DZIŚ STRONA ZDROWIA

GROŹNY SYNDROM SMS-OWEJ SZYI

GROZI OSTRY BÓL, ZWYRODNIENIE I DYSKOPATIA

Nr ISSN 0137-9534
Nr indeksu 3503 62

www.nowiny24.pl

Nr 160 (21 867) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa 19.08.2026

nowiny

76 lat

Bezpieczeństwo na wakacjach
Ratownicy obserwują, co się dzieje na brzegu i w wodzie. Alkohol, brawura i brak kamizelek. Interweniują, gdy jest taka potrzeba
Str. 7

NASZE SPRAWY
Rzeszów Problemy z elektroniczną portmonetką. Zapłacił za doładowanie, a pieniędzy na koncie nie było
str. 6

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Rzeszów

Mamy dość nocnego warkotu motocykli i aut po tuningu

Ryk podrasowanych motocykli budzi i irytuje mieszkańców Rzeszowa. Czy stolica Podkapracia upora się z tym problemem?
– Str. 3

Zdrowie

Jaka będzie przyszłość szpitala w Sędziszowie Małopolskim?

Dyrektor zapowiedział, że jest w stanie obniżyć swoją pensję o 20 procent, bo oszczędności trzeba zaczynać od zarobków zarządzających
– Str. 4

Plebiscyt PUPIL Roku
Dzięki nim nasze zwierzaki są zdrowe, zadbane i szczęśliwe
– Str. 8

Spłonął zabytkowy kościół
Śledztwo w sprawie przyczyn pożaru XVII-wiecznego kościoła w sanockim skansenie
– Str. 5



FOT. KRZYSZTOF ADAMCZYK

Wypadek pielgrzymów na Węgrzech

Trwa sprowadzanie rannych do Polski. 18 osób nadal jest w węgierskich szpitalach

Barbara Galas

Po tragicznym wypadku autobusu na Węgrzech, w którym zginęło 12 osób, pierwsi poszkodowani uczestnicy pielgrzymki do Medjugorie wrócili już do kraju.

21 pielgrzymów wróciło rządowym samolotem, który w poniedziałek wieczorem wylądował w Jasionce. Pięć osób zostało bezpośrednio z płyty lotniska przetransportowanych karetkami do dwóch rzeszowskich szpitali. Pozostałych 16 nie wymagało hospitalizacji i zostało odebranych przez swoje rodziny. Jedną z hospitalizowanych osób we wtorek rano wypisano do domu.

Kolejne 18 osób zostało odebranych bezpośrednio z Węgier przez swoich bliskich i wróciło z rodzinami do Polski.

Do Klinicznego Szpitala Wojewódzkiego w Rzeszowie trafiło trzech pacjentów. Jak poinformował prof. dr hab. n. med. Sławomir Snela, ich stan jest dobry. Poszkodowani nie wymagają leczenia operacyjnego, jednak ze względu na charakter obrażeń nadal muszą pozostawać pod obserwacją.

– Są to pacjenci po przejściach, którzy mają niewielkie uszkodzenia w obrębie kręgosłupa i klatki piersiowej. Wymagają jeszcze obserwacji, ponieważ był to wypadek wysokiej energii i następstwa urazów mogą się jeszcze ujawnić – wyjaśnia prof. Snela.

Pacjenci bardzo chcieliby wrócić już do swoich domów, jednak lekarze na razie nie planują ich wypisywać. Dwóch poszkodowanych przebywa na oddziale ortopedii, a jedna osoba na chirurgii Klinicznego Szpitala Wojewódzkiego w Rzeszowie. Jeśli ich stan będzie stabilny i nie pojawią się komplikacje, wypisy mogą nastąpić pod koniec tygodnia, w czwartek lub piątek.

Lekarz podkreśla również, że poszkodowani potrzebują nie tylko pomocy medycznej, ale także wsparcia psychologicznego. W związku z traumą po wypadku w opiekę nad pacjentami zaangażowani zostali psychologowie.

W czterech węgierskich szpitalach pozostaje 18 osób poszkodowanych w wypadku. Dwie z nich są w stanie zagrażającym życiu. Ranni będą sprowadzani do Polski, gdy tylko pozwoli na to ich stan zdrowia. ©℗
– Str. 2



SCREEN Z PROFILU RESOVII

Inwestycje

PCLA w Rzeszowie już rozświetlone, a gołębie przegania jastrząb

Kinga Dereniowska

Trawa na murawie rośnie, oświetlenie już działa. PCLA coraz bardziej nabiera ostatecznego kształtu. Trwają roboty przy montażu szklanych balustrad, malowane są linie na bieżniach. Układana jest również kostka na parkingach. Zatrudniono także sokolnika, którego myszołowiec towarzyski, nazywany jastrzębiem Harrisa, płoszy drobne ptaki, aby obiekt przy ul. Wyspiańskiego nie podzieliły losu zabrudzonych odchodami trybun Stadionu Miejskiego „Stal".

Oficjalnej daty otwarcia ratusz nie podaje – jest to zależne od terminów odbiorów inwestycji. Wykonawca – firma Mirbud – według umowy ma czas do końca października.

Budowa Podkarpackiego Centrum Lekkiej Atletyki pochłonęła prawie 200 milionów złotych. Stadion pomieści 8 tysięcy widzów na zadaszonych miejscach siedzących. Infrastruktura stadionu obejmuje 400-metrową bieżnię i 150-metrową krytą bieżnię treningową. Stadion piłkarski będzie spełniać kryteria licencyjne ekstraklasy i rozgrywek UEFA.

eprasa.pl c57652424b

POLECAMY

JUTRO: Świadczenie honorowe z ZUS i KRUS PIĄTEK: Wakacje podwyższonego ryzyka

19.08.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Bolesław, Emilia, Jan
Telefon alarmowy: 112

NOWINY24

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

www.nowiny24.pl

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

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
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

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

PATRONAT NOWINY

XV Memoriał Leona Dwornikowskiego

Jerzy Leniart

Już po raz XV żeglarze będą rywalizować na Jeziorze Solińskim w regatach długodystansowych w Memoriale Leona Dwornikowskiego.Start sobota 22 sierpnia godz. 10.30. Zapisy - Polańczyk keja CW Wyspa Energetyk w godz. 9-10.15. Przewiduje się rozegranie 1. wyścigu długodystansowego.

- Te regaty to impreza, która już na stałe wpisała się w kalendarz imprez żeglarskich organizowanych na Jeziorze Solińskim. Jej głównym celem, poza rywalizacją sportową, jest upamiętnienie osoby Leona Dwornikowskiego, który odegrał olbrzymią rolę w propagowaniu i rozwijaniu żeglarstwa regatowego w naszym regionie - zaprasza Wanda Jędrusiak, prezes Rzeszowskego Podkarpackiego Związku Żeglarskiego.

Popularny „Leon" był trenerem i pasjonatem, jednym z twórców żeglarstwa regatowego na Podkarpaciu. Był mistrzem Polski, a w 1971 r. startował w Mistrzostwach Świata w klasie HORNET na Jeziorze Solińskim. Nauczył dziesiątki młodych żeglarzy podstaw sztuki żeglowania i ścigania się w regatach. W latach 70. na rzeszowskim zalewie w każdy weekend można było spotkać tę charakterystyczną szczupłą postać. Dobry, skromny człowiek, nie odmówił nikomu pomocy.

Cierpliwy trener i wspaniały wychowawca potrafił zachęcić nastolatków do pracy przy kadetach, optymistach, 420, finach. Cierpliwie wyjaśniał tajniki szukania wiatru na wodzie oraz uczył jak rozwiązywać problemy przy użyciu bardzo prostych środków.

Zmarł po ciężkiej chorobie w 2008 roku, lecz w pamięci żeglarzy pozostanie na zawsze.

W sobotę wielu jego wychowanków wystartuje w regatach na Jeziorze Solińskim. Ogłoszenie wyników memoriału - godz. 18. Zwycięzcy w poszczególnych klasach otrzymują trofea i dyplomy. Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy upominek. Wieczorem - spotkanie z przyjaciółmi, kolegami, wychowankami Leona Dwornikowskiego.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Nowiny"

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

POGODA

dziś
24°C/18°C

jutro
28°C/18°C

WYPADEK PIELGRZYMÓW NA WĘGRZECH

Wojewoda przestrzega: Nie podpisujcie żadnych dokumentów ani oświadczeń

Barbara Galas

Teresa Kubas-Hul, wojewoda podkarpacki zapewnia, że województwo jest przygotowane na transport kolejnych pacjentów z Węgier.



FOT. BARBARA GALAS

- Przestrzegam przed oszustami, którzy próbują na tej wielkiej tragedii coś osiągnąć - apeluje wojewoda Teresa Kubas-Hul

Wszystkie ofiary śmiertelne wypadku na Węgrzech zostały zidentyfikowane, a grupa 12–13 pacjentów jest przygotowywana do transportu medycznego do Polski – poinformowała wojewoda podkarpacki Teresa Kubas-Hul.

We wtorek po południu przekazała najnowsze ustalenia dotyczące stanu poszkodowanych oraz procesu identyfikacji ofiar. Jak podkreśliła, proces rozpoznania ciał został zakończony.

– Wszystkie osoby, które zginęły w wypadku na Węgrzech, zostały zidentyfikowane. W przypadku trzech osób mamy już dokumenty potwierdzające. W przypadku dwóch osób jeszcze czekamy na dokumenty – dodała.

Ciała bliskich mają trafić do kraju tak szybko, jak to możliwe, po wystawieniu niezbędnych aktów zgonu przez służby konsularne.

Wojewoda przypomniała, że obecnie w węgierskich szpitalach w czterech miejscowościach przebywa 18 osób. Większość z nich wkrótce wróci do Polski. Decyzja o dokładnej dacie powrotu może zapaść w najbliższych dniach. Wybór środka transportu będzie uzależniony od stanu zdrowia rannych.

– Lekarze będą podejmować decyzję, czy to będzie transport karetką Lotniczego Pogotowia Ratunkowego, czy też na przykład samolotem CASA – zaznaczyła wojewoda.

Część osób będzie wymagała transportu w pozycji leżącej. Pacjenci, których stan na to nie pozwala, pozostaną na razie w węgierskich placówkach. Wojewoda poinformowała również o zabezpieczeniu bagaży osób, które przyleciały do Polski w poniedziałek wieczorem. Zostały one przejęte przez policję, a rodziny otrzymały instrukcje dotyczące ich odbioru.

Pomoc psychologów

Poszkodowani oraz ich najbliżsi mogą korzystać z bezpłatnego wsparcia psychologicznego. Do grupy specjalistów dołączyło dodatkowo dwóch psychologów skierowanych przez ministra obrony narodowej. Koordynatorem pomocy jest Irena Marszałek-Czekierda, dyrektor Wydziału Polityki Społecznej Podkarpackiego Urzędu Wojewódzkiego. Numer telefonu do koordynatora pomocy psychologicznej: +48 889 052 667.

– Będziemy pomagać każdej rodzinie do takiego momentu, w którym rodzina uzna, że już tej pomocy nie potrzebuje .

Jak zapewniła Kubas-Hul, pacjenci oraz ich rodziny, którzy przebywają w węgierskich szpitalach, mają zapewnione wsparcie psychologiczne. Poinformowała, że psycholog, która pojechała we wtorek z jedną z rodzin, została na Węgrzech. Wyjedzie kolejny samochód, żeby psycholog mogła przemieszczać się pomiędzy miejscowościami, gdzie znajdują się szpitale, w których są poszkodowani.

PUW pozostaje w kontakcie z firmą ubezpieczeniową oraz firmą odpowiedzialną za transport zwłok.

Ostrzega przed oszustami

Pojawiły się próby wykorzystania dramatycznej sytuacji rodzin przez oszustów. Wojewoda apelowała o ostrożność.

– Osoba dzwoniąca przekazywała informację, że dana osoba nie żyje, co było nieprawdą, bo osoba żyła i żyje. Oferowała też różne formy ubezpieczenia. To obrzydliwe, żeby wykorzystywać tę tragedię – powiedziała. - Nie kontaktujemy się telefonicznie z rodzinami w celu przekazywania informacji o stanie zdrowia lub śmierci ich bliskich, firmach ubezpieczeniowych czy zakładach pogrzebowych. Zawsze jest to kontakt osobisty - podkreśliła Teresa Kubas-Hul.

Osoby powołujące się na urząd wojewódzki i próbujące uzyskać dane osobowe lub nakłaniające do podpisania dokumentów, powinny wzbudzić szczególną czujność u krewnych poszkodowanych.- Nie podpisujcie żadnych dokumentów ani oświadczeń. Może się okazać, że są to oszuści, którzy próbują na tej tragedii coś osiągnąć - apeluje wojewoda.

PAP

eprasa.pl c57652424b

NASZ REGION

•**70 lat Kina Zorza** - Z tej okazji w piątek o godz. 18:30 widzowie mogą zobaczyć jeden z wyjątkowych filmów „Uwierz w ducha”

TO NAS IRYTUJE

Mieszkańcy: Mamy dość nocnego warkotu motorów ścigaczy i aut po tuningu

Nocny ryk pędzących podrasowanych motocykli to nierzadkie zjawisko w Rzeszowie. Czy Rzeszów śladem Gdyni wprowadzi ograniczenia w ruchu zbyt głośnych jednośladów?

Piotr Samolewicz

Przypominamy. W Polsce obowiązują określone normy hałasu, zawarte w Rozporządzeniu o warunkach technicznych pojazdów. Motocykl o pojemności skokowej silnika powyżej 125 ccm może emitować hałas nie większy, niż 96 dB. Tymczasem wielu motocyklistów lekceważy te przepisy - zmienia tłumiki na te bez homologacji wydające charakterystyczny głośny warkot. Druga przyczyna - motocykliści przekraczają dozwoloną prędkość i gwałtownie przyspieszają, zwłaszcza w godzinach nocnych, kiedy na ulicach jest pusto. Problem jest szczególnie bolesny dla mieszkańców podczas upałów, gdy ryk motocykli nie zezwala na otwieranie okien i wietrzenie mieszkań.

W Nowinach po skargach Czytelników pisaliśmy o takim przypadku: o dwujezdniowej ulicy Krogulskiego, gdzie mimo ograniczenia prędkości do 50 km/h i kilku przejść dla pieszych motocykliści rozwijają niedozwoloną prędkość. Takich miejsc jest więcej w Rzeszowie: ul. Lubelska, Warszawska, Wieniawskiego, Okulickiego, Rejtana, Armii Krajowej, Sikorskiego i inne.



FOTOT. ADAM WOJNAR/POLSKA PRESS

Motocykliści gwałtownie przyspieszają, zwłaszcza w godzinach nocnych. Wówczas hałas wyjących silników jest bardzo dokuczliwy

Walczmy z decybelami na ulicach

Ten problem poruszyła też użytkowniczka grupy Sąsiedzi Rzeszów Lucy Ozga. Nawołuje internautów do połączenia sił w walce z decybelami. „Rzeszów – Dość nocnego hałasu motorów ścigaczy i aut po tuningu!”. Apel spotkał się z wielkim rezonansem. Część internautów szydziła, inni popierali Lucy Ozgę. Niektóre wpisy mówią o poziomie emocji.

Mxu: „Nie jestem zgredem, ale trzeba być sk..., by bujać się głośnym autem lub motorem nocą po mieście i mieć w d..., że inni chcą spać lub mają małe dzieci”.

Brak wyczucia oraz mózgu

PositiveRaspberry5830 : „Tak to chore, szczególnie koło szpitali, jak gazują, żeby zaszpanować i nie wiem co jeszcze. Leżałam z dzieckiem w Pro-familii i codziennie ktoś tym samym autem i na motorach jeździ... Dziecko aż ze snu wyrywało ... Brak wyczucia oraz mózgu”.

