DZIŚ STRONA ZDROWIA

ANDROPAUZA U MĘŻCZYZN – OBJAWY

JAK PRZEBIEGA, WIEK WYSTĘPOWANIA I MOŻLIWE WYZWANIA

Nr ISSN 2353-6195
Nr indeksu 350-079

www.dziennikzachodni.pl

Nr 251 (24 703) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 28.10.2026

81 *lat*

DZIENNIK ZACHODNI

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Służba zdrowia

Aż 165 mln zł na tworzenie nowego szpitala na Śląsku

Dwa szpitale w Bytomiu zostaną połączone. Mają na tym zyskać pacjenci, ale także personel obu placówek

– Str. 3

Na wokandzie

Śmiertelny wypadek pod Myszkowem. Jest wyrok

Pięć lat i miesiąc więzienia – taki wyrok usłyszał Jakub N. za śmiertelny wypadek w Starej Hucie, w którym zginął 33-letni pasażer

– Str. 4

Bielsko-Biała stawia na autobusy wodorowe. Miejski Zakład Komunikacyjny podpisał kolejną umowę

– Str. 4

Spektakularna metamorfoza. Dworzec w Dąbrowie Górniczej Ząbkowicach znów będzie służył pasażerom

– Str. 5



FOT. D. NOWAK UM DG

Będą miejsca pracy

Jelcz i Rosomak rozwijają produkcję na potrzeby wojska w dawnym Rafako

Arkadiusz Biernat

W dawnym Rafako w Raciborzu, gdzie jeszcze niedawno produkowano urządzenia dla energetyki, powstaje zaplecze dla polskiej armii. Jelcz i Rosomak otrzymają wsparcie z Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej, które ma przyspieszyć rozwój produkcji wojskowych ciężarówek i transporterów opancerzonych.

Jelcz rozwijający produkcję na terenie dawnego Rafako w Raciborzu i Rosomak z Siemianowic Śląskich, który także zamierza produkować w raciborskim zakładzie, otrzymają wsparcie z Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej. Chodzi o zwolnienie z podatku CIT.

KSSE w ramach Polskiej Strefy Inwestycji może udzielić pomocy publicznej w formie zwolnień podatkowych jako wsparcie w związku z ponoszonymi nakładami inwestycyjnymi i tworzeniem nowych miejsc pracy.

Szczegóły dotyczące wsparcia dla Jelcza i Rosomaka mają zostać ogłoszone jeszcze w tym tygodniu.

Jelcz rozwija produkcję w Raciborzu, gdzie przez dekady funkcjonowało Rafako – dawniej produkujące dla sektora energetycznego. Spółka uzyskała w czerwcu 2026 r. tytuł prawny do części aktywów wchodzących w skład masy upadłości Rafako. Zawarta umowa inwestycyjna pomiędzy PGZ a Jelczem na kwotę 756 mln zł zakłada uruchomienie produkcji na poziomie nawet tysiąca pojazdów rocznie do 2028 roku. Pieniądze są przeznaczone m.in. na odkupienie infrastruktury i hal od syndyka dawnego Rafako i przygotowanie produkcji.



FOT. IRENEUSZ STAJER

W halach po Rafako ma być produkowany Jelcz. Pojazd ma szerokie zastosowanie w Wojsku Polskim

Obecnie spółka realizuje działania mające na celu dostosowanie dzierżawionych hal produkcyjnych do wymogów planowanej działalności operacyjnej. Równolegle rozpoczęto proces rekrutacji pierwszej grupy pracowników przewidzianych do zatrudnienia w oddziale Jelcz Sp. z o.o. w Raciborzu.

Jelcz w Raciborzu ma produkować duże platformy, które są wykorzystywane w wojsku na potrzeby radarów, ochrony przeciwlotniczej i wielu innych funkcji. Pojazd ma szerokie zastosowanie w armii.

Zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami, pierwsze pojazdy Jelcza z linii mają wyjechać do końca 2026 roku. Docelowo na miejscu dawnego Rafako znajdzie zatrudnienie nawet 500 ludzi, o czym – kilka miesięcy temu – mówił na konferencji prasowej Andrzej Kopeć, prezes RFK Sp. z o.o.

Potrzebni będą fachowcy z zakresu obróbki metali, ale także monterzy, elektromonterzy, mechanicy. Branżę energetyczną całkowicie zastępuje automotive. Oferty pracy publikowane są na stronie PGZ.

Jelcz poddzierżawi jedną z hal innej spółce PGZ – Rosomakowi, która produkuje kołowe transportery opancerzone o tej samej nazwie w Siemianowicach Śląskich. W połowie lipca poinformowano o podpisanej umowie. W sumie w halach po Rafako mają być realizowane trzy duże projekty.

Pierwszy zakłada produkcję specjalistycznych podwozi Jelcza dla Sił Zbrojnych RP w trzech halach. Drugi zakłada stworzenie linii spawalniczej dla produkcji kołowych transporterów opancerzonych Rosomak. KTO to bardzo popularne wozy w Wojsku Polskim. Rosomak budowany jest w układzie 8x8. Powstaje w wersji podstawowej, bojowej (z wieżą ZSSW 30 lub Hitfist), rozpoznania, dowodzenia, ewakuacji medycznej, jako wsparcie ogniowe czy transport moździerza.

Trzeci dotyczy programu San, czyli stworzenia przestrzeni do realizacji projektu związanego z ochroną antydronową. Wszystkie związane są m.in. ze zwiększoną liczbą zamówień w ramach unijnego programu SAFE.

To kolejna w ostatnich miesiącach decyzja KSSE dotycząca sektora obronnego. W sierpniu specjalna strefa przyznała wsparcie spółce Nitroerg, która dzięki zwolnieniu z podatku dochodowego może uzyskać pomoc publiczną o wartości nawet 130 mln zł w związku z budową nowego zakładu produkcji pentrytu i heksogenu w Krupskim Młynie. Wartość tamtej inwestycji szacowana była na około 300 mln zł. Pentryt i heksogen to produkty podwójnego zastosowania. Mogą być wykorzystywane zarówno do celów cywilnych, jak i wojskowych.

