Nr 3 (3046) · marzec 2026 **cena 12 zł** (w tym VAT 5 %)

WWW.SZTAFETA.PL

SZTAFETA

MIESIĘCZNIK LOKALNY · STALOWA WOLA · NISKO

PYSZNICA • RADOMYŚL N. SANEM • ZALESZANY • ZAKLIKÓW • BOJANÓW • RUDNIK N. SANEM • ULANÓW • JAROCIN • HARASIUKI • KRZESZÓW • JEŻOWE

Spór o pożyczkę z SAFE



Donald TUSK
Premier RP:

„(...) 20 miliardów tylko dla tej Huty. Stalowa Wola, Podkarpacie, Polska. Dotarło, zakute łby?"

Lucjusz NADBEREŻNY
Prezydent Stalowej Woli:

„Stalowa Wola nie potrzebuje dzisiaj żadnej łaski. Potrzebuje dzisiaj zamówień, które tutaj zostały wypracowane. (...) Budując polski dom, jak możemy zaciągać zobowiązania, które jednocześnie będą budowały zagrożenie dla naszej suwerenności."

Szkoły naszych marzeń

Jak przygotowywać młodych ludzi do dalszej nauki i dorosłego życia?

Spojrzenie z dwóch stron obiektywu

Marcelina SOWA – światowa kariera, ale serce w Nisku

9 771232 302262 03
ISSN 1232-3020 INDEX 376140

eprasa.pl e5fc81c45f0

3 **Słowo wstępne**
- W świetle faktów, w cieniu długów

4 **Felietony**
- Rafał WEBER
- Mariusz POTASZ
- Marek GRUCHOTA
- ks. Grzegorz SŁODKOWSKI

6 **Temat numeru**
- Spór o pożyczkę z SAFE
- Bezpieczeństwo w kilku pomysłach

10 **Edukacja**
- Szkoły naszych marzeń

14 **Dzień kobiet**
- Ach te baby!
- Żeńskie formy to już normy

20 **Sprawy społeczne**
- Fundusze, które zmieniają lokalne historie

22 **Biznes**
- Warzą po swojemu i dobrze na tym wychodzą
- Polscy specjaliści w cenie

28 **Bezpieczeństwo**
- Nowy rozdział w przepisach drogowych

30 **Ochrona zwierząt**
- Gdy gmina psu zastępuje pana

32 **Gospodarka komunalna**
- Gdy ruszy spalarnia – ciepło i odpady będą tańsze o 1/3
- Góra odpadów maleje

38 **Przestrzeń miejska**
- Osiedle Leśna – nowy standard mieszkalnictwa w sercu Stalowej Woli

39 **Porady prawne**
- Przemoc domowa – gdzie uzyskać pomoc?

40 **Świat mody**
- Marcelina SOWA – Spojrzenie z dwóch stron obiektywu

46 **Dawne zwyczaje**
- Lasowiackie metody na zachowanie urody

47 **Kultura**
- Stalowa Wola – miasto, które otwiera rozmowę
- Roztańczyć miasto
- Taniec zmienia się, pasja zostaje
- W Muzeum COP odbyła się konferencja poświęcona edukacji regionalnej
- Planszówki wysokie na 30 metrów
- Spotkanie autorskie z Michałem Śmielakiem

54 **Ziołolecznictwo**
- Właściwości gałęzi brzozy w okresie przednówka i osłabienia

55 **Dietetyka terapeutyczna**
- Nie walcz z głodem – zrozum go

56 **Sport**
- Albo sport będzie projektem gospodarczym, albo zostanie drogim hobby
- Na dworze Królowej Sportu dzieje się dobrze!
- 50 lat temu w sporcie stalowowolskim

65 **Rozrywka i ogłoszenia**
- Krzyżówka, kino, horoskop, fraszki

e-mail: redakcja@sztafeta.pl
37-450 Stalowa Wola
Al. Jana Pawła II 25 A/1010
www.sztafeta.pl

WYDAWCA:
Wydawnictwo SZTAFETA Sp. z o.o.

PREZES ZARZĄDU – DYREKTOR:
Marzena Kościółek

SEKRETARIAT tel. 15 810 94 00;
sekretariat@sztafeta.pl

REKLAMA I OGŁOSZENIA: tel. 15 810 94 00
Anna Dryka, tel. 513 013 198, adryka@sztafeta.pl;
reklama@sztafeta.pl

REDAKTOR NACZELNA MIESIĘCZNIKA SZTAFETA i portalu www.sztafeta.pl:
Karolina Kusińska, tel. 509 513 016, kkusinska@sztafeta.pl

ZESPÓŁ REDAKCYJNY – 15 810 94 00
Mariusz Biel (sport) tel. 509 387 011; mbiel@sztafeta.pl; Stanisław Chudy, tel. 509 387 013; schudy@sztafeta.pl

WSPÓŁPRACOWNICY: Dionizy Garbacz, Jerzy Mielniczuk

SKŁAD i ŁAMANIE: Anna Jakobsche-Wiącek

Korekta: Stanisław Chudy

Druk: Drukarnia Standruk, ul. Rapackiego 25, 20-150 Lublin

Okładka: KAVA design – Jacek Kawa

eprasa.pl e5fc8145f0

W świetle faktów, w cieniu długów



Marzena KOŚCIÓŁEK
Prezes Wydawnictwa Sztafeta

Drodzy Czytelnicy, Przyjaciele „Sztafety”,

Marzec przychodzi jako pierwszy miesiąc, w którym naprawdę czujemy wiosnę – obiecując więcej, niż na razie może dać, i właśnie dlatego tak bardzo go lubimy. Pod koniec miesiąca przestawiamy zegarki, płacąc godziną snu za nadwyżkę światła przez całe lato.

Czy to nie metafora naszych czasów? Bo właśnie o takim rachunku wystawionym w przyszłość mówiła Polska w ostatnich dniach lutego, a debata ta uderzyła ze szczególną siłą właśnie tutaj, w Stalowej Woli.

Program SAFE, prezentowany jako wsparcie, a będący w istocie komercyjną pożyczką, stał się zarzewiem sporu, jakiego dawno w naszym mieście nie widziano. Jeśli Polska ostatecznie przystąpi do tego programu, przez kolejne 45 lat spłacać go będą następne pokolenia. Wokół tego tematu starły się racje, ambicje i wizje polskiej obronności.

Konwencja Prawa i Sprawiedliwości, wizyta premiera w Hucie Stalowa Wola, pikieta przedstawicieli Koalicji Obywatelskiej przed Muzeum COP – nasze miasto stało się nagle sceną ogólnopolskiego sporu o to, w czyich rękach ma pozostać bezpieczeństwo kraju i jego przemysł. W tej debacie padły też słowa, których nie sposób przemilczeć. „Dotarło, zakute łby” – powiedział premier Rzeczypospolitej do swoich politycznych oponentów. Jednocześnie zapowiedział, że Huta Stalowa Wola ma z programu otrzymać 20 miliardów złotych. Większość Polaków oceniła te słowa jako język pogardy, który nie przystoi urzędowi szefa rządu. Milczenie byłoby tu mądrością, z której, niestety, nie skorzystano. „Sztafeta” opisuje ten spór bez emocji partyjnych, za to z faktami w ręku. A fakty bywają wymowniejsze niż najgłośniejszy wiec.

Wróćmy jednak do kobiet, bo marzec jest dla nich miesiącem szczególnym. W końcu 8 marca przypada Międzynarodowy Dzień Kobiet. „Ach, te baby!” – piszemy w tym numerze z przymrużeniem oka, ale i z głębokim szacunkiem. Bo naprawdę: żyją dłużej, pracują więcej i wciąż muszą o swoje walczyć. Przy tej okazji zapraszamy na rozmowę z Marceliną Sową, która doskonale wie, jak odnaleźć się w świecie twardych reguł, nie tracąc przy tym własnej tożsamości. Modelka i fotografka z Niska, która z Podkarpacia wyruszyła na podbój Tokio, Paryża i Nowego Jorku, opowiada nam o tym, jak patrzy się na świat z dwóch stron obiektywu i jak pochodzenie z małego miasta może być atutem, a nie balastem.

A kiedy pytamy o przyszłość, musimy zajrzeć tam, gdzie ona się rodzi – do szkół. W marcowym numerze przyglądamy się „szkołom naszych marzeń”. Stalowowolskie Samorządowe Liceum Ogólnokształcące oraz Zespół Szkół nr 3, dawny „Ekonomik”, znalazły się w ścisłej czołówce ogólnopolskiego rankingu Fundacji Edukacyjnej Perspektywy. Wysokie miejsca w rankingu to zobowiązanie, dlatego pytamy społeczność szkolną, co dziś oznacza dobra edukacja. Odpowiedzi są budujące i szczere.

Szanowni Przedsiębiorcy, Sponsorzy i Przyjaciele „Sztafety” – ten numer trafia do rąk Czytelników dzięki Waszej niezmiennej obecności i wierze w wartość niezależnego dziennikarstwa. W świecie, gdzie informacja stała się towarem, Wy wybraliście wspieranie jej rzetelnej formy. Za to szczere podziękowanie, od redakcji i ode mnie osobiście.

I na koniec, wróćmy do rachunku wystawionego przyszłości. Eugeniusz Kwiatkowski zbudował Stalową Wolę i Centralny Okręg Przemysłowy przede wszystkim z polskiego kapitału. Choć skorzystał z niewielkiej pożyczki od rządu francuskiego, fundamentem COP była wola polityczna i skarb Rzeczypospolitej, nie cudze zobowiązania. Kwiatkowski wiedział, że prawdziwe bezpieczeństwo musi stać na własnych nogach. Stworzył przemysłową potęgę nie dlatego, że miał łatwy dostęp do obcych pieniędzy, lecz dlatego, że rozumiał, na czym opiera się podmiotowość narodu. Czy odrobiliśmy tę lekcję historii? Oby. Bo jak powiedział Józef Piłsudski: „Naród, który nie szanuje swej przeszłości, nie zasługuje na szacunek teraźniejszości i nie ma prawa do przyszłości”.

Zapraszam do lektury.

Z wyrazami szacunku i serdeczności



eprasa.pl e5fc8145f0

Rafał WEBER
poseł na Sejm RP



Groźna tendencja

Lokalny rynek pracy to barometr pokazujący kondycję gospodarczą zarówno w danym momencie, jak i w szerszej perspektywie. Najnowsze statystyki z urzędów pracy kształtują niekorzystną, wręcz groźną tendencję.

Między grudniem 2024 a grudniem 2025 roku liczba zarejestrowanych bezrobotnych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Stalowej Woli wzrosła o 347 osób. To przyrost o 17 proc. rok do roku. Tak dynamicznego skoku nie notowaliśmy od dawna. Dla statystyka to liczba. Dla dotkniętych – konkretne historie niepewności, odłożonych planów, napiętych domowych budżetów.

Dane z naszego powiatu to nie jest zjawisko odosobnione. Rosnące bezrobocie staje się tendencją widoczną w wielu częściach kraju, co każe spojrzeć na sytuację szerzej niż tylko przez pryzmat lokalnych uwarunkowań.

Niestety, trudno oprzeć się wrażeniu, że mamy do czynienia z efektem bierności obecnego rządu w obszarze polityki rozwojowej i gospodarczej. Brak wyraźnych impulsów inwestycyjnych, niepewność regulacyjna oraz niedostateczne wsparcie dla przedsiębiorstw sprawiają, że firmy wstrzymują decyzje o rozwoju, a rynek pracy reaguje na to w sposób najbardziej dotkliwy dla zwykłych obywateli. To właśnie oni jako pierwsi odczuwają skutki spowolnienia i braku strategicznej wizji gospodarczej państwa.

Wzrost o 400 osób to nie tylko statystyczny wykres, lecz realne obciążenie dla lokalnej wspólnoty i budżetów rodzinnych.

W tej sytuacji szczególnego znaczenia nabiera konsekwentne wspieranie działań prezydenta Lucjusza Nadbereżnego na rzecz rozwoju strefy gospodarczej. Nowe inwestycje, nowe zakłady i nowe miejsca pracy nie są dziś hasłem promocyjnym, lecz koniecznością. Jeśli chcemy odwrócić niekorzystny trend, potrzebna jest współpraca i determinacja. Rynek pracy nie poczeka – a mieszkańcy zasługują na stabilną przyszłość i możliwość rozwoju. ■

Mariusz POTASZ
dyrektor I LO im. KEN w Stalowej Woli



Jedna istota, milion ról

Istnieje na świecie istota, która zdaje się nie podlegać prawom fizyki ani ograniczeniom czasowym. Obserwując jej działania, można odnieść wrażenie, że dysponuje tajnym źródłem energii, którego nauka wciąż nie odkryła. Ta siła jest wszędzie. To ona sprawia, że świat – mimo swojej wrodzonej skłonności do chaosu – wciąż kręci się w odpowiednią stronę.

Jej dzień niekoniecznie zaczyna się od kawy, ale na pewno od logistycznego majstersztyku, którego pozazdrościłby niejeden zawodowy strateg – ustalenia planu dnia. Potrafi jednocześnie zarządzać swoim domem, jak i kryzysem w miejscu pracy i pamiętać o tym, że w lodówce kończy się mleko, a ktoś bliski potrzebuje dziś ciepłego słowa.

Zawodowo często jest trudna do zastąpienia, a mimo to potrafi zadbać o tych, którzy sami o sobie często zapomnieli. Jednak to nie tylko powyższe definiuje jej wyjątkowość. Ta istota posiada rzadką zdolność do „ocieplania świata" wokół siebie. Potrafi słuchać tak, że rozmówca czuje się najważniejszy na świecie i działać tak skutecznie, że problemy znikają, zanim zdążą urosnąć do rangi dramatu. Dba o detale, które inni pomijają – a to właśnie te drobiazgi sprawiają, że dom staje się azylem, a praca miejscem, w którym po prostu chce się być razem z nią.

Jest niezastąpiona, choć zbyt rzadko pewnie o tym słyszy. Często bierze na barki ciężary, które powinny być rozłożone na wielu. Jest siłą napędową naszego życia, a jednocześnie strażniczką ogniska domowego. Jeśli rozejrzysz się uważnie, zobaczysz ją tuż obok. Może właśnie teraz odpisuje na ważne e-maile, planuje logistykę całego tygodnia albo po prostu ratuje komuś dzień uśmiechem lub przyklejeniem plastra na potłuczone kolano.

I choć można by pomyśleć, że mowa o mitycznych bohaterach czy istotach z innego wymiaru, prawda jest znacznie prostsza. Ta niezwykła siła, która trzyma nasz świat na co dzień w całości, ma ludzką twarz i codzienne troski .

To po prostu **KOBIETA**. Pamiętajmy o tym, nie tylko 8 marca. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Marek GRUCHOTA
dyrektor Miejskiego Domu Kultury w Stalowej Woli



To naprawdę się wydarzyło?

Koncert karnawałowy wykonała 6 lutego Orkiestra Dęta MDK w swoim mateczniku. Muzyka wprowadziła liczną widownię w nastrój zgodny z tytułową sugestią. Oprócz radości, uśmiechów, mruczenia pod nosem wybrzmiałych przed chwilą melodii, pojawiło się wśród publiczności coś więcej: zdziwienie, niedowierzanie, zaskoczenie – czy ten koncert naprawdę się wydarzył?

Radosław Paluch, dyrygent pond 40-osobowegoo zespołu, wybierając ambitny repertuar, łamiący zasady klasycznego programu wykonywanego przez orkiestry dęte, postawił przed sobą wysokie wyzwania. Jak zaaranżować muzykę o zupełnie innej estetyce i instrumentacji? Jakie brzmienie nadać orkiestrze, by światowe przeboje i standardy bawiły formą muzyków i publiczność?

Na program koncertu złożyły się utwory, które kiedyś wykonywali: Michael Jackson, Whitney Houston, Adele, Prince, Aretha Franklin, Stevie Wonder, Toto, Coldplay, Frank Sinatra, Bruno Mars. Egzotyczny zestaw, jednak jakże spójny. Orkiestrę wspierali wokaliści: Wiktoria i Oliwia Hausner, Adriana Maziarz oraz Paweł Żurawski, dzięki któremu usłyszeliśmy arię z opery Pucciniego. Słowa uznania należą się jazzowemu trio, które dając odpocząć orkiestrze, wykonało utwór z repertuaru Yellowjackets oraz Spain, kompozycję Chicka Corei. A Radosław Paluch na scenie MDK ujawnił talent lidera: świadomy celu, panujący nad międzypokoleniowym zespołem, potrafiący ciężką pracę zamienić w sukces i radość z efektów.

Byliśmy świadkami wydarzenia stworzonego w całości przez społeczność, którą skupia MDK. Dla mnie osobiście to finał historii rozpoczętej w styczniowy wieczór 1980 r. w Hotklubie. Z prelekcją o historii jazzu przyjechał wtedy Grzegorz Tusiewicz. Obawiałem się organizacji koncertu jazzowego ze względu na brak zainteresowania. Spotkanie miało być testem weryfikującym. Oceniła ten test szefowa krakowskiego PSJ: „O jazzie to się nie gada, tylko się gra i słucha". Odrobiliśmy tę lekcję… ■

ks. Grzegorz SŁODKOWSKI
Rzecznik Diecezji Sandomierskiej



Ostatni bastion prawdy

Tegoroczny marzec w Kościele to czas spowiedzi. Dla jednych to oczywisty rytm roku, dla innych – wciąż trudne spotkanie z samym sobą. Rekolekcje, rachunki sumienia, długie kolejki do konfesjonałów. Jedni przychodzą z potrzeby serca, inni z przyzwyczajenia, jeszcze inni z lekkim niepokojem. Bo spowiedź to jedno z niewielu miejsc, gdzie człowiek naprawdę musi powiedzieć prawdę o sobie.

Na co dzień żyjemy w świecie masek. W pracy jesteśmy profesjonalni, w internecie – uśmiechnięci, wśród znajomych – poukładani. Nawet przed sobą potrafimy udawać, że wszystko jest w porządku. Mówimy: „nie było tak źle", „wszyscy tak robią", „to nic wielkiego". Usprawiedliwiamy się, tłumaczymy, wygładzamy rzeczywistość.

A potem przychodzi moment, gdy siada się w ciszy konfesjonału. Bez filtrów. Bez publiczności. Bez możliwości poprawienia wizerunku. I nagle trzeba powiedzieć: „Zgrzeszyłem". Prosto. Bez ozdobników.

Może dlatego spowiedź jest dziś tak trudna. Nie dlatego, że ludzie nie wierzą w Boga. Ale dlatego, że coraz trudniej uwierzyć w prawdę o sobie. Łatwiej zmienić profilowe zdjęcie niż zmienić serce. Łatwiej usunąć komentarz, niż przyznać się do winy.

A przecież konfesjonał nie jest miejscem potępienia. To nie trybunał, tylko szpital. Nie miejsce wstydu, ale miejsce uzdrowienia. Ksiądz nie siedzi tam po to, by rozliczać, lecz by przypominać, że Bóg się nie zniechęca. Nawet nami.

W świecie, który coraz częściej relatywizuje wszystko – dobro, zło, prawdę, odpowiedzialność – spowiedź pozostaje jednym z ostatnich bastionów prawdy. Tam nie ma półcieni. Tam człowiek staje taki, jaki jest. I właśnie wtedy może usłyszeć najważniejsze słowa: „I ja odpuszczam tobie grzechy".

Może więc Wielki Post nie jest czasem, by udowadniać coś innym. Może jest po to, by wrócić do prawdy. Do Boga. Do siebie.

Bo prawda nie niszczy człowieka. Prawda go uwalnia. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Spór o pożyczkę z SAFE

Czy unijny program SAFE to zagrożenie dla suwerenności Polski czy też jej wzmocnienie? Czy wepchnie nas pod „niemiecki but" i na długie lata uzależni od uznaniowości brukselskich urzędników, czy też szybko rozwinie polski przemysł zbrojeniowy, w tym Hutę Stalowa Wola? Czy jego przeciwnicy to „zdrajcy" i „zakute łby", a zwolennicy to ci, co wcześniej „zaorali" polską zbrojeniówkę i HSW, sprzedając jej cywilną część Chińczykom? Czy pieniądze z tego programu to łaska, której Stalowa Wola nie potrzebuje, szantaż i cyniczna gra? Czy w ogóle można rozmawiać o tym programie rzeczowo i bez emocji?



Stanisław CHUDY
dziennikarz

Spróbujmy. Program SAFE (Security Action for Europe) to unijny instrument finansowy warty 150 mld euro, na zakupy oraz inwestycje w przemyśle obronnym. To niskooprocentowane, przy zmiennej stopie (ok. 3,3 proc.) pożyczki, których Polska ma uzyskać najwięcej, blisko 43,7 mld euro (ok. 185 mld zł po obecnym kursie). Ponad 80 proc. tych środków ma trafić do firm zarejestrowanych w Polsce, z czego 20 mld zł do Huty Stalowa Wola (m.in. na bojowe wozy piechoty Borsuk, armatohaubice Krab, zdalnie sterowane systemy wieżowe).

Kredyt na 45 lat

Pełna lista projektów zgłoszonych przez Polskę do programu SAFE nie zostanie ujawniona. Tak zapowiedział minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz. Rząd deklaruje jednak, że w najbliższych dniach przedstawi kierunki i obszary, które finansowane będą z SAFE. Wiadomo już, że oprócz wojska, będzie to Policja, Straż Graniczna i cyberprzestrzeń. Pieniądze mają być wydane do końca 2030 r., a pierwsza transza może trafić do Polski już w marcu-kwietniu br.

W programie uczestniczy 19 państw członkowskich Unii Europejskiej: Estonia, Grecja, Włochy, Łotwa, Litwa, Słowacja, Finlandia, Belgia, Bułgaria, Cypr, Dania, Hiszpania, Chorwacja, Portugalia, Rumunia, Francji, Czechy i Węgry. Polska jest największym beneficjentem tego programu.

Spłata pożyczki odbywać się będzie w latach 2036–2071, a odsetki mogą być odroczone lub inaczej uregulowane.

Jak to było w Sejmie

13 lutego Sejm przyjął ustawę o wdrożeniu programu SAFE. Poparły ją kluby Koalicji Obywatelskiej, Lewicy, PSL i Polski 2050, a przeciwko były klub Prawo i Sprawiedliwość oraz Konfederacja. Wśród posłów PiS, od głosu wstrzymał się tylko Paweł Jabłoński, za odrzuceniem projektu był natomiast m.in. poseł Rafał Weber ze Stalowej Woli i pozostali posłowie tej partii z Podkarpacia.

– Od jesieni ubiegłego roku apelowaliśmy do obecnie rządzących, by przy konstrukcji naszego wniosku odbyła się bardzo szeroka debata publiczna, ponieważ jako posłowie, którzy zajmują się tematem obronności, bezpieczeństwa, ale też rozwojem spółek zbrojeniowych, chcieliśmy mieć wiedzę, co planuje obecny rząd, skoro mamy zaciągnąć ogromną pożyczkę na 45 lat, która będzie spłacana przez dwa pokolenia polskiego społeczeństw – mówił 18 lutego w Stalowej Woli poseł Weber.

Tłumaczył, że głosował przeciw, bo nie przyjęto żadnej z pięciu poprawek zgłoszonych przez PiS, w tym m.in. nie wykreślono zasady warunkowości tej pożyczki oraz nie wpisano procentowego udziału polskiego przemysłu w tym programie. Mówił też, że w udostępnionym posłom dokumencie nie ma Huty Stalowa Wola jako tego podmiotu, który miałby realizować jakikolwiek kontrakt w ramach SAFE.

Warunek jest jeden: nie można tego rozkraść

Dzień wcześniej, przed historyczną bramą nr 3 Huty Stalowa Wola, konferencję prasową zorganizowali miej-

eprasa.pl e5fc8145f0

scowi działacze Koalicji Obywatelskiej, z wojewodą podkarpacką Teresą Kubas-Hul i rzeszowskim posłem Pawłem Kowalem na czele. Bardzo krytycznie ocenili sprzeciw PiS-u wobec programu SAFE.

– Bronimy Stalową Wolę i Podkarpacie przed dziadostwem PiS-u. Apelujemy do miejscowych władz: marszałku Ortyl, prezydencie Nadbereżny, zostawicie tę sprawę tak po prostu? Będziecie tutaj siedzieli i klaskali posłom Błaszczakowi i innym, którzy są przeciwko programowi SAFE? Naprawdę, chcecie to zrobić? Chcecie to zrobić przed całą Polską? Czekamy, czekamy na sobotę. Chcę zobaczyć, jak pan Nadbereżny, jak pan Ortyl, siedzą tutaj i biją brawo tym, którzy zabrali pieniądze Stalowej Woli – mówił poseł Kowal. Podkreślał też, że jedynym warunkiem dotyczącym programu SAFE jest to, że nie wolno go rozkraść.

– Tak, jest taki warunek, jak przy wszystkich środkach unijnych, żeby nie kraść, że nie można tej pożyczki rozkraść. My jesteśmy za takim warunkiem. Tam są warunki dotyczące korupcji. Te pieniądze pójdą do polskich firm, publicznych, prywatnych, do polskiego przemysłu, żeby nas przygotować na ewentualny rosyjski atak. To jest prawdziwa stawka tego, o czym dzisiaj rozmawiamy – powiedział Paweł Kowal.

Pikieta przed kongresem

A w sobotę, 21 lutego, odbyła się w Stalowej Woli kolejna z cyklu konferencji programowych PiS, tym razem poświęcona sprawom obronności. Przed gmachem Muzeum COP, gdzie trwały obrady, miejscowi działacze KO zorganizowali protestacyjną pikietę. Renata Butryn radna sejmiku i była posłanka, krytycznie oceniła byłego szefa MON, Mariusza Błaszczaka.



Fot. Stanisław Chudy

Pieniądze z SAFE mają m.in. pójść na produkowane w Hucie Stalowa Wola armatohaubice Krab

– Był ministrem od zakupów z półki, mistrzem w tym stylu, który uderzył między innymi w interes HSW i zakłady zbrojeniowe, czyli w bezpieczeństwo, w nasz rozwój gospodarczy i w nasze miejsca pracy, bo zakupił haubice K9, w ilości ponad 672 sztuk w Korei, a nasze Kraby zostawił na bocznej linii – mówiła.

Stop niemieckiej dominacji

Z kolei uczestnicy kongresu PiS zdecydowanie wypowiadali się przeciwko programowi SAFE, m.in. jako narzędzia niemieckiej dominacji w Europie. Argumentowali, że jest to program warunkowy, czyli – według nich – uzależni przyszłą wypłatę środków od przestrzegania praworządności w Polsce.

Ich zdaniem, Komisja Europejska na tej podstawie będzie mogła zablokować pieniądze, kiedy w naszym kraju zmieni się rząd. Podnoszony też argument, że głównym beneficjentem tego programu będą Niemcy (sami w nim nie uczestniczą – red.), że osłabi on nasze związki ze Stanami Zjednoczonymi, że program jest nieprzejrzysty.

Stalowa Wola nie potrzebuje łaski

Głos zabrał także prezydent Stalowej Woli, Lucjusz Nadbereżny.

– Staję tutaj jako prezydent dumnego, silnego miasta Stalowej Woli, które w ostatnich dniach w cyniczny sposób było wykorzystywane politycznie, poddawane pewnym szantażom. I ja dzisiaj tutaj stoję, aby powiedzieć, że nie pozwalam, aby grać Stalową Wolą, aby wykorzystywać do cynicznej gry, jakiegokolwiek szantażu nasze miasto, Hutę Stalowa Wola – mówił.

Prezydent przypomniał lata, gdy za rządów SLD, HSW i miasto przeżywały poważne trudności, panowało wysokie bezrobocie. Mówił też o pierwszych rządach Donalda Tuska (2007–2015), o upadłości miejscowych spółek, pracy na 4/5 etatu, prywatyzacji cywilnej części Huty i upadku biznesu maszyn budowlanych.

– To czas, kiedy moje pokolenie, pokolenie młodych ludzi zostało wygnane ze Stalowej Woli, bo nie mieli tutaj żadnej perspektywy — mówił z przejęciem prezydent Stalowej Woli.

Podkreśli też, że to dzięki rządom PiS Huta i miasto odżyły, a Stalowa Wola dynamicznie się rozwija,

– Stalowa Wola nie potrzebuje dzisiaj żadnej łaski. Stalowa Wola potrzebuje dzisiaj zamówień, które tutaj zostały wypracowane, które ciężką pracą naszych pracowników opracowane, przygotowane, są gotowe do realizacji tutaj. A jeżeli mówimy o naszej suwerenności i niepodległości, o naszym polskim domu, to budując ten polski dom, jak możemy zaciągać zobowiązania, które jednocześnie będą budowały zagrożenie dla naszej suwerenności.

eprasa.pl e5fc8145f0

Kto z nas, biorąc kredyt na budowę domu zgodziłby się na to, aby to bank określał, jakiej muzyki mamy później słuchać w tym domu, jakie obrazy mamy wieszać w tym domu, jak mamy wychowywać nasze dzieci w tym domu. Szanowni państwo, suwerenność i niezależność polega na tym, abyśmy byli niezależni, zwłaszcza budując siłę obronności naszego państwa. Jak można na samym początku zgadzać się na to, aby tę suwerenność podważać? – pytał prezydent Nadbereżny.

Dotarło, zakute łby?

23 lutego w Hucie Stalowa Wola gościł premier Donald Tusk. W mediach społecznościowych umieścił filmik z tej wizyty, z następującym komentarzem:

– Jesteśmy w Stalowej Woli, o której ostatnio było tak głośno. Nazwozili tu partyjniaków, podnosili wrzask, protestowali przeciwko wielkim pieniądzom, jakie mają trafić do tej Huty. Podobnie jak do innych zakładów pracy przemysłu zbrojeniowego w Polsce. Ten krzyk to, że pieniądze dla Niemców. Postaram się to wytłumaczyć, najprościej jak potrafię, patrzcie mi na usta. 20 miliardów, tylko dla tej Huty. Stalowa Wola, Podkarpacie, Polska. Dotarło, zakute łby? – pytał premier.

Poprawki i prezydent

19 lutego Senat wprowadził poprawki do Ustawy wdrażającej program SAFE. Zapewniają one m.in., że spłata tej pożyczki nie będzie finansowana z budżetu MON, a także wprowadzają kontrolę antykorupcyjną i kontrwywiadowczą wykorzystywania unijnych środków.

Po ponownym rozpatrzeniu przez posłów, trafi do prezydenta RP. Od tego czasu Karol Nawrocki będzie miał trzy tygodnie na jej zawetowanie albo podpisanie. ■

Bezpieczeństwo w kilku pomysłach

Przez ponad tydzień Stalowa Wola nie schodziła z nagłówków agencji informacyjnych. Tematem newsów było nasze bezpieczeństwo. Tym jednak razem nie w kontekście jakiejś nowinki zbrojeniowej z Huty Stalowa Wola, a ogólnie bezpieczeństwa kraju, choć odniesień do HSW nie brakowało.