ThoughtfulHeron1964: „Mieszkam w centrum i nie, nie wyprowadzę się, a człowiek normalnie chce spać. Jest lato w mieszkaniu 30 stopni więc okna muszą być otwarte a środek nocy i jeżdżą idioci z pełnym basem

Anonimowy uczestnik 839: „Po Dąbrowskiego jeżdżą na okrągło w nocy te motorzyska...”.

Marek Nowak: „ Gdzie jest policja? Przecież są normy hałasu dla samochodów i motocykli. Przekroczenie - dowód zabrany, laweta i 3000 zł mandatu. Szybko się skończy, tylko trzeba chcieć”.

Wiktor Ostasz: „W Nowym Jorku funkcjonują radary drogowe namierzające źródło hałasu i służące do wystawiania mandatów, w Wielkiej Brytanii i Francji były testowane, w Barcelonie działają bez konsekwencji prawnych - przy odpowiednim nacisku mieszkańców miasto innowacji mogłoby pozyskać takie gadżety. Ale na początek wystarczyłoby kilka dodatkowych żółtych skrzynek na kluczowych arteriach miasta i jazda zrobi się mniej sportowa, a przynajmniej kosztowna”. Mówi się też o zakazie wjazdu motocykli w nocy do najbardziej zagrożonych stref miasta. Oprócz tego władze rozważają montaż infrastruktury obniżającej poziom hałasu na głównych ciągach komunikacyjnych.

W Gdyni będą blokować

Rzeszów nie jest jedynym polskim miastem, które ma problem z ponadnormatywnym hałasem. W Gdyni zakończyły się właśnie konsultacje społeczne dotyczące hałasu ulicznego generowanego przez motocyklistów i właścicieli tuningowanych samochodów. Wyniki konsultacji i rozwiązania mające ograniczyć hałas mają być znane do końca września. Mówi się o całkowitym zakazie wjazdu motocykli do śródmieścia Gdyni, o zakazie wjazdu motocykli w nocy do zagrożonych stref, a także o montażu infrastruktury obniżającej poziom hałasu.

Zagrożenie hałasem

W 2022 roku została opublikowana „Strategiczna mapa hałasu miasta Rzeszowa”. W jej podsumowaniu czytamy, że szacunkowa liczba mieszkańców oraz lokali mieszkalnych eksponowanych na długookresowy hałas pochodzący od ruchu kołowego oceniany wskaźnikiem wyższym niż 55 dB wyniosła 89 500, co stanowi ok. 50 proc. ludności zamieszkałej w Rzeszowie. W przypadku średniego poziomu dźwięku w nocy w wysokości 50 dB wartości te wynoszą 41 400 mieszkańców (ok. 25 proc. ludności). W odniesieniu do wartości dopuszczalnych liczba ludności narażonej na ponadnormatywny hałas wynosi ok. 16 proc. w Rzeszowie.

AKCJA CHARYTATYWNA 0011545013



eprasa.pl c57652424b

0011569986

Panu Doktorowi
Mariuszowi Zającowi

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składa

Zarząd, Dyrekcja oraz Pracownicy
NTM Szpital Specjalistyczny
im. Świętej Rodziny Sp. z o.o.

0011570056

Pani Edycie Borek
Sędziemu Sądu Rejonowego w Rzeszowie
Panu Andrzejowi Borek
Wiceprezesowi Sądu Okręgowego w Rzeszowie

wyrazy głębokiego i szczerego współczucia
z powodu śmierci

Teściowej
Mamy

składają:

kierownictwo, sędziowie, referendarze sądowi
i pracownicy Sądu Rejonowego w Rzeszowie

0011569909

Panu Piotrowi Synoś
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają
Zarząd i współpracownicy ze Spółdzielni Zodiak
w Rzeszowie

0011569966

Pani mgr Annie Zając
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Matki

składają
Rektor, Senat, pracownicy i studenci
Uniwersytetu Rzeszowskiego

REKLAMA 0011561410



ZDROWIE

Wiem, że nic nie wiem – niejasna przyszłość szpitala w Sędziszowie Małopolskim

Dębicki szpital dąży do konsolidacji z uniwersyteckim w Rzeszowie, szpital w Mielcu na razie odstąpił od podobnego pomysłu.

Andrzej Pleś



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Tomasz Baran, dyrektor ZOZ w Ropczycach podkreśla nie najlepszą sytuację finansową lecznicy (ok. 32 mln zł długu) i konieczność zmian

ZOZ w Ropczycach rozważa taki krok, perspektywa połączenia placówek z Rzeszowem przeraża personel szpitala w Sędziszowie Małopolskim, który mu podlega. A tymczasem pielęgniarki nie dostały ustawowej podwyżki, o „wczasach pod gruszą" muszą zapomnieć.

Dyrektor nas straszy

Do 1 sierpnia umowy o pracę pielęgniarek w ZOZ Ropczyce powinny być aneksowane w związku u coroczną ustawową podwyżką płac. Do tej pory aneksowania nie było, nie było ustawowej podwyżki, nie ma informacji kiedy będzie i czy w ogóle będzie.

- Od miesięcy słyszymy od dyrekcji, że szpital nie ma pieniędzy i nie będzie płacił – relacjonuje Nowinom jedna z pielęgniarek prosząc o zachowanie jej personaliów do wiadomości redakcji. – Nikt z nas nie ma odwagi zapytać, czy te podwyżki będą, tu wszyscy są w panice, to już jakaś psychoza. Straszy się nas, że oddział neurologiczny idzie do likwidacji, OIOM do likwidacji, izba przyjęć też, wszystko do likwidacji, przejmie nas uniwersytecki i ze wszystkiego zostanie tylko ZOL (zakład opiekuńczo – leczniczy). Po tym, co stało się z naszym rentgenem, to wszystko jest możliwe, wszyscy możemy wylądować na bezrobociu.

Powołuje się na sytuację sprzed kilku miesięcy, kiedy niespodziewanie cała ośmioosobowa załoga pracowni RTG ropczyckiego Zespołu Opieki Zdrowotnej została zwolniona, a pracownia przestała istnieć.

- Jeden ze zwolnionych pracowników „nasłał" na szpital Państwową Inspekcję pracy, bo dyrekcja od dwóch lat nie wypłaca świadczeń z „wczasów pod gruszą" - dodaje pielęgniarka. - Wnioski o świadczenia wciąż są składane i co z tego, skoro i tak nie płaci.

Nie dostają podwyżek

Perturbacje z ustawowymi podwyżkami płacy dla personelu dotykają nie tylko ropczyckiego ZOZ.

- Taka sytuacja jest w kilku miejscach na Podkarpaciu – potwierdza Ewelina Machnica, przewodnicząca Regionu Podkarpackiego Związku Zawodowego Pielęgniarek i Położnych. - Właśnie dowiedzieliśmy się, że w Nisku dyrektor ZOZ wypowiedział warunki umowy pracownikom medycznym i żeby nie dać im podwyżki obciął im etat na 0,92. W Sanoku płace obcięte do 75 procent. Podobno rewaloryzacja nie została wypłacona w Lubaczowie, w Krośnie też. Właśnie zbieramy dane ze wszystkich szpitali, za jakiś czas będziemy mieli wiedzę, jak wygląda sprawa wynagrodzeń, czy realizowany jest obowiązek rewaloryzacji płac. A w kwestii „wczasów pod gruszą" w Sędziszowie: wiem, że pracownicy interweniowali, nasz mecenas pisał w tej sprawie pisma do dyrektora, który tłumaczył się sytuacją finansową. Musimy się upewnić, że była zgoda związków zawodowych na zawieszenie świadczeń z funduszu socjalnego.

Obniżę swoją pensję o 20 procent

Z końcem lipca Rada Powiatu Ropczycko – Sędziszowskiego podjęła uchwałę, w której „wyraża wolę podjęcia działań zmierzających do przeprowadzenia analiz prawnych, organizacyjnych i finansowych dotyczących możliwości (konsolidacji) połączenia" ropczyckiego ZOZ z rzeszowskim szpitalem uniwersyteckim. W trakcie tej sesji rady powiatu odczytano list napisany przez pracowników ZOZ, w którym autorzy protestują przeciwko konsolidacji – połączenia szpitali.

W odpowiedzi Tomasz Baran, dyrektor ZOZ w Ropczycach, sformułował swój list, w którym podkreśla nie najlepszą sytuację finansową lecznicy (ok. 32 mln zł długu), potrzebę zmian, choć nie przesądza, jakie to zmiany mają być.

Pracowników szczególnie zaalarmowało jedno zdanie z listu dyrektora: „Jeśli wspólnie uznamy, że jednym z elementów wewnętrznej konsolidacji powinny być rozwiązania dotyczące kosztów wynagrodzeń, deklaruję obniżenie własnego wynagrodzenia o 20 proc. Uważam, że odpowiedzialność za podejmowane decyzje powinna zaczynać się od osób zarządzających".

- Wszyscy to odczytali w ten sposób, że wkrótce obetną nam płace – mówi jedna z pielęgniarek.

Dyrektor ropczyckiego ZOZ zapewnia, że nie ma takiej intencji, ale powołuje się na wstępne ustalenia w konsultacjach z załogą, w których pracownicy skłonni są zrezygnować z podwyżek płac, zamiast akceptować ich obniżki.

- Rzeczywiście nie dokonaliśmy w tym roku indeksacji ustawowych podwyżek, co wynika z sytuacji finansowej szpitala – potwierdza.

Widmo redukcji zatrudnienia

Czy podwyżki będą, a jeśli tak, to kiedy? Tego nie wiadomo i nie będzie wiadomo, dopóki nie zapadnie decyzja o tym, jaki zostanie podjęty plan ratowania szpitala w Sędziszowie Małopolskim. Czy konsolidacja ze szpitalem uniwersyteckim spowoduje redukcję zatrudnienia?

- O to należy pytać dyrektora szpitala uniwersyteckiego w Rzeszowie – proponuje dyr. Baran. – Ze wstępnych deklaracji wynika, że redukcji na dużą skalę nie planuje, ale nie wyklucza dostosowania potrzeb kadrowych na niektórych oddziałach.

Zapewnia, że jego deklaracja o rezygnacji z 20 proc. uposażenia, to nie zapowiedź obniżki płac.

©℗

eprasa.pl c57652424b

REGION

Śledztwo w sprawie przyczyn pożaru XVII-wiecznego kościoła w sanockim skansenie

opr. jer

Prokuratura wszczęła śledztwo ws. pożaru, do którego doszło w nocy z soboty na niedzielę na terenie Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku. Całkowicie spłonął drewniany kościół z XVII w. wraz z wyposażeniem. Uszkodzone zostały też dwa budynki znajdujące się w pobliżu.



FOT. Ł. BRYG. KRZYSZTOF ADAMCZYK

Z ogniem w sanockim skansenie walczyło ponad 20 zastępów straży pożarnej. Jednak kościół i dwa zabytkowe obiekty spłonęły

Drewniany kościół pw. św. Mikołaja był jednym z najcenniejszych przykładów dawnej architektury sakralnej prezentowanych w skansenie. Świątynia została wzniesiona w XVII wieku w Bączalu Dolnym koło Jasła, a do sanockiego muzeum została przeniesiona i zrekonstruowana pod koniec lat 70. XX wieku.

Najcenniejszym elementem wyposażenia kościoła były zabytkowe organy. Działający instrument był starszy od samej świątyni.

Jak poinformowała we wtorek rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Krośnie Marta Kolendowska-Matejczuk, śledztwo zostało wszczęte przez Prokuraturę Rejonową w Sanoku w sprawie sprowadzenia zdarzenia zagrażającego życiu lub zdrowiu wielu osób albo mieniu w wielkich rozmiarach. W związku z wagą zdarzenia zostanie ono przejęte do prowadzenia przez Prokuraturę Okręgową w Krośnie.

Nie dało się uratować kościoła

O tej sprawie pisaliśmy w Nowinach. Przypomnijmy. Pożar wybuchł w nocy z soboty na niedzielę. Pracowników ochrony zaalarmował przed godz. 1 sygnał systemu antypożarowego. - Stwierdzono, że w zabytkowym kościele widoczny jest ogień, a na zewnątrz wydobywają się płomienie – podała prok. Kolendowska-Matejczuk.

Mimo, że w działaniach ratowniczo-gaśniczych brało udział ponad 20 zastępów straży pożarnej kościół wraz z zabytkowym, cennym wyposażeniem całkowicie spłonął. - Dla nas jest to niepowetowana strata. Jeden z najstarszych kościołów nie tylko na Podkarpaciu, ale i w Polsce, nasza perła uległa całkowitemu zniszczeniu - podkreślił w niedzielę dyrektor Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku Marcin Krowiak.

Będzie rekonstrukcja?

Częściowo zniszczone ogniem zostały także dwa inne zabytkowe obiekty: Chałupa z Niebocka i stodoła. - Wszystkie budynki były drewniane, świątynia kryta gontem, a dwa pozostałe strzechą – zaznaczyła prokurator.

Na miejscu pożaru przeprowadzone zostały, pod nadzorem prokuratora, oględziny z udziałem biegłego z zakresu pożarnictwa. Przyczyny pożaru są ustalane.

Na razie nie zapadła decyzja, co znajdzie się w miejscu doszczętnie zniszczonego kościoła. Muzeum rozważa dwa rozwiązania: przeniesienie do skansenu innego zabytkowego obiektu odpowiadającego jego profilowi albo rekonstrukcję spalonej świątyni.

- Nie zostały jeszcze podjęte decyzje, czy będzie to rekonstrukcja kościoła, czy też będziemy poszukiwać w terenie takiego obiektu, który spełniałby nasze wymogi, potrzeby i nadawałby się do tego, żeby go do skansenu przenieść - powiedziała kustosz Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku Alicja Typrowicz. ©℗

(PAP)

REKLAMA 0011550896



AKCJA CHARYTATYWNA 0211545649



eprasa.pl c57652424b

RZESZÓW

Problemy z elektroniczną portmonetką. Zapłacił za doładowanie, a pieniędzy nie było na koncie

Wojciech Tatara

Mimo że elektroniczna portmonetka na karcie miejskiej została doładowana w biletomacie, pasażer MPK nie mógł zapłacić nią za bilet.



FOT. FOT. ARCHIWUM POLSKAPRESSE

Pasażer doładowuje konto na karcie i może płacić za przejazdy bez konieczności kupowania tradycyjnego biletu

Do transakcji doszło w biletomacie na przystanku przy ul. Dąbrowskiego w Rzeszowie.

- Na pierwszy rzut oka wszystko było w porządku. Biletomat pobrał pieniądze, wydrukował paragon, więc nie miałem powodów, żeby sądzić, że coś poszło nie tak. Dopiero w autobusie okazało się, że karta jest nieważna. Kupiłem dodatkowo bilet za przejazd, czyli zapłaciłem podwójnie - relacjonuje pan Łukasz.

Na koncie nie ma pieniędzy

Kilka dni później udał się do punktu Zarządu Transportu Miejskiego, aby wyjaśnić problem. Tam ważność karty została przedłużona. Wydawało się więc, że sprawa została rozwiązana. Kiedy jednak pasażer ponownie chciał skorzystać z elektronicznej portmonetki w autobusie, pojawił się kolejny kłopot. System wskazał, że na koncie brakuje pieniędzy.

W praktyce oznaczało to, że mimo wcześniejszego doładowania pieniądze nie pojawiły się na koncie, z którego można było rozliczyć przejazd. - Po przedłużeniu ważności karty chciałem po prostu normalnie z niej korzystać. Tymczasem okazało się, że brakuje środków na wirtualnym koncie. Zastanawiam się więc, co stało się z pieniędzmi, które wcześniej wpłaciłem w biletomacie -mówi pasażer.