Zapowiadana inwestycja „to jeden z kluczowych projektów w sektorze obronności i podwójnego zastosowania ważnych z punktu widzenia rozwoju przemysłu województwa śląskiego, a jednocześnie jeden z największych obecnie projektów realizowanych przez KSSE". Działanie to wpisuje się w założenia strategii transformacji województwa śląskiego wskazanej w raporcie „Śląskie na froncie przemian: potencjał regionu w sektorze obronnym", gdzie przemysł zbrojeniowy może wypełnić część luki po odchodzącym przemyśle ciężkim związanym z wydobyciem węgla.

eprasa.pl ec09358b39

POLECAMY

JUTRO: Emerytura lub renta po śmierci bliskiego. Kiedy można zatrzymać pieniądze

28.10.2026
Środa

Dziś imieniny: Szymon, Tadeusz, Anastazja, Ksymena
Telefon alarmowy: 112

DZIENNIK ZACHODNI

Redaktor naczelny
Marcin Zasada
Z-ca redaktora naczelnego
Bartłomiej Romanek
Wydawcy Agata Markowicz, Marlena Polok-Kin, Katarzyna Wiśniewska-Lewicka

www.dziennikzachodni.pl

Polska Press
Makroregion Śląsk, Łódź
Redakcja ul. Baczyńskiego 25a, 41-203 Sosnowiec
tel. 32 634 21 00
redakcja@dz.com.pl
Prezes Makroregionu
Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor reklamy
Anna Gałuszka
Biuro reklamy oddziału
tel. 502499257
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia, 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

MŁODY TALENT

Bytomianin zachwycił w „Szansie na sukces”

Katarzyna Stacherczak

Szymon Paruzel, uczeń Technikum nr 4 w Bytomiu, wygrał odcinek programu „Szansa na sukces”. Młody wokalista zachwycił wykonaniem przeboju „Do zakochania jeden krok” z repertuaru Andrzeja Dąbrowskiego i awansował do finału talent show.



FOT. UM BYTOM

Szymon Paruzel podbił swoim występem serca jury

Emisja tego bardzo popularnego programu odbyła się w niedzielę, 25 października, na antenie TVP2.

Młody wokalista zaprezentował utwór „Do zakochania jeden krok” z repertuaru znakomitego piosenkarza, perkusisty jazzowego, a także kompozytora Andrzeja Dąbrowskiego, który był gościem specjalnym odcinka.

Wykonanie Szymona zostało najwyżej ocenione przez jury i to zapewniło mu zwycięstwo. Wygrana oznacza dla Bytomianina awans do wielkiego finału programu. Stawką będzie możliwość występu podczas koncertu „Debiuty” na Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu.

Szymon Paruzel od lat rozwija swoją muzyczną pasję. Śpiewał między innymi w Zespole Wokalnym Opery Śląskiej oraz Chórze Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach.

– Występ w odcinku z Andrzejem Dąbrowskim i wygrana były wyjątkowym przeżyciem. Cieszę się, że mogłem reprezentować Bytom i podzielić się swoją pasją z widzami w całej Polsce – podkreśla Szymon Paruzel.

O tym, czy młody wokalista wystąpi na opolskiej scenie, widzowie przekonają się 22 listopada, kiedy wyemitowany zostanie finał programu „Szansa na sukces”.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Dziennik Zachodni”

tel. 32 555 02 05
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikzachodni.pl

POGODA

dziś
13°C/1°C

jutro
11°C/2°C

KONCERT

Zjawiskowa Nicole Scherzinger, gwiazda muzyki pop, zaśpiewa w Gliwicach

Julia Muc

Gwiazda The Pussycat Dolls i laureatka prestiżowej nagrody Tony przyjedzie na Śląsk. W programie koncertu znalazły się utwory, które przed laty podbijały listy przebojów, ale nie tylko. Bilety są już w sprzedaży.



FOT. INSTAGRAM/NICOLESCHERZINGER

Nicole Scherzinger, gwiazda The Pussycat Dolls, wystąpi na Śląsku w walentyniki 2027 r. Koncert odbędzie się w PreZero Arenie Gliwice

Nicole Scherzinger, amerykańska wokalistka znana z zespołu The Pussycat Dolls, wystąpi w walentynki 14 lutego 2027 roku w PreZero Arenie Gliwice. Koncert zaplanowano na godz. 20.00.

Dla fanów popu z lat 2000. będzie to okazja do usłyszenia na żywo piosenek, które przez lata regularnie gościły w radiu i muzycznych telewizjach. Wśród zapowiedzianych utworów znalazły się „Don’t Cha”, „Buttons” i „When I Grow Up”, czyli największe przeboje The Pussycat Dolls. Organizatorzy zapowiadają również solowy repertuar Nicole Scherzinger. W Gliwicach mają zabrzmieć m.in. „Don’t Hold Your Breath”, „Poison” i „Baby Love”.

Nicole Scherzinger zdobyła międzynarodową popularność jako wokalistka The Pussycat Dolls. Grupa odniosła ogromny sukces w połowie pierwszej dekady XXI wieku za sprawą albumu „PCD”, z którego pochodzą m.in. „Don’t Cha”, „Stickwitu” i „Buttons”. Po sukcesach zespołu Scherzinger rozwijała karierę solową, wydając takie utwory jak „Poison” czy „Don’t Hold Your Breath”.

Przez lata jej nazwisko pojawiało się również w mediach sportowych i plotkarskich za sprawą związku z Lewisem Hamiltonem, siedmiokrotnym mistrzem świata Formuły 1. W ostatnich latach wokalistka przypomniała o sobie za sprawą kariery teatralnej. W 2025 r. zdobyła nagrodę Tony dla najlepszej aktorki pierwszoplanowej w musicalu za rolę Normy Desmond w broadwayowskiej inscenizacji „Sunset Blvd”.

Bilety na koncert w Gliwicach są dostępne za pośrednictwem serwisu mojbilet.eu. W sprzedaży znajdują się wejściówki na płytę i miejsca na trybunach. Dostępna jest także opcja Early Entrance, umożliwiająca wcześniejsze wejście na teren koncertu.

KALENDARIUM

1886

Prezydent USA Grover Cleveland oficjalnie odsłonił w Nowym Jorku Statuę Wolności – dar narodu francuskiego dla narodu amerykańskiego.