Jerzy MIELNICZUK
dziennikarz

Stalowa Wola była miastem etapowym debaty programowej toczonej w Prawie i Sprawiedliwości. Tematem piątej konwencji tego cyklu spotkań, która została zaplanowana na trzecią sobotę lutego w Muzeum COP, był „Czas na bezpieczną Polskę". Czas dla konwencji okazał się jednak nienajlepszy.

Przez parlament przechodził właśnie wielki projekt finansowania zbrojeń SAFE, a PiS jest jemu przeciwne. Odrzucenie SAFE przez największą partię opozycyjną rządzący nazwali zdradą, a w tym kontekście organizowanie debaty w Stalowej Woli hipokryzją. To dlatego, że w mieście nad Sanem jest firma, która na SAFE może zarobić dziewięciocyfrowe kwoty. Rozgłos był gwarantowany, ale i bez niego konwencja zostałaby zauważona.

Odpisać 1,5 procenta na armię

Bezpieczeństwo w kraju wprowadzającym jeden z najambitniejszych programów zbrojeniowych jest tematem nośnym, a po przedostatniej sobocie lutego tym bardziej. Dowiedzieliśmy się bowiem, w jakim kierunku zabezpieczenia kraju przed obcymi ingerencjami ciąży obecna opozycja parlamentarna. O SAFE będzie jeszcze głośno, a PiS zgłosiło pomysły kilku innych źródeł finansowania zbrojeń. Najmniejszym chociażby możliwość odpisywania na rzecz wojska 1,5 proc. podatku PIT, jaki pozostaje w dyspozycji każdego podatkowicza.

Pomysł na broń jądrową

Zaskoczeniem dla obserwatorów konwencji była zgłoszona przez Mariusza Błaszczaka deklaracja, że zaraz po ewentualnej wygranej PiS w wyborach parlamentarnych, nowi rządzący rozpoczną rozmowy z USA o przystąpieniu Polski do Nuclear Sharing (NS). To nie jest temat nowy, ale nigdy dotąd nie został tak zdecydowanie wyartykułowany. Nuclear Sharing to udostępnienie broni jądrowej członkom NATO, którzy takiej nie posiadają w swoich arsenałach. Broń jądrową ma trzech członków NATO, pięciu innych ma użyczone głowice jądrowe

eprasa.pl e5fc8145f0



Fot. Prawo i Sprawiedliwość

Na zdjęciu prelegenci panelu zatytułowanego "Technologiczne aspekty bezpieczeństwa państwa". Od lewej: Mateusz Kurzejewski, prowadzący; poseł RP Marcin Ociepa, były wiceminister Obrony Narodowej; Tomasz Zdzikot, były wiceminister Obrony Narodowej; Sebastian Chwałek, były wiceminister Obrony Narodowej i były prezes PGZ; gen. bryg. Jerzy Laskowski; dr Piotr Zuzankiewicz, były dyrektor Departamentu Strategii i Planowania Obronnego

w ramach NS. Polska przy ewentualnych staraniach musiałaby wyciągnąć bardzo mocne argumenty, by przekonać Amerykanów do użyczenia kolejnych głowic. Do tego kupić kilka samolotów zdolnych do przenoszenia broni jądrowej i przeszkolić pilotów. To nie jest szybka operacja, tym bardziej, że zostałaby zauważona przez przeciwników, ale w krajowych debatach temat NS na pewno wróci.



Fot. Prawo i Sprawiedliwość

Polski Pentagon? Tak, ale...

Innym, również odgrzanym pomysłem, o którym było podczas stalowowolskiej debaty, jest budowa Kwatery Głównej RP. To centrum dowodzenia wzorowane na amerykańskim Pentagonie, francuskim Hexagone Balard, czy niemieckim Bundesministerium der Verteidigung.

W jednym miejscu zostałyby zgromadzone instytucje i służby odpowiedzialne za obronność, co ułatwiłoby ich współpracę i podejmowanie decyzji w sytuacjach kryzysowych. Polski Pentagon stanąłby na planie ośmioboku, a każdy bok odpowiadałby za inny obszar bezpieczeństwa. Taki projekt był poważnie dyskutowany za czasów Radosława Sikorskiego, gdy ten kierował Ministerstwem Obrony Narodowej. Wtedy MON nawet chciało sprzedać nieruchomości w Warszawie, by sfinansować budowę, ale było tego za mało. Teraz pomysł „polskiego Pentagonu" promuje parlamentarna inicjatywa „OdNowa RP", złożona głównie z posłów PiS. O dziwo, przychylnie na to patrzą nawet obecnie rządzący resortami siłowymi. Jest to jednak projekt kosztowo porównywalny do Centralnego Portu Komunikacyjnego, a przez to pokoleniowy. Jeden rząd tego nie udźwignie.

Prelegentów w kameralnych przestrzeniach Muzeum COP było wielu i tylko żałować, że organizatorzy nie wybrali bardziej przestronnego miejsca. Mieszkańcy Stalowej Woli i okolic mieliby rzadką okazję wsłuchania się w pomysły na to, co może zapewnić im spokojny sen. Zostały im media, które ciągle czerpią z tego, o czym było w Stalowej Woli. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Szkoły naszych marzeń

Stanisław CHUDY
dziennikarz

Samorządowe Liceum Ogólnokształcące im. Cypriana Kamila Norwida i Zespół Szkół nr 3 im. Króla Jana III Sobieskiego (dawny rozwadowski „Ekonomik") to najwyżej sklasyfikowane szkoły średnie ze Stalowej Woli, w ostatnim, ogólnopolskim prestiżowym Rankingu Fundacji Edukacyjnej Perspektywy. W liczącym 1000 liceów zestawieniu, stalowowolskie zajęło 240. miejsce. Z kolei na 500 techników, szkoła z ul. Polnej uplasowała się na 121. pozycji. To ich najwyższe lokaty w historii tego Rankingu.

Na czym polega dziś „dobra szkoła"? Jakie relacje i wartości powinna kształtować? Jak przygotowywać młodych ludzi do dalszej nauki i dorosłego życia? Jaka w tym procesie jest dzisiaj rola nauczycieli? Czy uczniowie mogą lubić swoją szkołę? Zapytaliśmy o to dyrektorów, nauczycieli i kilkoro uczniów obu wymienionych placówek.

Wyróżnia nas atmosfera

Monika CIOŁKOSZ, zastępca dyrektora SLO w Stalowej Woli



Żeby szkoła dobrze funkcjonowała, musi być właściwie zorganizowana na każdym poziomie. Chodzi więc nie tylko o bazę dydaktyczną i fachową kadrę, która prowadzi z pasją zajęcia, także te dodatkowe, ale o atmosferę w szkole. I myślę, że właśnie ta atmosfera wyróżnia nasze samorządowe liceum. Chcemy, by tutaj każdy uczeń czuł się dobrze, wiedział, że jeśli ma problem, to zostanie wysłuchany i zrozumiany, że może liczyć na pomoc, że jest dla nas ważny. Ważne są więc u nas relacje społeczne, osobisty kontakt, rozmowa, rzeczy nie do przecenienia we współczesnym, coraz bardziej cyfrowym, wirtualnym świecie.

Działają u nas takie zespoły diagnostyczne, które umożliwiają wyłowić perły, ale też docieramy do uczniów potrzebujących wsparcia, bo przekrój naszych uczniów jest szeroki: od najzdolniejszych, przez taki szkolny środek, po osoby z różnymi orzeczeniami, opiniami, czasami zagubione w życiu. Bardzo ważny w takich przypadkach jest przepływ informacji między nauczycielami, wychowawcą, rodzicami i oczywiście konkretnym uczniem. Są więc spotkania nauczycieli i dyrektora z rodzicami, na które przychodzą też uczniowie ze swoim przekazem do nas, do pani pedagog. To wszystko przynosi zamierzony efekt.

Ostatnio zorganizowaliśmy na szkolnych Krupówkach (szeroki i długi korytarz - red.) zabawę pt. „Randka w ciemno". Losowo wybieraliśmy pary, które siadały przy jednym stoliku. Pierwsze pytanie było wcześniej przygotowane, a potem miała toczyć się swobodna rozmowa, twarzą w twarz, nie w sieci. To wszystko ma budować dobrą atmosferę w szkole, która potem nam wszystkim daje „pałera" do pracy i nauki. Oczywiście, nie zawsze jest sielanka w tych szkolnych relacjach, trzeba też stawiać młodzieży granice i wymagania, ale jak wszystko jest dobrze poukładane, a uczniowie czują wsparcie z naszej strony, to szkoła jest przyjazna, i bezpieczna. I kształci na wysokim poziomie. Jesteśmy chyba jedyną szkołą w Stalowej Woli, która tak wiele razy daje możliwość pisania próbnych matur, ale to wszystko dla dobra naszych podopiecznych. Walczymy o sukces każdego ucznia, stąd też pewnie i ta stuprocentowa zdawalność matur. Niektórych nawet „wyciągamy za uszy", nie dopuszczamy, by zostali... niedopuszczeni do matury. I zdają!

Czuję się ważna

Katarzyna SZEWC, uczennica IV klasy SLO, tegoroczna maturzystka



Nasza szkoła daje bardzo dużą przestrzeń, by się rozwijać, zobaczyć, czego chcemy w życiu. To tutaj zrozumiałam, że aktywność społeczna, działania charytatywne, mogą dawać tyle radości. Innym fenomenem tej szkoły jest to, że tutaj nie ma przepaści w relacji uczeń – nauczyciel, jest relacja człowiek z człowiekiem. Czuję, że nauczycielom zależy na naszej przyszłości, chociaż moja przyszłość wcale nie oddziałuje na ich przyszłość. Czuję się ważna, czuję, że mam pomoc, że jestem dobrze prowadzona do matury, czuję się bezpiecznie. Mam takie wrażenie, że jeśli coś sobie

eprasa.pl e5fc8145f0

wymyślę i ma to sens, to w realizacji mam wsparcie dyrekcji i nauczycieli, nie zostaję sama z tym pomysłem.

Co bym zmieniła, gdybym została dyrektorką mojej szkoły? Szczerze powiem, że na dziś to nic. Wiem, że ta szkoła jest najlepsza, że chcę chodzić do tej szkoły i będzie mi ciężko się z nią pożegnać.

Szacunek – rzecz podstawowa

Dorota CIOZDA, polonistka w SLO

Jak się pracuje w najlepszym liceum w mieście? Odpowiem, że dość ciężko, ale też z satysfakcją. Słowem klucz jest tu szacunek we wzajemnych relacjach w szkole. Oczywiście rankingi i statystyki cieszą, ale nie żyjemy nimi na co dzień. W ciągu roku szkolnego ważne są codzienne obowiązki, praca z młodzieżą, skuteczność i atrakcyjność lekcji. Naszą pracę wyznaczają dokładnie te dwa obszary działań, które ocenia Ranking Perspektyw. Pierwsza rzecz to praca z uczniami zdolnymi, co przekłada się na wyniki konkursów przedmiotowych. Staramy się nie marnować talentów, propagować rywalizację w olimpiadach, rozwijać zainteresowania, zarażać pasją. Dotyczy to także umiejętności samorządowych, wolontariatu, działań artystycznych.



Druga sfera to po prostu solidna nauka, przekazywanie wiedzy i systematyczne egzekwowanie jej podczas różnych testów czy sprawdzianów. Ogromnie zależy nam na ukazaniu młodemu człowiekowi, jak się uczyć. To nie jest „nauka łatwa ani mała" – przychodzą do nas dzieciaki bez tej umiejętności, próbują wkuwać na pamięć, bez selekcji informacji, bez nawyku notowania, i to jest dla nas wyzwanie, żeby po 4 latach liceum, a właściwie przed maturą, nasi wychowankowie byli już wyposażeni w umiejętność samodzielnego zdobywania wiedzy. A trzecia sfera naszej nauczycielskiej działalności, o której nie mówią żadne słupki statystyczne – to kontakt z drugim człowiekiem, młodym, otwartym, z którym po pewnym czasie wytwarza się więź współtworzenia czegoś wartościowego– to nasza największa nagroda.

Specyfika pracy w SLO wynika w dużej mierze z tego, że jest to nadal „młoda" szkoła, niedawno świętowaliśmy 25-lecie. Nauczyciele współtworzyli liceum, znają się, lubią, umieją współdziałać, co tworzy miłą atmosferę pracy, egalitarną i po prostu przyjazną. Mimo sporego doświadczenia, nadal nie widać wypalenia zawodowego, co rusz pojawiają się pomysły nowych akcji, często o charakterze charytatywnym, wspólnych działań z młodzieżą, wyjazdów, przedstawień. Moi koledzy to często ludzie nietuzinkowi, o różnych pasjach sportowych, podróżniczych, artystycznych. ■

Najbardziej cieszy mnie stabilność

Rozmowa z Markiem CZOPOREM, dyrektorem Samorządowego Liceum Ogólnokształcącego w Stalowej Woli

Zajęcie 240. miejsca w Rankingu Perspektyw to powód do dumy?

– Liceów w Polsce jest ponad 2,5 tysiąca. Nie wszystkie oczywiście spełniają kryteria, by być w tym Rankingu.. Ale tak, cieszymy się z tej pozycji, bo pniemy się w górę. To jest też atut w walce o ucznia, bo na lokalnym rynku liceów konkurencja jest duża. To, że zajęliśmy 240. miejsce w Polsce, a 10. na Podkarpaciu, utwierdza mnie tylko w tym, że mo-



gę rodziców i tutejsze środowisko przekonywać, że to jest dobra szkoła wymagająca i gwarantująca wysokie wyniki. Argumentem jest m.in. to, że wymagamy od uczniów przez cztery lata, ale daje to odpowiednie owoce.

Co wpływa na te wyniki?

– Jest tu wiele składowych: fachowa kadra, dobra atmosfera, współpraca i porozumienie z uczniami, różnego rodzaju programy, dodatkowe zajęcia dla uczniów i wydarzenia szkolne oraz pozaszkolne. Gdy przyszedłem tu w lutym 2008 roku, szkoła była dobra, ale nie odnosiła takich sukcesów. Pierwsze lata były pełne wysiłku i planowania tego, co trzeba zmienić, aby osiągnąć sukces. Moją dewizą było wtedy: „Daj nauczycielom wszystko, a później wymagaj".

eprasa.pl e5fc8145f0

Kiedy była więc już baza edukacyjna, pracownie i obiekty, trzeba było skupić się na wynikach.

Ale najbardziej cieszy mnie nie samo miejsce Rankingu Perspektyw, ale nasza stabilność. Bo można być wysoko i spadać, nawet wypaść z Rankingu, a my konsekwentnie utrzymujemy się jako liceum ze Srebrną Tarczą.

A możecie zrobić wielki skok i wejść do pierwszej setki?

– Oczywiście, będziemy się starać, aby w przyszłości znaleźć się jeszcze wyżej w Rankingu. To trudne zadanie, ale nie niemożliwe. Szkoła nie tylko przygotowuje ucznia do tego, aby uzyskał jak najwyższe wyniki na maturze, ale, by stał się osobą samodzielną intelektualnie gotową do uczenia się przez całe życie.

W jakim kierunku podąży SLO? Jaka czeka go przyszłość?

– Bardzo ważne będzie w najbliższym czasie pozyskanie nowych nauczycieli pasjonatów, ponieważ „starzeje" się nam grono pedagogiczne, a dobrzy nauczyciele będą przechodzić na emerytury. Aby w przyszłości zapewnić ciągłość nauczania na wysokim poziomie, potrzebni będą młodzi, ambitni nauczyciele.

Potrzebna też jest przychylność organu prowadzącego szkołę, w naszym przypadku jest to miasto. Od niego zależy rozwój bazy edukacyjnej i realizacja nowych projektów skierowanych do naszych uczniów. Natomiast dużej modernizacji, a właściwie termomodernizacji wymaga sam budynek szkoły. Tutaj przydałoby się sporo zmienić. Patrząc po tym kątem na niektóre szkoły w Stalowej Woli, powiem, że są takie, którym trochę zazdroszczę. ■

Szkoły zawodowe mają wzięcie

Rozmowa z Pawłem CIOŁKOSZEM, dyrektorem Zespołu Szkół nr 3 w Stalowej Woli



Jest się czym chwalić? 121. miejsce na liście 500 techników...

– Jak najbardziej, zwłaszcza, że techników w Polsce branych pod uwagę było 1160 (spośród 1755, jakie istnieją), zajęliśmy też 7. miejsce w województwie. Pierwszy raz jesteśmy tak wysoko w Rankingu Perspektyw. Od dawna szkoła jest notowana w tym zestawieniu, do tej pory zdobyliśmy już 8 tarcz przyznawanych dla najlepszych techników w Polsce, w tym dwie srebrne, a pozostałe brązowe. Teraz otrzymaliśmy kolejną srebrną, ale ze znacznie lepszą lokatą niż wcześniej. Mam nadzieję, że wkrótce powalczymy i o złotą tarczę, czyli o miejsce w pierwszej setce najlepszych techników w kraju. W tym roku zabrakło nam niewiele, tylko 4 punkty.

Jakie są największe atuty „Ekonomika", oczywiście poza blisko stuletnią tradycją?

– Ta tradycja i dokonania są ważne, mówią o obliczu szkoły, o jej klasie i marce, ale oczywiście dzisiaj staje przed nami współczesność i jej edukacyjne wyzwania. W naszym przypadku to dobre wyniki matur, ale przede wszystkim zdawalność egzaminów zawodowych, która u nas jest na bardzo wysokim poziomie. Mamy o 20-30 punktów procentowych lepsze wyniki od innych stalowowolskich szkół technicznych. Takich wyników nie byłoby oczywiście bez fachowej i doświadczonej kadry nauczycielskiej. Bez dobrej atmosfery w szkole i współpracy całej społeczności szkolnej.

Atutem „Ekonomika" są również sukcesy naszej młodzieży w olimpiadach i konkursach ogólnopolskich. Nasi uczniowie zachodzą bardzo wysoko, bo zdobycie I czy II miejsca w olimpiadzie zawodowej to naprawdę wielki sukces. Nie jest to przypadek, bo w ostatnich latach co roku mamy kilku finalistów olimpiad i konkursów o zasięgu ogólnopolskim. Odnosimy sukcesy nie tylko w ekonomii, rachunkowości czy wiedzy o bankach, które są powiązane z tradycją naszej szkoły, ale również w hotelarstwie, turystyce, wiedzy o życiu i żywieniu człowieka, architekturze krajobrazu czy spedycji. Te sukcesy ogromnie nas cieszą i dają nam wszystkim energię do dalszej pracy.

Mocną stroną szkoły jest również jej współpraca z firmami i uczelniami wyższymi. Mamy w szkole kilka klas objętych patronatem. Na uwagę zasługuje klasa w zawodzie technik organizacji turystyki pod patronatem firmy Rainbow oraz technik spedytor pod patronatem Izby Administracji Skarbowej w Rzeszowie.

eprasa.pl e5fc8145f0

– Co by pan zmienił w modelu zawodowego kształcenia w Polsce?

– Przede wszystkim finansowanie szkół, tu cały czas jest problem, bo tych pieniędzy brakuje. Szkolnictwo zawodowe nie jest tanie, ze względu na potrzebny sprzęt i materiały do nauki zawodu, jak również oprogramowanie. Naszym organem prowadzącym jest Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli. Wiem, że robi, co może, by nas wspierać, ale przydałyby się jeszcze większe fundusze. Zrobilibyśmy wiele ciekawych rzeczy, bo pomysłów nam nie brak, ale nie mamy z czego ich sfinansować.

Jaka przyszłość stoi przed „Ekonomikiem"?

– Myślę, że bardzo dobra, ponieważ szkoły kształcące zawodowo cieszą się coraz większą popularnością. W Polsce będzie coraz bardziej brakowało pracowników z konkretnymi umiejętnościami – my takich kształcimy. Jako szkoła zawodowa dysponujemy dobrym zapleczem sprzętowym, nowoczesnymi pracowniami do nauki konkretnych zawodów, stosujemy fachowe oprogramowania do nauki zawodu, takie z jakimi pracownik spotka się w firmie. Licencje na programy komputerowe nie są tanie, i to jest naszą bolączką. Na pewno przydałoby się też parę sal lekcyjnych do nauki, na dodatkowe zajęcia oraz aula. To ułatwiłoby znacząco nam pracę. Teraz wszystkie pomieszczenia są maksymalnie wykorzystywane.

Kiedy „Ekonomik" wejdzie do pierwszej setki Rankingu Perspektyw?

– Pracujemy nad tym i wierzymy, że jest to możliwe, a pierwsza setka? Może za dwa lata, na 100-lecie naszej szkoły. Już dziś rozpoczynamy organizację tego jubileuszu, na który zapraszamy wszystkich absolwentów naszej szkoły. ■

Radość, gwar i dobra atmosfera

Halina IDEC, zastępca dyrektora Zespołu Szkół nr 3



W 1989 roku zdawałam egzaminy wstępne do tej szkoły, nie było łatwo się dostać, 6 osób przypadało wówczas na jedno miejsce. Szkoła ma dziś bardzo dobrze wykwalifikowaną kadrę nauczycielską, wiele osób ma uprawnienia egzaminatorskie: przedmiotów ogólnokształcących i zawodowych, sprawdzają egzaminy zewnętrzne w ramach Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w Krakowie. Podnoszą swoje kwalifikacje, by uczyć na jak najwyższym poziomie, by nasi absolwenci umieli poruszać się na rynku pracy, wiedzieli, jak rozmawiać z potencjalnymi pracodawcami. Relacje uczeń-nauczyciel kiedyś i dziś? Dzisiaj to sfera wielu spotkań, dyskusji, interakcji, pomysłów. Ja w czasie swojej nauki w pokoju nauczycielskim nie byłam ani razu *(śmiech)*. Szkoła bez uczniów to puste mury. U nas jest radość gwar, dobra atmosfera.

Szersza współpraca z firmami

Daniel RAJKOWSKI, nauczyciel w Zespole Szkół nr 3



Zmieniłem profesję, pracowałem w instytucji publicznej, trochę w firmie prywatnej, ale zawsze chciałem być nauczycielem, takie mam zresztą pierwotne wykształcenie. Dostałem szansę w tej szkole i staram się ją wykorzystać. Uczę przedmiotów zawodowych w specjalności technik-spedytor, mam też uprawnienia do nauczania historii. Co bym zmienił? Jeśli chodzi o sprawy systemowe szkolnictwa zawodowego, to potrzebna jest większa możliwość współpracy z firmami i różnymi przedsiębiorstwami. Bez tego trudno sobie wyobrazić dobre działanie szkoły uczącej konkretnych zawodów.

Proponujemy budżet obywatelski

Oliwia ZASTAWNA i Patryk CIUPAK, uczniowie IV klasy





Oliwia: – Szkoła jest bardzo przyjazna, mamy dobrych, pomocnych nauczycieli, przystępnie wykładających przedmioty. Można się do nich zwrócić z różnymi pomysłami, jak choćby z propozycjami budżetu obywatelskiego

Patryk: – Pomagają nam bardzo w spełnianiu marzeń, w przygotowaniu do olimpiad, np. pani dyrektor Idec do olimpiady z wiedzy o ZUS. A dzięki budżetowi obywatelskiemu mamy przystanek komunikacji miejskiej obok szkoły. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Na okoliczność 8 marca. Już kilka pań zajmowało najwyższe, można powiedzieć, stanowisko na Ziemi, choć jakieś... 400 km nad jej powierzchnią – dowodziły Międzynarodową Stacją Kosmiczną

Ach te baby!

Stanisław CHUDY
dziennikarz

Słaba płeć? Puch marny? Wolne żarty. W Polsce jest ich więcej od facetów, żyją od nich średnio o 7–8 lat dłużej, już dawno wkroczyły też do „męskich" – wydawać by się mogło – zawodów (trzyma się już chyba tylko górnik przodowy) i dyscyplin sportowych, zajmują najwyższe stanowiska w globalnych korporacjach i organizacjach. Coraz częściej stają też na czele rządów i państw. A nawet jeśli w polityce są tylko „szyją", to wiadomo: szyja głową kręci. Kobiety...

Podejmują się też ekstremalnych wyzwań i wyczynów (z chodzeniem w szpilkach na czele). A w codziennym życiu umieją tak zgrabnie i niepostrzeżenie owinąć sobie rzekomo silną płeć wokół palca, że facetom wydaje się, iż to oni trzymają wszystko w garści. No i jeszcze potrafią, jak powszechnie wiadomo, z niczego zrobić sałatkę, kapelusz i awanturę.



Fot. domena publiczna

Berlin, rok 1910. Klara Zetkin i Róża Luksemburg (z prawej). Zetkin jest jedną z 9 kobiet pochowanych przy Murze Kremlowskim w Moskwie. Ciało Luksemburg, po jego odnalezieniu w berlińskim kanale Landwehr, złożono na tamtejszym Cmentarzu Centralnym Friedrichsfelde

Obchodzony 8 marca Międzynarodowy Dzień Kobiet, pewnie i tym razem stać będzie pod znakiem marszów i haseł o równouprawnieniu, „równopłaceniu" (taka sama kasa, jak mężczyźni, za taką samą pracę czy funkcję), wolności wyboru, związków i prokreacji.

Ścięta Olimpia, towarzyszki Klara i Róża

To nic nowego, bo hasła o prawach kobiet, głównie wyborczych, sufrażystki podnosiły już w XIX wieku, a nawet jeszcze wcześniej. Ba, głową, i to dosłownie, zapłaciła za to niejaka Olimpia de Gougnes, ścięta 3 listopada 1793 r. za przygotowanie w czasie Rewolucji Francuskiej Deklaracji Praw Kobiety i Obywatelki. A najsłynniejsze zdanie z tej Deklaracji brzmi tak: „Skoro kobieta może zgodnie z prawem zawisnąć na szubienicy, winna również mieć prawo stanąć na mównicy".

Notabene, pierwszym nowożytnym państwem, które dało kobietom prawa wyborcze, była w 1902 r. Australia. W 1918 r. wprowadziła je, odradzająca się po zaborach, II Rzeczpospolita. A w takiej np. Francji, jeszcze do II wojny światowej panie głosować nie mogły.

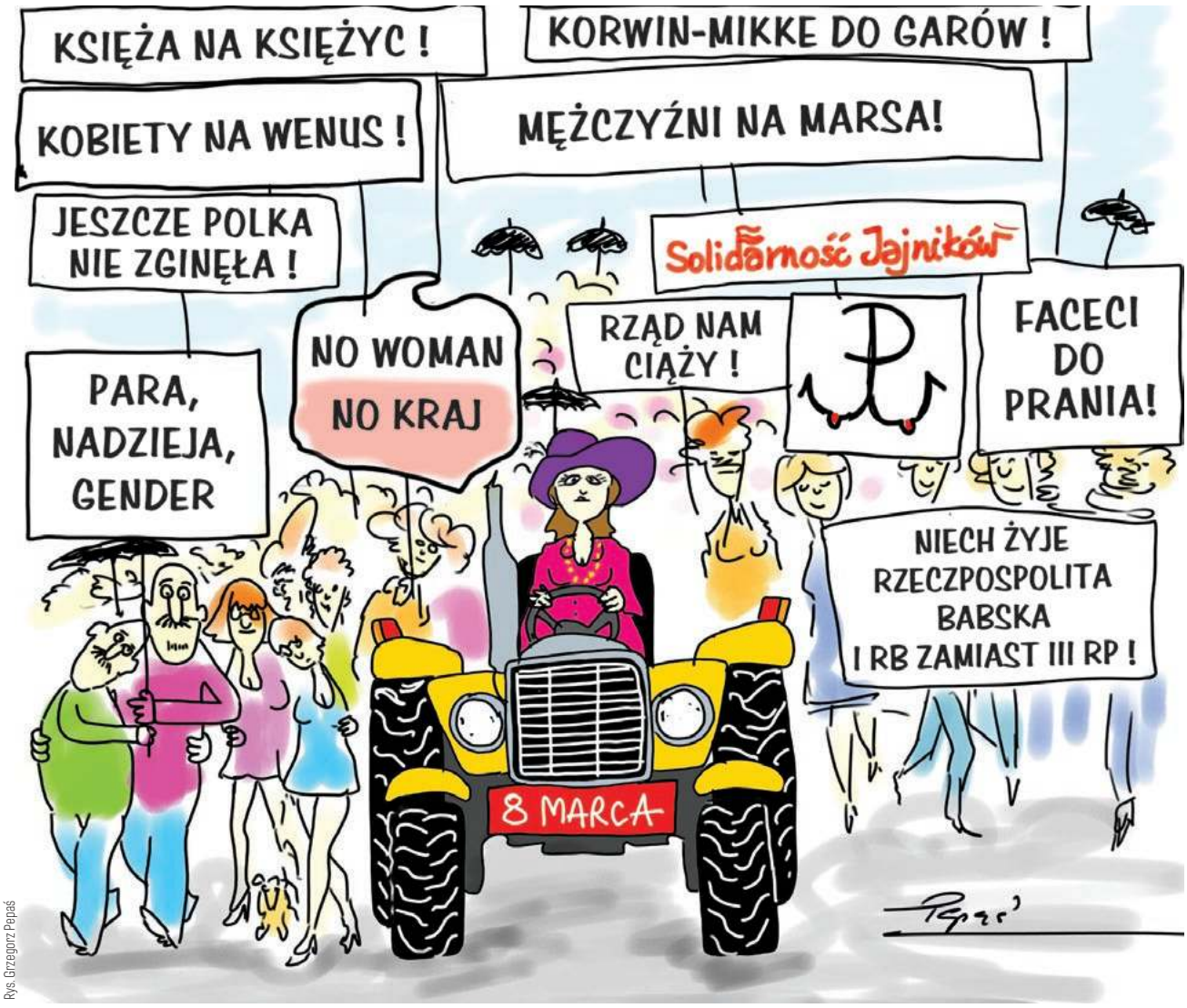
Tradycja Międzynarodowego Dnia Kobiet ma już 115 lat (po raz pierwszy obchodzono go 19 marca 1911 r.), a jego pomysł rzuciła rok wcześniej w Kopenhadze, na zjeździe międzynarodówki socjalistycznej, Klara Zetkin (1857–1933) – niemiecka feministka pacyfistka i komunistka w jednym.

Bodaj najsłynniejszą polską polityczną feministką tamtych czasów, była partyjna towarzyszka Klary, Róża Luksemburg (urodzona w 1871 r. Zamościu, od 1987 r. obywatelka Niemiec, zamordowana w Berlinie w 1919 r.). Jakże przewrotnie, zważywszy na późniejszy bieg dziejów, brzmi dziś jej znane powiedzenie: „Nie ma prawdziwego socjalizmu bez demokracji, tak jak nie ma prawdziwej demokracji bez socjalizmu". Hmm...