Elektroniczna portmonetka jest rozwiązaniem, które pozwala pasażerowi gromadzić pieniądze na karcie miejskiej i wykorzystywać je do opłacania pojedynczych przejazdów. W zależności od zasad obowiązujących w danym systemie opłata może być naliczana automatycznie po przyłożeniu karty do kasownika. Kluczowe jest więc prawidłowe działanie zarówno biletomatu, jak i systemu obsługującego kartę.

Zapytaliśmy Zarząd Transportu Miejskiego w Rzeszowie, dlaczego kwota wpłacona przez pasażera nie pojawiła się na jego koncie oraz czy tego typu problemy występują częściej. ZTM nie przedstawił jednak szczegółowego wyjaśnienia konkretnej transakcji. - Nie może udzielić wnikliwej odpowiedzi na te pytania, ponieważ podanie samego imienia i nazwiska pasażera w niniejszej sprawie nie pozwala nam na tego typu rzetelną i obiektywną weryfikację sprawy. Nasza baza danych zawiera kilkadziesiąt tysięcy danych osobowych w postaci imienia i nazwiska. Samo podanie tych danych nie pozwala więc na jednoznaczne ustalenie, której transakcji dotyczy pytanie- wyjaśnia Beata Hanf, zastępca dyrektora ds. sprzedaży w ZTM Rzeszów.

Zarząd wskazuje, że pasażer powinien skontaktować się z jednostką osobiście i dokładnie opisać zdarzenie. Konieczne jest m.in. podanie dnia, w którym doszło do problemu, rodzaju posiadanego biletu oraz numeru karty. Dopiero wtedy ZTM deklaruje możliwość szczegółowego sprawdzenia sprawy. ©℗

NASZE SPRAWY

Schroniskowe psy na wystawie w Jarosławiu. Sztuka ma pomóc im znaleźć dom

Klaudia Oronowicz-Chudzik

To nietypowe połączenie sztuki i pomocy bezdomnym zwierzętom można zobaczyć w Jarosławiu. W D Galerii Sztuki pojawili się wyjątkowi bohaterowie - 14 psów ze Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt w Orzechowcach.

Wystawa „Orzeszki na salonach" jest częścią projektu „Schronisko Osobowości". Psy ze schroniska zostały przedstawione na wyjątkowych fotografiach autorstwa Małgorzaty Bazylewicz. Przy zdjęciach znalazły się informacje o charakterach i historiach czworonogów oraz numer telefonu do schroniska.

To bardzo fajna i nietypowa forma promocji adopcji. Dzięki wystawie odwiedzający mogą nie tylko zobaczyć dzieła sztuki ponad 100 artystów, ale także poznać konkretne psy, które czekają na swoich ludzi.

Pomysł jest prosty, ale może przynieść piękny efekt. Każdy z 14 czworonożnych bohaterów dostał swoją „wizytówkę" - fotografię wraz z opisem. Można ją zabrać ze sobą. Być może zdjęcie psa, które ktoś zobaczy podczas wizyty w galerii, sprawi, że zainteresuje się jego losem, zadzwoni do schroniska, a historia zakończy się prawdziwą adopcją.

To właśnie w tym tkwi największa wartość tej inicjatywy - sztuka staje się sposobem na pokazanie psów, które na co dzień nie mają możliwości same zaprezentować się potencjalnym opiekunom.

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Orzechowcach jest jednostką organizacyjną Urzędu Miasta Przemyśla. Obecnie pod opieką ponad 200 zwierząt.

Wystawę można oglądać do końca sierpnia w D Galerii Sztuki przy Rynku 2 w Jarosławiu. To dobra okazja, żeby przy okazji obejrzeć prace ponad 100 artystów i poznać 14 schroniskowych bohaterów.

Może któryś z nich szczególnie zapadnie Czytelnikom w pamięć? A może właśnie od obejrzenia takiej wystawy zacznie się jego droga do nowego domu? ©℗



FOT. MAŁGORZATA BAZYLEWICZ

Psy, które pozując do zdjęć, wierzą, że znajdą swój prawdziwy dom

AKCJA CHARYTATYWNA 0011554915



eprasa.pl c57652424b

BEZPIECZEŃSTWO

Jezioro Tarnobrzeskie z łódki WOPR. Alkohol, brawura i brak kamizelek

Najbardziej rzucają się w oczy deski SUP. W tym sezonie jest ich wyjątkowo dużo. Jedni użytkownicy płyną blisko brzegu, inni wypuszczają się na środek jeziora. Nie wszyscy mają kamizelki

Wioletta Wojtkowiak

Dzień po pierwszym wypadku śmiertelnym w tym sezonie, towarzyszyłam ratownikom WOPR podczas patrolu Jeziora Tarnobrzeskiego.

Już po kilku minutach widać, z czym mierzą się każdego dnia. Na środku akwenu ludzie na deskach SUP bez kamizelek, niektórzy leżą na nich i opalają się. Dalej od brzegu płyną ludzie na materacach i dmuchanych kołach. Część z nich jest naprawdę daleko od plaży.

Ratownicy podpływają, rozmawiają, zwracają uwagę. Niektórym wystarczy krótkie ostrzeżenie. Inni reagują zdziwieniem. - Głównym grzechem jest oddalanie się od brzegu, niezabezpieczanie się w żaden sposób. Wypływanie na materacach, na kółkach, na różnych flamingach - mówi Kamil Sławek, ratownik WOPR z Tarnobrzega.

To nie jest jednorazowa sytuacja. Ratownicy i policjanci mają nad Jeziorem Tarnobrzeskim całodobowe dyżury i takich interwencji w sezonie są setki. Najbardziej rzucają się w oczy deski SUP. W tym sezonie jest ich wyjątkowo dużo. Jedni użytkownicy płyną blisko brzegu, inni wypuszczają się na środek jeziora. Nie wszyscy mają kamizelki. - Przede wszystkim lekceważą całkowicie polecenia służb. Nie zakładają kamizelek asekuracyjnych. Często ich nawet nie mają na pokładzie - mówi ratownik.

Jak tłumaczy, w przypadku SUP-ów przepisy nakładają obowiązek posiadania odpowiednich środków ratunkowych.

- Każdy uczestnik ruchu wodnego na desce SUP jest traktowany w prawie polskim jako statek. Każdy statek musi mieć środki ratunkowe. W tym wypadku jedna osoba to jedna kamizelka asekuracyjna - wyjaśnia.

Częsty argument użytkowników SUP-ów brzmi: „Przecież mam smycz". Linka przypięta do nogi rzeczywiście utrzymuje człowieka przy desce, ale nie zastępuje kamizelki.

- To nie jest środek w żaden sposób asekuracyjny – podkreśla Kamil Sławek.

Ratownicy zwracają też uwagę na same deski. Część z nich jest jednokomorowa. Wystarczy uszkodzenie, żeby użytkownik znalazł się w wodzie.



FOT. WIOLETTA WOJTKOWIAK

Patrol ratowników wodnych na Jeziorze Tarnobrzeskim. Kamil Sławek i Bartek Karaś

„Pod panią jest 16 metrów"

Podczas patrolu ratownicy nie ograniczają się do strzeżonego kąpieliska. Reagują również tam, gdzie ludzie wypływają poza wyznaczone strefy.

Pod jednym z krótkich filmów zamieszczonych na Facebooku, pokazujących pracę ratowników, ktoś oburzył się, jak ratownik może zwracać uwagę osobie pływającej w niestrzeżonej części jeziora. Właśnie wtedy powinien zwrócić uwagę. Nie czeka przecież, aż człowiek zacznie tonąć. Jeśli widzi kogoś bez kamizelki, daleko od brzegu, próbuje zareagować wcześniej.

- Najskuteczniej działa jednak ukaranie przez policję. Do wyobraźni wypływających bez kamizelek, za daleko przemawia też: „Dzień dobry, pod panią jest 16 metrów głębokości" - opowiada Sławek.

Jezioro Tarnobrzeskie ma maksymalnie około 42 metrów głębokości. Woda w wielu miejscach bardzo szybko przestaje być płytka.



FOT. WIOLETTA WOJTKOWIAK

Policyjne kontrole trzeźwości na Jeziorze Tarnobrzeskim są codziennością

Z łodzi dobrze widać też, jak szybko ludzie oddalają się od brzegu na sprzęcie, który nie jest przeznaczony do ratowania człowieka. Materac, dmuchane koło czy flaming pozwalają wypłynąć kilkadziesiąt metrów, ale nie zapewniają bezpieczeństwa w sytuacji, gdy ktoś nagle znajdzie się w wodzie.

Wystarczy zachłyśnięcie, skurcz, osłabienie czy panika. Z brzegu taki człowiek jest mały, a z wody jeszcze trudniejszy do zauważenia. Dlatego ratownicy reagują również na pozornie spokojne sytuacje.

Alkohol i rowerek wodny z wódką

Kolejny grzech plażowiczów i pływających to alkohol.

- Niejednokrotnie spotykamy się ze spożywaniem alkoholu na jednostkach pływających - mówi Kamil Sławek.

Pamięta sytuację sprzed kilku lat. Było już ciemno, kiedy podpłynął do rowerka wodnego. Na pokładzie była duża butelka wódki i słoik ogórków.

- Mężczyźni stwierdzili, że o co chodzi w ogóle, dlaczego przypłynąłem. Tak naprawdę ciężko było im zlokalizować, gdzie się znajdują, gdzie niebo, a gdzie ziemia, a gdzie woda - wspomina.

Na plaży też bywało absurdalnie. W poprzednim sezonie w tłumie ktoś smażył naleśniki na turystycznej kuchence gazowej.

- Słowem, tu wszystko może się zdarzyć - mówi ratownik.

Te obrazki z niedzielnego patrolu trudno jednak oglądać w oderwaniu od wydarzeń sprzed kilku dni. W sobotę, 15 sierpnia na Jeziorze Tarnobrzeskim doszło do tragedii. Mężczyzna znalazł się pod wodą. Mimo podjętej akcji ratunkowej jego życia nie udało się uratować. To pierwsza ofiara kąpieli w sezonie letnim 2026.

Następnego dnia jezioro ponownie było pełne ludzi. Upał przyciągnął dziesiątki tysięcy plażowiczów. Ratownicy WOPR i policjanci pracują w sezonie na całodobowych dyżurach, w dzień pilnują strzeżonych kąpielisk. Na obszarach niestrzeżonych stoją tablice z zakazem kąpieli. Mimo nich ludzie wchodzą do wody.

Kamil Sławek mówi, że ratownicy nie mają wpływu na wszystkie zachowania ludzi. Mogą jednak reagować, kiedy widzą zagrożenie.

- Robimy, co możemy, żeby to wszystko się dzisiaj szczęśliwie zakończyło, żebyśmy nie mieli tu żadnej tragedii. Żeby rozsądek zwyciężył, żeby brawura nie wygrała - mówi.

Tak właśnie wygląda najważniejsza część ich pracy. Nie z syrenami i akcją ratunkową, ale ta, której często nikt nawet nie zauważa: podpłynięcie do człowieka, rozmowa z kimś na materacu, zwrócenie uwagi na brak kamizelki.

Chodzi przecież o to, żeby nic złego się nie wydarzyło. ©℗

eprasa.pl c57652424b

PUPIL ROKU 2026

Dzięki nim pupile są zdrowe, zadbane i szczęśliwe!

(ka)

Każdy opiekun słodkiego czworonoga, przyjaznego gada, małego płaza czy kolorowego ptaka wie, że troska o pupila nie kończy się na codziennym karmieniu, spacerze czy sprzątaniu klatki. Czasem potrzebna jest pomoc specjalisty - gdy zwierzak choruje, gdy sierść zakrywa mu oczy albo zaczyna być niesforny. W takich sytuacjach z pomocą przychodzą ludzie, którzy na co dzień pracują ze zwierzętami - ludzie, który rozumieją ich potrzeby. Pies nagle zaczyna szczekać bez powodu. Kot drapie meble i nie daje się dotknąć. Papuga przestaje śpiewać, a długowłosy pupil nie pozwala rozczesać swojej sierści. W takich sytuacjach sama miłość do zwierzęcia czasem nie wystarcza. Potrzebny jest ktoś, kto potrafi zrozumieć problem i wie, jak pomóc.

Weterynarz dba o zdrowie, behawiorysta pomaga zrozumieć zachowanie, trener uczy zwierzę i jego opiekuna lepszej komunikacji, a groomer troszczy się o komfort i wygląd pupila. Choć każdy z tych zawodów wymaga innych umiejętności, łączy je jedno - praca z żywymi, czującymi stworzeniami, które nie potrafią powiedzieć, co im dolega. Weterynarz niejednokrotnie musi działać szybko, by uratować zdrowie, a nawet życie zwierzęcia. Behawiorysta pomaga wtedy, gdy za trudnym zachowaniem kryje się lęk, stres albo niezaspokojone potrzeby. Dobry trener nie tylko uczy psa komend, ale przede wszystkim pomaga opiekunowi lepiej się z nim porozumieć. Groomer z kolei wie, że pielęgnacja to coś więcej niż lśniąca sierść czy krótkie pazury. To także wygoda, bezpieczeństwo i spokój podczas każdego zabiegu.

W poprzednich publikacjach poznawaliśmy historie wyjątkowej więzi między zwierzętami a ich opiekunami. Tym razem chcemy spojrzeć na tę relację z drugiej strony. - Bo za chwilą, w której pies znów spokojnie wychodzi na spacer, kot przychodzi się łasić, papuga zaczyna śpiewać, a pupil bez lęku pozwala się pielęgnować, często stoi ktoś, kto wiedział, jak mu pomóc. Czasem wystarczy właściwa diagnoza. Innym razem potrzebna jest praca nad zachowaniem, cierpliwość podczas treningu albo odpowiednia pielęgnacja. Niezależnie od tego, z jakim problemem przychodzi opiekun, najważniejsze jest jedno - żeby jego zwierzę czuło się dobrze i bezpiecznie - mówi Katarzyna Adamczyk, która od strony redakcyjnej opiekuje się akcją Pupil Roku. Dlatego dziś chcemy przedstawić ludzi, którzy każdego dnia robią coś ważnego dla naszych zwierząt.

Poznajmy więc specjalistów, których wiedza i doświadczenie mają realny wpływ na zdrowie, zachowanie i komfort pupili. To opowieści o ludziach, którzy troską pomagają zwierzętom wracać do zdrowia, odzyskiwać spokój i znów cieszyć się tym, co najprostsze.

BEHAWIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT



Marek Leitner
Szkolenie psów Psia Akademia Podaj-Łapę, Przemyśl

Marek Leitner, prowadzący szkolenie psów Psia Akademia Podaj-Łapę w Przemyślu, od ponad 30 lat pomaga psom i ich opiekunom. Jak podkreśla, jego droga zawodowa od początku opiera się na miłości i szacunku do psów - istot myślących, czujących i posiadających własną świadomość. Praca z psami daje mu ogromną radość, spokój i satysfakcję. - Robię to co kocham, praca z psami sprawia Mi ogromną radość, przynosi ulgę i spokój - podkreśla. Przez lata miał okazję pracować z tysiącami kursantów i ich czworonogami, pomagając zarówno w codziennym szkoleniu, jak i w rozwiązywaniu większych problemów. Najważniejsze pozostaje dla niego dobro psa oraz wsparcie jego opiekuna.

Szczególną radość przynoszą mu sukcesy wychowanków - zarówno psów, które dzięki wspólnej pracy odnajdują właściwą drogę, jak i ich opiekunów, którzy uczą się lepiej rozumieć swoich podopiecznych. - Zawsze dobro psa było i jest dla mnie priorytetem - zaznacza.