1924

W podziemiach warszawskiej katedry św. Jana pochowano sprowadzone ze Szwajcarii prochy H. Sienkiewicza, zmarłego tam w 1916 r. w Vevey.

1975

Krystian Zimerman, wtedy absolwent Liceum Muzycznego w Katowicach, wygrał IX Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina.

2024

Zmarła Elżbieta Zajęcówna, aktorka, wokalistka, prezenterka, znana m.in. z filmów „Vabank”, „Vabank II”, „Seksmisja”, serialu „Matki, żony i kochanki”. **JJ**

DYŻURNY DZ

facebook.pl/dziennikzachodni.pl
mail: i.stajer@dz.com.pl

Dzisiaj w godz. 7.00- 15.00 jestem reporterem dyżurnym. Będę się starał odpowiadać na wszystkie interesujące Państwa kwestie.



IRENEUSZ STAJER
513585782

eprasa.pl ec09358b39

KATOWICE

Katowicki kongres MSP. Przedsiębiorcy potrzebują racjonalności

Jacek Drost

Przedsiębiorcy w Europie potrzebują racjonalności gospodarczej - mówił wczoraj prezes Regionalnej Izby Gospodarczej w Katowicach Tomasz Zjawiony na Europejskim Kongresie Małych i Średnich Przedsiębiorstw.

Jak zaznaczył Zjawiony, otwierając w Katowicach 16. edycję wydarzenia, jest ono okazją do rozmowy, w jaki sposób działa obecnie biznes w kraju i w Europie. Zaakcentował, że dobrobyt nie powstaje dzięki politycznym deklaracjom, lecz dzięki pracy, inwestycjom, produkcji i odwadze przedsiębiorców.

Prezes RIG ocenił, że główne pytaniem 16. EKMŚP powinno brzmieć: dokąd zmierza europejska gospodarka i jak dotyczące jej decyzje wpływają na budowanie konkurencyjności biznesu. Zastrzegł, że to też pytanie o miejsca pracy, o bezpieczeństwo i poziom życia obywateli. Wyliczył, że w Unii Europejskiej działa ok. 34 mln przedsiębiorców (z czego w Polsce 2,37 mln), zatrudniających blisko 165 mln osób, czyli ok. 83 proc. pracujących obywateli.

- Mimo to mam wrażenie, że w procesie tworzenia otoczenia prawnego przedsiębiorca nie jest traktowany jako partner, lecz bardziej jako podmiot, który powinien przede wszystkim wypełniać kolejne narzucone obowiązki. Dlatego uważam, że jeżeli politycy oczekują od przedsiębiorców odpowiedzialności, tak samo przedsiębiorcy mają prawo oczekiwać takiej samej odpowiedzialności od polityków - wskazał.

Akcentując, że to prawo powinno służyć gospodarce, a nie gospodarka dostosowywaniu się do prawa, szef katowickiej RIG zaznaczył, że największym zagrożeniem dla Europy jest nie tyle tańsza produkcja w Chinach czy USA, ile sytuacja, w której Europa sama tworzy warunki powodujące, że kapitał, technologie i inwestycje zaczynają stopniowo opuszczać ten kontynent.

– Dlatego potrzebujemy odwagi politycznej, odpowiedzialności gospodarczej, prawdziwego dialogu z przedsiębiorcami - podkreślił prezes Zjawiony.

Oprac. za PAP

BYTOM

Aż 165 milionów złotych na nowy szpital na Śląsku

Paweł Pawlik

Dwa szpitale w Bytomiu zostaną połączone. Za ponad 165 mln zł powstanie nowy gmach Regionalnego Szpitala Specjalistycznego.

W Bytomiu działają dziś trzy szpitale, jeden miejski i dwa wojewódzkie. Na początku października sejmik śląski przyjął projekt uchwały w sprawie połączenia Szpitala Specjalistycznego nr 2 oraz Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego nr 4. Po planowanej konsolidacji ma powstać pod jednym dachem Regionalny Szpital Specjalistyczny w Bytomiu.



FOT. KARINA TROJOK

Połączone zespoły będą tworzyć jeden z najsilniejszych ośrodków medycznych w województwie - mówi W. Bojarun

Nowy gmach zamiast remontu

– Samorząd Województwa Śląskiego przystępuje do budowy całkowicie nowego gmachu medycznego w Bytomiu, rezygnując z nieefektywnego ekonomicznie remontu starych obiektów. Nowoczesny budynek stanie się sercem nowo powołanego Regionalnego Szpitala Specjalistycznego – zapowiada Waldemar Bojarun, członek Zarządu Województwa Śląskiego.

Łączna wartość inwestycji szacowana jest na ponad 165 mln zł, w tym 70 mln ma pochodzić od rządu i 95 mln z budżetu województwa. Jak podkreśla Bojarun, konsolidacja pozwala szpitalom z Bytomia złożyć wniosek w konkursie Ministerstwa Zdrowia i pozyskać 70 mln złotych bezzwrotnej dotacji.

Chodzi o pieniądze z Funduszu Medycznego – łączna pula to ponad miliard złotych – które mają trafić do placówek decydujących się na konsolidację lub reorganizację. Resort chce w ten sposób zachęcić do łączenia oddziałów, wspólnego planowania świadczeń i ograniczania konkurencji o kadry. Procedury konkursowe wymagają, aby umowa na wypłatę została podpisana z podmiotem już skonsolidowanym. Termin składania wniosków mija z końcem listopada.

Koniec chaosu organizacyjnego

– Konsolidacja to kompleksowa opieka pod jednym szyldem, koniec z krążeniem pacjentów między odrębnymi placówkami i likwidacja chaosu organizacyjnego. Mieszkańcy zyskają skoordynowaną ścieżkę leczenia i diagnostyki w nowoczesnym gmachu. Skończy się wewnętrzna rywalizacja o kontrakty z NFZ na rzecz uzupełniających się, silnych profili medycznych – komentuje Bojarun. Dodaje, że dla pracowników to stabilność i komfort pracy w nowym obiekcie. – Samorząd deklaruje bezpieczeństwo zatrudnienia dla kadry medycznej. Przejście z niszczejącej i awaryjnej infrastruktury technicznej do nowoczesnego gmachu to wzrost komfortu codziennej pracy personelu medycznego. Połączone zespoły będą tworzyć jeden z najsilniejszych ośrodków medycznych w województwie, co gwarantuje stabilność etatów i rozwój zawodowy – podkreśla członek Zarządu Województwa Śląskiego.