Panie na froncie budowy socjalizmu

Paradoksem Międzynarodowego Dnia Kobiet jest, że część pań, zwłaszcza tych nastawionych feministycznie, nie

eprasa.pl e5fc8145f0



Rys. Grzegorz Pepaś

życzy sobie oddawania im tego dnia obowiązkowych męskich hołdów i uprzejmości, widząc w tym przejaw ich płciowej protekcjonalności. Nie chcą też okazywania im innych oklepanych dowodów sympatii.

No to przypomnijmy, że w PRL-u, w zakładach pracy, panie otrzymywały 8 marca obowiązkowy goździk (później tulipan) plus rajstopy, a czasem (w zależności od stanu zaopatrzenia) kawę, ręcznik czy mydło.

Władza, mieniąca się ludową, chciała pokazać, jak bardzo docenia panie (szczególnymi względami cieszyły się włókniarki) w procesie budowy socjalizmu – wymarzonego ustroju dla płci obojga, choć kierowali tą budową oczywiście panowie (kto dziś pamięta jedyną kobietę w Biurze Politycznym KC PZPR w latach 1981- 86, towarzyszkę Zofię Grzyb, brygadzistkę w zakładach „Radoskór", co ciekawe, przez pewien czas także... członkinię zakładowej „Solidarności").

Sam towarzysz Władysław Gomułka zauważył przenikliwie w latach 60., że „nie ma dziś w Polsce dziedziny, w której kobiety nie odgrywałyby ważnej roli". O obywatelskim zaangażowaniu pań świadczą tytuły ówczesnych, 8-marcowych artykułów prasowych, w rodzaju: „Kobiety w szeregach ORMO (Ochotnicza Rezerwa Milicji Obywatelskiej – red.) podejmują zobowiązania dla uczczenia swego święta" czy „Kobiety uczczą swoje święto wzmożonym współzawodnictwem pracy".

Traktorzystka, milicjantka, przodowniczka

No a symbolem ich zawodowego awansu w powojennej Polsce, stało się wiekopomne hasło i plakat: *Kobiety na traktory*. Twarz do tej swoistej kampanii marketingowej dała Magdalena Figur (1927–2007), która w 1979 r., na 35-lecie PRL-u, dostała od fabryki Ursus, a jakże, traktor C-36.

Równie popularna była pierwsza milicjantka Polski Ludowej,

eprasa.pl e5fc8145f0

Leokadia Krajewska (1928–2020), czyli słynna Lodzia. A zasłynęła tym, że jako pierwsza kobieta kierowała ruchem drogowym w powojennej Warszawie. Z dzisiejszej perspektywy były to wprost celebrytki tamtych czasów.

Zupełnie zapomniana została natomiast Józefa Ulkowska (1890–1975), włókniarka, a właściwie prządka w Zakładach Przemysłu Bawełnianego w Łodzi, po II wojnie światowej liderka socjalistycznego współzawodnictwa pracy, bezpartyjna posłanka na Sejm PRL pierwszej kadencji (1952–1956).

Krwawa Luna i Stalin w spódnicy

Żeby ten obraz nie był jednak zbyt cukierkowy, to wspomnijmy jeszcze tyleż znaną, co ponurą postać stalinizmu, czyli pułkownik Julię Brystygierową (1902–1975), nazywaną Krwawą Luną, jeszcze przedwojenną komunistkę, od 1945 r. dyrektorkę osławionego Departamentu IV Ministerstwa Bezpieczeństwa Publicznego.

Wypada też wspomnieć o innej pułkownik, Wandzie Wasilewskiej (1905–1964), córce piłsudczyka, w latach 1918–1919 ministra sprawa zagranicznych, Leona Wasilewskiego, która miała przez lata w Stalowej Woli swoją ulicę. W czasie II wojny światowej przewodniczącą tzw. Związku Patriotów Polskich w ZSRR, osobę będącą głównym doradcą Stalina w sprawach polskich (nazywaną nawet prześmiewczo *Stalinem w spódnicy*), wiceprzewodniczącą tzw. Polskiego Komitetu Wyzwolenia Narodowego, fanatyczną komunistkę, aktywnie propagującą wersję o niemieckiej odpowiedzialności za Zbrodnię Katyńską.

I chyba chichot historii sprawił, że ul. Wandy Wasilewskiej w Stalowej Woli przemianowano na ul. Ofiar Katynia.

Matki, żony, posłanki

Jako że ów „wymarzony socjalizm" był jednak ustrojem chronicznego niedoboru, to po tych wszystkich 8-marcowych peanach i prezentach, panie czekała szara PRL-owska rzeczywistość, czyli: – Szoruj babo, do kolejki...

Dziś, gdy wokół „realny kapitalizm", taki „kolejkowy" obrazek to już tylko wspomnienie. A zamiast do kolejki, kobiety „poszorowały" do polityki. Po 1989 r. na szczytach władzy RP znalazły się trzy panie premier: Hanna Suchocka, Ewa Kopacz i Beata Szydło. Mieliśmy też trzy panie marszałek Sejmu: Ewę Kopacz, Małgorzatę Kidawę-Błońską i Elżbietę Witek. Kidawa Błońska jest też obecnie marszałkiem Senatu.

Panie wypływały też na naszej lokalnej politycznej scenie. W czasach województwa tarnobrzeskiego Janina Sagatowska była jedyną kobietą wojewodą w Polsce (1991–1994). Od 1989 r. mieliśmy też w naszym rejonie (Stalowa Wola – Nisko) trzy posłanki: Joannę Grobel-Proszowską (1989-91 i 2002–2005), Lidię Błądek (1993–97) oraz Renatę Butryn (2007–2011 i 2011–2015), a Janina Sagatowska po raz szósty(!) zasiada obecnie w Senacie. Jest po tym względem samotną rekordzistką.

Parytety, ale bez suwaka

Prawnym mechanizmem, mającym zapewnić większy udział kobiet w Sejmie, są parytety. To obowiązujący od 2011 r. wymóg, by na liście wyborczej danego komitetu było co najmniej 35 proc. pań (lub panów). Tyle, że to panowie dostają najczęściej na listach tzw. miejsca biorące. Przeciwdziałać temu miała zasada tzw. suwaka, czyli naprzemiennego umieszczania kandydatów i kandydatek, ale pomysł ten zarzucono.

W obecnym Sejmie mamy więc 138 posłanek, czyli prawie 30 proc. całego składu tej Izby (460 mandatów). Najwięcej w historii. Z kolei w 100-osobowym Senacie (tu wybory są większościowe i nie ma mowy o parytetach), pań jest 20 (20 proc.). Też najwięcej w historii.

Gdzie diabeł nie może...

Na najwyższych posadach w lokalnych samorządach dominują panowie, ale w Nisku w latach 1996-1998 burmistrzem była Bronisława Barć, funkcję wójta gminy Grębów przez pięć kolejnych kadencji (1990-2010) sprawowała Zuzanna Paduch, a od 2024 r. wójtem gminy Bojanów jest Agnieszka Kobylarz.

Skąd się wzięły kobiety

Jaka jest historii gatunku żeńskiego? Otóż według Biblii, Księga Rodzaju (Rdz 2, 18–25), pierwsza kobieta, Ewa (po hebrajsku „dająca życie"), została stworzona przez Boga szóstego dnia Aktu Stworzenia, z wyjętego żebra Adama, gdy tenże, dotknięty samotnością, spał sobie w raju.

Według ostatnich badań naukowych, pramatka Ewa żyła w Afryce około 140–200 tysięcy lat temu. Nie była jedyną kobietą swoich czasów, lecz jedyną, której mitochondrialne DNA (mtDNA) przetrwało w linii żeńskiej do dziś. Pochodziła najprawdopodobniej ze wschodniej Afryki. Z kolei mitochondrialny Adam też pochodził z Afryki, i był nam znacznie bliższy – żył ok. 60 tys. lat temu. Tak czy inaczej, badania naukowe dowodzą, że ponad 8,3 miliarda ludzi zamieszkujących obecnie Ziemię (kobiet jest ok. 44 mln mniej od mężczyzn), ma swoje korzenie w Afryce.

eprasa.pl e5fc8145f0

Przypomnijmy też, że w Stalowej Woli w latach 2019–2021 zastępcą prezydenta miasta była Renata Knap, a od lipca 2024 r. funkcję tę pełni Monika Pachacz-Świderska (jest drugim zastępcą). Także w obecnej kadencji (2024–2029) przewodniczącą Rady Miejskiej Stalowej Woli jest Renata Krzek.

Trzeba też wspomnieć o najbardziej chyba sfeminizowanym samorządzie na Podkarpaciu, czyli Radzie Gminy Jarocin w powiecie niżańskim. W wyborach w 2024 r. na 15 mandatów kobiety objęły tu 11, nic więc dziwnego, że radą kieruje pani przewodnicząca. Kobieta jest także sekretarzem gminy Jarocin.



Fot. polacje.pl



Fot. domena publiczna

Z lewej celebrytka powojennej Warszawy, milicjantka Lodzia, pochowana w 2020 r. z honorami. Z prawej, zmarła w zapomnieniu u sióstr elżbietanek w Kwidzynie, traktorzystka Magdalena Figur. Tu na plakacie, będącym okładką październikowego numeru „Przekroju" z 1950 r.

Gdzie kobiety wkraczają, a gdzie nie mogą

Coraz trudniej znaleźć dziś zawód nieuprawiany przez kobiety. Mamy więc żołnierki, strażaczki, inżynierki budowlane, kierowczynie autobusów, mechaniczki samochodowe, pilotki samolotów (do niedawna wojskowego Miga-29 pilotowała pani major Urszula Brzezińska-Hołownia, żona byłego marszałka Sejmu (o feminatywach piszę osobno).

Są jednak zawody i obszary, których panie zdobyć nie mogą. W Polsce zakazana dla kobiet jest praca pod ziemią w kopalniach, na wysokościach (masztach, kominach, rusztowaniach), przy ręcznym transporcie ciężarów (powyżej przyjętych norm), a także w warunkach wysokiego ciśnienia (nurkowie). Jeszcze większy katalog zakazów dotyczy kobiet w ciąży.

Watykan i góra Athos

Oczywiście żadna kobieta nie może zostać papieżem, choć jest piękna legenda o papieżu (papieżycy?) Joannie, która Tron Piotrowy miała objąć w 855 r. jako papież Jan VIII.

Obecnie najwyższym stanowiskiem pełnionym przez kobietę za Spiżową Bramą jest funkcja przewodniczącej Gubernatoratu Państwa Watykańskiego, którą od 2025 roku sprawuje Włoszka siostra Raffaella Petrini. Jako sekretarz generalna Gubernatoratu odpowiada za administrację, bezpieczeństwo i sprawy techniczne Watykanu, co czyni ją jedną z najpotężniejszych osób w strukturach tego najmniejszego państwa świata.

Z kolei cesarskim edyktem, od 1060 r. całkowicie zamknięta dla kobiet (jako „tworu nieczystego") jest Święta Góra Athos w Grecji, gdzie stoi prawosławny klasztor. Mnisi wierzą, że jedyną kobietą, która może tam przebywać, jest Matka Boska.

Stare i nowe „3 K"

Niemieckiemu cesarzowi Wilhelmowi II przypisuje się autorstwo słynnych „3 K": Kinder, Küche, Kirche (z niem. Dzieci, Kuchnia, Kościół) – sloganu określającego tradycyjną rolę kobiety w XIX-wiecznym społeczeństwie. W polskiej wersji „3 K" była to Kołyska, Kuchnia, Kościół.

W XXI wieku, w czasach powszechnego równouprawnienia, slogan ten brzmi archaicznie, choć feministki (i nie tylko one) twierdzą, że kobiety ciągle muszą upominać się o swoje prawa, bo dalej są dyskryminowane ze względu na płeć, że panie zarabiają mniej od panów na tych samych stanowiskach, a w zawodowym awansie przeszkadza im szklany sufit, czyli nieformalne, niewidoczne bariery w miejscu pracy. Pada też zarzut, że cały czas Kościół chce wtłaczać kobiety w ich „tradycyjne" role, widząc w nich tylko matki i strażniczki domowego ogniska.

Ale z drugiej strony, można też trochę przewrotnie powiedzieć, że oto doczekaliśmy się nowej wersji „3 K": Kosmetyczka, Kiecka, Kariera.

I jeszcze jedno: Dzień Mężczyzn, w Polsce obchodzimy 10 marca. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Żeńskie formy to już normy

Stanisław CHUDY
dziennikarz

Feminatywy to żeńskie nazwy (zwłaszcza końcówki) zawodów, stanowisk, funkcji i ról, często nie mających do tej pory „kobiecych" nazw, i określanych albo męską formą, albo przy pomocy poprzedzającego ją rzeczownika pani, np. pani marszałek, pani minister, pani premier, pani profesor itd.



Fot. Domena publiczna

Feminatywy pochodzące z przedwojennych publikacji red. Aleksandry Piłsudskiej

Nienaturalne i mało poważne

Dyskusja na temat feminatywów w języku polskim budzi sporo emocji, a zarzut, że prowadzą one do „absurdów nazewniczych", jest jednym z najczęściej podnoszonych przez ich przeciwników.

Wynika on głównie z braku osłuchania się z żeńskimi formami, zmian światopoglądowych oraz poczucia, że niektóre nowe określenia brzmią nienaturalnie lub komicznie, np. chirurżka, architektka, naukowczyni, pilotka (tak nazywa się też rodzaj czapki). Feminatywy mają też umniejszać powagę zawodu czy funkcji, szczególnie na wysokich stanowiskach, np. prezydentka, premierka, ministra czy ministerka.

Bralczyk nie uznaje „gościni"

Znany językoznawca, prof. Jerzy Bralczyk zwraca też uwagę, że feminatywy w określonym kontekście zawężają ich pole znaczeniowe tylko do płci żeńskiej. Np. jeśli powiemy, że X jest najlepszą szachistką na świecie, to odnosimy to tylko do grających w szachy kobiet. Natomiast określenie, że ta sama X jest najlepszym szachistą na świecie, nie pozostawia wątpliwości, że chodzi o wszystkie osoby grające w szachy.

Profesor stanowczo zaprotestował też przeciwko takim feminatywom jak „gościni" zamiast „gość", uznając niektóre żeńskie formy za sztuczne dostosowywanie się do obowiązującej mody i tendencji językowych.

Formy systemowo poprawne

Stanowisko Rady Języka Polskiego jest tu jasne: feminatywy są systemowo poprawne i mają długą tradycję w polszczyźnie (szczególnie w dwudziestoleciu międzywojennym), a ich zniknięcie po II wojnie światowej było efektem zmian w języku oficjalnym.

To, co dla jednych jest „ nazewniczym absurdem" i sztucznymi formami, dla innych jest więc naturalną ewolucją języka i wyrazem walki z seksizmem w polszczyźnie. Wspomniane „absurdy" często wynikają z przyzwyczajenia do męskich form jako uniwersalnych i z czasu, jakiego język potrzebuje do oswojenia się z nowymi określeniami. A oto ich przykłady:

marszałek → marszałkini
architekt → architektka
premier → premierka
inżynier → inżynierka
minister → ministra (ministerka)
kierowca → kierowczyni
prezydent → prezydentka
mechanik → mechaniczka
prezes → prezesa lub prezeska
chirurg → chirurżka
gość → gościni
strażak → strażaczka
motorniczy – motornicza ■

eprasa.pl e5fc8145f0

GWARANCJA 0% OKAZJI 0% CENOWYCH

OUTLET MEBLOWY HALMAR

RABATY do -80%

RABATY DO 80% • PONAD 600 PRODUKTÓW • 1 000 m² POWIERZCHNI

STANFORD XL -80%
2749 zł **549 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 549 zł

FARGO -50%
1999 zł **999 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 999 zł

SANDOR -75%
2599 zł **649 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 649 zł

K538 -41%
169 zł **99 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 329 zł

K519 -30%
329 zł **229 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 229 zł

K576 -30%
299 zł **209 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 209 zł

K536 -30%
399 zł **279 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 279 zł

K571 -40%
519 zł **309 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 309 zł

BROOKLYN -40%
666 zł **399 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 399 zł

GINA -30%
209 zł **149 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 149 zł

EDITTA -30%
149 zł **99 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 99 zł

DANTE -40%
509 zł **299 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 299 zł

TYRION -50%
819 zł **409 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 449 zł

TITAN -50%
999 zł **499 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 499 zł

AGUSTIN 2 -50%
1159 zł **579 zł**



NAJNIŻSZA CENA Z 30 DNI: 579 zł

REKLAMA

pełna oferta na:
www.outlet.halmar.com.pl

OUTLET MEBLOWY HALMAR
ul. COP 2, 37-450 Stalowa Wola
tel: **788 954 005**, e-mail: outlet@halmar.pl
Godziny otwarcia: Pon-Pt: 8:00-17:00, Sob: 9:00-13:00

eprasa.pl e5fc8145f0

Fundusze Europejskie | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską

Fundusze, które zmieniają lokalne historie

Jak zatrzymać młodych ludzi w regionie? Jak wesprzeć lokalnych przedsiębiorców i dać mieszkańcom realne narzędzia do rozwoju? O tym, jakie możliwości otwierają fundusze europejskie i jak z nich skorzystać, rozmawiamy z Pawłem GARDYM , prezesem Stowarzyszenia „Lasowiacka Grupa Działania", które od lat działa na rzecz rozwoju naszych gmin.

Stowarzyszenie „Lasowiacka Grupa Działania" od lat wspiera rozwój naszych gmin. Co dziś jest najważniejszym obszarem Waszych działań?

– Najważniejsze są dla nas dwie rzeczy: ludzie i lokalna przedsiębiorczość. W obecnej perspektywie finansowej 2021–2027 realizujemy projekty zarówno społeczne, jak i gospodarcze. Chcemy, by mieszkańcy mieli realne możliwości rozwoju – czy to poprzez podnoszenie kwalifikacji, czy zakładanie i rozwijanie własnych firm.

Jakim budżetem dysponujecie w tej perspektywie?

– W ramach Europejskiego Funduszu Społecznego Plus zarządzamy kwotą 1 086 830 euro. To środki przeznaczone na tzw. projekty „miękkie", czyli inwestycje w edukację, rozwój kompetencji, wsparcie dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych.

Z kolei w ramach Planu Strategicznego dla Wspólnej Polityki Rolnej, mamy do dyspozycji 2 750 000 euro. Te środki wspierają przedsiębiorców – zarówno osoby rozpoczynające działalność, jak i te, które chcą ją rozwijać – oraz projekty poprawiające dostęp do małej infrastruktury publicznej. Dzięki temu możemy działać kompleksowo – wspierać ludzi i jednocześnie wzmacniać lokalną gospodarkę.

Jakie potrzeby mieszkańców były dla Was najważniejsze przy tworzeniu strategii?

– Przygotowując Lokalną Strategię Rozwoju, przeprowadziliśmy szerokie konsultacje społeczne. Rozmawialiśmy z mieszkańcami, przedsiębiorcami, przedstawicielami szkół, organizacji społecznych.

Najczęściej pojawiały się trzy kwestie: niska aktywność zawodowa i społeczna, wykluczenie społeczne oraz odpływ młodych ludzi z terenów wiejskich. To realne wyzwania, które wpływają na przyszłość całego regionu. Nasze działania są odpowiedzią właśnie na te potrzeby.

W jaki sposób EFS+ pomaga w praktyce?

– Środki z EFS+ pozwalają nam realizować projekty edukacyjne i rozwojowe. Podpisaliśmy cztery umowy na działania skierowane do dzieci i młodzieży. To m.in. półkolonie i obozy żeglarskie, warsztaty edukacyjne, dodatkowe zajęcia rozwijające czy warsztaty twórcze.

Zależy nam, aby młodzi ludzie mieli dostęp do atrakcyjnej, wartościowej edukacji także poza szkołą. Chcemy pokazać im, że w naszym regionie można się rozwijać, zdobywać nowe umiejętności i realizować swoje pasje.

A co z przedsiębiorcami?

– W ubiegłym roku ogłosiliśmy siedem naborów w ramach Planu Strategicznego WPR – dwa dotyczące rozpoczęcia działalności gospodarczej, trzy związane z jej rozwojem.

Wszystkie konkursy cieszyły się dużym zainteresowaniem. To pokazuje, że mieszkańcy mają pomysły i chcą działać. My staramy się stworzyć im do tego jak najlepsze warunki. Dodatkowo wspomnę, że zostały przeprowadzone również dwa nabory w zakresie poprawy dostępu do małej infrastruktury publicznej, skierowane do organizacji pozarządowych oraz jednostek samorządu terytorialnego.

Warto dodać, że pod względem tempa wdrażania środków z PS WPR znajdujemy się w pierwszej dziesiątce Lokalnych Grup Działania w województwie podkarpackim.

Czy trudno jest sięgnąć po takie wsparcie?

– Nie musi być trudno. Właśnie po to działają nasze biura. Oferujemy bezpłatne doradztwo – pomagamy przygotować



Halowy turniej piłki nożnej – wydarzenie promujące EFS+ oraz Stowarzyszenie „Lasowiacka Grupa Działania"

PROMOCJA

eprasa.pl e5fc8145f0



Szkolenie dotyczące Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (EFS+) realizowanego w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Podkarpacia 2021–2027 (FEP)

wniosek, wyjaśniamy zasady konkursu, tłumaczymy, jakie wydatki można sfinansować.

Zachęcamy, aby nie bać się przyjść i zapytać. Czasem wystarczy jedna rozmowa, by pomysł nabrał realnych kształtów.

Gdzie można znaleźć informacje o naborach?

– Aktualne informacje publikujemy na naszej stronie internetowej oraz w mediach społecznościowych. Organizujemy także spotkania informacyjne i szkolenia. Staramy się być obecni w regionie – nie tylko w biurze.

W ubiegłym roku współorganizowaliśmy dziewięć wydarzeń promocyjnych, w tym cykl turniejów piłkarskich dla dzieci i młodzieży. Podczas takich spotkań mieszkańcy mogą bezpośrednio porozmawiać z nami i dowiedzieć się więcej o dostępnych funduszach.

Jakie plany na najbliższy czas?

– W 2026 roku planujemy nabory wniosków w ramach EFS+ oraz PS WPR. Kolejne złożone projekty w ramach EFS+ czekają na ocenę w Urzędzie Marszałkowskim. Przed nami intensywny czas, ale to dobra wiadomość – bo oznacza kolejne możliwości dla mieszkańców.

Na zakończenie – co chciałby Pan powiedzieć osobom, które jeszcze nie korzystały z funduszy LGD?

– Przede wszystkim: warto spróbować. Fundusze Europejskie to realne narzędzie zmiany – dla pojedynczej osoby, firmy czy całej społeczności. Zapraszamy przedsiębiorców, organizacje pozarządowe, JST, dyrektorów szkół i lokalnych liderów.

Często jeden dobrze przygotowany projekt może stać się początkiem większej, pozytywnej zmiany. A właśnie na tym nam najbardziej zależy – by nasz region rozwijał się dzięki energii i pomysłom jego mieszkańców. ■



Pasieka u Trutnia – projekt dofinansowany w ramach podejmowania działalności gospodarczej

PROMOCJA WŁASNA WYDAWCY

Księgarnia Regionalna

Zamawiaj prosto, szybko i wygodnie na www.sztafeta.pl



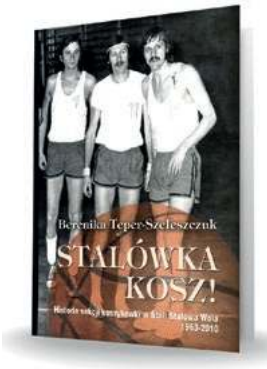
„Poezja dzieciom"
autorstwa
Edyty Szwedo

Znajdziesz tu barwne opowieści i radosne rymy. Idealna książka na wspólne czytanie i odkrywanie z dzieckiem magii poezji!



„Głębsze spojrzenie"
autorstwa
Zbigniewa Zielińskiego

Odkryj, jak odnaleźć wartości w czasach bezsensownego gromadzenia dóbr materialnych



„Stalówka kosz – historia sekcji koszykówki w Stali Stalowa Wola 1963–2010"
autorstwa Bereniki Teper-Szeleszczuk

W książce znajdziesz wyniki, tabele i wywiady

Te i inne książki o regionie kupisz w Wydawnictwie Sztafeta – Stalowa Wola, Al. Jana Pawła II 25A/1010. Zamówienia można składać przez tel.: 15 810 94 00

PROMOCJA WŁASNA WYDAWCY

30% taniej

Promocja ważna do 27 marca 2026 r.

z tym kuponem, w siedzibie Wydawnictwa „Sztafeta", wybrane książki kupisz taniej!

Lista książek biorących udział w promocji pod nr tel. 15 810 94 00

eprasa.pl e5fc8145f0

Warzą po swojemu i dobrze na tym wychodzą

Mariusz BIEL
dziennikarz

Nie zaczynali z biznesplanem w dłoni, ale z przekonaniem, że warto ocalić smak miejsca, z którego pochodzą. Dzisiaj, małżeństwo Katarzyna i Kamil Cuberowie wiedzą doskonale, że stworzyli coś więcej niż browar. Każdego dnia piszą opowieść o tożsamości, relacjach i odwadze życia na własnych zasadach.



PROMOCJA

Od lewej: Rafał Radziejowski, Katarzyna Cuber i Kamil Cuber

Kiedy w 2017 roku postanowili założyć Browar Lasowiak, nie wiedzieli, jak wiele zmieni się w ich życiu. Że tak naprawdę wywróci się ono do góry nogami. Dzisiaj, po blisko 10 latach, mówią, że była to decyzja odważna, trudna – nawet trochę szalona – ale nie żałowali jej ani przez moment. Posłuchajcie ich opowieści...

Ta ziemia zasługuje, żeby mówić o niej głośno i z dumą

Kierowała nami nie tylko miłość do dobrego piwa, ale przede wszystkim silna potrzeba pielęgnowania i promowania naszej lokalnej kultury. Tak narodził się Browar Lasowiak – marka, która od początku była czymś więcej, niż tylko miejscem produkcji piwa. To wyraz tego, kim jesteśmy, skąd pochodzimy i jaką wartość ma tradycja, o której chcemy mówić głośno i z dumą.

Nazwa nie była przypadkowa. Od zawsze czuliśmy więź z kulturą lasowiacką. Nieco zapomnianą, unikatową, zakorzenioną głęboko w historii i tożsamości regionu. Pomyśleliśmy, że Browar Lasowiak będzie znakomitym jej ambasadorem. Nasze logo, będące interpretacją lasowiackiego serca, było pierwszym krokiem w budowaniu marki opartej na autentyczności. Estetyka i symbolika były dla nas tak samo ważne, jak smak piwa, i dlatego od początku dbaliśmy o każdy szczegół.

eprasa.pl e5fc8145f0





Konsekwencja, odwaga i przede wszystkim cierpliwość

Od samego początku pracowaliśmy w trójkę, razem z naszym przyjacielem Rafałem tworzyliśmy wszystko od zera. Browar stał się naszym drugim domem, w którym spędzaliśmy większość czasu. Przez te wszystkie lata wiele się nauczyliśmy, ale też popełnialiśmy błędy, które nauczyły nas pokory.

Dzisiaj już wiemy, że dobry biznes to przede wszystkim ludzie, i ta zasada towarzyszy nam do dziś. Wielu klientów, z którymi współpracowaliśmy, po czasie stawało się naszymi znajomymi, a potem przyjaciółmi. Tak właśnie było z Rysiem Podkarpackim, czyli dostawcą soku z derenia. Wraz z Anitą i Remikiem stworzyliśmy Boskiego Drania, czyli piwo pszeniczne z dodatkiem soku z derenia z ich gospodarstwa. To jeden z tych przykładów, kiedy praca staje się początkiem czegoś znacznie ważniejszego.

Dzisiaj Browar Lasowiak jest przedsięwzięciem w pełni rodzinnym, tworzymy go już tylko we dwoje. Pasja jednak pozostała ta sama, a doświadczenia zebrane w pierwszych latach nauczyły nas konsekwencji, odwagi i przede wszystkim cierpliwości.

Każda etykieta opowiada historię

Ogromne znaczenie ma dla nas współpraca z Sylwią Zawiślak – lokalną artystką, która od początku czuła naszą estetykę i która czytała nasze intencje, jak z książki. Sylwia tworzy grafiki metodą linorytu, inspirowane kulturą Lasowiaków. To właśnie jej prace stały się jednym z najbardziej rozpoznawalnych elementów naszej marki.

eprasa.pl e5fc8145f0

Każda etykieta opowiada historię, a nazwy piw nawiązujące do gwary lasowiackiej tworzą dodatkowy, niemal „literacki" wymiar browaru. Dzięki temu nasze produkty są nie tylko napojem. Są też nośnikiem tradycji.

„Kadź pijalnia piw niebanalnych"

Pierwsze lata naszej działalności były niezwykle intensywne. Objazdowe życie, setki godzin spędzonych na drogach i tysiące rozmów podczas festiwali piwnych w całej Polsce. Jeździliśmy wszędzie, gdzie tylko mogliśmy pokazać nasze piwo. Pokonywaliśmy setki kilometrów, rozstawialiśmy się w dziesiątkach miast, spotykaliśmy się z ludźmi, słuchaliśmy opinii, a przede wszystkim dzieliliśmy się naszą pasją. Te wyjazdy dawały nam ogromną energię i pozwoliły budować społeczność wokół Browaru Lasowiak.

Na pewien czas stworzyliśmy także własne miejsce na mapie miasta Stalowa Wola — lokal „Kadź pijalnia piw niebanalnych" To miejsce było naszą dumą, spełnieniem marzeń o stworzeniu przestrzeni, w której ludzie mogliby poznawać piwa rzemieślnicze w wyjątkowej atmosferze. Niestety, pandemia zmusiła nas do zamknięcia lokalu i choć była to dla nas trudna decyzja, dziś patrzymy na ten czas z wdzięcznością – za ludzi, których tam poznaliśmy, za rozmowy, za wspólne wieczory przy dobrym piwie.

A dla kibiców Stali „Nadsańskie zielone"

W ostatnich latach nasza działalność znacznie ewoluowała. Z czasem zaczęliśmy coraz mocniej działać lokalnie. Mniej jeździmy po piwnych festiwalach, a coraz bardziej koncentrujemy się na pracy na miejscu. Z dumą współpracujemy z wieloma lokalnymi

BROWAR LASOWIAK

firmami, dla których przygotowujemy personalizowane produkty – zestawy piw z indywidualną etykietą i logotypem danej firmy. To segment, który rozwija się u nas wyjątkowo dynamicznie i pozwala nam łączyć kreatywność z rzemiosłem w zupełnie nowy sposób.