WETERYNARZ



FOT. FACEBOOK.COM/AGAMA.PRZYCHODNIA

Beata Romankiewicz
Agama, Rzeszów

Beata Romankiewicz od ponad 40 lat pomaga zwierzętom. Jej zainteresowanie weterynarią zaczęło się już w dzieciństwie - dorastała w dużej lecznicy na Pomorzu, gdzie jej mama prowadziła laboratorium dla zwierząt. To właśnie tam przyglądała się pracy lekarzy weterynarii i odkrywała swoje przyszłe powołanie. Studia weterynaryjne ukończyła w Lublinie w 1987 roku, a doświadczenie zdobywała m.in. w Klinice dla Małych Zwierząt w Gdańsku Oliwie. Był to czas epidemii parwowirozy, dlatego praca z ciężko chorymi pacjentami i wykonywanie dożylnych wlewów były codziennością. Po przyjeździe do Rzeszowa nie przestała się rozwijać. Regularnie uczestniczy w konferencjach, sympozjach i warsztatach, a także ukończyła studia podyplomowe z chorób psów i kotów. W gabinecie przyjmuje nie tylko psy i koty, ale również zajęczaki i gryzonie. - Najważniejsze w mojej pracy jest zaufanie – zarówno zwierzęcia, jak i jego opiekuna. Bez niego nie da się skutecznie pomagać - podkreśla.

GROOMER



Renata Bieńczak
Twój Pupil Salon pielęgnacji zwierząt, Brzozów

- Praca ze zwierzętami nauczyła mnie przede wszystkim uważności i cierpliwości. Każde z nich jest inne – ma swój charakter, swoje lęki, radości i własną historię. Często wystarczy kilka minut, by zobaczyć, że za nieśmiałym spojrzeniem czy drżeniem łapek kryje się ogromne zaufanie, które trzeba dopiero zdobyć - opowiada Renata Bieńczak. Zwierzęta bardzo często pokazują, ile miłości i troski otrzymują na co dzień. Widać to po tym, jak reagują na swoich opiekunów – z jaką radością do nich wracają i jak bardzo im ufają. Ale zdarzają się też zwierzęta, które potrzebują więcej czasu, bo życie nie zawsze było dla nich łaskawe. Jako groomer nie tylko dba o wygląd zwierząt. - Czasem moją największą satysfakcją jest moment, gdy przestraszony pies po zakończonej wizycie podchodzi po głaskanie albo macha ogonem, jakby mówił: „Już się nie boję". To drobne chwile, ale właśnie one przypominają mi każdego dnia, że zaufanie jest jednym z najpiękniejszych darów - mówi.

Groomer Roku

1. **Aleksandra Bijan,** Merdam - strzyżenie i Pielęgnacja psów, Przemyśl
2. **Anita Buszta,** Sonia Salon strzyżenia i pielęgnacji psów i kotów, Łańcut
3. **Renata Bieńczak,** Twój Pupil Salon pielęgnacji zwierząt, Brzozów

Sklep Zoologiczny Roku

1. **Sklep Zoologiczny Amore Zoo,** Rzeszów, Piłsudskiego 44
2. **Smaczna Chwila,** Rzeszów, Podkarpacka 14A
3. **Zoo Iguana - Sklep Zoologiczny,** Rzeszów, al. Okulickiego 6

Weterynarz Roku

1. **Karolina Krząstek-Łukawska,** PetCare, Rzeszów
2. **Beata Romankiewicz,** Agama, Rzeszów
3. **Artur Sączawa,** Gabinet Weterynaryjny AS, Nowa Dęba

Behawiorysta/Trener Zwierząt Roku

1. **Michał Szczypta,** Michalus K9, Strzyżów
2. **Marek Leitner,** Szkolenie psów Psia Akademia Podaj-Łapę, Przemyśl

Czytaj więcej o akcji na nowiny24.pl/pupil

eprasa.pl c57652424b

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Twarz ferrytynowa podbija sieć. Czy po wyglądzie naprawdę można rozpoznać niedobór żelaza?

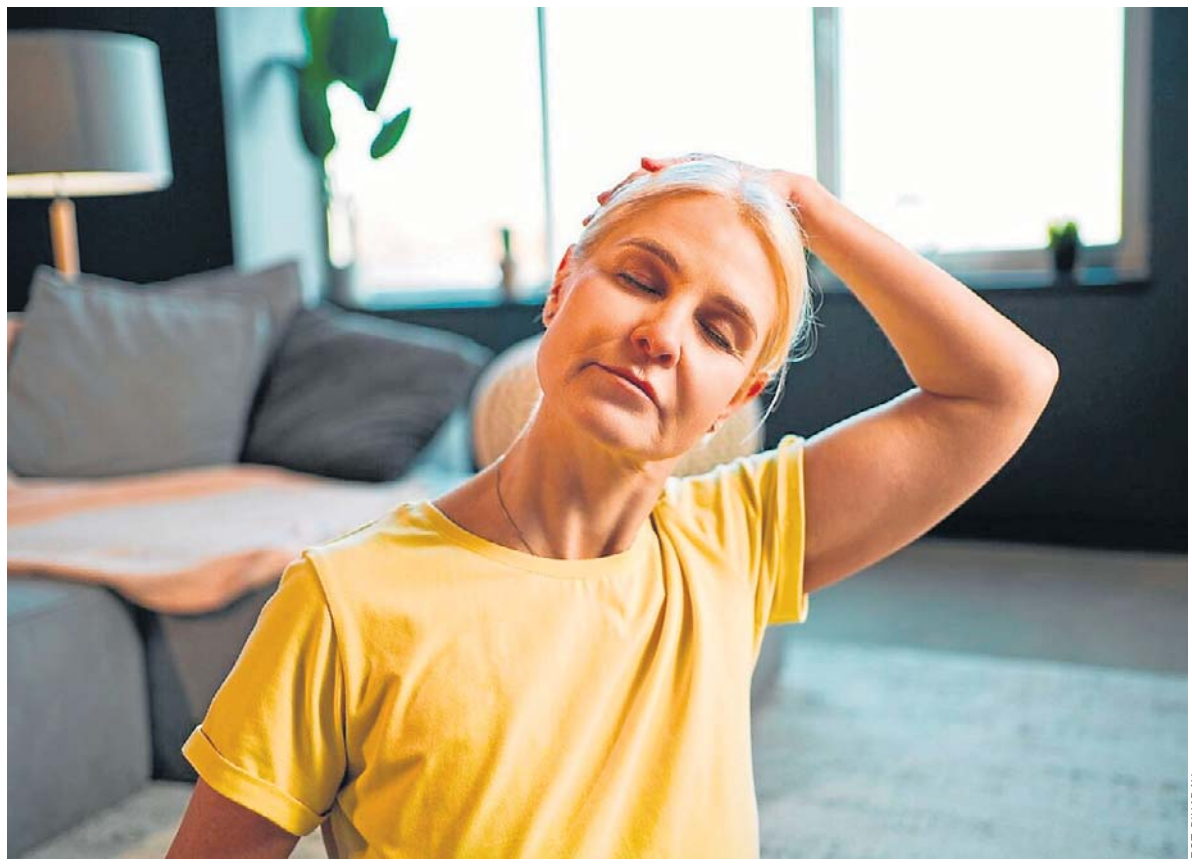
AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

Grozi ostry ból, zwyrodnienie i dyskopatia. Jak zapobiec syndromowi SMS-owej szyi?

Syndrom szyi SMS-owej dotyka zarówno dorosłych, jak i dzieci. Konsekwencją są dolegliwości bólowe, a nawet trwałe zwyrodnienia i dyskopatia. Co fizjoterapeuta radzi osobom korzystającym ze smartfonów i tabletów?

Emil Hoff

Coraz częściej odczuwasz ból w okolicach szyi i karku? Mrowią cię ramiona? To może wcale nie być kwestia niewygodnego fotela do pracy przy biurku. Tzw. syndrom szyi SMS-owej staje się powoli kolejną chorobą cywilizacyjną i może dopaść praktycznie każdego.



FOT. PIXABAY

Jeśli często korzystasz ze smartfona, koniecznie sprawdź, jak zapobiec powstaniu bolesnej dolegliwości, tzw. szyi SMS-owej

Czym jest syndrom SMS-owej szyi?

- Jest to przeciążenie w obrębie kręgosłupa szyjnego. Najczęściej pojawia się w wyniku długotrwałego, statycznego korzystania z urządzeń mobilnych lub utrzymywania głowy przez dłuższy czas w pochylonej pozycji – tłumaczy Damian Wiśniewski, fizjoterapeuta Szpitala Carolina Grupy Lux Med.

Syndrom szyi SMS-owej lub smartfonowej (ang. Text Neck Syndrome lub Head Down Syndrome) dotyka więc nie tylko osób pracujących zza biurka, ale wszystkich korzystających ze smartfonów czy tabletów, także – coraz częściej – dzieci.

Skutki długotrwałego przeciążenia szyi mogą być poważne. Osoby cierpiące na syndrom SMS-owej szyi odczuwają zdrętwienie lub nawet ostry ból w okolicach szyi, karku i głowy, bóle napięciowe mięśni, a nawet bóle głowy i gałek ocznych. Dolegliwości mogą rozlewać się na ramiona, powodując mrowienie i drętwienie rąk.

Syndrom szyi SMS-owej może też powodować trwałe zmiany w ciele, co jest szczególnie groźne w przypadku dzieci.

- Długotrwałe przeciążenie może nasilać istniejące zmiany zwyrodnieniowe lub stanowić jeden z czynników sprzyjających rozwojowi dyskopatii odcinka szyjnego kręgosłupa – ostrzega Damian Wiśniewski.

Osoby, które silnie odczuwają dolegliwości związane z przeciążeniem szyi, karku i głowy, powinny zgłosić się do fizjoterapeuty, który przyniesie im doraźną ulgę za pomocą technik rozluźniających i zaplanuje rehabilitację, która pomoże trwale pozbyć się problemów związanych z szyją SMS-ową.

Zamiast leczyć ból i odrętwienie, lepiej zapobiegać powstawaniu syndromu SMS-owej szyi. Jest na to kilka sposobów.

- Aby zapobiegać dolegliwościom, warto trzymać telefon na wysokości wzroku oraz robić regularne przerwy podczas korzystania z urządzeń mobilnych – mówi Damian Wiśniewski.

– Pomocne jest również wykonywanie odpowiednio dobranych ćwiczeń.

Ćwiczenia zapobiegające syndromowi SMS-owej szyi są proste i możesz wykonać je w czasie przerwy w korzystaniu z telefonu czy tabletu.

Polegają na cofaniu brody, łączeniu łopatek, robieniu skłonów bocznych szyi czy prostowaniu górnej części pleców.

Ból szyi najczęściej oznacza nadmierne napięcie mięśni w obrębie szyjnego i piersiowego odcinka kręgosłupa.

Dolegliwości mogą dotyczyć większego obszaru, a więc także karku oraz głowy. Wywołujący je stan zapalny może wystąpić także z tyłu czaszki czy przerodzić się w napięciowe bóle głowy.

Bolesne napięcie mięśni szyi może wynikać z działania stresu, a także ich przeciążenia, np. w związku z nieodpowiednią pozycją podczas spania czy pracy.

Przyczyną bólu jest przeciążenie mięśni i kości, wywołane długotrwałym pochylaniem głowy podczas korzystania z telefonu albo tabletu lub też korzystaniem z tych urządzeń bez zmiany pozycji ciała.

W takiej sytuacji szczególnie zalecane są odpowiednie ćwiczenia, które pomogą rozluźnić problematyczne miejsca i zmniejszyć nacisk na kręgi szyjne.

Jeżeli jednak pomimo ćwiczeń ból szyi nie przechodzi, należy udać się do lekarza ortopedy. Przyczyną dolegliwości może być bowiem dyskopatia albo inne zwyrodnienie, a także wady postawy wymagające korekcji, osteoporoza czy choroby zapalne tkanki łącznej.

Jak rozluźnić mięśnie szyi?

Ćwiczenia na szyjny odcinek kręgosłupa najlepiej wykonywać codziennie lub co drugi dzień.

Ważne, by robić to delikatnie, jednocześnie wsłuchując się w sygnały płynące z ciała, ponieważ przy zbyt mocnym, gwałtownym, a także nieprawidłowym rozciąganiu może dojść do urazów.

Ćwiczenia na szyję nie powinny być przy tym szczególnie bolesne. Jeśli tak się zdarzy, trzeba je natychmiast przerwać.

Czas wykonywania ćwiczeń jest zmienny – każde należy robić do momentu, aż pojawi się pierwsze uczucie rozciągnięcia.

Rozciągające ćwiczenia na kręgosłup szyjny

- Usiądź prosto na krześle, ławeczce, ew. stań. Jeśli dopiero zaczynasz, możesz pominąć udział ręki i jedynie przechylać głowę w bok.
- Unieś rękę i połóż dłoń wnętrzem na głowie w okolicy przeciwległego ucha.
- Odchyl ręką głowę w kierunku barku do chwili pojawienia się pierwszego uczucia rozciągania po jego przeciwległej stronie, przez kilka do 30 sekund. Podczas fazy rozciągania pochylaj głowę w bok, ale pilnuj, by tułów i bark po stronie rozciąganej były nieruchome.
- Przełóż rękę na stronę głowy, w którą jest ona pochylona, po czym powoli odepchnij ją do pozycji wyjściowej.
- W ten sam sposób rozciągnij drugą stronę szyi.

Rozciąganie bocznych mięśni szyi

- Stań prosto albo usiądź okrakiem na ławeczce, dłonie oparte między udami.
- Utrzymując nieruchomy tułów i barki przekręć głowę w bok i utrzymaj pozycję.
- Oddychaj regularnie przez 30 sekund, po czym wróć do pozycji wyjściowej.
- Powtórz rozciąganie z drugiej strony szyi.

Fizjoterapeuci sugerują powolne, kontrolowane aktywności, które można również wykonywać w pozycji siedzącej. Szyja lubi płynne ruchy, a nie szarpnięcia.

Podążanie za ruchem wraz z oddechem pomaga rozluźnić nie tylko mięśnie, ale także ten element stresu, który często gromadzi się tuż między ramionami.

Regularna aktywność fizyczna sprawia, że szyja jest silniejsza i lepiej reaguje.

eprasa.pl c57652424b

STOMATOLOG RADZI

Luźna proteza zębowa. Co robić, gdy proteza się rusza lub wypada?

Ruszająca się proteza to problem, z którym zmaga się wielu seniorów. Skutki nie ograniczają się wyłącznie do dyskomfortu.

oprac. Ola Głowacka

Problemy z uzębieniem, brak zębów lub źle dopasowana proteza często przekładają się na codzienne wybory żywieniowe. To z kolei może mieć wpływ na rozwój wielu schorzeń, takich jak niedożywienie, nadwaga, otyłość, miażdżyca czy cukrzyca.

Luźna proteza. Jakie mogą być konsekwencje?

– W obu przypadkach scenariusz jest podobny: senior zaczyna unikać twardszych produktów, znacząco zawężając swoje codzienne menu. Zamiast wartościowych posiłków, na talerzu częściej pojawiają się miękkie produkty przeładowane węglowodanami prostymi, a ubogie w najważniejsze składniki odżywcze.

Rezygnują ze świeżych owoców i warzyw na rzecz łatwiejszych do pogryzienia, wysoko przetworzonych produktów. Brak funkcjonalnego uzębienia może też mieć odwrotne konsekwencje, czyli prowadzić do niedożywienia, bo osoba starsza ma obolałe dziąsła i rezygnuje z posiłku w ogóle – opisuje lek. dent. Eduard Vlasenko z Medicover Stomatologia.

