał nieco ponad 4 mln euro. Przy Bułgarskiej udało się zatrzymać praktycznie wszystkich najważniejszych graczy (no, może poza Bartoszem Mrozkiem, który miał zgodę na transfer, i wybrał włoskie Udinese). – Więcej ruchów już nie będzie – zapewnił zawczasu dyrektor sportowy Tomasz Rząsa. Ta deklaracja bardzo ucieszyła kibiców, bo oznacza, że w zespole zostają utalentowani Wojciech Mońka i Michał Gurgul.

W stolicy o takim okienku mogli jedynie pomarzyć. Pretendująca do mistrzostwa Legia Warszawa znajduje się w tak trudnej sytuacji finansowej, że latem nie wydała dosłownie nic, szukając wyłącznie okazji. Ugrała za to prawie 5 mln euro – głównie z tytułu sprzedaży Jana Leszczyńskiego do niemieckiej Borussii Mönchengladabach. Szaleńczych działań nie odnotowaliśmy też w Widzewie Łódź, który wydał tylko i aż 2 mln euro, z czego połowę na Karola Świderskiego z Panathinaikosu Ateny.

Kto więc namieszał? Bez wątpienia Korona Kielce aspirująca do ligowej czołówki. Jej trzy transfery opiewały na siedmiocyfrowe kwoty. Rekordzistą okazał się Patrik Hellebrand wyciągnięty z Górnika Zabrze za 1,7 mln euro. Rozpychać na rynku postanowiła się również debiutująca w ekstraklasie Wieczysta Kraków, do której dołączyli tacy znani piłkarze, jak Efthymis Koulouris, Mateusz Kochalski, Antonio Milić i Mateusz Wieteska. Głośno było jeszcze o ruchach Górnika Zabrze i Jagiellonii Białystok.

Aż trudno w to uwierzyć, ale najwięcej na transferach zarobiła... pierwszoligowa Lechia Gdańsk. Po spadku zainkasowała w sumie 20 mln euro (!), z czego około 11-13 mln za sprzedaż króla strzelców Tomasa Bobcka do włoskiego Frosinone. To od teraz nowy polski rekord. Dla porównania w ekstraklasie najwięcej, czyli po 6 mln euro, ugrali w tym okienku Jagiellonia, Motor Lublin i Raków Częstochowa, puszczając w świat kolejno Bartosza Mazurka (RB Salzburg), Brighta Ede (Deportivo La Coruna) i Jonatana Brauta Brunesa (Sparta Praga).

Co przed nami, czyli w finałowym dniu okienka? Potencjalnie ostatnie transfery mogą przeprowadzić przede wszystkim wspomniane już „Jaga", Widzew i Raków, Pogoń Szczecin oraz Radomiak. Kto się spóźni, temu – jako ewentualne wzmocnienia – zostaną później wyłącznie piłkarze bez kontraktów...

PIŁKA NOŻNA

Statystycy najwyżej oceniają szanse Arsenalu, Bayernu, City i Barcelony

Jacek Kmiecik

Na inaugurację fazy ligowej Ligi Mistrzów Opta opublikowała prognozy swojego superkomputera dotyczące zwycięzcy tegorocznej edycji.

Po przeprowadzeniu blisko 10 tysięcy symulacji angielska firma specjalizująca się w analizie statystyk wskazała Arsenal Londyn jako faworyta sezonu.

Zdaniem autorów notowania „Kanonierzy" mają 20,9% szans na zdobycie swojego pierwszego tytułu Ligi Mistrzów. Bayern Monachium jest tuż za Arsenalem, z 19,4% szans na zdobycie tytułu – wyprzedza Manchester City (12,3%) oraz Barcelonę (8,2%).

Mimo dwóch triumfów z rzędu PSG zajmuje dopiero 5.miejsce wśród faworytów, z 7,1% szans na zdobycie potrójnej korony, wyprzedzając Liverpool (6,1%) i Real Madryt (4,4%).

Jako główny argument podano słaby początek Paryżan, którzy nie wygrali jeszcze meczu w Ligue 1, oraz fakt, że potrójne korony są niezwykle rzadkie w Lidze Mistrzów. W latach 2016-2018 tylko Real Madryt, z Cristiano Ronaldo w składzie, osiągnął taki sukces.

Warto dodać, że w zeszłym roku superkomputer Opty wskazał Liverpool jako głównego pretendenta, jednak „The Reds" zostali wyeliminowani przez PSG w ćwierćfinale...



FOT. GRZEGORZ WAJDA

Mimo rozstania z Robertem Lewandowskim FC Barcelona nadal postrzegana jest jako jeden z głównych faworytów Ligi Mistrzów UEFA

eprasa.pl c3a6e96e70