W ubiegłym roku zrealizowaliśmy kolejny duży i ważny dla nas projekt. Rozpoczęliśmy współpracę z klubem piłkarskim Stal Stalowa Wola, w ramach której powstało piwo „Nadsańskie zielone". Stało się ono nie tylko wyrazem naszego wsparcia dla lokalnego sportu, ale także spełnieniem jednego z marzeń Kamila, który od lat jest zagorzałym piłkarskim kibicem.

Każde piwo to część naszej historii

Piwo z Browaru Lasowiak możecie spotkać na każdych wydarzeniach organizowanych przez Miasto lub MDK w Stalowej Woli. Jesteśmy także dumnymi członkami Klastra Lasowiackiego, którego działalność jest coraz mocniej dostrzegana. Działamy również w lokalnym stowarzyszeniu „Nasze Kołodzieje", na terenie, w którym mieszkamy, organizując wydarzenia kulturalne, ekologiczne oraz integracyjne.

Kiedy patrzymy na drogę, którą przeszliśmy, widzimy nie tylko rozwój firmy, ale przede wszystkim rozwój nas jako ludzi. Browar Lasowiak jest dla nas czymś bardzo osobistym – połączeniem marzeń, ciężkiej pracy, lokalnej tożsamości i pasji, która nie gaśnie. Każde piwo to część naszej historii, a także historii o ziemi, z której pochodzimy, o kulturze, którą kochamy, i o ludziach, którzy wspierają nas od pierwszego dnia.

Uwielbiamy to robić i robimy to na własnych zasadach

Po latach intensywnej pracy, znaleźliśmy dla siebie nowe miejsce do życia i tworzenia. Zaszyliśmy się na wsi, w lasowiackiej chacie, którą własnoręcznie wyremontowaliśmy — deska po desce, z zachowaniem tradycji, ale i wprowadzeniem odrobiny współczesnego komfortu. To przestrzeń, która pozwala nam oddychać pełną piersią, czerpać z natury, którą codziennie przypomina, że to my decydujemy o tempie i kierunku naszego życia.

Obecnie dzielimy czas pomiędzy prowadzenie firmy, wychowywanie naszego synka i aktywne działanie w stowarzyszeniu „Nasze Kołodzieje". Choć to wiele obowiązków, wszystkie te zajęcia mają jeden wspólny mianownik: uwielbiamy to robić i robimy to na własnych zasadach. Praca przenika się u nas z pasją, codzienność z misją, a życie rodzinne z zaangażowaniem na rzecz lokalnej społeczności. To właśnie w tej harmonii odnajdujemy sens, motywację i radość każdego dnia.

Bogatsi o doświadczenie i działający z jeszcze większą świadomością, pozostajemy wierni tej samej idei, od której wszystko się zaczęło, czyli warzyć piwo najwyższej jakości, z którego lokalna społeczność może być dumna.

Chcemy, aby Browar Lasowiak niezmiennie był marką bliską mieszkańcom naszego region: autentyczną, rozpoznawalną, zakorzenioną w tradycji i rzemieślniczej pasji. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Polscy specjaliści w cenie

Mariusz BIEL
dziennikarz

Od jednoosobowej działalności w Rotterdamie do firmy współpracującej z największymi przedsiębiorstwami przemysłowymi w Holandii. O specjalistycznej branży izolacji i wentylacji, rosnącym zapotrzebowaniu na wykwalifikowanych pracowników z Polski oraz drodze ze Stalowej Woli na europejskie rynki rozmawiamy z Danielem HAJNOSZEM, właścicielem HANY SERVICE.



PROMOCJA

Firma Hany Service działa już od ponad 20 lat. Jak wyglądały jej początki?
– Zaczynałem w 2005 roku w Rotterdamie, jako jednoosobowa działalność gospodarcza. Pierwsze prace wykonywaliśmy przy izolacjach na statkach, w stoczniach, generalnie w przemyśle okrętowym. To była bardzo konkretna, techniczna specjalizacja i właśnie od niej wszystko się zaczęło. Statek z naszym logo to pamiątka tamtych czasów.

A od kiedy Hany Service funkcjonuje na terenie Polski?
– W marcu 2018 firma otworzyła swoje biuro w centrum Katowic. To nasze centrum rekrutacyjne. Stąd prowadzimy nabór pracowników, kontakt z kandydatami i organizację wyjazdów do projektów realizowanych w Holandii. 14 lutego mieliśmy „firmówkę" z okazji 8. urodzin.

Widziałem na „fejsie", widziałem… Działo się…
– Nie samą pracą człowiek żyje. W dzisiejszym świecie, pełnym pośpiechu, takie spotkania integracyjne mają ogromne znaczenie. Nasze katowickie biuro rozwija się dynamicznie, a zespołowe sukcesy dają nam powód do wspólnego świętowania. To czas na radość i budowanie relacji, które napędzają naszą codzienną pracę.

Czy od początku planował pan rozwój w kierunku międzynarodowej firmy?
– Nie, to był raczej naturalny proces. Po przyjeździe do Holandii nauczyłem się języka, trafiłem do pracy w branży stoczniowej, i zobaczyłem, jak bardzo brakuje tam fachowców. A jak już spotykałem takich, to w większości byli to Polacy.

Bo my, Polacy jesteśmy wszędzie…
– W wielu zakładach przemysłowych czy stoczniach większość zespołów technicznych stanowią Polacy. Mają wiedzę praktyczną, potrafią czytać rysunek techniczny, są samodzielni i odpowiedzialni, dokładni w pracy, solidni i kompetentni. To jedni z najlepszych specjalistów w Europie, choć w Polsce bardzo często są niedoceniani.

Rozmawiałem niedawno z Polakiem mieszkającym od prawie 40 lat w Kanadzie. Opowiadał, jak kilka lat temu w pracy wszyscy byli zdumieni, że młody Polak potrafił czytać skomplikowane rysunki techniczne, mimo że wykonywał tylko proste zadania.
– Mnie to wcale nie dziwi, bo obserwuję to na co dzień. Przy rekrutacji oczekujemy od kandydatów między innymi umiejętności czytania rysunków technicznych i wiemy, że dla Polaków nie stanowi to żadnego wyzwania. W Polsce, kończąc szkołę techniczną, zdobywa się takie kompetencje od podstaw – to po prostu norma.

eprasa.pl e5fc8145f0





Czym dokładnie zajmuje się dziś Hany Service?
– Jesteśmy wyspecjalizowanym biurem pośrednictwa pracy. Zatrudniamy polskich pracowników na podstawie holenderskich kontraktów i delegujemy ich do pracy dla największych firm budowlanych oraz przemysłowych w Holandii. Specjalizujemy się w izolacjach przemysłowych i montażu systemów wentylacyjnych – zarówno na budowach, jak również w zakładach przemysłowych czy projektach stoczniowych.

Jak rozległa jest dziś działalność firmy?
– Przez lata, przy projektach pracowało jednocześnie około 100 osób, natomiast obecnie nasza baza kadrowa liczy już około 150 nazwisk. To są sprawdzeni fachowcy. Nie przypadkowi pracownicy, tylko ludzie z konkretnym zawodem i doświadczeniem.

Skąd, z jakich rejonów najczęściej pochodzą pracownicy, których rekrutujecie?
– Bardzo dużo osób trafia do nas z Pomorza, gdzie przez lata funkcjonował silny przemysł stoczniowy i gdzie wciąż jest wielu specjalistów znających tę branżę od podszewki. Także z tych regionów, gdzie są szkoły kształcące izolerów i monterów. A mamy tylko trzy takie placówki: w Tarnowie, Płocku i w Krapkowicach na Opolszczyźnie.

Czy pana zdaniem, wciąż jest duże zapotrzebowanie rynku holenderskiego na takich specjalistów?
– Ono nie maleje, wręcz przeciwnie. W Holandii cały czas brakuje dobrych pracowników technicznych. Realizujemy projekty długoterminowe, nawet dwuletnie, ale też bardzo krótkie, wymagające natychmiastowej reakcji. Zdarza się, że statek wpływa w czwartek, a w sobotę rano musi wypłynąć, więc prace izolacyjne trzeba wykonać w ekspresowym tempie.

O wyjeździe do roboty za granicą decydują przede wszystkim względy ekonomiczne, prawda?

eprasa.pl e5fc8145f0

– Oczywiście. Jeśli monter w Polsce zarabia np. 70 złotych na godzinę, to w Holandii może zarobić kilka razy więcej. W tej sytuacji wybór jest oczywisty. Robisz to samo, tylko za dużo większe pieniądze. Bardzo popularny jest u nas system rotacyjny, czyli wyjazd z kraju na dwa tygodnie, na miesiąc, i praca nie po 8 godzin dziennie, tylko po 10-12, i powrót do domu, żeby posiedzieć z rodziną, i za jakiś czas, ponownie wyjazd do pracy do Holandii. I powiem, że taki system odpowiada dużej liczbie pracowników.

W jaki sposób dobieracie kandydatów i prowadzicie rekrutację, skoro niektóre wymagania już na początku wykluczają część osób?

– Stawiamy na szczerość i jasne zasady od samego początku. Wymagania, które stawiamy, mają jeden cel – żeby nikt nie tracił czasu, ani kandydat, ani my. Podczas rozmowy sprawdzamy nie tylko umiejętności, ale też podejście do pracy i odpowiedzialność. Od razu widać, kto naprawdę pasuje do naszego zespołu. Na przykład: jeśli ktoś lubi imprezować i rano pojawia się z kacem, to za bardzo u nas nie „zaszaleje". Prosta piłka. My potrzebujemy takich ludzi, którzy potrafią wziąć odpowiedzialność za siebie i swoje zadania. Dzięki temu unikamy nieporozumień i współpraca zaczyna się od jasnych oczekiwań i wzajemnego szacunku.

Czy w waszej ofercie są też stanowiska dla osób niewykwalifikowanych, bez doświadczenia? Czy młodzi mają szansę wejść do tej branży?

– Oczywiście. Choć najczęściej poszukujemy pracowników z kwalifikacjami i doświadczeniem – fachowców technicznych, dyspozycyjnych i gotowych do pracy w różnych warunkach – nie zamyka to drogi dla młodych osób, które chcą się u nas uczyć i zdobywać doświadczenie. Wiele razy zdarzało się, że sprawdzony pracownik polecał kogoś bez formalnych kwalifikacji, a my podpisywaliśmy z taką osobą umowę. System „kolega poleca kolegę" zwykle sprawdza się świetnie i daje młodym realną szansę na start w branży.

Co uważa pan za największy sukces po 20 latach działalności na rynku holenderskim?

– Największy sukces? To, że firma wciąż rośnie stabilnie, zdobywa nowe projekty i daje ludziom dobrze płatną pracę. Ale prawdziwa satysfakcja przychodzi, kiedy widzę, że nasza działalność pomaga tym, których reszta systemu zostawiła na lodzie.

Często są to fachowcy, którzy w Polsce stracili pracę, bo ktoś wpadł na pomysł, żeby zamknąć całą branżę. Ludzie



z ogromnym doświadczeniem nagle okazali się… „niepotrzebni". I wtedy możemy pokazać, że ich umiejętności wciąż się liczą, i że da się pracować z godnością, zarabiać przyzwoicie i czuć się potrzebnym. To dla mnie największe zwycięstwo po tych wszystkich latach.

Jakie są plany Hany Service na najbliższe miesiące?

– Kontynuować rozwój i dalej stawiać na fachowców. Europejski przemysł potrzebuje dziś konkretnych umiejętności, a polscy pracownicy mają je na bardzo wysokim poziomie. Naszym zadaniem jest łączyć ich kompetencje z projektami, które wymagają jakości, doświadczenia i odpowiedzialności.

Na koniec skupmy się na poważnych sprawach... Stal Stalowa Wola.

– „Stalówka" to oczko w mojej głowie od najmłodszych lat. Dorastałem na osiedlu Hutnik w Stalowej Woli i mieliśmy wtedy brygadę kibiców, która śmigała za Stalą po całym kraju. Teraz też jeżdżę, czasem sam, czasem z żoną, bo kto by się mógł oprzeć tej dawce nostalgii i… frustracji jednocześnie? *(śmiech).*

Ale… od kilku lat sponsoruje pan klub z Hutniczej i piłkarzy Stali, z nadziejami na…?

– Na… „lepsze jutro"? Brzmi jak hasło motywacyjne z plakatu, prawda? Niestety, przy obecnej strukturze klubu planowanie na przyszłość jest jak wróżenie z fusów, co najwyżej kilka miesięcy do przodu. Polityka długofalowa? Zapomnij. Mamy tu model „galicyjski", czyli tu coś doraźnie załatać, tam chwilowo poprawić, i jakoś się to klei. Tylko że „jakoś" i „jakość" to dwie różne planety, a my, niestety, orbitujemy gdzieś pomiędzy. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Nowy rozdział w przepisach drogowych

Karolina KUSIŃSKA
dziennikarka

Rok 2026 przyniósł istotne zmiany w przepisach ruchu drogowego. Część z nich już obowiązuje, kolejne wejdą w życie w najbliższych miesiącach. Nowelizacje obejmują zarówno surowszą odpowiedzialność karną za najbardziej niebezpieczne zachowania na drodze, jak i zmiany systemowe dotyczące młodych kierowców, nadzoru nad prędkością czy ochrony niechronionych uczestników ruchu.

Zmiany te nie są kosmetyczne. Ustawodawca wyraźnie zaostrzył kurs wobec najbardziej ryzykownych zachowań – takich jak nielegalne wyścigi, driftowanie czy jazda pod wpływem alkoholu. Jednocześnie wprowadzono nowe rozwiązania dotyczące młodych kierowców oraz większej ochrony dzieci i pieszych. Cel jest jeden: ograniczenie liczby wypadków i ofiar na drogach.

Koniec pobłażania dla nielegalnych wyścigów i driftu

Od 29 stycznia 2026 r. nielegalne wyścigi uliczne przestały być traktowane jak „wybryk" czy zwykłe wykroczenie. W Kodeksie karnym pojawiła się ich jasna definicja, a organizowanie, prowadzenie i udział w takim wyścigu stały się przestępstwem. Odpowiedzialność ponoszą zarówno organizatorzy, jak i kierowcy biorący udział w rywalizacji – nawet jeśli nie doszło do wypadku.

Nowe przepisy obejmują także tzw. jazdę brawurową. Chodzi o sytuację, w której kierowca jednocześnie rażąco przekracza dozwoloną prędkość, poważnie łamie inne zasady bezpieczeństwa i naraża innych na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia. Co ważne, do odpowiedzialności karnej może dojść nawet wtedy, gdy nie doszło do zderzenia czy potrącenia.

Surowsze konsekwencje grożą również sprawcom śmiertelnych wypadków, jeżeli brali udział w nielegalnym wyścigu, jechali w sposób brawurowy albo prowadzili pojazd mimo sądowego zakazu. W takich przypadkach sąd ma obowiązek wymierzyć znacznie ostrzejszą karę.

Szczególnie istotna zmiana dotyczy osób, które ignorują wcześniej orzeczony zakaz prowadzenia pojazdów. Jeżeli ktoś złamie taki zakaz, sąd obligatoryjnie orzeka dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych.

Od 29 stycznia 2026 r. obowiązuje także przepis dotyczący przepadku pojazdu. Jeśli kierowca prowadzi auto mając co najmniej 1,5 promila alkoholu we krwi, sąd obligatoryjnie orzeka przepadek pojazdu mechanicznego.

Zmiany objęły również wykroczenia. Karalne jest m.in.: organizowanie i umyślne uczestnictwo w niezgłoszonych „spotach" i zlotach motoryzacyjnych, udział w nielegalnym wyścigu jako pasażer lub widz, a także celowe wprowadzanie pojazdu w poślizg czy jazda „na jednym kole".

Od 30 marca 2026 r. za celowy drift lub jazdę „na jednym kole" prawo jazdy będzie zatrzymywane na 3 miesiące. Nowe przepisy w Ustawie Prawo o Ruchu Drogowym wprowadzają też obowiązek wcześniejszego zawiadomienia organu gminy o spotkaniach motoryzacyjnych obejmujących więcej niż 10 pojazdów, organizowanych w przestrzeni ogólnodostępnej.

Nowe zasady dla młodych kierowców i surowszy nadzór nad prędkością

Od 3 marca 2026 r. weszły w życie zmiany o charakterze systemowym. Jedną z najgłośniejszych jest możliwość uzyskania prawa jazdy kategorii B już w wieku 17 lat. Do ukończenia 18 lat młody kierowca może jednak prowadzić samochód wyłącznie na terenie Polski i tylko w obecności opiekuna spełniającego wymagania określone w Ustawie. Obowiązują go również dodatkowe ograniczenia, m.in. zakaz wykonywania przewozów osób i rzeczy.

Wprowadzono także okres próbny. Dla większości nowych kierowców będzie on trwał dwa lata, natomiast dla najmłodszych – trzy lata, do ukończenia 20. roku życia. W tym czasie obowiązuje bezwzględny limit

eprasa.pl e5fc8145f0

0,0 promila alkoholu oraz surowsze zasady odpowiedzialności. Przepisy dotyczące zmodyfikowanego okresu próbnego będą stosowane od 3 września 2026 r.

Istotna zmiana dotyczy również nadzoru nad prędkością. Od 3 marca 2026 r. policjant może zatrzymać prawo jazdy za przekroczenie dozwolonej prędkości o więcej niż 50 km/h nie tylko w obszarze zabudowanym, ale także poza nim – na drogach jednojezdniowych dwukierunkowych.

Od 3 czerwca 2026 r. dzieci i młodzież do 16. roku życia będą musiały używać kasków ochronnych podczas jazdy rowerem, hulajnogą elektryczną czy innym urządzeniem transportu osobistego. Podwyższono również minimalny wiek użytkowników hulajnóg elektrycznych – z 10 do 13 lat. Doprecyzowano także zasady przewożenia dzieci na rowerach i w przyczepkach.

Zmiany objęły również ciągniki rolnicze – zwiększono ich dopuszczalną prędkość z 30 do 40 km/h, dostosowując przepisy do możliwości technicznych współczesnych maszyn.

Stalowa Wola: mniej wypadków, mniej nietrzeźwych

Jak wynika z danych Komendy Powiatowej Policji w Stalowej Woli, w 2025 roku na drogach powiatu stalowowolskiego doszło do 40 wypadków drogowych – o 20 mniej niż w 2024 roku. Zginęły 2 osoby, 50 zostało rannych. Policjanci pracowali na miejscu 623 kolizji.

Funkcjonariusze przeprowadzili 33 024 kontrole trzeźwości i ujawnili 150 nietrzeźwych kierowców – o 22 mniej niż rok wcześniej.

Głównymi przyczynami zdarzeń z winy kierujących były nieustąpienie pierwszeństwa przejazdu, nieprawidłowe manewry oraz niedostosowanie prędkości do warunków ruchu. W przypadku pieszych – nieostrożne wejście na jezdnię przed jadącym pojazdem.

P.O. Naczelnika Wydziału Ruchu Drogowego KPP w Stalowej Woli kom. Marek Brzeziński podkreśla:

– Osobiście stoję na stanowisku, że każda zmiana dotycząca poprawy bezpieczeństwa w ruchu drogowym jest z zasady zjawiskiem pożądanym. Jednakże dopiero po pewnym czasie jej obowiązywania może być przedmiotem dyskusji w zakresie jej skuteczności, a ewentualne ujawniane w toku praktycznych czynności z tym związane dysfunkcje powinny być przedmiotem korekt.

Policja w Stalowej Woli, obok działań kontrolnych, prowadzi szeroką profilaktykę – spotkania, debaty i prelekcje dla uczestników ruchu drogowego w różnych grupach wiekowych.

Nisko: wzrost liczby wypadków

Inaczej wygląda sytuacja w powiecie niżańskim. W 2025 roku doszło tam do 42 wypadków drogowych – 54 osoby zostały ranne, a 8 osób poniosło śmierć. Odnotowano także 356 kolizji. Policjanci przerwali jazdę 122 kierującym, którzy mieli alkohol w organizmie.

Do najczęstszych naruszeń należy przekraczanie dozwolonej prędkości. Mimo wzmożonych działań prewencyjnych, wciąż dochodzi do tragicznych zdarzeń.

Aspirant sztabowy Bartłomiej Kozioł, Naczelnik Wydziału Ruchu Drogowego KPP w Nisku, ocenia zmiany następująco:

– Wrowadzone zmiany w przepisach ruchu drogowego należy ocenić pozytywnie, przede wszystkim z punktu widzenia poprawy bezpieczeństwa wszystkich uczestników ruchu. Nowe regulacje odpowiadają na realne zagrożenia występujące na drogach i koncentrują się na eliminowaniu zachowań, które najczęściej prowadzą do wypadków drogowych. Zmiany te wpisują się również w potrzebę dostosowania przepisów do dynamicznie zmieniających się realiów ruchu drogowego. Skuteczność nowych regulacji będzie zależała nie tylko od samych przepisów, ale również od ich przestrzegania, właściwej edukacji uczestników ruchu oraz konsekwentnych działań kontrolnych prowadzonych przez policję.

Co dalej?

Rok 2026 może okazać się momentem przełomowym w podejściu do bezpieczeństwa na drogach. Nowe przepisy są wyraźnym sygnałem, że na najbardziej ryzykowne zachowania nie będzie przyzwolenia. Jednocześnie wiele zależy od świadomości i odpowiedzialności samych uczestników ruchu.

Dane z powiatu stalowowolskiego pokazują, że systematyczne kontrole i działania profilaktyczne przynoszą wymierne efekty. Sytuacja w powiecie niżańskim dowodzi jednak, że wciąż jest nad czym pracować – szczególnie w zakresie przestrzegania ograniczeń prędkości i trzeźwości kierujących.

Podstawa prawna:
– Ustawa z dnia 4 grudnia 2025 r. o zmianie niektórych ustaw w celu poprawy bezpieczeństwa ruchu drogowego (Dz.U. poz. 1872), która weszła w życie 29 stycznia 2026 r. (z wyjątkami obowiązującymi od 30 marca 2026 r.),
– Ustawa z dnia 7 listopada 2025 r. o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym,
– Ustawa z dnia 17 października 2025 r. o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. poz. 1676), obowiązująca od 3 marca 2026 r. (z wyjątkami) ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Gdy gmina psu zastępuje pana

Jerzy MIELNICZUK
dziennikarz

Mamy je! Jest duże, nowiutkie i odpowiadające wymogom czasu. Jednak przede wszystkim odpowiadające lokatorom. Ci głosu nie mają, ale mają swoje prawo do życia. Gdy w Stalowej Woli trwała przeprowadzka psów do nowego schroniska, w kraju toczyła się batalia najpierw o gabaryty kojców dla czworonogów, a później o warunki ich bytowania. Spory zdążyły ucichnąć, ale wypada mieć nadzieję, że coś z tej dyskusji o losie braci mniejszych zostanie.

Nowe schronisko dla zwierząt kosztowało miasto 2,6 mln. zł. To niemało, ale miasto sięgnęło po dotację, i było łatwiej przełknąć inwestycyjną pigułkę. Dzięki dotacji i uporowi garstki ludzi, Stalowa Wola ma obiekt, którego już zazdroszczą inni. Choć niedaleko od centrum, to jednak w ustronnym miejscu. Na osłoniętym placu są zadaszone kojce z wybiegami dla kilkudziesięciu psów, wygrodzone miejsce dla innych czworonożnych, i budynek dla potrzeb ogólnych. Przeprowadzka była dopiero co i nawet jest okazja do porównania nowego ze starym. Skonfrontowania nowych boksów z klitkami, które cudem kupy się trzymały, a zimami były ogrzewane prawie tylko ciepłem serc wolontariuszy.

Przeprowadzka do nowej rzeczywistości

– Dziękuję wszystkim osobom prywatnym i organizacjom, jak „Psia Przystań” czy „Kocia Wyspa” za pomoc, która pozwoliła zwierzętom przetrwać najtrudniejszy zimowy czas – chylił czoła prezydent Lucjusz Nadbereżny na przednówku tego roku. Zima jeszcze się wtedy nie poddawała, ale już było wiadomo, że nie zdziesiątkowała czworonożnej miejskiej biedoty.

Miasto oddało schronisko w zarządzanie Stowarzyszeniu „Psia Przystań”. Innego wyboru nie mogło być, bo to właśnie grupa zapaleńców z tego stowarzyszenia przez ostatnie lata ratowała uliczne znajdy i podrzutki przed zamarznięciami i eutanazjami.

Wyprosili od miasta kawałek gruntu, na którym stawiali budy i prosili ludzi o pomoc w nakarmieniu ich mieszkańców. Rotacja tych ostatnich czasami była imponująca, gdyż „Psia Przystań” równolegle rozbudowywała prowizoryczne schronisko i grupę jego przyjaciół. Znalezione tu i tam psy, po odkarmieniu znajdowały nowych właścicieli. Stowarzyszenie osiągało swój cel, zapewniając podopiecznym dożywotnią opiekę ze strony nowych właścicieli. Teraz działa już w innej rzeczywistości; ma bazę, dwa skromne etaty, a psy opiekę weterynaryjną.

Kocia kość niezgody

W Stalowej Woli jest jeszcze jeden aktywny krąg animalsów. To Fundacja „Kocia Wyspa”. Nazwa wyraźnie określa spektrum zainteresowania członków tej asocjacji. Ostatnio było głośniej o „Kociej Wyspie” nie tylko z powodu prezydenckich podziękowań. Wolontariusze Fundacji weszli w spór z właścicielem przytuliska dla zwierząt „Azorkowo” w Sigiełkach koło Krzeszowa w sąsiednim powiecie niżańskim.

„Azorkowo” to duże schronisko prowadzone przez dyplomowanego weterynarza, które obsługuje kilkanaście gmin z dwu województw. „Azorkowo” i „Kocia Wyspa” przez długi czas współpracowały dla dobra kotów. Sierściuchy ze wsi, zagród, piwnic i dzikich lęgowisk trafiały do Sigiełek, a stamtąd wielu miaucących wyjmowała „Kocia Wyspa”, która je przywracała do życia i oddawała chętnym. W połowie ub. roku wolontariusze „Kociej Wyspy” stale byli obecni w „Azorkowie”. Ile mogli, tyle pomagali, a przy okazji dokumentowali jaskrawe przypadki.

Musiało dojść do spięcia, i w grudniu tamtego roku właściciel schroniska wyrzucił za bramę wolontariuszy ze Stalowej Woli. Wtedy „Kocia Wyspa” opublikowała zdjęcia wymizerowanych kotów ze schroniska w Sigiełkach. Sprawą zainteresowały się media, a właściciel „Azorkowa” nazwał wszystko odwetem za zwolnienie wolontariuszy i zapowiedział kroki prawne.

Ponieważ konflikt wokół „Azorkowa” zbiegł się czasowo z głośną interwencją Dody w Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt w Bytomiu, na azyl w Sigiełkach spadły kontrole, od gminnych po wojewódzkie. Co ciekawe, żadna z nich nie wykazała uchybień.

– Tylko w tym roku kontrolowaliśmy „Azorkowo” kilkukrotnie – mówi Stanisław Szafran, zastępca wójta

eprasa.pl e5fc8145f0

Krzeszowa. – Sam mam psy, wiem, czego im potrzeba, i nie znalazłem w schronisku powodów do niepokoju. Podobnie jak Powiatowy Lekarz Weterynarii, który był ze mną podczas kontroli.

Papier wszystko przyjmie

Gminy mają ustawowy obowiązek opieki nad zwierzętami bezdomnymi. Opieka ta standardowo sprowadza się do podpisania umowy z jakimś podmiotem, który za odpowiednią opłatą wyręczy samorząd z zadania wyłapywania bezdomnych psów i kotów, zbierania z przydrożnych rowów zwierząt okaleczonych w wypadkach i zwyczajnie porzuconych czworonogów.

Gmina za spokój płaci. Przyjęło się, że płaci „od sztuki" za podleczenie zwierzęcia i jego dochowanie do szczęśliwej śmierci albo adopcji. I tu zaczyna się problem, bo system premiuje oszczędności, a nie dobrostan zwierząt. Nazywając to brutalnie, zleceniobiorca zarabia tylko wtedy, gdy oddane mu pod opiekę zwierzę żyje krótko, albo jest szybko adoptowane. To musi rodzić patologie. I nie zmienią tego kontrole. Bo czymże jest kontrola? Zawsze zapowiadana, sprowadza się do przejrzenia papierów i czasami sprawdzenia stanu siatki ogrodzeniowej. A wiadomo, że papier wszystko przyjmie.

Prawo w kwestiach opieki nad zwierzętami bezdomnymi nie jest złe, ale jak w każdych przepisach, i w ustawie z sierpnia 1997 r. można znaleźć luki. Choćby w przypadku eutanazji. Uśmiercenie zwierzęcia nie musi być złem, ale lekarz, który podejmuje tę decyzję musi zdawać sobie sprawę, że to ostateczność i zostały wcześniej wyczerpane wszystkie możliwości ratowania życia. Obrońcy zwierząt wskazują, że przed podaniem śmiertelnego



zastrzyku weterynarz powinien skonsultować swój werdykt z kolegą po fachu, jednak obowiązku takiego nie ma. Nie ma tez analizy statystyk eutanazji w schroniskach, i już samo to stwarza przestrzeń do nadużyć. A przecież w razie wątpliwości chore zwierzę można komuś oddać na dożywotnie przetrzymanie. Schroniska tego się boją, bo zwierzę w nowych rękach może zbadać inny weterynarz, a wtedy może wyjść, że wcale nie było nieuleczalnie chore, tylko zwyczajnie zaniedbane.

Nowe pomysły i tanie rozwiązania

Po akcjach znanej celebrytki, przez kraj przetoczyła się dyskusja, która była potrzebna. Wyszły na światło pomysły, o których czasami tylko niewielu wiedziało. Służba Więzienna chce np. skierować psy z przepełnionych schronisk do …więzień. To pilotażowy program, który zakłada utworzenie mikroschronisk w wybranych zakładach penitencjarnych. To projekt dla niewielkiej grupy wybranych więźniów, których charakteryzuje duża empatia i odpowiedzialność, a nagrodą będzie nowe doświadczenie, a nawet nowy zawód. To całkiem ciekawy pomysł na resocjalizację i ratowanie zwierząt. No cóż. Dożyliśmy czasów, gdy pies będzie się miał lepiej w więzieniu, niż w przytulisku.