Specjaliści przypominają, że proces starzenia dotyczy także zębów. Z czasem dochodzi do ścierania ich powierzchni, zmian w strukturze szkliwa, a także do ukruszeń, przemieszczeń czy chorób jamy ustnej. Dodatkowo niekorzystne nawyki, w tym palenie papierosów, mogą przyspieszać utratę uzębienia. W efekcie wraz z wiekiem liczba braków zębowych zwykle rośnie.

Dlaczego proteza traci stabilność?

Najczęściej stosowanym rozwiązaniem w przypadku rozległych braków zębowych lub całkowitego bezzębia pozostaje ruchoma proteza akrylowa. Utrzymuje się ona na tkankach miękkich jamy ustnej, czyli dziąsłach, dlatego nie zapewnia siły gryzienia porównywalnej z naturalnym uzębieniem. Z biegiem czasu jej stabilność może się dodatkowo pogarszać.

– Problemy ze stabilnością protezy akrylowej wynikają z kilku czynników. Przede wszystkim z czasem dochodzi do zaniku kości wyrostka zębodołowego, czyli kości, w której ulokowane były zęby, ale także po prostu do zużycia materiału protezy. Doraźnie pacjenci wspomagają się preparatami mocującymi w postaci pasty lub proszku lub też wykorzystują podściółki i podkładki poprawiające stabilność. Gdy zauważamy, że musimy tego używać codziennie, warto zgłosić się do protetyka na ponowne dopasowanie. Może on wykonać relining, czyli podścielenie, które poprawi komfort użytkowania – wyjaśnia stomatolog.



FOT. FREEPIK

Proteza narażona jest na działanie sił mechanicznych, zmiennych temperatur i obciążeń związanych z gryzieniem

Jeśli w łuku zostały pojedyncze zęby, można wykonać pracę protetyczną szkieletową mocowaną klamrami, to takie metalowe haczyki, lub bezklamrową, która utrzymuje się dzięki zatrzaskom zamocowanym w koronach zębów.

Co zrobić, gdy proteza się rusza?

Eksperci podkreślają, że akrylowa proteza nie jest rozwiązaniem na całe życie. Jej maksymalny okres użytkowania szacuje się na około pięć lat. Po tym czasie materiał stopniowo się zużywa i może przestać prawidłowo spełniać swoją funkcję.

Każdego dnia proteza narażona jest na działanie sił mechanicznych, zmiennych temperatur i obciążeń związanych z gryzieniem. To sprawia, że czasem konieczna jest wcześniejsza kontrola protetyczna lub korekta dopasowania. Duże znaczenie ma także odpowiednia higiena jamy ustnej.

Nawet osoby całkowicie pozbawione zębów nie powinny zaniedbywać codziennej higieny jamy ustnej. Stan dziąseł i błon śluzowych ma bezpośredni wpływ na komfort użytkowania protezy.

– Wbrew pozorom należyte dbanie o higienę jamy ustnej ma zasadniczy wpływ na stabilność protezy. Choć w przypadku bezzębia nie próchnica jest zagrożeniem, to pojawiać się będą wszelkiego typu dolegliwości związane z tkankami miękkimi, począwszy od prozaicznych otarć czy aft, przez owrzodzenia, stany zapalne, na grzybicy kończąc, a w sytuacjach utrzymujących się wiele lat: także nowotwory. Nawracające stany zapalne nie tylko powodują przejściowy obrzęk dziąseł, ale z czasem mogą też przyspieszać zanik tkanek pod protezą. W obu przypadkach zmienia się kształt podłoża, przez co proteza przestaje być dopasowana – przestrzega ekspert Medicover Stomatologia.



FOT. GETTY IMAGES

Zatkany nos, który przez długi czas nie ustępuje? To może być poważny sygnał alarmowy

U LARYNGOLOGA

Ten pozornie błahy objaw może oznaczać nowotwór. Lekarz apeluje o czujność

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Jak ostrzega prof. Wojciech Golusiński, jednostronnie zatkany nos, który nie ustępuje mimo leczenia, może być sygnałem poważnej choroby i wymaga pilnej konsultacji lekarskiej.

W okresie wakacyjnym zatkany nos to dla wielu z nas coś normalnego. Winą zwykle obarczamy klimatyzację, pyłki roślin lub letnie infekcje. Lekarze ostrzegają jednak, że przewlekła, jednostronna niedrożność nosa nie powinna być lekceważona.

Lekarz: to może być sygnał nowotworu

– Jest jeden objaw, którego nie możemy nigdy bagatelizować. Jeżeli zatkany nos dotyczy tylko jednej strony, jeżeli nie przechodzi mimo leczenia przeciwzapalnego, mimo stosowania kropli, należy się bezwzględnie zgłosić do lekarza – prof. dr hab. n. med. Wojciech Golusiński z Polskiego Towarzystwa Nowotworów Głowy i Szyi.

Jak wyjaśnił ekspert, ten pozornie błahy objaw może świadczyć o rozwijającym się w naszym organizmie nowotworze.

– Objawy nowotworów nosa i zatok przynosowych są niecharakterystyczne, często podobne do przewlekłej alergii lub przewlekłego zapalenia zatok przynosowych, dlatego bądźmy czujni – zaapelował specjalista.

Oprócz utrzymującego się, jednostronnego zatkania nosa taki nowotwór może objawiać się także nawracającymi krwawieniami z nosa, przewlekłą wydzieliną z nosa, zaburzeniami węchu oraz bólami głowy.

U pacjentów, u których występuje zaawansowane stadium choroby, mogą pojawić się również ból i obrzęk twarzy, rozchwianie zębów, deformacja policzka, szczękościsk czy wytrzeszcz gałki ocznej. Charakterystyczne jest to, że dolegliwości często dotyczą tylko jednej strony nosa lub twarzy, co powinno skłonić do pilnej konsultacji ze specjalistą.

Do jakiego specjalisty się udać?

Jeśli obserwujesz u siebie podobne objawy, koniecznie zgłoś się do lekarza otorynolaryngologa (laryngologa).

Otolaryngolog to skrócone i uproszczone określenie lekarza posiadającego specjalizację w dziedzinie otorynolaryngologii. Termin ten jest połączeniem łacińskich nazw narządów będących w obszarze zainteresowań tej specjalizacji: otis (ucho), larynx (krtań) i rhinos (nos). Stąd też lekarze, potocznie nazywani laryngologami, to specjaliści przeszkoleni w diagnostyce medycznej i chirurgicznej oraz leczeniu pacjentów z chorobami i zaburzeniami ucha, nosa, gardła i powiązanych z nimi narządów głowy i szyi.

Specjalista w pierwszej kolejności przeprowadzi wstępne badanie endoskopowe. W przypadku potwierdzenia zmiany niezbędna będzie dalsza diagnostyka i leczenie pod opieką poradni onkologicznej albo kliniki chirurgii głowy i szyi.

eprasa.pl c57652424b

ZDROWE NOGI



FOT. ZLIKOVEC/123RF

Żylaki nóg najczęściej tworzą się w obrębie łydek, gdzie ciśnienie krwi w naczyniach żylnych jest największe

Owrzodzenia, skrzepliny, otwarte rany. Jak pozbyć się żylaków?

Wystające żyły na nogach są często nieszkodliwe. Mimo to żylaki mogą przeszkadzać, ponieważ powodują uczucie ciężkości nóg.

oprac. Emil Hoff

Delikatne czerwone, niebieskawe lub fioletowe naczynka prześwitują przez skórę na nogach. To typowe objawy dla pajączków naczyniowych. Często występują one razem z grubszymi żyłami, które uwypuklają się i tworzą zgrubienia. W języku potocznym nazywa się je żylakami.

Badania wskazują, że od 20 do 30 procent dorosłych w Niemczech ma żylaki, które powinny być leczone. Takie dane podaje Niemieckie Towarzystwo Flebologii i Limfologii (DGPL).

Poznaj odpowiedzi na pięć palących pytań na temat żylaków i pajączków.

Czym różnią się pajączki naczyniowe od żylaków?

Pajączki to najdrobniejsze, powierzchownie położone żyłki skórne o średnicy poniżej jednego milimetra.

Żylaki natomiast to większe żyły o średnicy około trzech milimetrów. Wyraźnie uwypuklają się na nodze.

Pajączki mogą być pierwszą wskazówką, że rozwija się choroba żylakowa.

Najczęściej jednak są nieszkodliwe. Żylaki również często są niegroźne. Mogą jednak wiązać się z dolegliwościami takimi jak uczucie ciężkości nóg, napięcia czy obrzęki. Jeśli tak jest, warto zgłosić się do lekarza lub lekarki, aby poddać żylaki leczeniu.

Jakie są czynniki ryzyka wystąpienia żylaków?

– Żylaki często są uwarunkowane genetycznie. Nierzadko do powstania żylaków prowadzi także wrodzona wiotkość tkanki łącznej.

Dalsze czynniki ryzyka to oprócz wahań hormonalnych, na przykład w przebiegu ciąży, także nadwaga, brak ruchu i przebyte w przeszłości zakrzepice. Wraz z wiekiem rośnie prawdopodobieństwo rozwoju żylaków. Kobiety są dotknięte nieco częściej niż mężczyźni.

Jak dochodzi do powstania żylaków?

U podłoża leży osłabienie żył. Zadaniem żył jest transport krwi z nóg do serca, wbrew sile ciążenia. - Tak zwane zastawki żylne zapobiegają cofaniu się krwi w dół. Jeśli nie zamykają się już prawidłowo, dochodzi do zastoju krwi w nogach. Z czasem krew rozszerza wtedy żyły – stają się one widocznie uwypuklone.

Zaburzony odpływ krwi prowadzi ponadto do obrzęków. Poza tym, wskutek podwyższonego ciśnienia, krew przedostaje się do tkanek. Tam organizm rozkłada krew. Jednak często część hemoglobiny, czyli czerwonego barwnika krwi, pozostaje w tkance. Skóra może stopniowo przybierać brunatny odcień i stać się twardsza.

Jakie zagrożenia zdrowotne mogą wiązać się z żylakami?

W ciężkich przypadkach powstają tak zwane otwarte rany na nogach, czyli owrzodzenie podudzia.

Nawet przy drobnych urazach rany wtedy nie goją się w ogóle albo goją się bardzo powoli. Lekarze określają to jako owrzodzenie żylne podudzi (*ulcus cruris venosum*). Jeśli takie rany ulegną zapaleniu, na przykład wskutek działania bakterii, możliwe są zagrażające życiu infekcje, takie jak sepsa.

Żylaki niosą ryzyko nie tylko otwartych ran, lecz także zapaleń żył czy zakrzepicy.

Najważniejsze wskazówki na co dzień

Osoby mające żylaki lub skłonność do nich powinny dużo się ruszać . Należy też co jakiś czas poruszać stopami, aby krew nie zalegała w nogach.

Pływanie czy gimnastyka także wspierają żyły nóg. I jeszcze jedno: lepiej unikać nadwagi.

TRYCHOLOGIA

Nadmierne wypadanie włosów i choroby skóry głowy mogą znacząco obniżać komfort życia

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Kosmetolog i trycholog Paulina Sobkowiak w rozmowie ze Stroną Zdrowia ujawniła, że niektóre pozornie niewinne nawyki, takie jak chodzenie spać z mokrymi włosami czy regularne noszenie ciasnych upięć, mogą bardzo negatywnie odbić się na kondycji włosów i skóry głowy.

Z jakimi problemami trafiają do trychologa Polacy?

– Najczęściej spotykam się z problemem wypadania włosów. Coraz więcej pacjentek zgłasza się również z chorobami skóry głowy, takimi jak łuszczyca, łojotokowe zapalenie skóry, uporczywe swędzenie czy łupież. Często są one związane z naszymi codziennymi nawykami pielęgnacyjnymi i błędami, z których wcześniej nie zdawałyśmy sobie sprawy – mówi Paulina Sobkowiak, kosmetolog i dyplomowany trycholog.

Jak wskazuje ekspertka, wilgotne włosy przez wiele godzin utrzymują na skórze głowy ciepłe i wilgotne środowisko, które sprzyja namnażaniu się grzybów oraz bakterii. W efekcie może dochodzić do zaburzenia naturalnej równowagi mikrobiomu skóry głowy i pojawienia się różnych dolegliwości.

Specjalistka zwraca uwagę, że niekontrolowany rozwój drobnoustrojów może przyczyniać się do występowania problemów takich jak łupież, uporczywy świąd czy stany zapalne skóry głowy.

Za każdym problemem z włosami stoi człowiek i jego emocje. Niektóre sytuacje są dla specjalistów szczególnie trudne, zwłaszcza gdy dotyczą dzieci lub chorób prowadzących do trwałej utraty włosów.

Różne rodzaje łysienia

– Najtrudniejsze są zwykle przypadki dzieci z łysieniem plackowatym. To schorzenie, które dla najmłodszych pacjentów jest nie tylko problemem zdrowotnym, ale także źródłem dużego stresu i wielu trudnych emocji – mówi ekspertka.

Przypadki łysienia bliznowaciejącego mogą prowadzić do nieodwracalnej utraty włosów. Jak wyjaśnia trycholog, część takich przypadków ma podłoże mechaniczne i wynika z wieloletnich nawyków.

– Zdarza się, że przyczyną są bardzo ciasne upięcia noszone regularnie przez długi czas. Wówczas linia włosów zaczyna się cofać i rozwija się tzw. łysienie trakcyjne. Jeśli problem jest ignorowany i taki sposób noszenia włosów utrzymuje się przez lata, może dojść do łysienia bliznowaciejącego. W mieszku włosowym powstaje wtedy blizna, a w miejscu jej wystąpienia włosy niestety nie odrosną – tłumaczy.

Coraz częściej pacjentki zgłaszają się także z łysieniem androgenowym. Wbrew powszechnej opinii za ten rodzaj łysienia nie odpowiada przede wszystkim stres. Ten częściej przyczynia się do łysienia telogenowego, czyli okresowego wypadania włosów, które zwykle trwa około trzech lub czterech miesięcy i często ustępuje samoistnie. Łysienie androgenowe jest natomiast silnie związane z gospodarką hormonalną.

Współczesna trychologia dysponuje dziś wieloma metodami, które pozwalają spowolnić postęp choroby.



FOT. FREEPIK

Leczenie łysienia plackowatego obejmuje metody podawania substancji czynnych wprost do skóry głowy

eprasa.pl c57652424b

PROGRAMOWO



G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Mine obraża się na babcię za zabranie zdjęcia rodziny, lecz po przeprosinach godzi się z nią i pozwala jej zatrzymać fotografię. Ayfer pociesza Meltem, przekonując ją, by nie rezygnowała z Buraka, natomiast Burak wyjaśnia Meltem, że zawsze traktował ją wyłącznie jak przyjaciółkę. Halil bezskutecznie ponagla Remziego w poszukiwaniach Tahsina i Pakize. Munevver zgadza się, by Mine zaczęła wychodzić z Suzan na spacery, a Halil przyznaje Burakowi, że coraz trudniej znosi ukrywanie prawdy przed szefową.