Oba szpitale w Bytomiu są zadłużone. „Dwójka" jest na minusie „zaledwie" kilka milionów złotych, ale dług „czwórki", według informacji urzędu marszałkowskiego z wiosny br., to ponad 70 mln zł zadłużenia wymagalnego. Po informacjach w sprawie łączenia placówek, związki zawodowe przeprowadziły referendum. Zdecydowana większość głosujących sprzeciwiała się planom konsolidacji.

RYBNIK

Gigantyczne pieniądze na przebudowę ważnej drogi. Ulica Mikołowska zmieni swoje oblicze

Katarzyna Stacherczak

To będzie jedna z największych inwestycji drogowych w Rybniku. Miasto dostało ponad 93 mln zł z Funduszy Europejskich na przebudowę ul. Mikołowskiej. Modernizacja obejmie odcinek drogi od mostu na rzece Rudzie do granicy Rybnika z gminą Czerwionka-Leszczyny.

Ul. Mikołowska jest jednym z najważniejszych ciągów komunikacyjnych w tej części regionu. Łączy Rybnik z gminą Czerwionka-Leszczyny oraz aglomeracją górnośląską. Projekt przebudowy realizowany jest w dwóch etapach.

W pierwszej części inwestycji przebudowano już most nad Rudą oraz wiadukt nad nieczynną linią kolejową. Drugi etap zakłada kompleksową modernizację całego odcinka ulicy Mikołowskiej wraz z infrastrukturą towarzyszącą.



FOT. M. SZYMURA/UM RYBNIK

Przebudowa ul. Mikołowskiej potrwa do 2027 roku

Ścieżki rowerowe i nowe chodniki

W ramach prac powstanie nowy system odwodnienia drogi, przebudowane zostaną chodniki i przystanki komunikacji miejskiej, a na całej długości inwestycji wybudowana zostanie infrastruktura rowerowa. Kierowcy skorzystają również z przebudowanego oświetlenia ulicznego oraz nowych rozwiązań na dwóch skrzyżowaniach wyposażonych w sygnalizację świetlną.

Miasto podkreśla, że inwestycja ma przede wszystkim poprawić bezpieczeństwo ruchu drogowego i komfort podróżowania. Na przebudowie skorzystają nie tylko kierowcy, ale także piesi, rowerzyści oraz pasażerowie komunikacji miejskiej. Ważnym elementem projektu jest również zwiększenie dostępności przestrzeni dla osób z niepełnosprawnościami.

Przebudowa obejmie dokładnie 3,631 km drogi wojewódzkiej. Powstaną także nowe lub zmodernizowane systemy zarządzania ruchem. Osiem obiektów zostanie dostosowanych do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, a sześć kolejnych ma bezpośrednio poprawić bezpieczeństwo użytkowników drogi.

Ciszej, wygodniej, bezpieczniej

Duży nacisk położono również na kwestie środowiskowe. W projekcie przewidziano rozwiązania poprawiające odprowadzanie wód opadowych i roztopowych, przejścia dla zwierząt wraz z systemami migracyjnymi, energooszczędne oświetlenie oraz tzw. cichą nawierzchnię SMA, która ma ograniczyć hałas generowany przez ruch samochodowy.

Samorząd liczy, że przebudowa wpłynie nie tylko na poprawę komunikacji, ale także zwiększy atrakcyjność terenów inwestycyjnych położonych wzdłuż ul. Mikołowskiej. Droga stanowi bowiem jeden z ważniejszych korytarzy transportowych łączących Rybnik z obszarem Górnośląsko-Zagłębiowskiej Metropolii.

Całkowita wartość projektu wynosi 109,7 mln zł. Dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego to 93,2 mln zł, natomiast wkład własny miasta Rybnika wynosi 16,4 mln zł. Zakończenie realizacji inwestycji zaplanowano na 2027 rok.

eprasa.pl ec09358b39

REKLAMA 0011603878

OBWIESZCZENIE
WOJEWODY ŚLĄSKIEGO
nr IFXIII.747.11.2026
z dnia 15 października 2026 r.

Na podstawie art. 9o ust. 6 ustawy z dnia 28 marca 2003 r. o transporcie kolejowym (t.j. Dz. U. z 2025 r. poz. 1234 z późn. zm.) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2025 r., poz. 1691) podaję do publicznej wiadomości, że na wniosek PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o ustaleniu lokalizacji linii kolejowej dla inwestycji pn.: „Budowa i przebudowa układu torowego wraz z infrastrukturą towarzyszącą na linii kolejowej nr 159 od km 26,092 do km 34,796 w ramach zadania inwestycyjnego „Uzupełnienie sieci kolejowej o połączenie kolejowe Jastrzębia-Zdroju z Katowicami". Projekt realizowany w ramach Programu Uzupełniania Lokalnej i Regionalnej Infrastruktury Kolejowej – Kolej+ do 2029 roku.
Inwestycja obejmuje swoim zakresem również działkę o numerze ewidencyjnym **882/11** (Gmina: Jastrzębie-Zdrój – Obręb: 0003 Bzie Górne).
Strony mogą zapoznać się z aktami sprawy w Wydziale Infrastruktury Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w Katowicach przy ul. Jagiellońskiej 25, po uprzednim uzgodnieniu z inspektorem prowadzącym sprawę pod numerem tel. **32 20 77 976**, a ponadto, wypowiadać się co do zebranych dowodów i materiałów oraz składać wnioski i zastrzeżenia, **w terminie 21 dni od dnia opublikowania niniejszego obwieszczenia**. Po tym terminie sprawa zostanie rozpatrzona w oparciu o posiadane dowody i materiały.