Oddanie przez gminę psa do schroniska wcale nie zdejmuje z niej troski o jego życie. Jeżeli czworonóg nie trafi do adopcji, ciągle jest „gminnym". Gmina musi mieć więc pewność, że jej podopiecznemu nie brakuje wody w upalne dni, ciepła zimą i karmy przez cały rok. Zaniedbanie tego grozi odpowiedzialnością za znęcanie się nad zwierzęciem. Stalowa Wola zabezpieczyła się najdroższym rozwiązaniem, jakim jest własne schronisko.

Jego atutem jest bliskość azylu i to, że prowadzi go stowarzyszenie działające non profit. Krótko mówiąc, lokatorzy boksów przy Działkowej są w dobrych rękach. Bliskość schroniska – o dziwo! – chwalą sobie mieszkańcy miasta, którzy w ramach relaksu wyprowadzają psy na spacer. Jakże często pies z takiego spaceru trafia do nowego domu.

Pozostaje jeszcze edukacja, sterylizacja i powszechne czipowanie. To najtańsze elementy polityki ograniczenia bezdomności zwierząt. Niezaczipowany pies czy kot jest niczyj, a takiego bez konsekwencji można porzucić lub podrzucić. Wtedy musi się nim zająć gmina, płacąc setki razy więcej niż za czipa. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Gdy ruszy spalarnia – ciepło i odpady będą tańsze o 1/3

Stanisław CHUDY
dziennikarz

Rozmowa z Radosławem SAGATOWSKIM, prezesem Miejskiego Zakładu Komunalnego w Stalowej Woli.

Docierały do nas skargi, że w czasie ostatnich ataków zimy, MZK nie radził sobie z odśnieżaniem i gołoledzią. Zabrakło wam sił i środków?

– Rzuciliśmy wszystko, co mamy. A sprzętu mamy sporo, i to nowoczesnego: 6 piaskarek i 7 ciągników oraz quady.

Mówi pan o pretensjach mieszkańców, ale bardzo wiele terenów obsługuje w Stalowej Woli bardzo wielu zarządców. Są np. drogi gminne, powiatowe, wojewódzkie, krajowe. Są tereny, za które odpowiadają wspólnoty, spółdzielnie. Naprawdę, dużo jest tych podmiotów. Pracownicy MZK odśnieżają wyłącznie gminne drogi o łącznej długości 150 kilometrów, chodniki, ścieżki rowerowe, przejścia dla pieszych, parkingi gminne, a także przystanki autobusowe. Jak każdego roku przy obfitych opadach śniegu, zaangażowani są dodatkowo pracownicy innych zakładów w celu sprawniejszego odśnieżania, zwłaszcza pracownicy Zakładu Zieleni, Transportu, Zakładu Wodociągów oraz Zakładu Energetyki Cieplnej. Łącznie kilkadziesiąt osób pracuje przy ręcznym odśnieżaniu terenów gminnych.

Może gdzieś były jakieś opóźnienia, ale generalnie uważam, że rzetelnie wywiązywaliśmy się ze swoich „zimowych" obowiązków. Dyżury dyspozytorów, gdy były intensywne opady śniegu,trwały praktycznie na okrągło, 24 godziny na dobę.

Do tej pory (19 lutego – red.) w ramach Akcji Zima nasze służby zużyły 1150 ton soli i 1400 ton piasku, sól i piasek są na bieżąco uzupełniane i zabezpieczane w magazynach MZK. Bardzo dbaliśmy o to, by „zimowe" standardy były utrzymane.

To jakie są te standardy odśnieżania dróg?

– W Polsce jest V standardów, w zależności od statusu drogi. Dróg miejskich/gminnych dotyczą standardy IV i V, czasem III (jezdnia odśnieżona, ale śliskość likwidowana tylko na skrzyżowaniach, zakrętach, przystankach i odcinkach o dużym nachyleniu). Nie ukrywam, że czasami mieszkańcy oczekują cudu, bo śnieg ciągle pada, a droga ma być cały czas odśnieżona, czarna. Na pewno dążymy do tego, by te usługi świadczyć jak najlepiej.

Czy zdarzyły się w te silne mrozy awarie waszej sieci ciepłowniczej?

– Na szczęście nas ominęły, a pamiętamy przecież dramatyczne obrazki z różnych miast Polski. Mieliśmy bardzo duże wahania temperatury w sieciach ciepłowniczych, ale, odpukać, wytrzymały te mrozy.

Czy w 2026 roku czekają mieszkańców Stalowej Woli podwyżki taryf za wodę, ścieki, odpady i taryfy przesyłowej za ciepło, będącej w gestii MZK?

– Obecnie procedujemy dwie taryfy. Poprzednia, na ciepło, skończyła się w styczniu, i wystąpiliśmy do Urzędu Regulacji Energetyki z propozycją nowej stawki, wyższej o około 6 procent. Pamiętajmy, że w całej wysokości opłaty za ciepło, jaką płaci odbiorca, ta stanowi tylko 28 procent. Czyli w sumie „waży" na końcowym rachunku około 2 procent, czyli mniej niż inflacja za 2025 rok. Na razie nie mamy jej akceptacji.

Z kolei do Wód Polskich wysłaliśmy propozycję nowej taryfy na wodę i ścieki, bo 31 maja tego roku skończy się 3-letni okres obowiązywania obecnej. Nasza propozycja to podwyżka między 10 a 15 procent. A na ilu się skończy, to nie wiemy.

Chcemy też wprowadzić nową grupę taryfową – dla podmiotów w strefie przemysłowej. Tam cena wody zużywanej na cele produkcyjne będzie wyższa. Chodzi nam o to, żeby, potocznie mówiąc, mieszkańcy nie dokładali się do tego interesu. Będą więc trzy grupy taryfowe: mieszkańcy, firmy działające na terenie miasta oraz te w strefie przemysłowej.

Natomiast jeśli chodzi o opłatę za odpady od mieszkańców, to za nią od-

eprasa.pl e5fc8145f0

powiadają gminy, a na naszym podwórku – Miasto Stalowa Wola.

Ale możecie na nią wpływać, podnosząc opłatę na bramie zakładu przetwarzania odpadów komunalnych.
– Tak, oczywiście mamy taką możliwość. Jest 11 gmin z porozumienia, łącznie ze Stalową Wolą, które na bramie mają niższą opłatę od pozostałych kontrahentów. Od 2026 roku nasze ceny dla gmin z porozumienia wzrosły o 6 procent.

A dla pozostałych?
– Zasłonię się tajemnicą handlową. Są wyższe.

Czyli biorąc pod uwagę ten wskaźnik podwyżki, miasto Stalowa Wola mogłoby podnieść w 2026 roku o te 6 procent cenę za odbiór odpadów od mieszkańców, wynoszącą obecnie 27 zł od głowy?
– Mogłoby, ale pamiętajmy, że system zagospodarowania odpadów jest bilansowany całościowo, są w nim także przecież firmy oraz inne podmioty. Jeśli system bilansuje się na obecnym poziomie, to cena jednostkowa może być utrzymana. Ale, powtarzam, to jest domena miasta.

Jakie są plany inwestycyjne zakładu, oczywiście poza spalarnią, na 2026 rok?
– Wdrażamy w MZK nowy system informatyczny. Jesteśmy dużym zakładem, musimy więc mieć nowoczesne i kompleksowe rozwiązania w tym zakresie. To zadanie na 10 milionów złotych, dofinansowane przez Urząd Marszałkowski. To także zadanie realizowane pod kątem cyberbezpieczeństwa: zabezpieczenia naszej sieci przed atakami z zewnątrz.

Przypomnę też, że oczyszczalnia ścieków ma nowy agregat prądotwórczy, przerabiający biogaz na energię elektryczną. Stale modernizujemy także zakład przetwarzania odpadów komunalnych, by spełniał podwyższone wymogi ochrony środowiska, remontujemy nasze sieci przesyłowe. To wszystko oczywiście kosztuje, ale są to niezbędne wydatki.



Fot. MZK

Czy Stalowa Wola dalej wozi pozostałości po przeróbce odpadów komunalnych w miejscowym zakładzie na nie swoje składowisko, bo to jest już zapełnione?
– Niestety, tak. Wozimy je na różne składowiska.

To kiedy w końcu ruszy nowe składowisko, w czym jest problem, że ta sprawa ciągnie się od kilku lat?
– Rzeczywiście, mamy z tym problem, który jeszcze trochę potrwa. Ile? Nie będę podawał już żadnej prognozy. Mnie bardzo to porusza i martwi, ale ta sprawa jest poza MZK albo zależy od nas w bardzo małym stopniu.

Czyli miasto dalej nie może porozumieć się z Nadleśnictwem Rozwadów w sprawie terenu pod nowe składowisko i zamiany gruntów?
– Powiem tak – ta sprawa w końcu ruszyła. Mam nadzieję, że zostanie sfinalizowana w tym roku.

To ile MZK płaci teraz za wywóz i odbiór balastu i stabilizatu, a więc tego, co wyprodukuje nasz zakład przetwarzania odpadów? Ile kosztował transport takich ładunków w 2025 roku?
– Jeśli przyjmiemy, że rocznie jest to 27 tysięcy ton, to wychodzi około 10 milionów złotych, które musimy do-

eprasa.pl e5fc8145f0

datkowo wydać gotówką. Do tego trzeba jeszcze doliczyć koszty zagospodarowania paliwa alternatywnego, czyli kolejne 10 milionów złotych. Ale gdy powstanie w Stalowej Woli spalarnia takich kalorycznych odpadów, to ten wydatek zniknie.

Spalarnia, czyli Zakład Odzysku Energii zapowiada się jako największa inwestycja w historii MZK. Czy są tu jakieś zagrożenia?

– Kończymy prace projektowe. Liczę, że w marcu-kwietniu wykonawca wystąpi o pozwolenie na budowę. I gdyby wszystko poszło zgodnie z terminami, a zespół w MZK pracujący nad tą inwestycją działa bardzo sprawnie i dobrze, wręcz perfekcyjnie, to może w lipcu wbijalibyśmy w miejscu budowy tę pierwszą, symboliczna łopatę. I wtedy, do 30 miesięcy, inwestycja powinna zostać zakończona. Akurat tutaj dużo zależy ode mnie, od MZK.

Ale też chcę zaznaczyć, że ta inwestycja ma pełne poparcie prezydenta Lucjusza Nadbereżnego, który od początku wspierał spółkę w drodze do jej realizacji, bo tak jak my, widzi on w budowie tej Instalacji realne bezpieczeństwo finansowe i energetyczne dla naszego miasta na dobre dziesięciolecia. A patrząc na stale rosnące ceny ciepła, my ten zakład w Stalowej Woli po prostu musimy wybudować, żeby odciążyć portfele mieszkańców. I zrobimy to także dlatego, że spalarnia w około 70 procentach rozwiąże też problem składowiska, bo tyle pozostałości po przeróbce odpadów nie musielibyśmy tam wywozić.

W lutym 2025 roku złożył pan na łamach „Sztafety" bardzo poważną, choć dla niektórych nierealną zapowiedź, że cena za ciepło w Stalowej Woli, po uruchomieniu Zakładu Odzysku Energii, spadnie o 30 procent. Podtrzymuje pan to?

– Jak najbardziej, o ile oczywiście po drodze nie wydarzy się jakaś energetyczna katastrofa, niezależna od miasta. Gdy będziemy mieć swoją elektrociepłownię i wytwarzać w niej około 20 proc. potrzebnego miastu ciepła, to absolutnie taka obniżka będzie możliwa. Podobnie za odpady.

To w 2029 roku powiem: sprawdzam.

– Bardzo proszę, jestem człowiekiem słownym. Jak wszystko pójdzie zgodnie z planem, to na „dzień dobry" będę w stanie obniżyć cenę za ciepło w Stalowej Woli o 30 procent. Zakład Odzysku Energii będzie perłą w systemie gospodarowania odpadami w Stalowej Woli, wielką korzyścią dla miasta i mieszkańców. Kosztuje dużo, bo prawie 400 milionów złotych, ale to się opłaci nam wszystkim.

Od jesieni 2025 roku obowiązuje w Polsce system kaucyjny na niektóre opakowania. Jak po tych 5 miesiącach, wpłynął na działalność MZK? Czy się sprawdził?

– Z punktu widzenia mieszkańca, to tak. Obywatel kupuje produkt, płaci za niego kaucję, którą potem odzyska, a jeśli wyrzuci to opakowanie do śmieci, to dopłaci do tego zakupu. Ale proszę zauważyć, że systemy kaucyjne w różnych państwach Europy, a stosuje je około 40 procent krajów naszego kontynentu, wprowadzano, gdy nie miały one nowoczesnych instalacji segregujących, separatorów dzielących opakowania na przykład ze względu na kolor butelek. Oni budowali to od podstaw. A co było w Polsce przed wprowadzeniem systemu kaucyjnego? Mieliśmy jedne z najnowocześniejszych sortowni w Europie, które bardzo dokładnie wybierały plastikowe opakowania.

A co teraz się dzieje? Uciekają te pieniądze, które dotąd nasza spółka miała za wysegregowanie takich opakowań i sprzedawanie ich odbiorcom-recyklerom. Nie mam więc tych pieniędzy, by obniżyć koszty. Czyli kto za to zapłaci?

Domyślam się, że mieszkaniec...

– No właśnie. Mieszkaniec zapłaci za to, żeby instalacja mogła się zbilansować.

Czyli podniesie pan cenę na bramie zakładu za odbiór odpadów, a potem gminy mogą podnieść opłatę dla mieszkańców?

– Dokładnie tak. Patrząc więc długofalowo, to uważam, że system kaucyjny jest niekorzystny dla mieszkańców.

Bo co się dzieje z tymi kaucjonowanymi opakowaniami, które klient wkłada do maszyny odbierającej albo zwraca w sklepie? Przecież nie są segregowane ze względu na kolor. Firmy oddają je do sortowni, a te dopiero tutaj segregują je kolorami. Czyli opakowanie wraca w to samo miejsce, gdzie było pierwotnie. To czy taki system jest racjonalny? On ostatecznie podraża koszty ponoszone przez mieszkańca.

Jak sobie radzi wasz Inkubator Technologiczny? Rodził się w bólach, przynosił straty. Jak jest obecnie?

– Jesteśmy nastawieni w 100 procentach na wynajem powierzchni, prowadzimy tam również dla firm usługę Wirtualnego Biura z adresem Inkubatora i całą obsługą poczty firmowej. Mamy już 100 podmiotów, które korzystają z tej opcji usługi.

Plany dotyczące Inkubatora były trochę inne, ale „dogoniła" nas rzeczywistość. Można powiedzieć, że w Inkubatorze wychodzimy na zero.

eprasa.pl e5fc8145f0



Fot. MZK

Drogi gminne, odśnieżane przez MZK, liczą 150 km długości

A jak wygląda sytuacja wieżowca Mostostal, także należącego do MZK?
– Tam również, oprócz pomieszczeń po kasynie, wynajmujemy wszystkie powierzchnie. A tak nawiasem mówiąc, z punktu widzenia biznesowego kasyno było bardzo dobrym klientem. Szukamy więc teraz najemcy na ten wielki lokal.

Czy znaczne powiększenie Cmentarza Komunalnego w Stalowej Woli zostało już ostatecznie zakończone pod względem procedur?
– Tu właściwą stroną jest miasto. Najważniejszą sprawą było przesunięcie strefy ochronnej wokół tzw. starego ujęcia wody w Ciemnym Kącie, i to zostało przez MZK przeprowadzone. Dalsze działania należą do miasta. Chcemy też rozbudować to ujęcie o 9 studni.

Dlaczego komunikacja miejska nie jest już w strukturze MZK?
– Od lipca 2025 roku musiała zostać wydzielona ze względów proceduralnych. Obowiązujące przepisy, tj. Ustawa Prawo Zamówień Publicznych, Ustawa o Publicznym Transporcie Zbiorowym oraz Rozporządzenie (WE) nr 1370/2027 mówią jednoznacznie, że aby powierzenie usług transportowych spółce komunalnej (własnej spółce gminy) mogło nastąpić bez przetargu, spółka ta musi wykonywać większość swojej działalności (co najmniej 90 procent) na rzecz tej gminy lub gmin ją kontrolujących. Miejski Zakład Komunalny ma przychody z gminy na poziomie około 50 procent, i tym samym nie mógł podpisać nowej umowy na wykonywanie tych usług.

Decyzją władz Gminy Stalowa Wola, powołana została więc nowa spółka, Miejski Zakład Komunikacji Sp. z o.o. w Stalowej Woli, i to tej spółce powierzone zostało zadanie wykonywania Publicznego Transportu Zbiorowego na okres 10 lat. Spółka działa jako podmiot wewnętrzny gminy, a nie jako podmiot konkurencyjny na wolnym rynku. Wykonuje około 99 procent swoich usług na rzecz powierzającej gminy.

Ile kosztuje miasto bezpłatna komunikacja miejska? Dokładaliście do niej, gdy były wpływy za bilety, a ile miasto dokłada teraz?
– Po wprowadzeniu darmowych przejazdów dla mieszkańców Stalowej Woli, przychody ze sprzedaży biletów pokrywają ok. 7 procent całkowitych kosztów komunikacji miejskiej, a przed ich wprowadzeniem było to 12 procent. Jednocześnie wrosła nieco cena biletów, więc spadek ogólnych wpływów z tego tytułu nie był tak znaczący. Wiem również, że jest pomysł, by okoliczne gminy, do których dociera komunikacja ze Stalowej Woli, czyli Zaleszany, Pysznica i Nisko, bardziej partycypowały w tym przedsięwzięciu.

Nie ma w Polsce miasta, gdzie komunikacja miejska się bilansuje. Jest tylko kwestia, ile trzeba do niej dołożyć. W Stalowej Woli komunikacja miejska jest na bardzo wysokim poziomie: mamy nowe, ekologiczne autobusy, przystanki, a przy spalarni będzie nowa zajezdnia i baza.

Jeśli powstanie spalarnia, to czego jeszcze będzie brakować w „koronie" MZK?
– Do pełni szczęścia brakować będzie tylko nowego składowiska odpadów komunalnych. Jeśli powstanie, to MZK będzie jedną z najprężniejszych spółek komunalnych na Podkarpaciu, a może i w Polsce, zabezpieczoną na dobre 20 lat. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Góra odpadów maleje

Stanisław CHUDY
dziennikarz

W 2025 r. do Zakładu Mechaniczno-Biologicznego Przetwarzania Odpadów Komunalnych (ZMBPOK) w Stalowej Woli trafiło prawie 70 tys. 227 ton wszystkich odpadów. To drugi rok spadku tej wielkości. Rekordy padły w 2023 r., gdy zakład przyjął 78 tys. ton odpadów, w tym 54 tys. ton zmieszanych.

Niezmienne pozostają natomiast złe nawyki niektórych osób segregujących surowce wtórne: do zakładu ciągle trafiają bowiem duże partie zanieczyszczonych odpadów z selektywnej zbiórki, cały czas jest też ich sporo w strumieniu odpadów zmieszanych.

A sprawa wydaje się prosta – papieru czy szklanych butelek nie należy wrzucać do pojemników w foliowych workach czy reklamówkach; bioodpadów nie wolno mieszać z surowcami wtórnymi, surowców między sobą (wyjątkami jest plastik i metal), a odpadów niebezpiecznych nie wyrzucamy na śmietnik w ramach selektywnej zbiórki.

86 wież Eiffla albo
stado liczące ponad 100 tys. słoni
(po 6 ton każdy), albo
10–12 tys. wagonów kolejowych
(po 50–60 ton ładowności)
– taką wielkość odpadów, 607 tys. ton, przyjęła przez 10 lat działania stalowowolska instalacja

Co przyniósł ten strumień

A oto główne frakcje (wszystkie wielkości w tonach), jakie w 2025 r. trafiły do ZMBPOK:

- zmieszane odpady komunalne – 45243,6
- odpady bio (kuchenne, zielone, organiczne) – 7342,3
- frakcja nadsitowa (powyżej 80 mm) – 5618,4
- opakowania z tworzyw sztucznych (plastik) – 4363,8



Fot. Stanisław Chudy

Góra preRDF (frakcja wysokokalorycznych odpadów) przygotowana do wysyłki

eprasa.pl e5fc8145f0

- odpady wielkogabarytowe – 2979,5
- szkło – 2839,7
- papier i tektura – 1462,8
- zmieszane odpady opakowaniowe – 322,4
- drewno – 44,5
- metal – 1,4

W 2025 r. wysortowano też blisko 10,5 tony baterii.

Do procesu kompostowania skierowano blisko 5 tys. ton selektywnie zebranych odpadów bio, a do fermentacji beztlenowej – niemal 13 tys. 800 ton (odpady bio wybrane z odpadów zmieszanych na linii sortowniczej + zbiórka selektywna).

Co wyprodukował zakład

Z frakcji bio uzyskano w 2025 r.:

- Glebowitka (polepszacz do gleby) – 1007,4 ton
- biogaz – 962982 metrów sześć.
- prąd – 1770,637 MWh (68 proc. wykorzystał zakład)
- energia cieplna – 2815 GJ (w całości wykorzystana przez zakład).

W 2025 r. w ZMBPOK wytworzono blisko 27,5 tys. ton stabilizatu (pozostałość po procesach obróbki) i 701 ton balastu (odpady nie nadające się do dalszego przetworzenia).

Wytworzono też 15 tys. 851 ton preRDF-u, czyli surowca do produkcji paliwa alternatywnego (frakcja wysokokaloryczna), z czego prawie 11 tys. 267,5 tony pozyskano z linii sortowniczej, a blisko 4583 tony z odpadów wielkogabarytowych.

Źródła strumienia i rzeczy zagubione

W 2025 r., poza odpadami z gmin tworzących porozumienie (Stalowa Wola i 10 sąsiednich samorządów), do zakładu trafiały także odpady z innych gmin woj. podkarpackiego, z woj. mazowieckiego oraz lubelskiego.

– Jak co roku, pojawiały się zgłoszenia i prośby od mieszkańców, dotyczące rzeczy zagubionych, czyli omyłkowo wyrzuconych do śmieci. Każdorazowo staramy się pomóc w takich sytuacjach, dzięki czemu udało się odnaleźć kilka kompletów kluczy, dokumentację medyczną czy też próbniki handlowe (wzorce sprzedawanych materiałów), które omyłkowo trafiły do kosza – mówi „Sztafecie" Kamil Muciek, kierownik ZMBPOK.

Zmiany w parku maszynowym

W 2026 r. zakład planuje zakup sita na kwotę ponad 1,2 mln zł netto. Sukcesywnie rozwija również park maszynowy, poprzez zakup nowych urządzeń oraz zastępowanie wyeksploatowanego sprzętu nowym. W ciągu ostatnich trzech lat na zakup nowych maszyn (ładowarka, rozdrabniacz, przesiewacz, zestaw transportowy) wydano ponad 6 mln 403 tys. zł netto.

Ponadto, pod koniec 2025 r. zakończono montaż biofiltra o wartości ponad 365 tys. zł netto, dzięki czemu możliwa będzie dalsza optymalizacja procesu oczyszczania powietrza w ZMBPOK.

Zakład działa w ruchu dwuzmianowym, od poniedziałku do piątku, pracuje tu 111 osób. ■



Fot. MZK

W 2025 r. instalacja w Stalowej Woli przyjęła blisko 9 tys. 700 ton odpadów zebranych w ramach selektywnej zbiórki (plastik, szkło, papier, metale)

Dekada zakładu

Odliczając kilka miesięcy na rozruch, z początkiem 2026 r. minęło 10 lat od uruchomienia ZMBPOK w Stalowej Woli. W tym czasie instalacja przyjęła prawie 607 tys. ton wszelkich odpadów, w tym blisko 409 tys. ton zmieszanych.

- Produkcja biogazu – 8 mln 381 tys. 321 metrów sześc.
- Produkcja energii – 14 tys. 847,20 MWh
- Produkcja energii cieplnej – 23 tys. 607 GJ

eprasa.pl e5fc8145f0

Osiedle Leśna – nowy standard mieszkalnictwa w sercu Stalowej Woli

Tomasz GUNIA
Prezes Zarządu Miejskiego Zakładu Budynków w Stalowej Woli

Są inwestycje, które odpowiadają na potrzeby rynku. Są też takie, które odpowiadają na potrzeby ludzi. Osiedle Leśna należy do tej drugiej kategorii.



PROMOCJA

W centrum naszego miasta, przy ulicy Leśnej, w miejscu, gdzie codzienny rytm łączy się z ciszą pobliskiej zieleni, powstaje przestrzeń zaprojektowana z myślą o komforcie i bezpieczeństwie mieszkańców. Nowoczesne mieszkania o powierzchni od 34 do 74 m² to propozycja dla tych, którzy cenią kameralną atmosferę, funkcjonalność i wysoki standard, ale nie chcą rezygnować z dostępu do pełnej infrastruktury miejskiej.

Stalowa Wola – jedno z najmłodszych miast w Polsce – od dekad udowadnia, że rozwój i odpowiedzialność mogą iść w parze. Wyrosła w cieniu Centralnego Okręgu Przemysłowego, dziś jest symbolem konsekwentnego budowania potencjału gospodarczego. W otulinie Puszczy Sandomierskiej nowoczesność spotyka historię, a przemysł – wspierany przez strefy ekonomiczne – tworzy stabilne miejsca pracy i perspektywy na przyszłość.

Osiedle Leśna wpisuje się w tę filozofię. To inwestycja przemyślana, odpowiedzialna i dostępna. Jako jedyna w Stalowej Woli daje realną możliwość dochodzenia do własności bez konieczności zaciągania niebotycznych kredytów hipotecznych. Tworzymy model, w którym mieszkanie nie jest finansowym ciężarem na pokolenia, lecz stabilnym fundamentem rodzinnego bezpieczeństwa.

Lokalizacja inwestycji to jej ogromny atut. W promieniu kilkuset metrów znajdują się przystanki autobusowe i dworzec kolejowy, szkoły, obiekty sportowe, sklepy oraz instytucje publiczne. W bezpośrednim sąsiedztwie położony jest Park Miejski, a rozbudowana sieć ścieżek rowerowych pozwala sprawnie i ekologicznie poruszać się po mieście. To przestrzeń, w której codzienność staje się wygodna, a odpoczynek – naturalny.

Dziś inwestycja wchodzi w kluczową fazę realizacji. Gdy topniejący śnieg odsłoni ziemię, już wkrótce zobaczymy wyłaniające się fundamenty i mury – materialny znak, że wizja staje się rzeczywistością. Każdy etap budowy to kolejny krok w stronę celu, jakim jest stworzenie bezpiecznego, estetycznego i przyjaznego miejsca do życia.

Osiedle Leśna to nie tylko budynki. To projekt społeczny, który ma wzmacniać lokalną wspólnotę. To inwestycja w ludzi – w ich stabilność, spokój i przyszłość.

Jako prezes MZB z dumą obserwuję, jak ta długo oczekiwana inicjatywa nabiera realnych kształtów. Wierzę, że już wkrótce stanie się ona symbolem nowego etapu w rozwoju mieszkalnictwa w Stalowej Woli – etapu opartego na odpowiedzialności, dostępności i jakości.

Zapraszam Państwa do współtworzenia tej historii. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Przemoc domowa – gdzie uzyskać pomoc?



Anna CUDNA
adwokat

Osoby doznające przemocy domowej mogą liczyć na bezpłatną pomoc, zarówno jeśli chodzi o poradnictwo, jak i doraźne wsparcie. Zdarza się, że ofiary przemocy przez wiele lat nie zgłaszają, że dzieje im się krzywda. Brak poszukiwania wsparcia czasem wynika z tego, że osoby dotknięte przemocą domową nie wiedzą, gdzie mogą zwrócić się po pomoc. Dlatego wyjaśniamy, gdzie się zgłosić w przypadku doświadczania przemocy domowej.



Fot. Freepik.com

Podstawowym aktem prawnym, który określa procedury ochrony ofiar przemocy jest Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej. Ustawa ta wskazuje definicję przemocy domowej, zgodnie z którą jako przemoc domową należy rozumieć jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej. Warto podkreślić, że zgodnie z tą definicją, przemocą domową jest nawet jednorazowe działanie sprawcy, a przemoc może przybierać różne formy, np. naruszenie prywatności, ograniczenie dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy.

Obecnie osoba doświadczająca przemocy domowej ma wiele dróg, z których może skorzystać w celu uzyskania pomocy.

Jako podmioty udzielające wsparcia osobom doświadczającym przemocy w pierwszej kolejności należy wymienić Ośrodek Pomocy Społecznej, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie oraz Ośrodki Interwencji Kryzysowej. Udzielana w nich pomoc obejmuje między innymi poradnictwo prawne i psychologiczne. Można uzyskać również pomoc w zakresie interwencji kryzysowej lub ochrony przed dalszym krzywdzeniem.

Środkiem ochrony przed dalszym krzywdzeniem jest uniemożliwienie osobie stosującej przemoc domową korzystania ze wspólnie zajmowanego mieszkania z osobą doznającą przemocy domowej oraz zakazanie kontaktowania się i zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej. Aby skorzystać z tej ochrony należy złożyć wniosek bezpośrednio do sądu – wniosek ten nie podlega opłacie, a pomoc w jego przygotowaniu można uzyskać we wskazanych wyżej instytucjach. Wniosek można przygotować również samodzielnie, poprzez wypełnienie odpowiedniego formularza, który można pobrać między innymi na stronie Ministerstwa Sprawiedliwości.

Bezpośredniej pomocy ofiarom przemocy domowej udziela też policja. Policja dokonuje interwencji w przypadku zgłoszenia przemocy. Jeżeli sprawca przemocy stwarza bezpośrednie zagrożenie dla życia i zdrowia ludzkiego, dokonuje się jego zatrzymania. Policjant ma również prawo wydać wobec osoby stosującej przemoc nakaz natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia, i zakaz zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia na okres 14 dni. Zakaz może zostać przedłużony przez sąd. Ponadto, w przypadku podjęcia interwencji związanej z przemocą domową, wszczęta zostaje procedura Niebieskiej Karty.

Pomoc w postaci poradnictwa prawnego lub psychologicznego można uzyskać również telefonicznie. Pod numerem 800 120 002 działa „Niebieska linia", która bezpłatnie i przez całą dobę udziela wsparcia ofiarom przemocy. Pod tym numerem, oprócz porady prawnych lub psychologicznych, można uzyskać informację o miejscach i formach wsparcia dostępnych w najbliższej okolicy osoby dzwoniącej. ■

Po więcej aktualnych informacji zeskanuj Kod QR

eprasa.pl e5fc8145f0



Fotografia Sebastian Ćwik – 2025 r.

eprasa.pl e5fc8145f0



Karolina
KUSIŃSKA
dziennikarka

Spojrzenie z dwóch stron obiektywu

Marcelina SOWA to jedna z tych Polek, które przedefiniowały pojęcie międzynarodowej kariery w świecie mody. Pochodząca z niewielkiego Niska modelka zaczęła swoją przygodę z branżą już jako nastolatka, kiedy niespodziewanie wygrała konkurs młodzieżowego magazynu i otworzyła sobie drzwi do świata największych wybiegów, kampanii i sesji zdjęciowych. Dziś jej życie to nie tylko moda – to fotografia, artystyczna ekspresja oraz refleksja nad tym, co oznacza balans między karierą a rodziną. Rozmawiamy z nią o tym, jak odważne decyzje z młodości wpłynęły na jej życie, jak wspomina początki w Japonii czy Nowym Jorku, i jak patrzy teraz na przyszłość pełną nowych wyzwań i możliwości.

eprasa.pl e5fc8145f0



Od tego zdjęcia w młodzieżowym magazynie „Dziewczyna" Marcelina zaczęła swoją międzynarodową karierę w modelingu



Lata w Nowym Jorku

Pamiętasz moment, w którym poczułaś, że świat stoi przed tobą otworem?