G. 15:05

La Promesa – pałac tajemnic

TVP 2

Salvador i Vera podejrzewają, że Lope wpadł w poważne tarapaty. Choć sam nie chce nic mówić, wszystko wskazuje właśnie na to. Lorenzo wypytuje natomiast Alonsa o Marię Antonię. Hrabia de Ayala zdobywa się na hojny gest i daje Martinie w prezencie diamentowy naszyjnik. Konflikt Virtudes z Simoną i Candelą ponownie się zaostrza. Służba postanawia urządzić w La Promesie dyskretne czuwanie ku czci donii Píi.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Julka nie wraca do domu na noc, a roztrzęsiony Igor bezskutecznie wydzwania do niej. Nowak dopada Leona i zmusza go, by ściągnął do siebie Julię. Gdy to się udaje, ojciec siłą zaciąga dziewczynę do domu. Widzi, że jest naćpana i znajduje w jej torbie narkotyki. Ostrowski radzi Igorowi szukać ośrodka odwykowego. Słysząc to Julka krzyczy, że się zabije. Nowak jest przerażony... Agnieszka chce pomóc Tomkowi i innym chłopakom. W tym celu próbuje załatwić trenera koszykówki dla ośrodka poprawczego, ale żadna z fundacji nie dysponuje takimi środkami. Olszewska nie chce się poddać i proponuje mężowi, żeby sami założyli fundację i pomogli chłopcom. Ryszard jednak uważa, że to strata czasu i pieniędzy. Agnieszka obraża się na męża! W międzyczasie Juliusz podejmuje decyzję: zamierza powiedzieć profesor Agier prawdę – że jest jej... Januszem z internetu. Rezygnuje jednak, gdy słyszy od ukochanej, że dziś umówiona jest na randkę z mężczyzną, którego poznała podczas konferencji medycznej. Juliusz skutecznie ukrywa rozczarowanie. Jako były szpieg od razu obmyśla plan zlikwidowania nowego absztyfikanta Krystyny.

G. 16:00

Dziedzictwo

TVP 1

Poyraz jest przekonany, że Nana odwzajemnia jego uczucia i postanawia dokończyć przerwaną rozmowę. Aynur otrzymuje kwiaty i zaproszenie na kolację od Kvanca, lecz mimo nacisków Adalet nie potrafi zapomnieć o Sinanie. Sinan również wybiera się na romantyczną kolację z Ezgi, choć myśli tylko o Aynur. Mert wyznaje Nanie, że od dawna kocha Nazli. Yusuf po chorobie wraca do szkoły. Poyraz ponownie próbuje porozmawiać z Naną, lecz ta znów ucieka przed konfrontacją.

G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Derya nie jest w stanie być obojętna na los Yoncy. Namawia Cemila, by przyjąć pod dach młodą kobietę wraz z jej dzieckiem. Ten pomysł niespecjalnie się Cemilowi podoba, ale jeszcze mniej podoba mu się perspektywa życia z obrażoną i rozczarowaną Deryą... Sinem wygarnia Melihowi, co o nim myśli. Tymczasem Engin zaprasza rodzinę Devegliolu na odczytanie listu zmarłej Yasemin. Beyza boi się, że Yasemin zza grobu zdradzi jej tajemnicę i zrujnuje wszystko.

G. 18:25

Akacjowa 38

TVP 1

Blanca i Diego nie mają szczęścia... Gdy planują odebrać Moisesa ze szpitala, stan chłopca ponownie się pogarsza. Malca znów zaczyna nękać wysoka gorączka. W międzyczasie Lolita zdobywa się na owagę i przyznaje się Antonitowi, że uszkodziła jego wynalazek. Samozwańczy wynalazca ani myśli poddawać się z powodu tak trywialnych przeszkód. Zamiast zrezygnować z pomysłu i załamać ręce, Antonito rozpoczyna prace nad udoskonaleniem wycieraczek samochodowych. Poświęca im całą swoją uwagę i dostępny czas. Z kolei El Pena postanawia samodzielnie spłacić dług wobec don Felipe. Łatwo nie będzie, ale jest zdeterminowany, by wyrównać rachunki do ostatniego grosza. Lucia dowiaduje się, że niejaki markiz Valmez uwzględnił ją w testamencie zapisując jej comiesięczną rentę w wysokości tysiąca peset.



eprasa.pl c57652424b

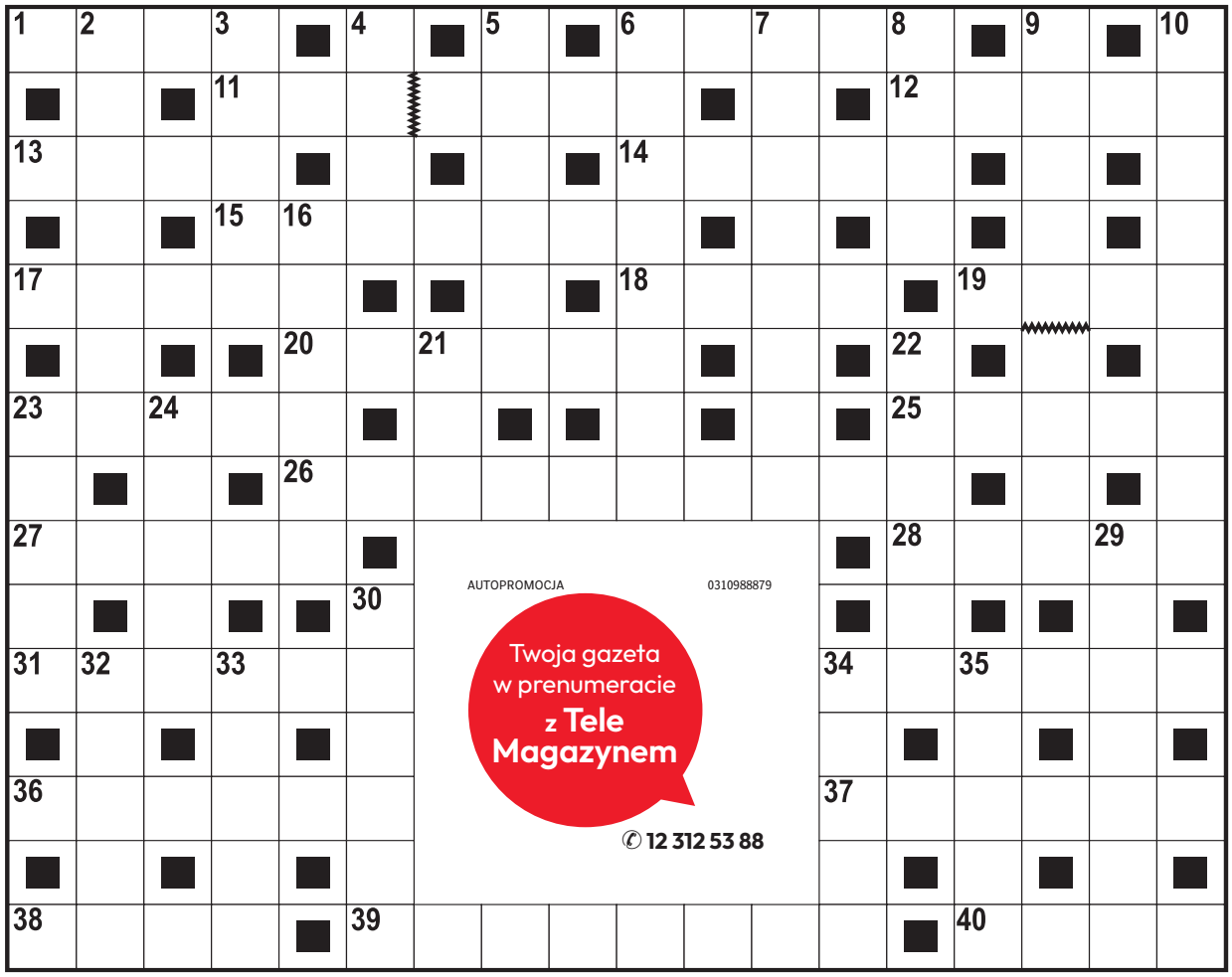
KRZYŻÓWKA NR 127

Poziomo:

1) kartka wrzucona do urny,
6) przywódca sekty chasydów,
11) istota, która przynosi zło, kusi człowieka,
12) zawiadomienie o wysłaniu paczki,
13) krzywa płaska, kształtem zbliżona do elipsy,
14) kolejny szczebel w karierze,
15) skład broni, zbrojownia,
17) pszenica o kłującym kłosie,
18) niezbędny do oddychania,
19) palestyńskie miasto nad Morzem Śródziemnym,
20) japoński producent samochodów osobowych,
23) ptak drapieżny z rodziny sokołowatych,
25) cesarz rzymski podejrzewany o podpalenie Rzymu,
26) podróż z przyczepą kempingową,
27) obszerne okrycie wierzchnie z peleryną,
28) leczniczy wyciąg wodny z ziół,
31) zarys przedmiotu, szkic,
34) wyrósł z brzydkiego kaczątka,
36) na czele spółdzielni,
37) odgłos pracy silnika,
38) rzymski bóg wojny,
39) „… braci”, amerykański serial wojenny,
40) drobny skorupiak arktyczny.

Pionowo:

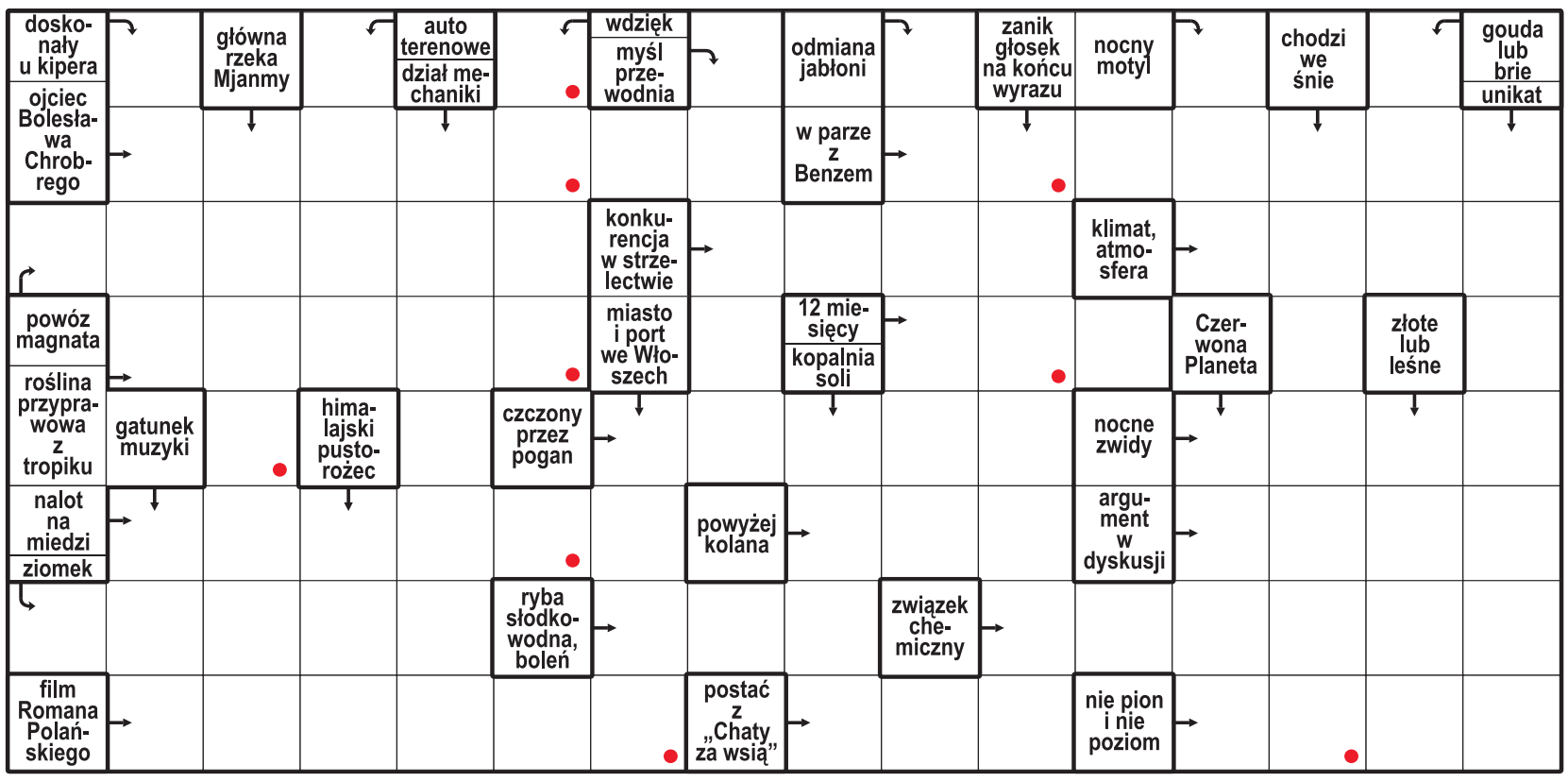
2) miejsce odwiedzane przez rybaków,
3) … Orlich Gniazd, biegnie z Krakowa do Częstochowy,
4) laska – atrybut Dionizosa,
5) miejsce pracy boga Hefajstosa,
6) dodatkowa praca, ale mało ambitna,
7) małe, okrągłe cukierki,
8) nakrycie głowy budowlańca,
9) panowanie nad sobą, samokontrola,
10) pracuje na polu podczas żniw,
16) ptak inaczej nazywany rudzikiem,
21) gęsty, wiekowy las iglasty,
22) wełna królików lub kóz,
23) naczynie na herbatę,
24) tytuł niższy od hrabiego,
29) trele-morele, banialuki,
30) centralny punkt tarczy strzeleckiej,
32) Barack, 44. prezydent Stanów Zjednoczonych,
33) woreczek na miedziaki, kabza,
34) mebel dla rezerwowych,
35) popularna zabawa dziecięca.



ROZWIĄZANIE NR 126

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: CZAROWNIK.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, lecz bez pośpiechu. Horoskop dzienny to wskazówka, by zaufać intuicji.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojna rozmowa pomoże Ci rozwiązać ważną sprawę. Horoskop na dziś radzi znaleźć czas na odpoczynek.

Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawe spotkanie. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że otworzysz nowe drzwi.

Byk (20.04 - 20.05)
Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązanie. Horoskop dzienny to wskazówka, by nie ignorować przeczuć.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś mówi, że to dobry dzień, by pokazać swój talent.

Rak (22.06 - 22.07)
Cierpliwość pomoże Ci nadrobić zaległości. Horoskop dzienny na środę radzi wieczorem odłożyć obowiązki.

Lew (23.07 - 22.08)
Dzień sprzyja spotkaniom. Horoskop dzienny wróży, że szczerość pomoże Ci odzyskać harmonię w relacjach.