REKLAMA 0011603617

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY POCZESNA

o konsultacjach społecznych projektu Gminnego Programu Rewitalizacji dla obszaru rewitalizacji Gminy Poczesna

Na podstawie art. 6 i art. 17 ust. 2 pkt 4 ustawy z dnia 9 października 2015 r. o rewitalizacji (Dz. U. z 2024 r. poz. 278, z 2026 r. poz. 912)

Wójt Gminy Poczesna podaje do publicznej wiadomości informację o:

Przystąpieniu do konsultacji społecznych projektu Gminnego Programu Rewitalizacji dla obszaru rewitalizacji Gminy Poczesna.
Przeprowadzenie konsultacji społecznych ma na celu zebranie uwag, opinii, propozycji i wniosków interesariuszy rewitalizacji.
Konsultacje społeczne rozpoczynają się w dniu 28.10.2026 r. Termin składania uwag do projektu Gminnego Programu Rewitalizacji ustala się od dnia 28.10.2026 r. do dnia 4.12.2026 r.

Konsultacje społeczne prowadzone są w następujących formach:
1) zbieranie uwag w postaci papierowej lub elektronicznej, poprzez wypełnienie formularza uwag dostępnego w sekretariacie Urzędu Gminy Poczesna i zamieszczonego w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna: **http://bip.poczesna.pl/** oraz na stronie internetowej Gminy Poczesna: **https://poczesna.pl/** – w ramach ogłoszenia o konsultacjach społecznych;
2) spotkanie konsultacyjne dla interesariuszy rewitalizacji, które odbędzie się w dniu 17.11.2026 r. o godz. 15:00 w Sali Sesyjnej Urzędu Gminy Poczesna, podczas którego będzie można zgłaszać opinie, sugestie oraz uwagi ustne do protokołu;
3) wypełnienie ankiety w formie elektronicznej dostępnej pod adresem: **https://ankieta-gpr-poczesna.ankietaplus.pl**
4) zbieranie uwag ustnych do protokołu w Urzędzie Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, pokój nr 12 – w godzinach pracy Urzędu.

Projekt Gminnego Programu Rewitalizacji dla obszaru rewitalizacji Gminy Poczesna wraz z załącznikami jest dostępny w Rejestrze Urbanistycznym, a ponadto w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna, na stronie internetowej Gminy Poczesna oraz do wglądu w Urzędzie Gminy Poczesna.

Uwagi w postaci papierowej lub elektronicznej można składać:
1) za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres: poczesna@poczesna.pl lub skrzynki e-Doręczenia: AE:PL-11466-86123-AVGFA-23;
2) drogą korespondencyjną na adres: Urząd Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna;
3) osobiście w sekretariacie Urzędu Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, w godzinach pracy Urzędu;
4) za pośrednictwem formularza elektronicznego dostępnego pod adresem: **https://formularz-gpr-poczesna.ankietaplus.pl**

Uwagi ustne do protokołu można zgłaszać w Urzędzie Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, pokój nr 12, w godzinach pracy Urzędu, a także podczas spotkania konsultacyjnego.

Niezwłocznie po zakończeniu konsultacji społecznych zostanie opracowany raport podsumowujący ich przebieg, zawierający w szczególności wykaz zgłoszonych uwag wraz z propozycją ich rozpatrzenia i uzasadnieniem oraz protokoły z przeprowadzonych w ramach konsultacji czynności. Raport zostanie udostępniony w Rejestrze Urbanistycznym, a ponadto w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna oraz na stronie internetowej Gminy Poczesna. Raport będzie również dostępny do wglądu w Urzędzie Gminy Poczesna, pokój nr 12 – w godzinach pracy Urzędu. Zamieszczenie raportu w Rejestrze Urbanistycznym kończy konsultacje społeczne.

Wójt Gminy Poczesna
Artur Sosna

Niniejsze ogłoszenie zostaje podane do publicznej wiadomości:
1) przez publikację w prasie w rozumieniu art. 7 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1984 r. – Prawo prasowe (Dz. U. z 2018 r. poz. 1914);
2) przez wywieszenie w widocznym miejscu na tablicach ogłoszeń na obszarze rewitalizacji oraz w siedzibie Urzędu Gminy Poczesna;
3) przez udostępnienie informacji w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna: http://bip.poczesna.pl/ oraz na stronie internetowej Gminy Poczesna: https://poczesna.pl/;
4) w sposób zwyczajowo przyjęty w danej miejscowości.

CZĘSTOCHOWA

Wyrok za śmierć 33-latka w Starej Hucie

Piotr Ciastek

Pięć lat i miesiąc więzienia oraz dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów - taki wyrok usłyszał Jakub N. za śmiertelny wypadek w Starej Hucie pod Myszkowem. Kierowany przez niego Opel uderzył w drzewo i dachował. Zginął 33-letni pasażer.



FOT. KPP MYSZKÓW

Do tragicznego wypadku w Starej Hucie doszło w marcu tego roku. Zginął w nim 33-letni mężczyzna

Akt oskarżenia przeciwko 21-latkowi trafił do sądu w lipcu tego roku. Prokuratura Rejonowa w Myszkowie zarzuciła mu spowodowanie śmiertelnego wypadku w stanie nietrzeźwości wskutek naruszenia zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym oraz prowadzenie pojazdu mechanicznego w stanie nietrzeźwości.

Sąd Rejonowy w Myszkowie wymierzył za te przestępstwa karę łączną pięciu lat i miesiąca pozbawienia wolności. Jakub N. otrzymał również dożywotni zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Ma zapłacić 10,5 tys. zł zadośćuczynienia osobie najbliższej zmarłego pasażera. Sąd orzekł także nawiązkę w wysokości 5 tys. zł na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej.

Kierowca przyznał się

Do wypadku doszło 12 marca 2026 r. w Starej Hucie w powiecie myszkowskim. Jak informowała po zdarzeniu policja, było to około godz. 20.30 na ulicy Myszkowskiej. Pasażerem Opla był 33-letni mieszkaniec Dąbrowy Górniczej, a kierowcą - 21-letni mieszkaniec powiatu myszkowskiego.

Śledczy ustalili, że Jakub N., jadąc Oplem Corsą, stracił panowanie nad samochodem. Auto wjechało do rowu, następnie uderzyło w drzewo i dachowało. Obrażenia pasażera były śmiertelne. Mężczyzna zmarł na miejscu.

Badania wykazały, że kierowca miał w organizmie około promila alkoholu. Podczas przesłuchania przez prokuratora Jakub N. przyznał się do obu zarzucanych mu przestępstw.