– Myślę, że to nie był jeden konkretny moment, a raczej proces. Wyjazdy zawsze budziły we mnie ciekawość świata. Z czasem poczułam, że moja przyszłość nie ma limitów. Byłam wtedy jeszcze nastolatką, nie miałam sprecyzowanych planów, ale już wiedziałam, że moje życie będzie pełne przygód.

Jakie fundamenty dało ci dorastanie w Nisku?

– Myślę, że spokojne dzieciństwo, bliskość rodziny i poczucie bezpieczeństwa to wartości, które miały ogromny wpływ na wszystkie moje decyzje i przygotowały mnie na odważne wybory życiowe. Dorastanie w małym mieście nauczyło mnie samodzielności. Wsparcie rodziny jest dla mnie nadal bardzo ważne. Zawsze chętnie wracałam i nadal wracam do Polski. Wiem, że bez tamtych lat w Nisku nie byłabym tą samą osobą.

Mimo życia za granicą, Polska wciąż jest ważną częścią twojej codzienności?

– Mimo wielu lat spędzonych za granicą, nadal czuję się w pełni Polką i wracam, gdy tylko mogę. Bywam w Polsce przynajmniej dwa razy w roku, moje dzieci również kochają Polskę. W Nisku wyciszamy się i naprawdę odpoczywamy.

Czy pamiętasz moment, w którym modeling przestał być przygodą, a stał się realną drogą zawodową?

– Moja przygoda z modelingiem rozpoczęła się zupełnie przypadkowo. Wtedy, razem z moimi rodzicami, nie do końca zdawaliśmy sobie sprawę, z czym wiąże się moje zgłoszenie do konkursu miesięcznika „Dziewczyna". Moim cichym marzeniem było zostać „Dziewczyną Miesiąca". Udało się – wygrałam ten tytuł, a na wielkim wydarzeniu w stolicy, pełnym gości i celebrytów, kilka miesięcy później zdobyłam także tytuł „Dziewczyny Roku". Wszystko, co wydarzyło się po tym konkursie, przerosło moje najśmielsze oczekiwania. Moja kariera rozwijała się bardzo szybko, już w gimnazjum pracowałam często za granicą, dopiero w klasie maturalnej zdecydowałam się na dłuższą przerwę. Po maturze od razu wyjechałam do Paryża, i to była pierwsza świadoma zawodowa decyzja. Uwielbiałam Paryż, ale nie czułam się tam jednak jak w domu. Rok później mieszkałam już w Nowym Jorku.

Jak poradziłaś sobie z tak szybkim wejściem w dorosły świat?

eprasa.pl e5fc8145f0

– Jako 14-latka zostałam rzucona na głęboką wodę. Mój pierwszy wyjazd do Japonii był ogromnym wyzwaniem – nie znałam jeszcze dobrze języka angielskiego i mimo, że byłam tam z mamą, sama bardzo szybko musiałam nauczyć się funkcjonować w świecie dorosłych. Rozpoczęcie modelingu w tym wieku wymagało ode mnie wiele odwagi i samodzielności. Częste wyjazdy, presja i samotność są nieodłączną częścią tej pracy.

Co w tej pracy okazało się dla ciebie najważniejsze?
– Początkowo nie byłam pewna, czy ten zawód jest dla mnie, jednak szybko doceniłam możliwości, jakie mi oferował. Podróże, poznawanie innych kultur, ludzi i miejsc były ogromną motywacją – zwłaszcza, że kilkanaście lat temu wiele z tych kierunków nie było tak łatwo dostępnych jak dziś. Z czasem odkryłam, co daje mi w tej pracy największą satysfakcję. Pokochałam adrenalinę na wybiegu, a możliwość współpracy z tyloma wspaniałymi artystami była dla mnie ogromną inspiracją. Bycie wybieraną do ważnych kampanii dawało mi poczucie spełnienia. Bycie docenianą za mój talent i profesjonalizm budowało moją pewność siebie.

Jak chroniłaś swoją normalność w czasie, gdy twoje życie było w nieustannym ruchu?
– Już w wieku 17 lat czułam się bardzo dorosła. Przez kilka lat łączyłam intensywne wyjazdy z nauką. W pracy funkcjonowałam w pełni profesjonalnie, natomiast po powrocie do Niska znów byłam zwykłą nastolatką. Bardzo ceniłam proste, rodzinne życie, szkołę i przyjaciół – to w ich gronie mogłam być po prostu sobą. Zależało mi, aby doświadczać codzienności tak samo jak moi rówieśnicy.

Również dziś, mimo życia w Nowym Jorku, staram się zachować równowagę między pracą a spokojną codziennością. Modeling daje dużą elastyczność, dlatego mogłam rozwijać inne artystyczne pasje – w 2018 roku zaczęłam profesjonalnie zajmować się fotografią, realizując autorskie projekty, a także wspierając młode modelki w budowaniu portfolio. Po założeniu rodziny i narodzinach drugiego dziecka, w 2025 roku zdecydowałam się rozpocząć naukę aktorstwa w Nowym Jorku. Aktualnie jestem w trakcie pierwszego roku.

Czy po latach w branży mody coś wciąż potrafi cię zaskoczyć?
– Zaskakuje mnie fakt, że po 20 latach w branży nadal dostaje zlecenia modelingowe. Granice wiekowe w branży zdecydowanie przesunęły się na moją korzyść.



W branży, w której presja jest ogromna – co daje ci stabilność?
– Kluczem jest świadomość własnej wartości. Staram się nie porównywać do innych, nikt nie jest idealny. Staram się skupiać na tym, co mogę kontrolować i być najlepszą wersją siebie.

Wspomniałaś, że od kilku lat profesjonalnie zajmujesz się fotografią. Kiedy pojawiła się potrzeba tworzenia własnych obrazów, a nie tylko bycia ich częścią?
– Fotografia i film zawsze były obecne w moim życiu. W domu tata niemal non stop nagrywał nasze codzienne chwile i tworzył piękne portrety. Sama od najmłodszych lat uwielbiałam dokumentować podróże, kulisy sesji zdjęciowych i pokazów mody. Jako modelka miałam okazję pracować z topowymi fotografami na świecie. Każdy dzień na planie uczył mnie czegoś nowego o świetle, kompozycji i rzemiośle. Z czasem poczułam naturalną potrzebę spojrzenia na świat z drugiej strony obiektywu. Uwielbiam portrety – staram się uchwycić spojrzenie, emocje i naturalność. Lubię też razem z zespołem tworzyć wystylizowane edytoriale modowe i kosmetyczne.

eprasa.pl e5fc8145f0

Co daje ci większe poczucie sprawczości – scena czy plan zdjęciowy za obiektywem?
– Obie formy pracy na planie fascynują mnie na swój sposób. Studio to przestrzeń, w której zawsze czułam się naturalnie. Jako modelka byłam częścią czyjejś wizji, uczyłam się interpretować emocje i opowiadać historię obrazem. Fotografia daje mi coś innego – możliwość tworzenia tej wizji od podstaw. Dziś nie tylko jestem przed obiektywem, ale też decyduję o tym, co i jak chcę pokazać. To inny rodzaj odpowiedzialności i wolności artystycznej.

Na jakim etapie życia jesteś dziś jako artystka i kobieta?
– Obecnie spełniam się zarówno przed, jak i za obiektywem. Czuję się szczęściarą, że mogę łączyć te różne role. W tym roku skupiam się przede wszystkim na nauce aktorstwa, ale cieszę się z każdego zlecenia i z łatwością manewruję między projektami. Najważniejsze jest dla mnie to, że mogę przy tym być blisko dzieci i rodziny – to daje mi siłę i równowagę.





Fotografia autorstwa Marceliny na wystawie pt. „Photography Art Through Female Gaze" w Nowym Jorku

Czy świat zmienił cię bardziej, czy raczej utwierdził w tym, kim jesteś?
– Życie i praca za granicą zdecydowanie poszerzyły moje spojrzenie na świat, ale też sprawiły, że doceniam wartości i zwyczaje, z którymi dorastałam. Cenię sobie prostotę, bliskość rodziny i przyjaciół, które były dla mnie tak ważne w dzieciństwie. Każdy powrót do domu sprawia mi radość i przypomina mi kim naprawdę jestem.

Czy uważasz, że pochodzenie z małego miasta może być atutem, a nie przeszkodą w międzynarodowej karierze?
– Dorastanie w małym mieście może być wręcz atutem, gdyż uczy wrażliwości, pokory, pracowitości i wytrwałości. To cechy, które w branżach artystycznych są równie ważne jak talent. Jeśli w sercu jest pasja, warto dać jej szansę. Nawet mały krok może być początkiem wielkiej drogi. A najgorsze, co można zrobić, to nigdy nie spróbować.

Jak dziś definiujesz siebie?
– Dziś jestem pewną swoich wartości kobietą, która żyje po swojemu, łącząc karierę, pasję i macierzyństwo. ■

Zdjęcia z archiwum prywatnego Marceliny Sowy

eprasa.pl e5fc8145f0



Fotografia Skarky Morillo

epraca.pl e5fc8145f0

Ze ścion

Lasowiackie metody na zachowanie urody

„Czerwone jagody wpadają do wody, powiadają ludzie, że nie mam urody…" Jako mała dziewczynka śpiewałam te poleczkę, i za każdym razem zastanawiałam się, jak to jest, że jedne dziewczęta mają urodę, a inne nie? I co zrobić, żeby ją mieć?



Anita Stanisława RYBA
regionalistka

Kiedy w marcu na całym świecie obchodzimy „Dzień Kobiet", ich rola i los dyskutowane są z wielu perspektyw. Ja jednak chciałabym się przyjrzeć, jak nasze lasowiackie babcie, mamy i ciotki radziły sobie z utrzymaniem urody i czy na lasowiackiej wsi istniały jakieś „metody", jak zachować w sobie urodę?

Otóż chęć bycia piękną tkwi w każdej kobiecie, nie ważne ile ma lat, gdzie mieszka i jakie ma poglądy, każda kobieta dba o swój wygląd. Jak więc dbały o urodę Lasowiaczki, dowiadujemy się ze zwyczajów, obrzędów i utworów muzycznych.

Zapytane przeze mnie starsze kobiety w moim regionie, wszystkie od razu odpowiadały, że nikt nie patrzył na urodę, nie było kremów, szamponów i na pewno nikt nie używał tuszu do rzęs. A jednak oglądając obrzęd „Śmieciorze" wystawiony w tym roku przez Zespół Obrzędowy „Mazurzanie" (III miejsce na Przeglądzie Widowisk kolędniczych w Kolbuszowej), łatwo zauważycie, jak młode dziewczęta, rozmawiając, radzą sobie, by policzki natrzeć burakiem, bo blade, a brwi posmarować węglem. Ze zwyczajów wielkanocnych dowiadujemy się też, że w Wielki Piątek dziewczęta wstawały przed świtem, by wykąpać się w strumieniu. Miało to pomóc w zachowaniu pięknej cery. W Wielką Sobotę zaś, panny zostawiały wodę z gotowanych jaj do święcenia. Opłukanie tym wywarem włosów miało zapewnić ich blask na cały rok.

O piękne włosy kobiety dbały korzystając z przydomowej apteczki, tzn. z ziół rosnących przy domu. Płukanie włosów wywarem z pokrzywy czy skrzypu polnego powodowało ich wzmocnienie i łatwość rozczesywania, a len powodował zwiększenie objętości warkoczy. Zabiegiem pielęgnacyjnym była też maseczka z czarnej rzepy. Babcie i mamy ścierały rzepę i nakładały ją na włosy.

Ale skoro tak bardzo dbano o włosy, to skąd brały się „kołtuny"? Tu odpowiedź podaje nam Zespół Obrzędowy „Lasowiaczki" z Baranowa Sandomierskiego w filmie „Czary, mary i uroki". Kołtuny zapuszczano, jak dziewczynę bolała głowa. Rok nie czesano i nie myto głowy, by ściąć włosy „wraz z bólem głowy", kamieniami, a kołtun należało spalić.

Jednak mnie zaciekawił najbardziej lasowiacki obrzęd „Palenia róży". Był to sposób na czerwone plamy i krosty na twarzy – zmora każdej nastolatki. Nikt lepiej nie opowiedział o tej lasowiackiem metodzie pozbywania się przebarwień cery niż tarnobrzeska aktorka Monika Bieniek w monodramie pt. „Jak to znachorka Marysi różę odmówiła, czyli gusła lasowiackie". Jest to opowieść kobiety, która cierpiąc na szpecącą jej twarz chorobę, została uleczona przez znachorkę. Kobieta ta, odmawiając modlitwy, spaliła jej na twarzy dziewięć kulek lnu… A że można zobaczyć ten utwór w internecie, zachęcam do odwiedzenia strony, by samemu przeżyć emocje wraz z bohaterką opowieści:

zeskanuj Kod QR

Na podstawie tych informacji dochodzę do wniosku, że życie kobiety Lasowiaczki jeszcze 100 lat temu, choć nie było łatwe, pod względem chęci zachowania urody nie różniło się od życia kobiety dziś. Nie ważne, czy mamy piętnaście, czy pięćdziesiąt lat, chcemy być piękne. I nie ważne, czy używamy ziołowy proszek do zębów, palimy na twarzy gałki lnu, czy stosujemy kremy najnowszej generacji, chęć bycia piękną kobietą towarzyszy nam od wieków. Pamiętajmy jednak, że piękno jest w każdej z nas, wystarczy je odkryć. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Dziedzictwo, które pracuje

Stalowa Wola – miasto, które otwiera rozmowę



dr Roman NIWIERSKI
historyk, regionalista, edukator

Czy miasto może myśleć o sobie poprzez historię? A może – jak chcieliby niektórzy – powinno ją zostawić za sobą i patrzeć wyłącznie w przyszłość? Czy dziedzictwo kulturowe może być realnym narzędziem rozwoju, a nie jedynie przedmiotem sentymentalnej refleksji? Czy miasto przemysłowe, zrodzone z idei modernizacji II Rzeczypospolitej, może stać się laboratorium współczesnej polityki dziedzictwa? Odpowiedzi na te pytania przynoszą cztery teksty poświęcone Stalowej Woli oraz dziedzictwu Lasowiaków – analizujące przeszłość nie jako zamknięty rozdział historii, lecz jako zasób strategiczny.

Stalowa Wola nie powstała przypadkiem. Zrodziła się z projektu Centralnego Okręgu Przemysłowego i modernizacyjnej wizji państwa. Modernistyczny układ urbanistyczny, przemysłowy etos pracy, doświadczenie wojny i konspiracji tworzą fundament jej tożsamości. W tekstach analizuję współczesne działania inwestycyjne miasta – rozwój stref przemysłowych, infrastruktury i nowych sektorów gospodarki – interpretowane jako kontynuację modernizacyjnej idei COP.

Historia Stalowej Woli nie zaczyna się jednak w latach 30. XX wieku. U jej podstaw obecna jest starsza tradycja regionu – kultura Lasowiaków. Ich obrzędy, muzyka, język, rzemiosło i wiedza o przyrodzie tworzą niematerialne dziedzictwo, które – zgodnie z definicją UNESCO – pozostaje żywe tak długo, jak długo jest praktykowane i przekazywane. Dziedzictwo to nie ogranicza się do symboliki; może stanowić fundament rozwoju społecznego, edukacyjnego i gospodarczego.

Cykl pokazuje, że industrialna nowoczesność i tradycja lasowiacka nie wykluczają się, lecz współtworzą wielowarstwową narrację miasta. W tekstach nie zatrzymuję się na opisie przeszłości. Najciekawsze pytania brzmią: co z tego wynika dziś? Czy dziedzictwo może stać się narzędziem rozwoju? Czy modernistyczna architektura może przyciągać turystów i inwestorów? Czy tradycje Lasowiaków mogą inspirować współczesne działania kulturalne i edukacyjne? Czy etos pracy, który przez dekady budował Hutę Stalowa Wola, może stać się impulsem dla nowoczesnych technologii i nowych pokoleń?

Odpowiedź jest wyważona, lecz jednoznaczna: dziedzictwo „pracuje", jeśli potrafimy je interpretować. Nie chodzi o nostalgię ani o muzealne zamknięcie przeszłości w gablotach, lecz o świadome odczytywanie historii w kontekście współczesnych potrzeb. Dziedzictwo przestaje być kategorią statyczną – staje się procesem, w którym kluczową rolę odgrywa reinterpretacja.

Stalowa Wola, powstała jako wizja nowoczesności II RP, dziś ponownie definiuje swoją rolę w kontekście reindustrializacji, transformacji energetycznej i rozwoju sektorów innowacyjnych. Miasto jawi się jako laboratorium nowoczesności – miejsce, w którym przeszłość stanowi punkt odniesienia dla decyzji strategicznych.

Cykl „Stalowa Wola. Dziedzictwo, które pracuje" to zaproszenie do spojrzenia na historię miasta jako dynamiczny proces. To opowieść o wspólnocie, która może czerpać siłę z własnych korzeni, aby świadomie kształtować przyszłość. Dziedzictwo nie jest tu wyłącznie świadectwem minionego czasu – jest potencjałem, który może stać się realnym narzędziem rozwoju społecznego i gospodarczego.

Zapraszam do lektury – ta rozmowa dopiero się zaczyna. ■

Zeskanuj Kod QR i przeczytaj artykuł

eprasa.pl e5fc8145f0

Historia zespołu Volta z MDK w Stalowej Woli

Roztańczyć miasto

14 marca w MDK odbędzie sią Gala diamentów tanecznych, widowisko z okazji jubileuszy pracy artystycznej: 30-lecia Agnieszki Guzik i 25-lecia Beaty Główki. Będzie to okazja do spojrzenia na pracę kontynuatorek historii rozpoczętej ponad 40 lat temu, której wspólnym mianownikiem jest Volta.

W 1983 roku Jacek Niemirski, wychowanek ZPiT Lasowiacy, zorganizował w ZDK kurs tańca towarzyskiego. W salach, gdzie dotąd rozbrzmiewały głównie dźwięki muzyki ludowej, pojawiły się rytmy walca, samby i tanga. Oczarowały one uczestników do tego stopnia, że spotkania warsztatowe przerodziły się w trwałą fascynację. Niektórzy kursanci spróbowali swoich sił na turniejach, zdobywając pierwsze taneczne klasy. Z tej grupy zrodził się w 1984 roku Zespół Tańca Towarzyskiego Volta. Nazwa pochodzi od jednej z figur tanecznych samby. Niemirski stworzył przestrzeń, w której taniec stał się dla wielu sposobem na życie. Dziś wspomina to z żoną Małgorzatą.



Fot. Archiwum MDK

Próba Volty, październik 1985 r., z przodu Jacek Niemirski

Przełomowym wydarzeniem był pierwszy koncert na scenie ZDK w Stalowej Woli. Tancerzami towarzyszył zespół muzyczny stworzony przez Gabriela Menzla oraz zaproszeni goście. Koncert okazał się dużym sukcesem i utwierdził nas w przekonaniu, że obrana droga ma sens.

Już w pierwszym roku Volta opracowała efektowne układy, w tańcach standardowych i latynoamerykańskich, od walca wiedeńskiego po paso doble. Doskonalono techniki rock&rolla, charlestona, tanga, jiva, rumby, samby i disco. Było też boogie, modern i stepowanie. Część układów zaprezentowano na koncertach i turniejach w Stalowej Woli, Tarnobrzegu czy Rzeszowie. W 1986 roku narodziła się Mała Volta, dziecięca grupa prowadzona przez Małgorzatę Kozioł. Dla najmłodszych była to nie tylko nauka tańca, lecz także pierwsze spotkanie z zasadami elegancji i partnerstwa.

Mała Volta stała się kolejnym niezwykłym doświadczeniem. Mieliśmy wtedy silne poczucie, że tworzymy coś wyjątkowego, coś naprawdę naszego – wspominają dziś założyciele.

Rok 1987 przyniósł zmiany. Po odejściu założycieli, kierownictwo objęli Zbigniew Bednarek, Jacek Chyła i Marek Zaremba, tancerze wywodzący się również z Lasowiaków. Z ich inicjatywy zespół rozpoczął etap pełen koncertów i podróży. Występował w regionie i za granicą. W 1988 roku Volta ugruntowała swoją pozycję w lokalnym środowisku, współorganizując turniej Karnawałowe Rytmy, który wpisał się w kalendarz kulturalny regionu.

Był to jednak czas częstych zmian choreografów. Oprócz wspomnianych wcześniej, z zespołem pracowali także: Jarosław Rus, Mariola Felska, Anna Dorociak, Marek Świeca, Piotr Ozga, Agnieszka Frankiewicz. Stabilizację przyniosła praca Agnieszki Guzik i Beaty Główki, które kontynuują dzieło państwa Niemirskich, dzieło, które łączy pokolenia. To z zespołu Volta wywodzą się dzisiejsi choreografowie, właściciele szkół tańca oraz mistrzowie Polski i świata. (Oprac. MDK) ■

PROMOCJA

eprasa.pl e5fc8145f0

Taniec zmienia się, pasja zostaje

Rozmowa z Agnieszką GUZIK, choreografką ZTE Mała Volta, ZTE Volta, Volta+ Tap Dance, oraz Beatą GŁÓWKĄ, choreografką KT LaVolta i KT Revolta.

Dwiema drogami zespół szedł wcześniej, ale dziś nie ma tylko podziału na Voltę i Małą Voltę.

Agnieszka Guzik: – Na potrzeby choreografii korzystałam z wielu technik: tańca współczesnego, jazzowego, nowoczesnego i klasyki. Kiedy do pracy przyszła Beata, pojawił się problem, że trzeba nasze zespoły oddzielić bo zajmują się różnymi rzeczami. Dodałam do nazwy Mała Volta człon Zespół Tańca Estradowego, oddzielając go od towarzyskiego. A po kilku latach Volta stała się LaVoltą, żeby to mocniej podkreślić. Bo naiwnie myślałyśmy, że ludzie wiedzą, co robimy, a do dziś nie wiedzą.


Agnieszka Guzik

Beata Główka: – Bardzo chciałam przedłużyć historię Volty, ponieważ z Małej Volty, w której tańczyłam, wszyscy się gdzieś rozeszli, a byliśmy znanym klubem, rozpoznawanym na turniejach. Z czasem zaczęłam kłaść nacisk na tańce karaibskie i fajna przygoda zaczęła się od salsy, stąd jest LaVolta, skrót la od latynoamerykańskich, a Revolta trochę przewrotnie wyszła dorosłym na zajęciach.

Taniec nieustannie się zmienia. Jak przez lata ewoluowała wizja pracy choreografa?

AG: – Kiedy przyjmowałam Voltę i zaczęłam robić formy nowoczesne, na Podkarpaciu nie było tradycji tańca współczesnego czy jazzowego. Mody też się zmieniały. Programy telewizyjne bardzo dużo zrobiły i dobrego, i złego. Była jednak potrzeba, żeby tworzyć coś, co nie będzie kłuło w oczy na scenie, bo to są same dziewczynki. Przez kilka lat bardzo ubolewałam nad tym, że nie ma w zespole chłopaków, ale należało robić coś, co da frajdę dzieciom i instruktorowi. Ja jestem z tej starej szkoły i lubię nie tylko miniatury taneczne, ale i inscenizacje. Staram się tak robić, by wszyscy byli zadowoleni i żeby widownia się nie męczyła.

BG: – Rynek tańca zmienił się bardzo. Jak oglądam dawne turnieje w tańcach latynoamerykańskich to widać przepaść. Teraz trzeba mieć mocne przygotowanie sportowe, żeby w ogóle brać w nich udział. Dziś jest mnóstwo solistek, solistów jak na lekarstwo, niestety chłopcy nie chcą tańczyć i jest bardzo małe zapotrzebowanie na taniec w parach, tańce karaibskie pojawiły się w dobrym momencie, bo można wykonać je solo. W ogóle te tańce są bliższe mojemu sercu, ale w grupach dorosłych prowadzę zajęcia z tańców standardowych, one się tam przeplatają.


Beata Główka

Za sukcesem scenicznym stoją godziny prób. Co pomaga utrzymać w tancerzach motywację?

AG: – Jest to coraz trudniejsze. Pracujemy z młodzieżą, która ma inną koncentrację niż kiedyś. To jest tzw. 20 sekund tiktokowe. Więc wspinamy się na wyżyny, by zrobić zajęcia, które zainteresują młodego człowieka. Oczywiście, nie zawsze to się udaje, bo jak nie ma pasji-nie będzie efektu.

BG: – Odkryłam niedawno, że przywiązuję się do ludzi, oni chyba do mnie. Jak już ktoś zacznie przygodę z tańcem, to najczęściej zostaje, bo jest fajna atmosfera. Przychodzą całe rodziny, kolejne pokolenia. Przykładem jest Edward i Ania. Edward tańczył u mnie jako dziecko, w tej chwili przychodzi z żoną i przyprowadza dzieci.

W pracy z dorosłymi trzeba zmienić podejście?

AG: – Miałam prawie ośmioletni epizod pracy ze Stalowiankami. To już są grupy seniorskie. I co mnie zaskoczyło, że one są najbardziej sumienne. Teraz pracuję z dorosłymi stepującymi. I cieszy mnie, gdy ktoś przychodzi i zaczyna przygodę ze stepowaniem, a po kilku zajęciach nagle chce więcej i pyta, kiedy trafi do grupy zaawansowanej.

BG: – Zawsze sobie zdaję sprawę z tego, że jak ktoś zrobił pierwszy krok, już jest to sukces, a moja w tym rola, by pozostał. Myślę, że gdybym ja poszła na zajęcia z czegoś, czego nie potrafię, to bym chciała, aby ktoś spokojnie wyjaśnił mi podstawy. A później jak już ludzie połkną bakcyla to najczęściej zostają. (Oprac. MDK) ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Muzeum Centralnego Okręgu Przemysłowego

W Muzeum COP odbyła się konferencja poświęcona edukacji regionalnej

Joanna RYBAK

Edukacja regionalna coraz częściej postrzegana jest jako jedno z najważniejszych narzędzi budowania więzi z miejscem, w którym żyjemy. To właśnie ona pomaga zrozumieć lokalną historię, wzmacnia poczucie tożsamości i zakorzenienia, a także uczy odpowiedzialności za dziedzictwo kulturowe „małej ojczyzny". O znaczeniu tych zagadnień dyskutowano podczas konferencji „Uczyć (się) miejsca, czyli tradycje i współczesne perspektywy edukacji regionalnej", która odbyła się 3 lutego 2026 roku w Muzeum Centralnego Okręgu Przemysłowego w Stalowej Woli.

Wydarzenie zgromadziło nauczycieli, edukatorów, pracowników instytucji kultury, przewodników miejskich oraz harcerzy Chorągwi Podkarpackiej ZHP – wszystkich, którym bliskie jest kształtowanie lokalnej świadomości i przekazywanie młodszym pokoleniom wiedzy o miejscu, w którym żyją. Spotkanie stało się również odpowiedzią na potrzebę stworzenia przestrzeni do dyskusji, wymiany doświadczeń i refleksji nad wyzwaniami, przed jakimi stoi współczesna edukacja regionalna.

Konferencję zorganizowało Muzeum Centralnego Okręgu Przemysłowego oddział Muzeum Regionalnego w Stalowej Woli we współpracy z Wojewódzkim Domem Kultury, w ramach programu WspółKultura, dofinansowanego z budżetu Województwa Podkarpackiego. Partnerami wydarzenia byli Podkarpacki Zespół Placówek Wychowawczych oraz Podkarpackie Centrum Edukacji Nauczycieli w Rzeszowie. Patronat honorowy nad konferencją objęli: Starosta Powiatu Stalowowolskiego Janusz Zarzeczny, Przewodniczący Rady Powiatu Stalowowolskiego Ryszard Andres, Prezydent Miasta Stalowej Woli Lucjusz Nadbereżny oraz Przewodnicząca Rady Miasta Stalowa Wola Agata Krzek.

Prelegenci zaprezentowali różnorodne zagadnienia i spojrzenia na edukację regionalną w sposób merytoryczny, inspirujący i osadzony na konkretnych przykładach, mocno zwracając uwagę na potrzebę stosowania aktywizujących form pracy. Podkreślano, że angażujące metody i praktyczne działania pozwolą zainteresować młodego człowieka lokalnym dziedzictwem i zachęcić do aktywnego uczestnictwa w proponowanych inicjatywach.

Codziennie z wieloma problemami i barierami mierzą się nauczyciele i edukatorzy regionalni. Dr Dominik Porczyński, socjolog kultury z Uniwersytetu Rzeszowskiego, w referacie „Ile «małej ojczyzny» w ojczyźnie. O problemach edukacji lokalnej i regionalnej w województwie podkarpackim" zaprezentował wyniki badań i refleksje dotyczące kondycji nauki o regionie. Wskazał m.in. na brak jej obecności w podstawie programowej i dominację narracji o „wielkiej historii" kosztem historii lokalnej. Badania wskazują, że uczniowie najczęściej czerpią wiedzę z internetu, gier komputerowych czy telewizji. Prelegent podkreślił potrzebę budowania wspólnych platform współpracy między szkołami a lokalnymi muzeami i innymi instytucjami kultury oraz wprowadzania systemowych rozwiązań wspierających edukację regionalną.

O roli miasta jako przestrzeni kształtowania tożsamości i pamięci mówił dr hab. Paweł Kubicki, prof. Uniwersytetu Jagiellońskiego – wybitny socjolog i badacz współczesnych miast. W swoim wystąpieniu, ukazał na przykładzie Stalowej Woli proces kształtowania tożsamości młodego miasta, które nie powstało przypadkiem i jest integralną częścią wielkiej historii kraju. Podkreślił także rolę muzeów jako instytucji odkrywających i przekazujących historyczną pamięć regionu.