Panna (23.08 - 22.09)
Zaufaj przeczuciom, szczególnie przy decyzjach. Horoskop na dziś mówi, że czeka Cię niespodzianka.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowa propozycja może zmienić Twoje plany. Horoskop na dziś podpowiada, by nie bać się ryzyka.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny sugeruje nie przejmować się drobnymi przeszkodami.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywny pomysł może przynieść Ci korzyści. Horoskop na dziś radzi zaufać własnemu zdaniu.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Potrzebujesz spokoju i przestrzeni. Horoskop dzienny na środę mówi, że szczera rozmowa przyniesie ulgę.

eprasa.pl c57652424b

DROBNE

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIĘ elektromonterów do pracy w Rzeszowie.
tel. 507-174-375

ZATRUDNIĘ spawacza elektrycznego z książeczką lokalizacja Rzeszów tel. 507-174-375

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów montaż wkładów i nasad - 17 8623831

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

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011570086

Na podstawie Postanowienia z dnia 11.06.2024 roku GL1G/GU/311/2024 syndyk masy upadłości Aneta Brachaczek sprzeda z wolnej ręki majątek wchodzący w skład masy upadłości dłużnika Marty Dudek na następujących warunkach:

1. **Przedmiotem sprzedaży jest:**
   - udział ½ w nieruchomości gruntowej niezabudowanej zlokalizowanej w gminie Jawornik Polski, obręb Hucisko Jawornickie, opisanej w ewidencji gruntów działkami numer: 1542 o powierzchni 0,2200 ha, 1544 o powierzchni 0,3200 ha, 1545 o powierzchni 0,1545 ha, dla której IV Wydział Ksiąg Wieczystych Sądu Rejonowego w Przeworsku prowadzi księgę wieczystą numer PR1R/00050255/8. Cena wywoławcza obniżona jest o **85%** i wynosi **3 800,00 zł.**
2. Sprzedaż udziału 1/2 w prawie własności nieruchomości gruntowej niezabudowanej następuje na podstawie ustawy z dnia 28 lutego 2003 roku Prawo Upadłościowe (dalej jako PU), kodeksu cywilnego.
3. Sprzedaż może nastąpić za cenę nie niższą niż wskazana wyżej cena wywoławcza.
4. Szczegółowy opis przedmiotu sprzedaży będzie udostępniony przez syndyka masy upadłości w odpowiedzi na zapytanie oferenta oraz jest dostępny na stronie internetowej syndyka www.syndyk.de.
5. Oferty w języku polskim lub w tłumaczeniu na język polski przez przysięgłego tłumacza w zaklejonych kopertach uniemożliwiających ich otwarcie z wyraźnym i czytelnym oznaczeniem oferenta, a także z dopiskiem „Postępowanie na sprzedaż udziału 1/2 w prawie własności nieruchomości gruntowej niezabudowanej dłużnika Marty Dudek – NIE OTWIERAĆ" winny być dostarczone **do dnia 2.09.2026 roku** na adres: Kancelaria Syndycy Śląscy Aneta Brachaczek Ul. Traugutta 31/1, 44-370 Pszów. **Liczy się data wpływu.**
6. Składający ofertę na nabycie przedmiotu postępowania powinien pod rygorem nierozpoznania oferty przez syndyka wpłacić na rachunek bankowy ***Organizatora*** prowadzony w Santander Bank Polska O/Rybnik o numerze **91 1090 0088 0000 0001 5926 9567 wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej.** Złożenie chociażby jednej oferty wystarcza do odbycia postępowania na sprzedaż ww. składnika majątku.
7. Rozpoznanie ofert nastąpi **w dniu 3.09.2026 r. o godzinie 12.00** w **Kancelarii Syndyka w Pszowie ul. Traugutta 31/1** w obecności wszystkich zainteresowanych. Wyboru najkorzystniejszej oferty stosując kryterium ceny dokona syndyk masy upadłości. O dokonanym wyborze niezwłocznie zostaje w formie elektronicznej powiadomiony oferent, którego cena została przyjęta.
8. Zastrzega się możliwość odwołania w całości lub w części postępowania lub też jego unieważnienia na każdym etapie bez podania przyczyny.

Cały regulamin określający zasady i formę składania oferty zakupu, jak i wymogi formalne tej oferty szczegółowo określone są na stronie syndyka www.syndykat.com.pl lub po uprzednim kontakcie z Syndykiem masy upadłości Anetą Brachaczek.

Wszelkich informacji dot. przedmiotu sprzedaży udziela Syndyk masy upadłości Aneta Brachaczek i Kancelaria Syndyka (kom. 530 219 068), mail: aneta.brachaczek@syndykat.com.pl, sylwia.ciuberek@syndykat.com.pl

Można również skontaktować się z wyżej wymienioną osobą celem umówienia się na obejrzenie przedmiotu sprzedaży. Nieruchomość dostępna jest również na stronie Kancelarii Syndycy Śląscy - www.syndykat.com.pl

REKLAMA 0011568938

Rada Nadzorcza Kopalni Siarki „Machów" S.A. w likwidacji z siedzibą w Tarnobrzegu

zaprasza uprawnione podmioty do składania ofert na badanie sprawozdania finansowego Spółki Kopalnia Siarki „Machów" S.A. w likwidacji za rok 2026 i 2027

1. Przedmiot zamówienia obejmuje badanie sprawozdania finansowego za okres **od 1 stycznia 2026 roku do 31 grudnia 2026 roku i od 1 stycznia 2027 roku do 31 grudnia 2027 roku** (2 lata) oraz sporządzenie sprawozdania z badania sprawozdania finansowego zawierającego informację o tym, czy sprawozdanie finansowe jest prawidłowe oraz rzetelnie i jasno przedstawia sytuację majątkową i finansową, jak też wynik finansowy badanej Spółki oraz o prawidłowości ksiąg rachunkowych stanowiących podstawę jego sporządzenia.
2. Badanie należy przeprowadzić zgodnie z ustawą z dnia 29.09.1994 r. o rachunkowości, (Dz.U. z 2018 r. poz. 395 z późniejszymi zmianami) i ustawą z 11.05.2017 r. o biegłych rewidentach, firmach audytorskich oraz o nadzorze publicznym (Dz.U. z 2017 r. poz. 1089 z późniejszymi zmianami).
3. Biegły rewident po przedłożeniu sprawozdania z badania sprawozdania finansowego, obowiązany będzie do udziału w posiedzeniu Rady Nadzorczej podczas oceny ww. sprawozdania finansowego oraz do obecności (o ile to będzie konieczne) na Zwyczajnym Walnym Zgromadzeniu zatwierdzającym sprawozdanie finansowe za dany rok obrotowy, w celu złożenia stosownych wyjaśnień i informacji, jeżeli przedmiotem obrad są sprawy finansowe Spółki.
4. Biegły rewident zobowiązany będzie do przekazania Radzie Nadzorczej sporządzanych dla Zarządu Spółki (w formie tzw. listu do Zarządu) informacji o ewentualnych problemach w systemie rachunkowości Spółki.
5. Oferta powinna zawierać:
   - Informację o oferencie, w tym: o formie prowadzenia działalności, wpisie do rejestru biegłych rewidentów, wpisie na listę podmiotów uprawnionych do badania sprawozdań finansowych, liczbie zatrudnionych biegłych rewidentów.
   - Oświadczenie o spełnieniu przez biegłego rewidenta ustawowo określonych warunków do wyrażenia bezstronnej i niezależnej opinii o badanym sprawozdaniu finansowym.
   - Cenę ryczałtową netto i brutto zawierającą wszystkie koszty za badanie sprawozdania finansowego za poszczególne lata.
   - Określenie składu zespołu przeprowadzającego badanie, z wyszczególnieniem osób posiadających uprawnienia biegłego rewidenta.
   - Wskazanie metod i terminów badania sprawozdania finansowego wraz z udziałem w inwentaryzacji.
   - Dokument stwierdzający posiadane ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej oferenta.
   - Wykaz podmiotów badanych w okresie ostatnich trzech lat z zaznaczeniem jednostek prowadzących taką samą lub zbliżoną działalność jak Kopalnia Siarki „Machów" S.A. w likwidacji oraz korzystających z dotacji.
6. Termin przedłożenia sprawozdania z przeprowadzonego badania sprawozdania finansowego: **do dnia 31 marca 2027 roku za rok obrotowy 2026 oraz do dnia 31 marca 2028 roku za rok obrotowy 2027.**
7. Zainteresowani proszeni są o złożenie pisemnych ofert w zamkniętych kopertach z dopiskiem „OFERTA NA BADANIE SPRAWOZDANIA FINANSOWEGO KOPALNI SIARKI „MACHÓW" S.A. W LIKWIDACJI ZA LATA 2026-2027" w terminie **do dnia 21 września 2026 roku pod adresem:**
   Rada Nadzorcza Kopalnia Siarki „Machów" S.A. w likwidacji
   ul. Wyspiańskiego 12, 39-400 Tarnobrzeg
   Za datę złożenia oferty uważa się datę wpływu oferty do siedziby Spółki. Oferty złożone po upływie terminu określonego do ich przyjmowania nie podlegają rozpatrzeniu.
8. Otwarcie i rozpatrzenie ofert nastąpi na najbliższym po tej dacie posiedzeniu Rady Nadzorczej, najpóźniej **do dnia 30 września 2026 roku.**
9. Rada Nadzorcza zastrzega sobie prawo odstąpienia od wyboru oferty bez podania przyczyny i ponoszenia jakichkolwiek skutków prawnych i finansowych.
10. Niezbędnych do złożenia oferty dodatkowych informacji o Spółce może udzielić Kierownik Działu Księgowo-Organizacyjnego i Kadr, telefon: 570060290.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

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

ibo.polskapress.pl

WYPADEK AUTOKAROWY NA WĘGRZECH

Większość internautów wini system przewozów

red.

78 proc. internautów za tragiczny wypadek autokaru z polskimi pielgrzymami na Węgrzech wini zaniedbania w systemie przewozów, w tym zmęczenie kierowców i oszczędności na bezpieczeństwie - wynika z raportu Res Futury.

W katastrofie, do której doszło w nocy z soboty na niedzielę zginęło 12 osób.Z raportu opublikowanego w niedzielę przez Europejski Kolektyw Analityczny Res Futura wynika, że temat wypadku polskiego autokaru na Węgrzech osiągnął w internecie zasięg 10 mln.

Analitycy oszacowali, że najwyższy zasięg w polskiej infosferze, sięgający 78 proc., miały treści wskazujące, że za tragedią stoją zaniedbania ze strony systemu przewoźników drogowych. Jak wyliczono, najczęściej pojawiające się zarzuty dotyczyły: przemęczenia kierowców, podjęcia decyzji o nocnej jeździe zamiast wyboru dodatkowego noclegu, niezapiętych pasów przez pasażerów oraz oszczędzania na bezpieczeństwie podczas wyjazdów pielgrzymkowych. Internauci w swoich komentarzach „kierują zarzut wprost pod adresem konkretnego przewoźnika i organizatora wyjazdu z przekonaniem, że to ich decyzje, a nie przypadek, doprowadziły do tragedii".

Jednocześnie 22 proc. internautów wyrażało przekonanie, że doszło do nieszczęśliwego wypadku, nie wskazując na winnych.

Według ekspertów, w sieci pojawiły się także antyklerykalne oraz złośliwe komentarze wobec praktyk pielgrzymkowych. Ich autorzy w ten sposób odnosili się do faktu, że pasażerowie autobusu wracali do kraju z sanktuarium maryjnego w Medjugorje w Bośni i Hercegowinie.

Inna, mniej popularna narracja wiązała się z komentarzami po opublikowaniu oficjalnych kondolencji, które pojawiły się parę godzin po zdarzeniu. Analitycy podali, że gesty solidarności z ofiarami i ich rodzinami wyrażane przez polityków, zarówno ze strony rządzącej jak i opozycji, wywołały w sieci spór o to, czy były one „wystarczająco szybkie, konkretne i wolne od kalkulacji wizerunkowej".

Według raportu Res Futury, dominującymi emocjami wśród internautów były złość i oburzenie (20 proc.), które rozkładały się między krytykę przewoźnika lub organizatora pielgrzymki, a oburzenie na osoby wykorzystujące tragedię do celów politycznych.

W sieci uwidocznił się też cynizm i czarny humor (11 proc.). Objawiało się to złośliwymi i drwiącymi komentarzami, publikowanymi głównie przez osoby niechętne tradycji pielgrzymkowej.

Wraz z publikacją szczegółów wypadku oraz informacji o tożsamości ofiar w polskiej sieci ujawniły się także żal i smutek (7 proc.) oraz współczucie i empatia (5 proc.).

Statystyki pokazały także, że 6 proc. komentarzy wyrażało oczekiwanie, że dojdzie do zaostrzenie kontroli przewoźników oraz przepisów dotyczących czasu pracy kierowców. Autorzy takich wpisów zażądali realnych działań ze strony Ministerstwa Infrastruktury i Głównego Inspektoratu Transportu Drogowego.

Wojewódzki Inspektorat Transportu Drogowego w Rzeszowie poinformował, że skontroluje przedsiębiorstwo, które organizowało przejazd pielgrzymów. Inspektorzy sprawdzą m.in. czas pracy i odpoczynku kierowców, ich uprawnienia oraz dokumentację firmy.

Do wypadku doszło w niedzielę około godz. 1 na węgierskiej autostradzie M3, w rejonie miejscowości Mezokeresztes we wschodniej części kraju. Autokarem podróżowało 59 obywateli Polski, wracających z pielgrzymki w Bośni i Hercegowinie. 12 osób zginęło, a 10 kolejnych, będących w bardzo ciężkim stanie, trafiło do szpitali na Węgrzech. Wszystkie ofiary śmiertelne to dorośli mieszkańcy województwa podkarpackiego.

(PAP)

eprasa.pl c57652424b

PIŁKA NOŻNA

Puchacz u bram Ligi Mistrzów. Gra o marzenia

Jakub Jabłoński

Tymoteusz Puchacz, niesiony niezwykłym wsparciem żony Oliwii, zagra w pierwszym meczu o awans do fazy ligowej Ligi Mistrzów. Rywalem azerskiego Sabah Baku w Bukareszcie będzie Hapoel Beer Szewa. Początek dzisiaj o godz. 21.00.

Tymoteusz Puchacz i o rok młodsza Oliwia Nincević poznali się na zwykłej imprezie w jednym z warszawskich klubów. Szybko dały o sobie znać strzały Amora. Partnerka piłkarza – prywatnie influencerka – przyznała, że początkowo nie wiedziała, iż spotyka się ze znanym zawodnikiem. Z każdym miesiącem nie było już jednak jej trudno się domyślić. Towarzyszyła mu także przy przeprowadzce do Azerbejdżanu. W maju tego roku para zakochanych wzięła ślub. Lewy obrońca nie zwlekał z decyzją długo, po której zaczął... regularnie grać. Kibice szybko to zauważyli i domagają się jego powrotu do reprezentacji, w której brakuje piłkarzy na jego pozycję.

– Wyczuwam konotację tutaj. Kiedyś nie myślałem o tym, że może tak to wpłynąć na mnie, ale małżeństwo i to, że spotkałem swoją drugą połówkę, ukształtowało mnie jako osobę i pomaga mi w rozwoju jako człowiek, ale też jako piłkarz – mówił ostatnio w Kanale Sportowym. – Dlatego myślę, że jest to duże połączenie i ta dobra forma, to, co się teraz dzieje, ma duży wpływ. Oliwka ma duży wpływ na mnie – mówił zakochany piłkarz w rozmowie z Mateuszem Borkiem.



FOT. DAVE ROWNTREE/PPAUK/SHUTTERSTOCK

Dwumecz z izraelskim Hapoelem Beer Szewa dzieli Tymoteusza Puchacza od awansu do elitarnej Ligi Mistrzów

Do pięknych obrazków z udziałem pary doszło po końcowym gwizdku meczu z Aarhus GF (4:0), w którym Puchacz pomścił Lecha Poznań (którego jest wychowankiem) za wstydliwe odpadnięcie już na etapie II rundy eliminacji do Ligi Mistrzów. W pewnym momencie podszedł pod trybunę, na której czekała jego partnerka, a następnie ją ucałował.

Polak jest podstawowym wyborem trenera Sabah Baku, z którym sięgnął po mistrzostwo Azerbejdżanu. W tegorocznych eliminacjach do elitarnej Ligi Mistrzów notował kapitalne liczby. Zagrał we wszystkich sześciu meczach. Bramki jeszcze nie zdobył, ale już na koncie ma trzy asysty. Teraz znalazł się u bram elitarnych rozgrywek. Ostatnią przeszkodą będzie izraelski Hapoel Beer Szewa – zdecydowany faworyt starcia z Sabah Baku. Puchacz zagra o spełnienie marzenia. Jeszcze nigdy nie wystąpił w Lidze Mistrzów. Dotąd szczytem była Liga Europy i Konferencji.

Gdzie obejrzeć mecz Hapoel Beer Szewa – Sabah Baku?

Początek pierwszego meczu na wyjeździe w Bukareszcie Hapoel Beer Szewa – Sabah Baku zaplanowano na dziś, 19 sierpnia, o godz. 21.00. Transmisja będzie dostępna wyłącznie na płatnym kanale Canal+Extra 2. Spotkanie skomentują Gabriel Rogaczewski oraz Dawid Szymczak. Stream za opłatą – na stronie i aplikacji Canal+Online. Rewanż tydzień później w Baku.