Prokuratura zaakceptowała rozstrzygnięcie sądu.

- Prokurator ocenia wyrok jako słuszny i nie będzie w tej sprawie składać apelacji - poinformował prokurator Tomasz Ozimek, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Częstochowie.

BESKIDY

Autobusy wodorowe wyjadą na ulice Bielska-Białej

Tomasz Chochowski

Nowe autobusy wodorowe wyjadą na ulice Bielska-Białej. MZK zawarł umowę na dostawę dwóch 12-metrowych pojazdów.



FOT. MZK W BIELSKU-BIAŁEJ

Bielski MZK stawia na autobusy na wodór

Przewoźnik poinformował, że wartość projektu wynosi ponad 8 mln zł, z czego 5,5 miliona zostało pozyskane z funduszy europejskich. Umowa została podpisana z wybranym w przetargu dostawcą, którym jest PAK-PCE Polski Autobus Wodorowy. Firma oferuje produkowane w Polsce pojazdy Nesobus. 12-metrowe autobusy zasilą flotę za 14 miesięcy. Zastąpią dwa wyeksploatowane pojazdy

Bielski MZK posiada w taborze od lipca tego roku sześć wodorowych Solarisów.

Oprac. za PAP

REKLAMA 0011603405

CHORZÓW wprawia w ruch

PREZYDENT MIASTA CHORZÓW

w wykazie stanowiącym załącznik do zarządzenia nr OR. 262. 2026 z dnia 13 października 2026 roku przeznaczył do dzierżawy nieruchomość położoną w Chorzowie przy ul. Pocztowej, obejmującą część działki o numerze geodezyjnym 94/1 o powierzchni 30 m² (powierzchnia całkowita 0,0204 ha), karta mapy 63, obręb: 0004.
Ww. wykaz został podany do publicznej wiadomości na okres 21 poprzez zamieszczenie na elektronicznej tablicy ogłoszeń – ETO Urzędu Miasta Chorzów przy ul. Rynek 1, 41-500 Chorzów, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Chorzów.

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl

Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

eprasa.pl ec09358b39

ZAGŁĘBIE

Pięknieje dworzec w Dąbrowie Górniczej Ząbkowicach

Piotr Sobierajski

Przetrwał wojenną zawieruchę, ale przegrał z kryzysem na kolei, kiedy to po 2010 roku mnóstwo ważnych dla ruchu pasażerskiego dworców, architektonicznych unikatów, po prostu niszczało, a część zabytkowych obiektów została nawet zburzona. Na szczęście dworzec w Dąbrowie Górniczej Ząbkowicach znów będzie służył pasażerom.



FOT. D. NOWAK UM DG

Pamiętający czasy zaborów budynek dworca przechodzi metamorfozę

Stacja kolejowa w Ząbkowicach, dzielnicy Dąbrowy Górniczej, obsługuje pociągi dalekobieżne PKP Intercity m.in. do Krakowa, Poznania, Zakopanego i Warszawy oraz regionalne pociągi Kolei Śląskich do Częstochowy, Gliwic czy Zawiercia. To również największy węzeł towarowy w mieście, jeśli chodzi o transport kolejowy.

Nic więc dziwnego, że warto przywrócić pełną funkcjonalność miejscowego dworca, bo codziennie odjeżdża stąd w różnych kierunkach mnóstwo pasażerów. Budynek wpisanego dzięki staraniom lokalnych społeczników w 2020 roku na listę zabytków dworca w Dąbrowie Górniczej Ząbkowicach przechodzi właśnie kompleksową przebudowę. Projekt przygotowała pracownia An Archi Group z Gliwic. Planowany koszt inwestycji to ponad 17,6 mln zł. Przedsięwzięciem zajmuje się firma Global Budownictwo z Częstochowy.

Wszystko zaczęło się od rozbiórki dachu, który przeciekał. Został tymczasowo zabezpieczony, obecnie zyska całkiem nową konstrukcję.

Obiekt przejdzie kompleksową metamorfozę z uwzględnieniem wytycznych Śląskiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków.

Odnowione zostaną historyczna elewacja oraz część zabytkowej stolarki okiennej i drzwiowej. Wykonawca przeprowadzi także prace związane z wymianą bądź wzmocnieniem obecnej konstrukcji budynku oraz wymianą instalacji sanitarnych, elektrycznych oraz teletechnicznych.

Po przebudowie na parterze w centralnej części budynku znajdzie się nowoczesna strefa obsługi podróżnych. Obejmie ona przestronny hol, będący również poczekalnią. Komunikacja tej części budynku zostanie zapewniona poprzez nową strefę wejścia od strony miasta i wykorzystanie istniejącego wyjścia na perony.

W zachodniej części budynku na parterze będą lokale na wynajem, każde z osobnym wejściem z zewnątrz. Dodatkowo dla zapewnienia obsługi wyższych kondygnacji zaprojektowano nową centralną klatkę schodową z windą oraz przeprojektowano skrajną klatkę schodową.

Ważnym założeniem modernizacji dworca jest likwidacja barier architektonicznych i dostosowanie budynku do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, seniorów oraz osób podróżujących z dziećmi czy dużym bagażem.

Budynek zostanie wyposażony w nowoczesne systemy bezpieczeństwa i monitoringu oraz rozwiązania przyjazne środowisku. Przebudowany zostanie również teren dookoła dworca. Powstaną tu dwie wiaty – rowerowa i śmietnikowa oraz nowe miejsca postojowe dla samochodów osobowych. Zagospodarowana zostanie także zieleń przy dworcu.

Realizacja tej inwestycji może się odbyć m.in. dzięki gwarancjom ze strony miasta, jakie złożone zostały PKP S.A. w 2023 r. Chodzi o to, że po zakończeniu prac miasto wynajmie od kolejowej spółki powierzchnie w budynku. Był to warunek postawiony przez PKP i zdaniem miasta niezbędny do podjęcia decyzji o przebudowie budynku.

- Miasto zajmie w nim całe pierwsze piętro, m.in. z myślą o usługach publicznych i przestrzeni do spędzania czasu przez dzieci i młodzież. Podobny model sprawdził się już przy dworcu w centrum, gdzie działa Dąbrowski Inkubator Przedsiębiorczości - tłumaczy Marcin Bazylak, prezydent Dąbrowy Górniczej.