Wątek nowoczesnych metod edukacji regionalnej pojawił się w wystąpieniu dr Alicji Krawczyńskiej reprezentującej Fundację Good Culture z Wrocławia. Prelegentka zaprezentowała możliwości wykorzystania gier mobilnych jako narzędzia edukacyjnego. Omówiła proces ich tworzenia – od pomysłu i celów edukacyjnych po realizację techniczną – oraz przedstawiła przykłady zrealizowanych projektów, w tym projektu „Modernizm Talking" realizowanego m.in. w Stalowej Woli. Gry, jak pod-

eprasa.pl e5fc8145f0



Fot. J. Wójcik MCDP

PROMOCJA

kreślała, pozwalają uczyć się poprzez doświadczenie, eksperymentowanie i samodzielne odkrywanie, dzięki czemu zdobyta wiedza zostaje zapamiętana na dłużej.

Z kolei dr Stanisław Kusiak, wicedyrektor ds. doskonalenia nauczycieli Podkarpackiego Centrum Edukacji Nauczycieli, przybliżył ideę edukacji przygody. Jako pedagog i inicjator wielu projektów edukacyjnych, pokazał, jak poprzez działania terenowe, podróże czy nieszablonowe formy pracy (inspiracja lokalną sztuką i literaturą) można pomóc młodym ludziom lepiej zrozumieć swoje miejsce i doświadczyć go w sposób bezpośredni.

Znaczenie „zwykłych" miejsc w edukacji regionalnej młodego pokolenia podkreślała dr hab. Joanna Angiel, prof. Uniwersytetu Warszawskiego w swoim wykładzie pt. „Zmiana postrzegania miejsc zwykłych i ich stawanie się miejscami nie-zwykłymi". Na przykładzie warszawskich Siekierek, w ciekawy sposób ukazała, jak poprzez proces poznawania przestrzeni, miejsca codzienne mogą nabierać wyjątkowego znaczenia. Zachęcała uczestników do podejmowania podobnych działań w swoich miejscowościach i dzielenia się efektami tych „lokalnych odkryć".

Nie zabrakło również tematyki związanej z kulturą ludową. Damian Drąg z Podkarpackiego Centrum Edukacji Nauczycieli w referacie „Lasowiacy inspirują – program interdyscyplinarnej edukacji regionalnej" zwrócił uwagę na ogromny potencjał obrzędowości, gwary, muzyki, stroju i codziennych praktyk dawnych mieszkańców regionu. Popularyzowana kultura lasowiacka kultywuje nie tylko dawne dziedzictwo, ale angażuje uczniów i lokalną społeczność w wiele działań i inicjatyw, wzmacniając poczucie tożsamości regionalnej.

Temat badań genealogicznych przybliżył Janusz Ciba, przewodnik miejski i zakładowy, który pokazał, że poszukiwanie rodzinnych korzeni możliwe jest obecnie przy użyciu własnego laptopa i dostępnych zasobów cyfrowych.

O roli przewodników miejskich w popularyzowaniu wiedzy o Stalowej Woli opowiedziała Anna Garbacz, prezeska Fundacji Dionizego Garbacza „Stalovianum". Zwróciła uwagę, że przekazywanie wiedzy w przestrzeni miasta – poprzez spacery i wycieczki – jest dla dzieci i młodzieży formą atrakcyjną i bardziej angażującą, a sami przewodnicy często inicjują działania na rzecz ochrony i promocji lokalnego dziedzictwa.

Konferencja była również okazją do zaprezentowania oferty edukacyjnej wszystkich oddziałów Muzeum Regionalnego w Stalowej Woli, skierowanej do przedszkoli oraz szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Zróżnicowany, nowoczesny i przyjazny młodym odbiorcom program, nie tylko przybliża historię i tradycje regionu, ale także pobudza kreatywność, zachęca do aktywnego uczestnictwa i pokazuje muzeum jako miejsce ciekawe, inspirujące i otwarte. Wszystkie inicjatywy i zajęcia muzealne zaprezentowały koordynatorki stalowowolskich muzealnych Działów Edukacji Justyna Maziarz i Sylwia Pęcak.

Muzeum planuje też przygotowanie i wydanie materiałów pokonferencyjnych, które zbiorą treści wystąpień, przykłady dobrych praktyk oraz zaprezentowane podczas spotkania koncepcje i narzędzia edukacyjne. Publikacja ta będzie praktycznym wsparciem dla nauczycieli, edukatorów, pracowników instytucji kultury i regionalistów, a także inspiracją do podejmowania własnych działań z zakresu edukacji regionalnej.

Konferencja spotkała się również z bardzo pozytywnym odbiorem uczestników, którzy w swoich opiniach podkreślali wysoki poziom merytoryczny wydarzenia oraz potrzebę organizacji podobnych spotkań w przyszłości. ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Planszówki wysokie na 30 metrów

Coraz większą popularnością cieszy się w Miejskiej Bibliotece Publicznej możliwość wypożyczenia gier planszowych. Na chwilę obecną możemy wybierać spośród 420 tytułów. To sporo: układając wszystkie pudełka z grami jedno na drugim w pionie, wieża z gier osiągnęłaby wysokość ponad 30-metrowiego wieżowca!



PROMOCJA

Gry możemy wypożyczyć w Bibliotece Głównej przy ul. ks. J. Popiełuszki 10, w Wypożyczalni Książki Mówionej. Znajdziemy tam planszówki typu „rzuć kostką i idź", gry karciane, quizy, kalambury, edukacyjne (jak cała seria „Kapitan Nauka"), logiczne, a wśród nich ponad 20 z popularnej serii „Smart Games", zręcznościowe, ekonomiczne, detektywistyczne, przygodowe, strategiczne.

– Można pograć na miejscu, gdyż oferujemy duży stół do gry na miejscu. Ale, co ważne, wszystkie gry wypożyczymy do domu. Zapraszamy także na Sobotni Kącik Gier do tematycznych rozgrywek przy akompaniamencie audiobooków – personel MBP zachęca do skorzystania z oferty gier.

Są rozbudowane gry w stylu zarówno europejskim, jak i amerykańskim oparte na mechanikach kontroli terenu, planowania akcji, budowania talii, budowania zasobów, budowania silnika, zarządzania ręką, draftu, zbierania zestawów, dokładania kafli czy ustawiania pracowników.

Wychodząc naprzeciw uwagom graczy, stalowowolska biblioteka zmodyfikowała także nieco zasady wypożyczania gier planszowych. Wraz z początkiem nowego roku gry wypożyczane są na 14 dni z możliwością prolongaty o 7 dni, oraz w ekstraordynaryjnych przypadkach, osobiście lub telefonicznie, o kolejne 7. Usprawniono także sam proces wypożyczania, rezygnując z wypisywania „rewersów".

– W roku 2025 przekroczyliśmy 1500 wypożyczeń gier. Liczymy na pomoc graczy w przekroczeniu progu 2 tysięcy w tym roku! – zaprasza pan Łukasz, który opiekuje się działem z grami. (Oprac. MBP) ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Spotkanie autorskie z Michałem Śmielakiem

Michał Śmielak będzie gościem kolejnego spotkania autorskiego w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Stalowej Woli. Wielbiciele talentu pisarza powinni sobie rezerwować termin: czwartek, 19 marca, godzinę 17.00. Spotkanie z autorem powieści „Śnieg przykryje" nominowanej do tytułu Książka Roku 2025 odbędzie się w Bibliotece Głównej przy ul. ks. J. Popiełuszki 10.

Michał Śmielak mieszka w Sandomierzu, polskiej stolicy zbrodni, zatem rozwiązywanie zagadek kryminalnych ma we krwi.

Jako pisarz eksploruje kolejne wymiary związane ze zbrodnią i karą, co zaowocowało wydaniem już ponad dziesięciu powieści. Wszystkie trafiły na listy bestsellerów, co pozwala mu spełniać największe marzenie z dzieciństwa: być pisarzem i oddawać w ręce Czytelniczek i Czytelników kolejne historie.

– Zaczynając pisać jakąkolwiek nową książkę, szybko wypełniam ją trupami niezależnie od początkowego założenia, stąd można spodziewać się po mnie w przyszłości głównie thrillerów i kryminałów – mówi Michał Śmielak.

Jego książki cechuje nawiązanie do historii, demonologii ludowej, lokalnych wierzeń i legend oraz humor łagodzący brutalność kryminalnej opowieści. Uwielbia także osadzać akcję swoich powieści w małych, lokalnych społecznościach, które z racji miejsca zamieszkania zna na wylot.

Niezmiennie twierdzi, że w pisaniu najważniejsze to dobrze opowiedzieć historię i rozkochać Czytelnika w głównym bohaterze.

Prywatnie to fan rekonstrukcji historycznej, szwendania się po górach, ciężkiej muzyki, gier mmorpg i motocykli. Miłośnik dobrego jedzenia, którym to uczuciem chce zarazić cały kraj.

Co ciekawe, pisarz odwiedził już stalowowolską bibliotekę w październiku 2025 roku. Prywatnie. Był gościem spotkania z pisarką Magdą Stachulą. Jest wielbicielem jej talentu i znajomym.

Popularny pisarz w swoim dorobku ma min. nagrody: „Vivelo Book Awards 2024" w kategorii „Kryminał roku" za książkę „Osada"; „Kryminalny Magiel 2024" – Najlepszy Kryminał Retro – za książkę „Osada"; „Książka roku 2024 Granice.pl" w kategorii „Kryminał" za „Cienie dawnych grzechów" napisane wspólnie z Mieczysławem Gorzką.



PROMOCJA

Był także nominowany do: Grand Prix Festiwalu Kryminalna Warszawa 2022 za książkę „Wnyki", Wielki Kaliber – za książkę „Osada, Best Audio Empik Go 2024 – kategoria kryminał za książkę „Gleba". (Oprac. MBP) ■

eprasa.pl e5fc8145f0

Wiosenna regeneracja

Właściwości gałęzi brzozy w okresie przednówka i osłabienia



Urszula RZESZUT-BARAN
archeolog, etnolog, etnobotanik

Wczesna wiosna to moment szczególny w cyklu życia brzozy. Drzewo budzi się po zimowym spoczynku, a w jego tkankach zaczyna intensywnie krążyć sok, niosący substancje odżywcze niezbędne do rozwoju liści i młodych pędów. To właśnie wtedy młode gałęzie brzozy wykazują najcenniejsze właściwości zdrowotne, i były tradycyjnie zbierane w medycynie ludowej jako surowiec wspomagający oczyszczanie organizmu po zimie.

Gałęzie i młode pędy brzozy brodawkowatej zawierają liczne związki biologicznie czynne. Obecne są w nich przede wszystkim flawonoidy, garbniki, saponiny oraz olejki eteryczne, a także pochodne kwasu salicylowego o działaniu przeciwzapalnym. W młodych pąkach znajdują się również żywice i związki fenolowe, które wykazują właściwości antyseptyczne i wzmacniające. Dzięki temu surowiec zebrany wczesną wiosną działa wielokierunkowo – wspiera procesy oczyszczania, łagodzi stany zapalne i pobudza metabolizm.

Najważniejszą cechą młodych gałązek brzozy jest ich działanie moczopędne. Pobudzając pracę nerek, sprzyjają usuwaniu nadmiaru wody oraz produktów przemiany materii, co w okresie przednówka pomaga zredukować uczucie ciężkości i obrzęki. W tradycyjnym ziołolecznictwie, napary z pędów brzozy stosowano także w celu wspomagania pracy wątroby i poprawy przemiany materii. Właściwości te wynikają z obecności związków gorzkich i flawonoidów, które wpływają korzystnie na krążenie oraz procesy detoksykacyjne.

Gałęzie brzozy wykazują również działanie przeciwzapalne i lekko przeciwbólowe. Związki salicylowe zawarte w korze i młodych pędach są naturalnymi prekursorami substancji o działaniu podobnym do aspiryny. Dlatego w medycynie ludowej wykorzystywano je przy dolegliwościach reumatycznych oraz bólach mięśniowych nasilających się po zimie. Dodatkowo, obecność garbników sprawia, że wyciągi z brzozy działają ściągająco i oczyszczająco na skórę, co tłumaczy ich zastosowanie w kąpielach wzmacniających i pielęgnacyjnych.

Wczesnowiosenny zbiór gałęzi nie jest przypadkowy. To właśnie przed rozwinięciem liści, stężenie substancji aktywnych w pąkach i młodych pędach jest najwyższe, ponieważ roślina koncentruje w nich energię potrzebną do rozpoczęcia nowego cyklu wegetacyjnego. Zbieranie powinno odbywać się w sposób umiarkowany i odpowiedzialny, aby nie uszkadzać drzewa i nie zakłócać jego wzrostu.

Właściwości młodych gałęzi brzozy wpisują się w szerszą symbolikę wiosennego odrodzenia. Brzoza od dawna była uznawana za drzewo oczyszczenia i nowego początku. Jej jasna kora i delikatne, giętkie pędy symbolizowały świeżość oraz regenerację. Korzystanie z jej darów wczesną wiosną stanowiło nie tylko praktykę zdrowotną, lecz także rytuał przejścia z czasu zimowego uśpienia do okresu aktywności i wzrostu. ■



Przygotowanie herbaty
Kilka gałązek dokładnie opłucz i drobno posiekaj, aby uwolnić więcej substancji aktywnych. Zalej je zimną wodą i powoli doprowadź do wrzenia. Gotuj na małym ogniu przez około 5–10 minut (ponieważ pędy są twardsze niż liście, wymagają krótkiego odwaru, a nie tylko zaparzania). Zdejmij z ognia i pozostaw pod przykryciem na kolejne 10 minut do naciągnięcia. Przecedź napar. Można dodać miód lub cytrynę dla smaku. Najczęściej pije się 1 filiżankę dziennie przez 7–10 dni w okresie przednówka. Napar działa łagodnie moczopędnie, wspiera procesy oczyszczania organizmu i może pomagać w redukcji uczucia ciężkości po zimie.
UWAGA: nie należy stosować naparu w przypadku uczulenia na brzozę, ciężkich chorób nerek ani w czasie ciąży, bez konsultacji z lekarzem.

eprasa.pl e5fc8145f0

Nie walcz z głodem – zrozum go



Głód to nie brak jedzenia. To wołanie ciała o prawdę. Czasem to brak witamin, czasem brak czułości, czasem brak sensu, a najczęściej to brak wody, odwodnienie organizmu.

dr Edyta LISEK
dietetyk, terapeuta manualny, arteterapeuta

W świecie pełnym jedzenia nauczyliśmy się bać głodu. A przecież to on uczy nas, czym naprawdę jest sytość. Bez głodu nie ma smaku, bez przerwy – nie ma rytmu.

Kiedy głód pojawia się w emocjach – zapytaj siebie: „Czego naprawdę mi brakuje?". Mózg nie odróżnia, czy jesteśmy głodni, bo chce nam się jeść, czy jesteśmy odwodnieni. Jak poczujemy głód, to warto napić się wody i odczekać 15 minut, żeby dowiedzieć się, czy nadal czujemy głód. Najczęściej po prostu brakuje nam wody. I często odpowiedź brzmi: „Spokoju."

Naucz się głodu jak medytacji. Nie walcz z nim – obserwuj. Bo głód nie jest karą. Jest przewodnikiem, który prowadzi do źródła życia. Okienka żywieniowe i krótkie posty powinny stać się naszym nieodzownym towarzyszem w podróży po zdrowie.

Insulinoodporność to choroba współczesności – cicha, leniwa, niepozorna. Nie boli. Ale powoli gasi światło w ciele. Insulinooporność to moment, gdy komórki przestają „słyszeć" insulinę. Jakby zamknęły drzwi, zmęczone jej ciągłym pukaniem. Glukoza krąży więc we krwi, zamiast wnikać do wnętrza. A Ty czujesz się senna, głodna, rozdrażniona. Ciało prosi o odpoczynek, a Ty sięgasz po kolejną przekąskę. Błędne koło. Leczenie zaczyna się od łagodności i porządku:

- regularne pory posiłków, najlepiej 2 lub 3 posiłki dziennie – nie karm ciała chaosem
- tłuszcze i białko – aby spowolnić glukozę
- błonnik – by dać bakteriom i komórkom rytm
- ruch przed jedzeniem – najprostszy lek: spacer
- okienka żywieniowe

Od niedawna funkcjonuje pojęcie: insulinooporność mózgu, czyli cukrzyca III – typu. Ważne jest, jak komórki „czują" insulinę. Insulinooporność to nie kara – to prośba ciała o spowolnienie. Bo życie, które jest zbyt szybkie, zawsze kończy się wyczerpaniem. A zdrowie to nie sprint – to taniec. ■



eprasa.pl e5fc8145f0

Albo sport będzie projektem gospodarczym, albo zostanie drogim hobby

Na sportowej mapie Podkarpacia coraz wyraźniej widać podział na tych, którzy zrozumieli reguły nowoczesnego sportu, i tych, którzy wciąż funkcjonują według schematów sprzed dwóch dekad. Rzeszów, Mielec, Krosno, czy nawet Łańcut, budują swoje marki w oparciu o silne wsparcie prywatnego biznesu.



Mariusz BIEL
dziennikarz sportowy

W Stalowej Woli od lat ciężar utrzymania sportu zawodowego spoczywa niemal wyłącznie na budżecie miasta, czyli na podatnikach. I to jest sedno problemu.

Stolica siatkówki, ale nie tylko

Rzeszów nie stał się sportową stolicą regionu przypadkiem. Developres to projekt oparty na realnym zaangażowaniu prywatnego właściciela. To marka rozpoznawalna w Polsce i w Europie. Siatkarki tego klubu od kilku sezonów stają na podium mistrzostw Polski – w roku ubiegłym wywalczyły „złoto". Reprezentują nasz kraj w europejskich pucharach.

Także w wydaniu mężczyzn, siatkówka made in Rzeszów to produkt z najwyższej półki. Resovia pozyskała możnego sponsora, jakim jest firma Asseco, i po latach organizacyjnego chaosu wróciła do PlusLigowej czołówki, walczy o najwyższą stawkę, w Polsce i za granicą.



Fot. Fotografia Sportowa – Damian Kuziora

Dzisiaj wszystko wskazuje na to, że w fazie play-off rywalem szczypiornistów z Mielca będzie Industria Kielce lub Orlen Wisła Płock

Do tego piłka nożna ze świetnie działającymi Szkołami Mistrzostwa Sportowego (Stal i Resovia), żużel (Texom Stal), koszykówka (Opteam Energia Polska Rzeszów), tenis stołowy (PGE Fibrain AZS Politechnika Rzeszów). Sportowa oferta stolicy Podkarpacia jest kompletna i atrakcyjna dla każdego kibica.

Co to dla Krosna 15 milionów złotych!

Klub żużlowy w najwyższej klasie rozgrywkowej w Polsce musi obecnie dysponować budżetem wynoszącym minimum 12–14 milionów złotych. Cellfast Wilki Krosno są na taki wydatek przygotowani. 6 kwietnia, w „Śmigus-Dyngus" rozpoczną walkę o PGE Ekstraligę. Już dwa lata ich tam nie było, i bardzo tęsknią w Krośnie za rywalizacją z najlepszymi!

Są natomiast w najwyższej lidze koszykarze Miasta Szkło Krosno. Orlen Basket Liga nie wymaga aż tak wielkich nakładów finansowych jak ekstraliga żużlowa, ale i dla biedaków też ona nie jest.

eprasa.pl e5fc8145f0



Fot. Fotografia Sportowa – Damian Kuziora

Developres Rzeszów ma 14 lat. W tym czasie zdobył mistrzostwo Polski (2025), 5 razy był wicemistrzem (2020–2024) i 2 razy brązowym medalistą (2017, 2019)

Przed rozpoczęciem sezonu dyrektor sportowy zespołu Miasto Szkła Krosno zdradził, że klub będzie dysponował ponad 4 milionowym budżetem. Kto wykłada takie pieniądze w Krośnie, można się dowiedzieć, zaglądając na stronę klubu: basketkrosno.pl

I co z tego, że nie ma już spółek skarbu państwa

W Mielcu również sport w najlepszym wydaniu istnieje przede wszystkim dzięki wsparciu lokalnego biznesu. Miasto liczące niespełna 60 tysięcy mieszkańców może dziś pochwalić się zespołami w najwyższych klasach rozgrywkowych w siatkówce kobiet (ITA TOOLS Stal – 7. drużyna ubiegłego sezonu), „szczypiorniaku" mężczyzn (Handball Stal), a piłkarska Stal przez pięć lat nieprzerwanie występowała w Ekstraklasie.

Spadek w 2025 roku był na pewno sportową porażką. Klubowa kasa została zubożona o 10 milionów złotych, Stal straciła wsparcie spółek państwowych, lecz występów w Betclic 1. lidze nie można nazywać z tego powodu od razu organizacyjną klęską.

Przed inauguracją ligową, Jacek Klimek, prezes Stali poinformował, że budżet klubu, którym zarządza nieprzerwanie od 2020 roku, powinien zamknąć się w sezonie 2025/26 kwotą około 11 milionów złotych.

Potrzebne są dwie nogi

W Rzeszowie, Krośnie, Mielcu, sport, dyscypliny najbardziej popularne, te, które zapełniają stadiony i hale, mają wyraźne wsparcie sponsorów, ponieważ te miasta traktują sport jako element strategii wizerunkowej oraz inwestycję w markę.

Efekt? Ekstraklasa, europejskie puchary, transmisje telewizyjne, rozpoznawalność w kraju. Regularne emocje na najwyższym poziomie. To nie są wyłącznie sukcesy sportowe. To rezultat modelu, w którym samorząd nie jest jedynym sponsorem, lecz partnerem w większym projekcie.

W Stalowej Woli ten model praktycznie nie istnieje. Od lat głównym, a często jedynym realnym gwarantem funkcjonowania sportu zawodowego jest miasto. Jeśli ma się on rozwijać stabilnie, musi wreszcie stanąć na dwóch nogach: prywatnym finansowaniu i realnym rachunku ekonomicznym.

Między sentymentem a rachunkiem ekonomicznym

Generalnie sport w miastach takich jak Stalowa Wola od zawsze był czymś więcej niż tylko statystyką i gołym wynikiem na tablicy. Był elementem tożsamości, powodem do dumy, a czasem – w trudniejszych latach – ostatnim wspólnym mianownikiem

eprasa.pl e5fc8145f0



Fot. Fotografia Sportowa – Damian Kuziora

W Krośnie na stadionie może zasiąść 7 000 widzów. I tyle gości na spotkaniach żużlowych Cellfastu Wilków

lokalnej wspólnoty. Problem zaczyna się wtedy, gdy emocje próbują zastąpić ekonomię. A ta, w przeciwieństwie do kibicowskiej wiary, bywa bezlitosna.

Rolą samorządu nie powinno być utrzymywanie zawodowych drużyn przy życiu kroplówką z publicznych pieniędzy. Rolą miasta jest stworzenie warunków: infrastrukturalnych, organizacyjnych i podatkowych, w których sport, także ten profesjonalny, potrafi funkcjonować na zdrowych, rynkowych zasadach. Innej drogi po prostu nie ma.

Dość prowizorek i łatania budżetów

Paradoks polega na tym, że Stalowa Wola nie jest miastem pozbawionym zaplecza gospodarczego. To nie jest peryferyjny ośrodek bez przemysłu i kapitału. Funkcjonują tu duże zakłady, działają firmy o znaczących obrotach, są przedsiębiorcy zdolni do realizacji ambitnych projektów.

A jednak sport kwalifikowany nie stał się dla nich projektem strategicznym. Lokalny biznes w minimalnym stopniu angażuje się w budowę silnych klubów. Sport bywa traktowany jak koszt wizerunkowy – coś, co „wypada" wesprzeć, ale najlepiej jak najmniejszym nakładem. Tymczasem w nowoczesnej gospodarce sport jest inwestycją.

Nie da się budować profesjonalnych struktur na doraźnych decyzjach, prowizorkach i corocznym „łataniu budżetu". Profesjonalny sport nie znosi tymczasowości. Albo jest zarządzany jak przedsiębiorstwo, albo pozostaje kosztownym hobby finansowanym przez podatnika.

Region już dawno zrozumiał tę lekcję

W tym samym czasie, kiedy Stalowa Wola nie ma tak naprawdę pomysłu na sport zawodowy, województwo podkarpackie wyraźnie przyspieszyło.

Większość ośrodków już dawno zrozumiała, że bez prywatnych pieniędzy nie ma i nie będzie wielkiego sportu, a bez profesjonalnego zarządzania nie ma trwałych wyników. W Rzeszowie, Mielcu, Krośnie... tam sport stał się elementem strategii rozwoju, a nie dodatkiem do budżetu promocyjnego.

Na tym tle Stalowa Wola stoi dziś przed wyborem cywilizacyjnym, nie tylko sportowym. Może pozostać

eprasa.pl e5fc8145f0

przy modelu finansowania opartym niemal wyłącznie na środkach publicznych – modelu wygodnym, ale krótkowzrocznym, który gwarantuje stagnację i coroczne nerwowe poszukiwanie pieniędzy; albo może otworzyć się na nową formułę współpracy z biznesem — trudniejszą na początku, wymagającą zmiany myślenia, ale jedyną, która daje szansę na trwałość.

A przecież miasto ma potencjał!

W nowoczesnym sporcie sentyment nie wygrywa lig. Nie buduje akademii, nie przyciąga sponsorów, nie stabilizuje budżetów. Potrzebne są kapitał, strategia i odpowiedzialność, rozłożona między samorząd a prywatnych partnerów.

Dziś o sile klubów nie decyduje już wyłącznie historia zapisana w kronikach, lecz jakość zarządzania, odwaga inwestowania i umiejętność patrzenia kilka sezonów do przodu. Profesjonalne zaplecze, nowoczesna infrastruktura i mądrze zaplanowany rozwój młodzieży to nie luksus, to standard, do którego aspirują wszyscy, którzy myślą o sporcie w kategoriach ambicji, a nie wyłącznie tradycji. Bez tego Stalowa Wola nadal będzie żyła wspomnieniami i, co gorsza, oglądała plecy regionalnych rywali. A przecież miasto ma potencjał, żeby jechać w tym peletonie – i to nie na jego końcu, lecz w czubie.

Potrzeba wizji, która zamieni dumę z przeszłości w realny projekt przyszłości. Trzeba wreszcie przestać udawać, że można to zrobić bez pieniędzy, planu i odwagi do zmiany, i zacząć działać tak, jak robią to ośrodki, które myślą o sukcesie: konsekwentnie, odpowiedzialnie i z ambicją, na poziomie, który przyciąga uwagę, partnerów i szacunek. ■

Kluby z Podkarpacia, których drużyny występują w rozgrywkach centralnego szczebla

Futsal
Fogo Futsal Ekstraklasa: Eurobus Przemyśl
1 liga: brak
2 liga: rozgrywki prowadzone przez związki wojewódzkie

Hokej
Tauron Hokej Liga: STS Sanok (w styczniu 2026 drużyna została wycofana z rozgrywek)
1 liga: brak
2 liga: brak

Koszykówka kobiet
Orlen Basket Liga: brak
1 Centralna liga: GMM Inox Merger Logistics Pantery Łańcut
2 liga: MLKS Rzeszów, SPZ WJM Millenium Hall Rzeszów, ZSL Leżajsk/ Lotnik Wierzawice

Koszykówka mężczyzn
Orlen Basket Liga: Miasto Szkła Krosno
Bank Pekao 1 liga: Opteam Energia Polska Rzeszów, Solvera Sokół Łańcut
2 liga: AZS Jarosław, pempa Resovia Rzeszów, Niedźwiadki Przemyśl, STAL STALOWA WOLA

Piłka nożna kobiet
Orlen Ekstraliga: brak
Orlen 1 liga: Resovia Rzeszów
2 liga: Sokół Kolbuszowa Dolna

Piłka nożna mężczyzn
PKO Bank Polski Ekstraklasa: brak
Betclic 1 liga: Stal Rzeszów, Stal Mielec
Betclic 2 liga: Resovia, STAL STALOWA WOLA

Piłka ręczna kobiet
Orlen Superliga: brak
1 liga grupa C: JKS San Jarosław, SPR Handball Rzeszów
2 liga grupa 4: SPS Handball II Rzeszów

Piłka ręczna mężczyzn
Orlen Superliga: Handball Stal Mielec
1 liga grupa D: Orzeł Przeworsk, SPS NAKO Przemyśl
2 liga: brak

Siatkówka kobiet
Tauron Liga: Developres Rzeszów, ITA TOOLS Stal Mielec
1 liga: Karpaty-PANS Krosno
2 liga: Marba Sędziszów Małopolski, Paradiso Łańcut

Siatkówka mężczyzn
Plusliga: Asseco Resovia Rzeszów
1 liga: brak
2 liga 4 grupa: AKS AZS UR Rzeszów, Avia Solar Sędziszów Małopolski, Karpaty-PANS Krosno, Lubcza Racławówka, Wisłok Strzyżów.

Tenis stołowy kobiet
Ekstraklasa: KTS Enea Siarka Tarnobrzeg, PGE Fibrain AZS Politechnika Rzeszów
1 liga grupa południowa: LZS Kąkolówka AZS Politechnika II Rzeszów
2 liga – rozgrywki prowadzone przez związki wojewódzkie

Tenis stołowy mężczyzn
Lotto Superliga: brak
1 liga grupa południowa: GMKS Strzelec Frysztak, PGE Fibrain AZS Politechnika Rzeszów, Mats Rzeszów.
2 liga – rozgrywki prowadzone przez związki wojewódzkie

Żużel
PGE Ekstraliga: brak
Metalkas 2 Ekstraliga: Cellfast Wilki Krosno, Texom Stal Rzeszów

Po więcej aktualnych informacji zeskanuj Kod QR

eprasa.pl e5fc8145f0

Na dworze Królowej Sportu dzieje się dobrze!

O siedem medali mistrzostw Polski wzbogaciła się w lutym stalowowolska lekkoatletyka. Dwa były dziełem juniorów Katolickiego Klubu Lekkoatletycznego Stal, a pięć mastersów Stalowowolskiego Klubu Biegacza.

W Rzeszowie, w hali Uniwersyteckiego Centrum Lekkoatletycznego odbywały się PZLA Halowe Mistrzostwa Polski U18 i U20. Zgłosiło się aż 1398 zawodniczek i zawodników, którym towarzyszyło 382 trenerów. KKL Stal delegowała do stolicy województwa 21-osobową reprezentację.

W tym samym czasie w Kujawsko-Pomorskiej Arenie Toruń odbywały się 35. Halowe Mistrzostwa Polski Masters, w których zanotowano rekordową liczbę startujących – 144 kobiet i 356 mężczyzn. Pięciosobową reprezentację wystawił Stalowowolski Klub Biegacza. Wszyscy wrócili do domu z medalami!

Mateusz poszedł po „srebro"

W Rzeszowie już pierwszego dnia zawodów nasza ekipa miała powody do radości. Srebrny medal i tytuł wicemistrza Polski do lat 18 wywalczył w chodzie na 5000 m Mateusz Stępień.