Również dzisiaj NK Celje, którego piłkarzem jest kontuzjowany Łukasz Bejger, zagra na wyjeździe ze Slovanem Bratysława. Natomiast Bodo/Glimt zmierzy się z holenderskim NEC Nijmegan.

TENIS

Iga Świątek wciąż bez porażki na amerykańskiej ziemi. Do wzięcia ponad pół miliona

Paweł Wiśniewski

Iga Świątek jest już w 4. rundzie prestiżowego turnieju tenisowego WTA 1000 „Cincinnati Open" (pula nagród: 7 433 076 dolarów). O ćwierćfinał zmierzy się dzisiaj z Francuzką Diane Parry. To oznacza również premię w wysokości 154 210 dolarów, czyli ok. 575 000 złotych.

Do imprezy rozgrywanej na kortach twardych kompleksu „Lindner Family Tennis Center" w Mason – około 35 km na północ od centrum Cincinnati w stanie Ohio – przystąpiły w sumie aż cztery nasze tenisistki.

Pierwsza odpadła – już w 1. rundzie – Magda Linette (po porażce z Rumunką Eleną-Gabrielą Ruse 0:6, 3:6).

Nieco dłużej pograły Maja Chwalińska i Magdalena Fręch. Pierwsza przekonująco wygrała z Hiszpanką Cristiną Bucșa 6:2, 6:2, ale w 3. rundzie musiała uznać wyższość rosyjską tenisistką Diany Sznajder 2:6, 6:7(3).

Z kolei 28-letnia Łodzianka najpierw odprawiła Antonię Ruzić z Chorwacji 6:2, 7:5, potem Łotyszkę Jelenę Ostapenko (z którą od niedawna współpracuje były trener Igi Świątek Piotr Sierzputowski) 6:1, 6:3, aby następnie przegrać z wiceliderką rankingu światowego tenisistek, Rosjanką z paszportem kazachskim Jeleną Rybakiną 4:6, 6:7(2).

W Mason na przedmieściach Cincinnati Iga Świątek broni tytułu wywalczonego przed rokiem – wówczas wygrała w finale z Włoszką Jasmine Paolini 7:5, 6:4.

Raszynianka przyjechała do Stanów Zjednoczonych opromieniona zwycięstwem w turnieju rangi WTA 1000 w Toronto (6:2, 6:3 z... Rybakiną). Tym samym Polka wywalczyła 26. tytuł w karierze, a 12. w turniejach rangi WTA 1000, które rangę ustępują tylko Wielkim Szlemom (Australian Open, French Open, Wimbledon i US Open).

W „Cincinnati Open" Iga Świątek przystąpiła do rywalizacji – z racji rozstawienia – od drugiej rundy.

Mecze z Kolumbijką Emilianą Arango (6:3, 6:0) i Greczynką Marią Sakkari (4:6, 6:1, 6:1) były praktycznie bez historii.

Kolejną rywalką Igi będzie praworęczna Diane Parry, z którą zmierzy się po raz drugi w karierze. Dwa lata temu, na paryskich Igrzyskach XXXIII Olimpiady, nasza tenisistka pokonała Francuzkę 6:1, 6:1.

W Mason grali również nasi panowie. Niestety, nie za długo... Już w pierwszej rundzie Kamil Majchrzak przegrał z australijskim kwalifikantem Christopherem O'Connell 4:6, 6:7(5).

Hubert Hurkacz wygrał z Japończykiem Sho Shimabukuro 6:2, 6:4, ale kilkanaście godzin później uległ Amerykaninowi Tommy Paulowi 4:6, 7:6(3), 3:6. To było ich szóste spotkanie i czwarta wygrana Jankesa.

Paul zrewanżował się „Hubiemu" za lipcową porażkę w 3. rundzie Wimbledonu.

„Cincinnati Open" jest praktycznie ostatnim sprawdzianem światowej czołówki przed wielkoszlemowym US Open w Nowym Jorku, który rozpocznie się 30 sierpnia.

WTA 1000 „Cincinnati Open". Kasa wypłaci:

1. runda = 16 260 dolarów;
2. runda = 26 255 dolarów;
3. runda = 47 375 dolarów;
4. runda = 81 752 dolarów;
ćwierćfinał = 154 210 dolarów;
półfinał = 297 315 dolarów;
finalistka = 564 920 dolarów;
zwyciężczyni = 1 085 220 dolarów.

LEKKOATLETYKA

Ewa Swoboda kontra reszta świata. Kosmiczne Amerykanki i Jamajki

Paweł Wiśniewski

Galaktycznie zapowiada się najszybsza żeńska konkurencja zbliżającego się mityngu lekkoatletycznego Diamentowej Ligi – „Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej" – którego gospodarzem będzie Chorzów.

Już w najbliższą niedzielę, 23 sierpnia, najszybsza Polka w XXI wieku, Ewa Swoboda, po raz ósmy w karierze wystartuje w tych zawodach.

Na liście zgłoszeń biegu na 100 metrów w wykonaniu pań, kończącego rywalizację na Stadionie Śląskim (planowany start o godz. 17.53), aż roi się od największych gwiazd światowego sprintu.

Zatem kogo zobaczymy w „Kotle Czarownic"?

– Melissa Jefferson-Wooden (USA – rekord życiowy: 10,61 s);
– Shericka Jackson (Jamajka – 10,65);
– Sha'Carri Richardson (USA – 10,65);
– Julien Alfred (Saint Lucia – 10,72);
– Tina Clayton (Jamajka – 10,76);
– Tia Clayton (Jamajka – 10,82);
– Zoe Hobbs (N. Zelandia – 10,93);
– Brianna Lyston (Jamajka – 10,91).

„Życiówka" Ewy Swobody to 10,94 s, ustanowiona 16 lipca 2023 roku – oczywiście z Chorzowie.



FOT. JEWEL SAMAD/AFP/EAST NEWS

Julien Alfred i Melissa Jefferson-Wooden. Najszybciej na polskiej ziemi biegały Amerykanka i Shelly-Ann Fraser-Pryce z Jamajki – 10.66 s!

eprasa.pl c57652424b

SPORT

• **Pomocnik Adrian Małachowski odchodzi z Resovii.** 28-latek rozwiązał kontrakt za porozumieniem stron na swoją prośbę.

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC 3. LIGA

Dziś derby: Siarka kontra JKS. Wisłoka powalczy z liderem

Tomasz Ryzner

Trzecia liga przyspiesza i po raz pierwszy zaprasza na mecze w środę. W ramach 5. kolejki odbędą się derby regionu, w których Siarka podejmie JKS. Na swoim terenie wystąpi też Pogoń Sokół, która liczy, że wreszcie otworzy konto punktowe. Będącą na fali Wisłokę czeka wyjazdowe starcie z liderem, a kolbuszowianie zagrają w Krakowie.



FOT. SŁAWOMIR OSKARBSKI

JKS czeka na pierwsze zwycięstwo w sezonie. Wisłoka wygrała dwa razy z rzędu, ale w Chełmie będzie trudno o kolejny komplet punktów

- Po zwycięstwie w Busku-Zdroju wszystkim poprawiły się humory, ale jedna jaskółka wiosny nie czyni. Czeka nas mecz z drużyną zdeterminowaną - mówi Sławomir Majak, trener tarnobrzeżan. - JKS ma potencjał, ostatnio wzmocnił się Piotrem Mrozińskim, co pokazuje, że chce się odbić. Trudny mecz, ale chcemy pójść za ciosem.

Jarosławianie strzelili dotąd 4 gole, ale stracili 7, dlatego mają na koncie tylko punkt. - Mogło ich było 5, a nawet 7, bo tworzymy sytuacje. Niestety, brakuje skuteczności, a rywale nie strzelają nam goli po zespołowych akcjach, tylko wykorzystują nasze błędy indywidualne - mówi Andreja Prokić, skrzydłowy znad Sanu. - Początek nam nie wyszedł, ale jeśli nadal będziemy grać swoje, sytuacja zmieni się plus. Mam nadzieję, że w Tarnobrzegu zapunktujemy. Potem mamy trzy mecze z rzędu u siebie i postaramy się pójść w górę tabeli - dodał „Proki".

Atut boiska będzie mieć też Pogoń Sokół, która nie powąchała jeszcze punktów. Lubaczowianie zamykają tabelę, kibice na forach wyrzekają na trenera Kacpra Grzesika, na prezesów, ale jeśli nasz zespół ogra Wisłę II Kraków, emocje opadną i drużyna będzie mogła się w spokoju szykować do „Misji": Niemożliwe", czy meczu z KSZO.

Wisłoka Dębica i Sokół Kolbuszowa Dolna powalczą na obcych boiskach. Daleko większe wyzwanie zdaje się stać przed biało-zielonymi, którzy wprawdzie wygrali dwa razy z kolei, ale dziś czeka ich mecz Chełmianką. Ta, jak na kandydata do awansu przystało, zaliczyła komplet zwycięstw. - Mamy niezły początek, więc nie będzie niepotrzebnej presji. Postaramy się, żeby przeciwnik nie miał dużo miejsca na boisku. Trzeba uważać na stałe fragmenty gry, bo zespół z Chełma ma piłkarzy, którzy potrafią zamieniać je na gole. Przykładem choćby Tomczyk - wyjaśniał Michał Bogacz, coach dębiczan.

Kolbuszowianie cieszą się, że liga przyspieszyła, bo nie mają czasu na rozpamiętywanie meczu z Wisłoką, w którym w II połowie przycisnęli rywali, ale nie zdobyli punktu (1:2). - Błędy dużo kosztują, dlatego czekamy na to zwycięstwo. Jedziemy do Wieczystej, gdzie było dużo zmian, ale piłkarze mają tam jakość. My wierzymy w siebie i liczymy, że dopniemy celu - zaznaczył Sławomir Szeliga, coach sokołów. ©℗

PIŁKA NOŻNA | ŚRODOWY PIŁKARSKI PLAN MECZÓW

Piłkarska środa. Liga i okręgowy Puchar Polski

Marcin Jastrzębski

Dziś na podkarpackich boiskach odbędzie się sporo piłkarskich meczów, nie tylko ligowych. Przed nami dużo meczów okręgowego Pucharu Polski. Zobacz nasz środowy piłkarski rozkład jazdy. Warto popołudniu wybrać się na któryś z meczów i zobaczyć w akcji lokalną drużynę.

OPP (RZESZÓW/DĘBICA):
Szarotka Rogóżno - Jawor Krzemienica, Galicja Chmielnik - Polonia Hyżne (oba śr. 17)

OPP (STALOWA WOLA):
San Kłyżów - LZS Kotowa Wola, OKS Wielowieś - Sparta Jeżowe, Herosi Krzaki-Słomiana - Stal Nowa Dęba, Atlantic Chałupki Dębniańskie - Junior Zakrzów (wszystkie śr. 17.30), LZS Tarnowska Wola - LZS Żdziary (śr. 18.30)

BETCLIC 3. LIGA (GR. 4): Pogoń-Sokół Lubaczów - Wisła II Kraków (śr. 16.30), Siarka Tarnobrzeg - JKS Jarosław, Wieczysta II Kraków - Sokół Kolbuszowa Dolna, Chełmianka Chełm - Wisłoka Dębica (śr. 17). **Pozostałe spotkania**: Podlasie Biała Podlaska- AKS 1947 Busko Zdrój (śr. 17), Star Starachowice - Czarni Połaniec (śr. 18), Korona II Kielce - Hetman Zamość (śr. 17), Wiślanie Skawina - KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski(śr. 19.46), Moravia Morawica - Naprzód Jędrzejów (śr. 17)

4. LIGA PODKARPACKA:
Błękitni Ropczyce - Igloopol Dębica, Stal II Rzeszów - Stal Łańcut, Sokół Nisko - Górnik Strachocina, Izolator Boguchwała - Ekoball Sanok (wszystkie śr. 17), Polonia Przemyśl - Legion Pilzno, Sokół Sieniawa - Pogoń-Sokół II Lubaczów (oba śr. 17.30), Czarni 1910 Jasło - KS Wiązownica, Wisłok Wiśniowa - Radomyślanka Radomyśl Wielki, Strug Tyczyn - Pogoń Leżajsk (wszystkie śr. 18).

CLJ DO 17 LAT:
UKS SMS Łódź - Stal Rzeszów (śr. 11). ©℗

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA

Hit kolejki zostanie rozegrany w Ropczycach. Mocne starcie na IzoArenie w Boguchwale

Tomasz Paryś

Przed nami środowa 3. kolejka 4. ligi podkarpackiej, a w niej hitowo zapowiadające się starcia Błękitnych Ropczyce z Igloopolem Dębica, a także Izolatora Boguchwała z Ekoball Stalą Sanok.

W Ropczycach spotkają się dwie drużyny wymieniane przez większość obserwatorów jako główni kandydaci do zajęcia pierwszego miejsca w lidze. Błękitni rozpoczęli sezon od dwóch zwycięstw nad beniaminkami z Lubaczowa i Strachociny. „Morsy" też grały z dwoma nowicjuszami, ale z Górnikiem wywalczyły remis. Stratę dwóch punktów powetowały sobie w następnej kolejce z Radomyślanką.

Innego faworyta rozgrywek 4. ligi Ekoball Stal Sanok też czeka nie lada wyzwanie, bo na „Izo Arenie" w Boguchwale zmierzy się z solidnym Izolatorem, który czeka na pierwsze zwycięstwo w tym sezonie po remisie z Pogonią Leżajsk i porażce w Wiązownicy. Sanoczanie idą na razie jak burza, zdobywając w dwóch kolejkach dziewięć bramek i notując dwie pewne wygrane.

Ciekawie powinno być też w Jaśle. Czarni podejmują KS Wiązownica, który po dwóch domowych meczach spróbuje sięgnąć po punkty w delegacji. Miejscowi czują niedosyt po spotkaniu w Leżajsku, a dodatkowo chcą poprawić bilans ostatnich bezpośrednich spotkań z drużyną z Wiązownicy. Będą odpowiednio zmotytowani przez swoich kibiców.

W Sieniawie spotkają się zespoły, które jeszcze do niedawna rywalizowały w jarosławskiej klasie okręgowej, a teraz staną naprzeciw siebie na poziomie 4. ligi. Po dwóch kolejkach nowego sezonu nieznacznie lepszy dorobek mają sieniawianie, bo zremisowali ostatnio ze Stalą Łańcut. Rezerwy 3-ligowca w dalszym ciągu czekają na premierowe punkty.

O pierwsze punkty w sezonie powalczą także beniaminkowie z Tyczyna i Radomyśla Wielkiego. Strug podejmie u siebie Pogoń Leżajsk, a Radomyślanka wyruszy do Wiśniowej. O ile w pierwszym meczu wszystko może się zdarzyć, o tyle w przypadku drugiego starcia faworytem wydaje się być Wisłok.

Obecny wicelider Sokół Nisko zmierzy się z Górnikiem Strachocina i jeśli podtrzyma dobrą dyspozycję, może drugiego miejsca tak łatwo nie oddać. Dla beniaminka z powiatu sanockiego będzie to pierwsze wyjazdowe przetarcie. Na swoim stadionie zatrzymali Igloopol Dębica i nieznacznie ulegli Błękitnym.

Dwie Stale zderzą się ze sobą w Rzeszowie. Rezerwy pierwszoligowca sprawdzą się ze Stalą Łańcut. Nie jest to wymarzony start tych drugich, którzy zdobyli dotychczas jeden punkt. Rzeszowianie też postawią wysokie wymagania i na pewno o przełamanie podopiecznych Grzegorza Opalińskiego będzie niezwykle trudno. ©℗



FOT. SŁAWOMIR OSKARBSKI

Dorian Buczek (na niebiesko, na pierwszym planie) strzelił gola w meczu z Radomyślanką, teraz chce pójść za ciosem w Ropczycach

eprasa.pl c57652424b