W dworcowych przestrzeniach znajdzie się placówka Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, a także miejsca, w których będzie mogła spotykać się młodzież i mieszkańcy Ząbkowic.

Inwestycja w Dąbrowie Górniczej Ząbkowicach jest realizowana przez Polskie Koleje Państwowe S.A. Zakończenie inwestycji planowane jest w drugiej połowie 2028 r.

MATERIAŁ INFORMACYJNY STENA RECYCLING 0011604140

Twój stary telefon to mała kopalnia złota. Polskie firmy pokazują że odpady mogą dostać drugie życie

Czy wiesz, że z jednej tony zużytych telefonów komórkowych można odzyskać nawet 340 gramów złota, 3,5 kilograma srebra i ponad 100 kilogramów miedzi? To właśnie dlatego eksperci coraz częściej mówią o urban mining, czyli „miejskim górnictwie". Zamiast szukać nowych złóż głęboko pod ziemią, coraz częściej cenne surowce odzyskiwane są z urządzeń, które od lat leżą w naszych szufladach.

Jeszcze do niedawna stary telefon, zużyta kurtka czy plastikowa butelka kończyły swój żywot na wysypisku. Dziś coraz częściej dostają drugie życie. Plastikowe opakowania zamieniają się w granulat do produkcji nowych przedmiotów, metal ze starych puszek czy sprzętu AGD trafia do ponownego przetopienia, a zużyte laptopy i telefony stają się źródłem cennej miedzi, kobaltu i metali rzadkich. Nawet tekstylia mogą wrócić do obiegu jako nowe tkaniny. Tak właśnie działa gospodarka obiegu zamkniętego. Jej idea jest prosta - zamiast produkować, zużywać i wyrzucać, warto projektować produkty tak, aby można było je naprawiać, odnawiać, wypożyczać lub ponownie wykorzystać. Dzięki temu mniej surowców trafia na wysypiska, a więcej pozostaje w obiegu, przynosząc korzyści zarówno środowisku, jak i gospodarce.

„Mądre wykorzystywanie materiałów z drugiego obiegu po prostu się opłaca. Zamiast ciągle kupować i wyrzucać, powoli na nowo uczymy się naprawiać sprzęt, jak również odzyskiwać cenne surowce. Dla firm to szansa na ogromne oszczędności, a dla nas wszystkich – prosty sposób na dbanie o planetę", podkreśla Aleksandra Surdykowska, Head of Marketing, Communications & ESG w Stena Recycling.

Według danych Eurostatu tylko około 12 proc. materiałów wykorzystywanych w Unii Europejskiej pochodzi dziś z recyklingu. Oznacza to, że aż 88 proc. nadal stanowią nowe zasoby wydobywane z natury, mimo że wiele z nich moglibyśmy odzyskać z produktów już znajdujących się w obiegu.

Mniej marnowania, więcej w portfelu

Co ciekawe, firmy coraz częściej wdrażają rozwiązania cyrkularne nie tylko z myślą o środowisku. Raport „Skalowalność rozwiązań gospodarki obiegu zamkniętego w polskich firmach" (badanie przeprowadzone wśród 328 przedsiębiorstw) pokazuje, że dla 166 z nich najważniejszą motywacją są... oszczędności. Z kolei 114 firm stawia na ograniczanie liczby wykorzystywanych materiałów już na etapie projektowania produktów, a 110 koncentruje się na zwiększaniu wydajności procesów i zmniejszaniu materiałochłonności. To pokazuje, że gospodarka obiegu zamkniętego coraz częściej staje się po prostu dobrym sposobem na prowadzenie biznesu.

Drugie życie rzeczy w praktyce

Takie rozwiązania od dziewięciu lat promuje konkurs Stena Circular Economy Award - Lider Gospodarki Obiegu Zamkniętego, który pokazuje, że gospodarka cyrkularna nie jest teorią, lecz praktyką. W zakończonej IX edycji konkursu, spośród blisko 80 zgłoszeń, nagrodzono projekty, które pokazują, jak pomysłowość łączy się z dbałością o środowisko:

◆ używany sprzęt sportowy: firma Decathlon zdobyła tytuł Lidera za rozwijanie naprawy sprzętu sportowego, jego wypożyczanie oraz odkup i sprzedaż produktów z drugiej ręki,

◆ drugie życie sprzętów biurowych: start-up Rebench wygrał w swojej kategorii za rozwiązanie, które wspiera firmy w wydłużeniu cyklu życia wyposażenia biurowego. Dzięki cyfrowej inwentaryzacji, renowacji oraz redystrybucji, sprzęty mogą być ponownie wykorzystane,



◆ odzysk wody w domu: student Mateusz Rembowski zdobył główną nagrodę za projekt „Aqua-Loop" - innowacyjny system ponownego wykorzystania wody w gospodarstwie domowym.

Wśród wyróżnionych znalazły się też znicze i lampiony wykonane z ziemi (TerraLight), pomysł na kubki produkowane z fusów po kawie (Julia Agata Czyż) oraz kosmetyki wykorzystujące wytłoki z winogron (Marcelina Reminger), kompostowalne wkłady absorpcyjne (Enverde) oraz przyjazne środowisku polityki sieci handlowych (Żabka Polska).

Choć jeszcze kilka lat temu gospodarka obiegu zamkniętego kojarzyła się głównie z recyklingiem, dziś oznacza znacznie więcej - mądre projektowanie produktów, oszczędniejsze gospodarowanie zasobami i szukanie wartości tam, gdzie kiedyś widzieliśmy wyłącznie odpady. Sukces tegorocznych laureatów pokazuje, że takie podejście staje się w Polsce nowym standardem. Niebawem jubileuszowa, X edycja konkursu Stena Circular Economy Award, do której będą mogły zgłaszać się przedsiębiorstwa, start-upy i studenci rozwijający rozwiązania dla gospodarki obiegu zamkniętego.