Podopieczny trenera Jacka Łypa pokonał dystans w czasie 29:45,05, który jest jego nowym rekordem ży-



Fot. Anna Sojka

Medaliści z SKB Stalowa Wola, od lewej: Stanisław Łańcucki, Beata Orłowska, Małgorzata Siembida, Adam Szymański, Anna Sojka

eprasa.pl e5fc8145f0



Fot. KKL Stal Stalowa Wola

Najlepsze zawodniczki biegu na 200 m U 18, do lewej: Milena Basińska, Nina Baturo, Zofia Kozyra

ciowym. Mistrzostwo Polski wywalczył Kordian Krężel ze Stali Mielec (25:05,53), natomiast na najniższym stopniu podium stanął Oskar Jaworski z MUKS Płock (31:52,73).

W tym roku szybciej biegała Nina

Także trzeci dzień mistrzostw dostarczył Stali powodów do zadowolenia. W biegu na 200 m U18 mistrzostwa wywalczonego przed rokiem we Wrocławiu broniła Milena Basińska. W Rzeszowie zawodniczka trenera Mirosława Barszcza pobiegła szybciej niż przed rokiem, ale jeszcze szybciej biegała Nina Baturo z Olimpii Grudziądz. Obie poprawiły rekordy życiowe.

W eliminacjach Basińska uzyskała czas 24,93, a w finale 24,50. Baturo awansowała do niego z czasem 24,49, a w walce o medale uzyskała czas 24,40. Brązowy medal zdobyła Zofia Kozyra z AZS AWF Katowice – 25,22.

Przegrał o osiem setnych sekundy

O podium mistrzostw otarł się w biegu na 200 m U18 Antoni Siembida. W eliminacjach pobiegł w czasie 22,37, wygrał serię 4 i ustanowił rekord życiowy. W finale A uzyskał czas 22,40 i o 8 setnych sekundy przegrał walkę o „brąz" z Krystianem Siudą z OŚ AZS Poznań (22,32).

Mistrzostwo wywalczył Bartosz Pytlik z AML Słupsk (21,87), a wicemistrzem został Piotr Moskal z Podlasia Białystok (22,22). Obydwaj poprawili w tym biegu „życiówki".

Do „życiówki" nie doskoczył

W skoku wzwyż w kategorii U20 piąte miejsce zajął Bartłomiej Ziarno. Dwie pierwsze wysokości, 185 i 189 cm pokonał w pierwszych próbach. Poprzeczka powędrowała 4 cm wyżej, i tej wysokości naszemu skoczkowi już się nie udało pokonać. Przed rokiem w Rzeszowie Ziarno w tej samej hali skoczył 195 cm.

Ósme miejsce w biegu na 400 m U20 zajęła Julia Czarny. Wygrała 6 serię eliminacyjną czasem 57,93 i awansowała do finału B, w którym uzyskała drugi czas (57,92). Mistrzynią Polski została Anastazja Kus z KS AZS UWM Olsztyn (53,46).

Druga, trzecia i czwarty w finałach B

W pierwszej dziesiątce mistrzostw znalazło się jeszcze troje reprezentantów KKL Stal Stalowa Wola. Natalia Krupa zajęła 9. miejsce w biegu na 60 m U18 – była trzecia w finale B – i przy okazji ustanowiła rekord życiowy – 7,89.

eprasa.pl e5fc8145f0

Nikola Janiec została sklasyfikowana na 10. miejscu w biegu na 200 m U18. W eliminacjach, w serii drugiej zajęła drugie miejsce (25,78), a w finale B była piąta (26,12).

Również 10. miejsce i także w biegu na 200 m U18 zajął Mikołaj Kozłowski. W eliminacjach biegał w czasie 22,84, a w finale B był czwarty (23,05).

Pasja nie ma metryki

W Rzeszowie, w krajowym czempionacie walczyli juniorzy, a w Toruniu Mastersi, a więc amatorzy lekkiej atletyki, którzy ukończyli 35. rok życia. I były to mistrzostwa, które stały na bardzo wysokim poziomie sportowym – ustanowiono aż 15 halowych rekordów Polski.

Najstarszą zawodniczką mistrzostw była Janina Rosińska z Łodzi (ur. 3 kwietnia 1936 r.) – startowała w biegu na 60 m (czas 14,89) i 400 m (3:21,71), a najstarszym zawodnikiem, reprezentant gospodarzy Henryk Wierzchowski (ur. 6 listopada 1932 r.), który rywalizował w biegu na 60 m (19,95) i w skoku w dal (1,22).

Do końca ambitna walka o „złoto"

Świetnie w mieście Kopernika spisywała się dzielna załoga SKB Stalowa Wola. Na dobry początek Anna Sojka wywalczyła wicemistrzostwo Polski w chodzie na 3000 m w kategorii K-40.

Pani Ania do końca liczyła się w grze o „złoto", ostatecznie jednak musiał uznać wyższość Joanny Biernackiej z RK Athletics Warszawa, która ukończyła zawody w czasie 18:16,50. Chodziarka SKB uzyskała na mecie czas 18:24,56. Medal brązowy odebrała koleżanka klubowa zwyciężczyni – Marta Stawarczyk, czas 19:30,79.



Fot. KKL Stal Stalowa Wola

Mateusz Stępień ze swoim trenerem, Jackiem Łypem

Multimedaliści w gazie!

Dwa razy wchodzili na podium toruńskiej imprezy multimedaliści mistrzostw Polski halowych i na otwartym stadionie: Małgorzata Siembida i Stanisław Łańcucki.

Nauczycielka WF w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Jarocinie została mistrzynią kraju w biegu na 400 m w kategorii K-45. Pokonała ten dystans w czasie 1:15,57, wyprzedzając drugą na mecie Katarzynę Korniewicz-Kwintę z Kalisza o blisko 18 sekund (1:33,42). Drugi medal, brązowy, pani Małgorzata zdobyła w biegu na 1500 m (6:05,51). Mistrzostwo wywalczyła Iwona Kąs z Krakowa (5:47,04).

Zgodnie z tradycją, nie mógł wracać z mistrzostw Polski z niczym, ,Stanisław Łańcucki. Najbardziej utytułowany zawodnik SKB Stalowa Wola wybiegał „złoto" na 1500 m w kategorii wiekowej M-65 (5:34,86), a na 3000 m wywalczył wicemistrzostwo (11:41,82). Pierwsze miejsce zajął Grzegorz Kiełczewski z Wrocławia (11:26,51).

Brązowi medaliści

Kolejną medalistką mistrzostw Polski, reprezentującą SKB Stalowa Wola, jest Beata Orłowska, która zajęła trzecie miejsce kategorii K-55 w biegu na 400 m (1:01,40). Mistrzostwo wywalczyła Monika Jabłkowska z klubu Lemiesz Team Warszawa (1:10,26), a srebrną medalistką została Anna Maszorek-Szymala z Dynamic Łódź (1:16,25).

Z medalem wrócił z Torunia także Adam Szymański (M-75). W pierwszym swoim starcie zajął czwarte miejsce w biegu na 3000 m (16:53,82) – mistrzem Polski w tej kategori wiekowej został Janusz Rozum z Warszawy (13:14,83) – a w biegu na 1500 m wywalczył „brąz" (8:36,68) – pierwszy był Tadeusz Dziekoński z Białegostoku (5:50,68). ■

eprasa.pl e5fc8145f0

50 lat temu w sporcie stalowowolskim

Pół wieku temu Stalowa Wola miała własny rytm, a wyznaczał go... sport. Stadiony, hale, pływalnia i lotnisko pulsowały energią, a nazwę miasta odmieniano przez wszystkie przypadki na arenach sportowych całego kraju. W latach 70. Stalowa Wola nie kibicowała sportowi – ona nim żyła. To był czas, gdy sport jednoczył pokolenia, budował prestiż i nadawał miastu rangę sportowej potęgi.

Bokser, tenisista, szybownik

W 6. edycji Plebiscytu na Najpopularniejszego Sportowca Stalowej Woli, organizowanego przez redakcję „Socjalistycznego Tempa", w roku 1975 najważniejsze głosy należały nie do Czytelników, lecz do... kolektywów poszczególnych 69 wydziałów i działów Huty Stalowa Wola.

To one zadecydowały, że Najpopularniejszym Sportowcem za rok 1975 został bokser Stali, Lucjan Trela. Miejsce drugie zajął tenisista Włodzimierz Pikulski, a trzecie szybownik Aeroklubu Stalowowolskiego, Henryk Poźniak. Na kolejnych miejscach znaleźli się: 4. boser Roman Gotfryd, 5. piłkarz Kazimierz Goleń, 6. szybownik Stanisław Kluk, 7. koszykarka Anna Ilnicka, 8. bokser Henryk Janowski, 9. piłkarz Stanisław Karaś, 10. koszykarz Janusz Pracoń.

Siedem trafień Stanisława Karasia

Drugoligowa Stal Stalowa Wola odniosła dwa wysokie zwycięstwa w sparingach ze Stalą Rzeszów i Karpatami Krosno. Imienniczkę ze stolicy województwa pokonała 14:0 (6:0). Pięć razy wpisywał się na listę strzelców Stanisław Karaś, po cztery gole strzelili: Zbigniew Żelichowski i Lesław Szarek, a jedno „dorzucił" Andrzej Górka. Spotkanie z Karpatami rozgrywane w Krośnie zakończyło się zwycięstwem naszej drużyny 5:1 (2:0). Bramki: Stanisław Karaś – 2, Bogusław Szopa – 2 i Kazimierz Goleń.



Fot. archiwum „Sztafety" (4)

Janusz Baran (ur. 16 stycznia 1957), wychowanek Stali Stalowa Wola, następnie piłkarz Legii Warszawa, Royal Francs Borains, SC Elouges, APIA Leichhardt Tigers, Maribyrnong Polonia, jeden nraz wystąpił w reprezentacji Polski

Po tych meczach 21-osobowa kadra Stali (trenerzy: Skowronek, Leś) wyjechała na obóz przygotowawczy do Tarnowa. W składzie znalazło się 4 nowych piłkarzy: Roman Trzuskot. Bogusław Szopa, Tadeusz Majka, Jerzy Bryła.

Zabrakło natomiast Janusza Barana, który przebywał z młodzieżową reprezentacją Polski w Iranie.

Twierdza przy Hutniczej niezdobyta

Cztery zwycięstwa na swoim parkiecie w hali przy ul. Hutniczej odniosły drugoligowe koszykarki i drugoligowi koszykarze Stali Stalowa Wola.

„Stalówki" pokonały AZS Kraków 73:59 (33:30) i 57:55 (32:34). Punkty: Anna Ilnicka 28, Teresa Gierlotka 28, Małgorzata Zarzycka 27, Elzbieta Ząbkowska 17, Maria Pyzara 12, Grażyna Morawska 10, Iwona Borciuch 8. Ponadto występowały w Stali: Maria Michalak, Barbara Wilk, Danuta Bubułka. Trenerem był Ryszard Ząbkowski.



Trener Ryszard Ząbkowski i jedna z najlepszych koszykarek Stali w latach 70., jego małżonka, Elżbieta Ząbkowska

eprasa.pl e5fc8145f0

W tym samym czasie koszykarze Stali podejmowali Tęczę Kielce, i poszli w ślady koleżanek, także odnosząc dwa zwycięstwa: 74:67 (30:27) i 67:55 (39:31). Punkty dla naszego zespołu zdobyli: Adam Dudek 44, Janusz Pracoń 24, Bronisław Dziedzic 23, Zbigniew Najda 20, Antoni Piętka 17, Zenon Łabuda 8, Arkadiusz Derwisz.

Ponadto grali w tamtym czasie w Stali: Henryk Jarosz, Jerzy Szambelan, Mieczysław Kijanka, Jan Dąbrowski, Edward Łuszcz, Piotr Dróżdż. Trenerem był Włodzimierz Atamański.

ZKS Stal zwycięzcą konkursu „Klub sportowy – załodze"

Zakładowy Klub Sportowy „Stal" Stalowa Wola został triumfatorem ogólnopolskiego konkursu pod hasłem „Klub sportowy – załodze", którego organizatorem była Związkowa Rada Kultury Fizycznej i Turystyki CRZZ, redakcja Programów Sportowych i Turystycznych TVP oraz redakcja „Przeglądu Sportowego".

„W rywalizacji uczestniczyło 305 klubów. W ciągu całego ubiegłego roku zorganizowały one 8600 imprez, w których wzięło udział ponad milion osób. Natomiast wartość czynów społecznych wykonanych w obiektach sportowych wyniosła 23 miliony złotych" – pisało w 1976 roku „Socjalistyczne Tempo".

Kolejne miejsca zajęły: RKS „Stal" Mielec, KKS „Błękitni" Stargard Szczeciński, KS „Soła" Oświęcim, RKS „Sparta" Nowa Huta oraz KS „Astoria" Bydgoszcz.

Uroczystość wręczenia konkursowych trofeów, ktorymi były puchar i nagroda finansowa w wysokości 200 tys. zł, odbyła się w siedzibie Centralnej Rady Związków Zawodowych. ZKS Stal reprezentował prezes Stanisław Majewski, wiceprezes Jerzy Zajdel i wiceprzewodniczący Rady Zakładowej Związku Zawodowego Hutników, Władysław Jaskiewicz.



Wiceprezes ZKS Stal Stalowa Wola, Jerzy Zajdel (z lewej) i prezes klubu, Aleksander Drzymała



W maju 1976 r. Henryk Janowski zdobył mistrzostwo Polski w wadze średniej. W finałowej walce pokonał Ryszarda Pasiewicza z Gwardii Łódź

Gotfryd i bracia Janowscy w kadrze olimpijskiej

W Cetniewie, na zgrupowaniu kadry narodowej w boksie przygotowującej się do igrzysk Olimpijskich w Montrealu 1976 r., przebywała trójka pięściarzy Stali Stalowa Wola: bracia Henryk Janowski (waga średnia) i Janusz Janowski (waga lekkopółśrednia) oraz Roman Gotfryd (waga piórkowa). W sztabie szkoleniowym znalazł się trener Stali, Ludwik Algierd.

Pod ich nieobecność Stal przegrała spotkanie ligowe z Gwardią w Białymstoku 9:11. Zwycięstwa odnieśli: Maczuga, Latawiec, Tyksiński, Wydra. Remisem zakończył swój pojedynek Rżany.

Początkiem marca 1976 r. Henryk Janowski, broniąc barw reprezentacji Centralnej Rady Związków Zawodowych, uczestniczył w „Turnieju Bokserskich Asów". Dwa pojedynki wygrał: z Markiem Guzielakiem (Gwardia Warszawa) i Edwardem Zaborowski (Zawisza Bydgoszcz/MON), a jeden przegrał, z Markiem Łuszczyńskim (Stoczniowiec Gdańsk). ■

Po więcej aktualnych informacji ze sportu zeskanuj Kod QR

eprasa.pl e5fc8145f0

Kancelaria Podatkowo-Prawna
Studio Podatki Sp. z o.o.

STUDIO PODATKI

- usługi księgowo-kadrowe
- doradztwo podatkowo-prawne
- usługi finansowe

ul. Hutnicza 10, 37-450 Stalowa Wola,
tel. 519-055-835, www.studiopodatki.pl

Dr hab. med. **Andrzej Pluta**
HEMATOLOG
rejestracja:
516-572-556
Stalowa Wola,
ul. Skoczyńskiego 20/2
www.drpluta.pl
przyjęcia:
2, 16 oraz 30 marca

Kompleksowe wykończenia wnętrz. Płytki. Malowanie. Elektryka. Hydraulika; 600-555-633

Wykończenia od A do Z: płytki, malowanie, karton-gips, szpachlowanie, tapetowanie, panele, itp; **500-323-869**

ALBRUK. Kostka brukowa. Układanie: parkingi, chodniki, płyty odbojowe, tarasy; 603-691-564

Biuro reklamy i ogłoszeń „Sztafeta"; 15 810 94 00



„Złota rączka". Usługi remontowe: płytki, szpachlowanie, elektryka, hydraulika; 504-233-235

Malowanie dachów i elewacji. Mycie. Czyszczenie. Długoletnie doświadczenie. Wycena gratis + gwarancja, tel. 786-344-700

Kupię: dom do remontu. Gospodarstwo. Pole. Las. Nieużytek. Łąkę. Staw. Zarzecze. Nisko. Powiat: stalowowolski, niżański. 510-534-737

radio leliwa
Stalowa Wola 93,5 FM

TWOJA REKLAMA która dociera do **TYSIĘCY** ludzi przebywających codziennie w okolicach Hali Targowej
13
RADIOWĘZEŁ
radiowezel.stw@gmail.com • tel. +48 695 198 028

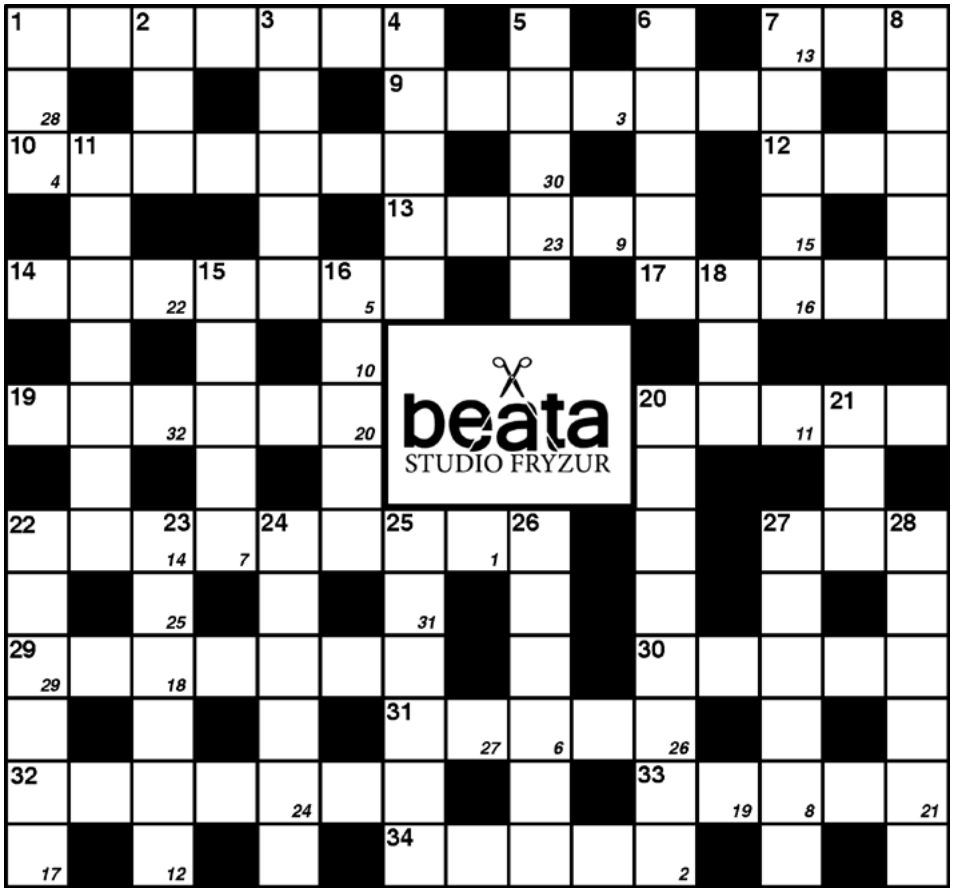
Na portalu sztafeta.pl możesz zamieścić kondolencje online – eleganckie, taktowne, przygotowane i dostosowane do Twoich potrzeb.

zeskanuj kod i dowiedz się więcej

Dodaj bezpłatne ogłoszenie na www.sztafeta.pl

eprasa.pl e5fc8145f0

Krzyżówka rodzinna



KUPON 3/2026

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 32 utworzą hasło, myśl Stanisława Jerzego Leca, stanowiące rozwiązanie zadania. Odpowiedzi prosimy przesłać do **17 marca** na kartach pocztowych z naklejonym kuponem, na adres redakcji: 37-450 Stalowa Wola, Al. Jana Pawła II 25A/1010. Spośród nadesłanych prawidłowych odpowiedzi, redakcyjne jury wybierze laureata nagrody ufundowanej przez **Studio Fryzur Beata Bazylewicz, ul. KEN 13 w Stalowej Woli, tel. 15 844 42 07.**

Poziomo: 11 – z bacą i juhasami na hali, 7 – żelazowiec o l.a. 76, 9 – np. badawczo-rozwojowy, 10 – wierszowana zagadka, 12 – głos zwierza, 13 – krecia robota, 14 – i Jowisz, i Mars, 17 – wieńczy pierś, 19 – na zawsze z Wigurą, 20 – pisarka jak garnek, 22 – hulaka, łobuziak, 27 – krętorogi jak pytanie, 29 – on jeden, ich dwie, po ślubie, 30 – w hinduizmie ośrodek energetyczny w ciele, 31 – nerwica, depresja, zmartwienie po nowemu, 32 – element samochodu, 33 – między paleocenem a oligocenem, 34 – badanie, kontrola, też po nowemu.

Pionowo: 1 – śpiewający drozdowaty, 2 – pramatka, 3 – Francis – i korsarz, i sir, 4 – rzeka z doliną i zamkami, 5 – groźna broń w rękach Dawida, 6 – u Niemena był domek bez niego, 7 – i Błyskawica, i Burza, i Orzeł, 8 – małpa wąskonosa, 11 – naprawiana na kopycie, 15 – parzysty organ człowieka, 16 – klub piłkarski z Gorzyc, 18 – Brzyd-, 20 – w liczbach rzymskich to DC, 21 – największa ropucha, 22 – miasto między Rudą Śląską a Gliwicami, 23 – róg, 24 – rzadkie imię męskie – solenizant z 11 grudnia, 25 – przedmiot biznesu między Rosją i USA z 1867 roku, 26 – imię wynalazcy dynamitu, 27 – duże miasto nad Leną, 28 – może być mlekiem i miodem płynąca.

Rozwiązanie krzyżówki rodzinnej z numeru 2 miesięcznika: Obniżył lot i znalazł się na Parnasie. Nagrodę ufundowaną przez **Gabinet Kosmetyki Estetycznej Sara** wygrała **Władysława Krystyna Zięba z Bąkowa**. Gratulujemy. Prosimy o kontakt z redakcją. Nagroda jest do odebrania w „Sztafecie" do 20 marca. ■

Ale KINO

Pojedynek

(dramat, Irlandia, Polska, Ukraina, 2026)

Jest rok 1939. Świat pogrąża się w chaosie. Tysiące wybitnych Polaków trafiają do rosyjskiej niewoli, gdzie poddawani są indoktrynacji, będącej częścią wielkiego planu. Ambitny agent wroga stawia sobie za punkt honoru złamanie oporu jednego z nich. To młody pianista światowej sławy, cieszący się szacunkiem współosadzonych. Jego kapitulacja może skutkować przejściem wielu innych na stronę przeciwnika. Rozpoczyna się podstępna gra, pełna manipulacji, gróźb i obietnic. Każdy z więźniów zmuszony jest dokonać dramatycznego wyboru, z którym będzie musiał żyć lub umrzeć. Nieświadomi swojej roli, z utęsknieniem czekają na moment wyzwolenia, który może być ich zgubą. Towarzysze broni podejmą próbę śmiertelnie ryzykownej ucieczki czy zdadzą się na łaskę wroga? Czasu jest coraz mniej, bo swój ostateczny ruch może wykonać on w każdej chwili.

Król dopalaczy

(akcja, Polska, 2026)

Historia sukcesu, który wymknął się spod kontroli. Nagła sława, piękne kobiety, szybkie samochody, niekończąca się impreza, konfrontacje z gangsterami i układy na najwyższych szczeblach władzy – to nowy świat naszego bohatera, w którym granica między legalnym a zakazanym jest tak cienka jak kreska na lustrze. Kiedy pojawia się policjant, którego nie da się kupić, zaczyna się gra o wszystko. Czy Dawidowi uda się zatrzymać, zanim będzie za późno?

HELIOS

Do rozdania mamy wejściówki do kina **Helios w Stalowej Woli**. Aby otrzymać wejściówkę, zadzwoń na nr tel. 530-530-598, w godz. **12.00–12.05 19 marca**. Przygotuj aktualny egzemplarz miesięcznika, ponieważ pytanie od redakcji zostanie zadane na jego podstawie.

eprasa.pl e5fc8145f0

FRASZKI
Stanisław J. Chudy

W głowie aforysty
Jedna idea tu się ziści
Jak z szarych komórek
Wycisnąć złote myśli

O przechodniości programu SAFE
Świetne mamy tu wyniki
Spod buta niemieckiego
Pod trepa z Ameryki

Zima w pozornym odwrocie
Śniegi stopniały
Bałwany zostały

AFORYZMY
Marian T. Karaś

Rozwiązane języki krępują skuteczniej
Niż zawiązane pęta

O wiele łatwiej wznieść się nad
Cudzą wielkość niż nad własną małość

Krowa nie zmienia poglądów
Bo nie zna się na pieniądzach



Rysunek: Grzegorz Pepaś

HOROSKOP



Baran (21.03 – 20.04)
Romantyczny nastrój przeszkodzi Ci w obowiązkach zawodowych. Musisz zejść z obłoków, bo w firmie wzmożony ruch. Warto podjąć wysiłek, już niedługo czeka Cię podwyżka lub awans.



Byk (21.04 – 21.05)
Miesiąc konfliktów w najbliższym otoczeniu. W pracy zmiany i wiele nowych obowiązków. Uspokoi się pod koniec miesiąca. Zainteresuj się sprawami rodzinnymi i domowymi. Zadbaj o kondycję fizyczną.



Bliźnięta (22.05 – 20.06)
Ostatnio jesteś nerwowy i impulsywny. Jeżeli zaczniesz kontrolować emocje, unikniesz kłopotów. W pracy nie forsuj na siłę swoich pomysłów, pochwal czasami szefa, nie nadszedł jeszcze czas na ostateczne rozstrzygnięcia.



Rak (21.06 – 22.07)
Nadchodzą lepsze dni. W pracy wszystko ułoży się po Twojej myśli, konto wzbogaci się o okrągłą sumkę. Nie oszczędzaj czasu ani pieniędzy na kontakty towarzyskie. Pomyślisz o krótkiej podróży.

Rysunki: Grzegorz Pepaś



Lew (23.07 – 22.08)
Weź krótki urlop i wyjedź – najlepiej do rodziny. Myślisz, że jesteś niezastąpiony? Nie doceniasz współpracowników i bliskich. A im również przyda się odpoczynek od Twojego złego nastroju.



Panna (23.08 – 22.09)
Jeżeli ostatnio wziąłeś na siebie zbyt wiele obowiązków, teraz może się to odbić na Twoim zdrowiu i samopoczuciu. Jeżeli nie możesz nigdzie wyjechać, ogranicz się do najważniejszych zajęć, a resztę czasu poświęć na przyjemności.



Waga (23.09 – 22.10)
Idź do przodu, stać Cię na więcej. Denerwuje Cię brak zmian? Nadszedł czas, gdy możesz rozwinąć skrzydła. Wpadniesz na genialny pomysł, który wprawi w zdumienie nawet szefa. Jego realizacja przyniesie Ci pieniądze.



Skorpion (23.10 – 21.11)
Niecierpliwi Cię sytuacja w pracy. Niesłusznie – martwy okres minie i nie będziesz narzekać na brak pozytywnych wrażeń. Nabierz dystansu wobec znajomych.



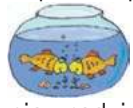
Strzelec (22.11 – 20.12)
Dobra pora na zawieranie nowych znajomości. Nie unikaj obowiązków zawodowych, bo współpracownicy mogą ogłosić strajk i stracisz dobrą opinię u szefa. W domu spokojnie.



Koziorożec (21.12 – 19.01)
Warto zająć się teraz karierą zawodową, pomysły pojawią się same. Unikaj pochlebców i ludzi interesownych. O ewentualną pomoc zwróć się do wypróbowanych przyjaciół.



Wodnik (20.01 – 19.02)
Nie oglądaj się za siebie. Ostrożność nie będzie wskazana. Możesz nawet postawić wszystko na jedną kartę, bo na pewno wygrasz. W domu też wspaniały okres. Dopisze Ci poczucie humoru.



Ryby (20.02 – 20.03)
W swoje plany wtajemnicz rodzinę. Rozmowa będzie łatwiejsza, niż przypuszczasz. Wbrew oczekiwaniom poprawią się finanse. Temperatura uczuć w związku znacznie się podniesie, a samotne Ryby nie będą narzekać na brak powodzenia.

eprasa.pl e5fc8145f0

REKLAMA



Przeglądy samochodowe w Stalowej Woli

Jako okręgowa stacja kontroli pojazdów wykonujemy okresowe badania techniczne wszystkich pojazdów:

- ✔ motocykli
- ✔ samochodów osobowych i ciężarowych
- ✔ autobusów
- ✔ ciągników rolniczych,
- ✔ pojazdów uprzywilejowanych
- ✔ taksówek

Wykonujemy kontrole pojazdów

- ✔ pojazdów sprowadzonych z zagranicy
- ✔ pojazdów wycofanych z ruchu drogowego i zgłoszonych do ponownej rejestracji
- ✔ pojazdów zabytkowych
- ✔ pojazdów z instalacją gazową,
- ✔ pojazdów przewożących materiały niebezpieczne
- ✔ pojazdów uczestniczących w kolizji wypadku drogowym
- ✔ pojazdów przystosowanych do ciągnięcia przyczepy
- ✔ pojazdów z zatrzymanym przez policję dowodem rejestracyjnym
- ✔ pojazdów, w których dokonano zmian konstrukcyjnych,
- ✔ pojazdów po wymianie podwozia (ramy),
- ✔ pojazdów przeznaczonych do nauki jazdy,
- ✔ sprawdzanie mechanizmów i zespołów w pojeździe: amortyzatory, toksyczność spalin, światła itd.

poniedziałek – piątek: 7.00–20.00, soboty: 7.00–15.00

Stacja paliw i profesjonalna myjnia dla samochodów i tirów



Oferujemy najwyższej jakości paliwa. Dostępne u nas benzyny bezołowiowe, oleje napędowe i LPG odpowiadają w pełni wymaganiom norm europejskich. Paliwa dostarcza nam PKN Orlen. Nasza myjnia przystosowana jest do obsługi każdego rodzaju pojazdów. Od aut osobowych po pojazdy specjalistyczne, w szczególności TIR-y.

AutoSzwedo
Centrum Motoryzacyjne

ul. Przemysłowa 4
37-450 Stalowa Wola

T/F: (15) 642 64 83
K: +48 668 648 406
E: biuro@autoszwedo.pl

eprasa.pl e5fc8145f0