To tylko część pomysłów pokazujących, jak w praktyce działa gospodarka obiegu zamkniętego. Opisy wszystkich nagrodzonych projektów w IX edycjach konkursu Stena Circular Economy Award - Lider Gospodarki Obiegu Zamkniętego dostępne są pod adresem:

www.stenarecycling.com/pl/o-nas/stena-circular-economy-award

eprasa.pl ec09358b39

FOKUS

• **Ponad 60 proc. Polaków** opowiada się za złagodzeniem obowiązujących ograniczeń handlu w niedziele

POLITYKA

Trzy scenariusze dla TK. Jednym z nich jest reset konstytucyjny. Na czym polega?

Czy reset konstytucyjny, czyli zmiana ustawy zasadniczej, która umożliwiłaby wygaszenie kadencji obecnych sędziów i wybór nowych, może rozwiązać spór o TK? Zdania są podzielone

oprac. Alina Mazurska

Sytuacja w Trybunale Konstytucyjnym jest patowa, bo prezes Bogdan Święczkowski nie dopuszcza do orzekania pięciu sędziów, którzy zostali wybrani przez Sejm, ale od których ślubowania nie przyjął prezydent. Oni zaś (a także trójka, którą Karol Nawrocki zaprzysiągł) uważają, że są pełnoprawnymi sędziami i domagają się od prezesa Święczkowskiego zwołania Zgromadzenia Ogólnego sędziów TK ze swoim udziałem.

Jakie są możliwe scenariusze dalszego rozwoju wydarzeń wokół TK?

Pierwszy zakłada stopniowe uspokojenie sytuacji. Byłoby to możliwe, gdyby np. prezydent przyjął ślubowanie od sędziów, którzy złożyli je dotychczas jedynie przed Sejmem, a Bogdan Święczkowski zwołał Zgromadzenie Ogólne Sędziów TK i podporządkował się jego rozstrzygnięciom. Zdaniem polityków i komentatorów taki scenariusz jest jednak mało realny.

Najbardziej prawdopodobny jest scenariusz siłowy, o którym powiedział pragnący zachować anonimowość poseł KO. Przyznał, że chodzi o doprowadzenie do zwołania Zgromadzenia Ogólnego z udziałem wszystkich sędziów wybranych przez Sejm, odsunięcia Bogdana Święczkowskiego od kierowania TK i rozpoczęcia orzekania przez nowych sędziów, także tych, którzy złożyli ślubowanie jedynie przed Sejmem. Wówczas orzeczenia Trybunału zaczęłyby być publikowane, co – zdaniem posła – pozwoliłoby uznać, że sytuacja w TK została uzdrowiona. Jak przekonuje, fakt, że orzeczeń tych nie uznawałby np. prezydent, „nie miałby większego znaczenia".



FOT. ADAM JANKOWSKI

Sytuacja w Trybunale Konstytucyjnym jest patowa. Prezes Bogdan Święczkowski sam nie może nic zrobić

Trzeci scenariusz to proponowany przez niektórych prawników oraz polityków tzw. reset konstytucyjny.

Jedną z koncepcji takiego resetu przedstawił niedawno ekspert Fundacji Batorego dr Tomasz Zalasiński, wskazując na jej przewagę nad scenariuszami stopniowego przekształcania TK oraz siłowego przejęcia Trybunału. Pierwszy z nich jest, jego zdaniem, nierealny ze względu na zwłokę Sejmu w wyborze sędziów TK po 2023 r. oraz niekonstytucyjną – w ocenie eksperta – odmowę przyjęcia przez prezydenta ślubowania od pięciu sędziów. Drugi natomiast grozi kwestionowaniem orzeczeń przejętego w ten sposób Trybunału przez europejskie trybunały, a także ponownym siłowym przejęciem TK w razie zwycięstwa obecnej opozycji w wyborach w 2027 r. Zalasiński rekomenduje zatem reset konstytucyjny, zakładający zmianę ustawy zasadniczej, wygaszenie kadencji obecnych sędziów TK i wybór nowych. Zgodnie z jego propozycją sędziów wybierałby nie tylko Sejm, jak obecnie, lecz także Senat i prezydent. Sejm wybierałby siedmiu sędziów, Senat – pięciu, a prezydent – trzech.

Propozycja przewiduje również rozwiązania przejściowe, które miałyby zapobiec jednoczesnemu wyborowi całego składu TK w przyszłości. W tym celu kadencje sędziów wybranych po raz pierwszy na nowych zasadach byłyby zróżnicowane – część trwałaby dziewięć lat, a część pięć. Spośród siedmiu sędziów wybieranych przez Sejm czterech miałoby zostać wybranych na dziewięć lat, a trzech na pięć. W przypadku Senatu trzech sędziów miałoby pełnić funkcję przez pięć lat, a dwóch przez dziewięć. Z kolei spośród trzech sędziów wybieranych przez prezydenta dwóch miałoby otrzymać dziewięcioletnią kadencję, a jeden pięcioletnią.

Autor koncepcji przypomina, że podobne rozwiązanie zastosowano przy wyborze pierwszego składu TK w 1985 r., jeszcze w czasach PRL. Dodaje, że sędziowie, których kadencje zostałyby wygaszone, przeszliby w stan spoczynku z zachowaniem pełni uprawnień socjalnych.

POLITYKA

Na jednej uroczystości będą dwa powołania

oprac. Alina Mazurska

Powołanie Andrzeja Domańskiego na stanowisko wicepremiera oraz powołanie nowego ministra funduszy i polityki regionalnej odbędzie się podczas jednej uroczystości.

Rzecznik prezydenta Rafał Leśkiewicz został zapytany wczoraj w Polsat News, kiedy prezydent wręczy Domańskiemu akt powołania na wicepremiera. – Kiedy pan premier Donald Tusk skieruje do prezydenta wniosek w sprawie kolejnej zmiany w rządzie, wówczas w ramach jednej uroczystości dojdzie do aktu powołania wicepremiera Andrzeja Domańskiego i nowego ministra funduszy i polityki regionalnej zastępującego panią Katarzynę Pełczyńską-Nałęcz (premier zaproponował Agnieszkę Bartol – przyp red.) – powiedział Leśkiewicz.

Zapytany, kiedy może do tego dojść, rzecznik stwierdził, że „to na pewno nie będzie trwało długo". Jak przekazał, teraz „ruch jest po stronie premiera Donalda Tuska". **PAP**

PLAN WSPÓŁPRACY OBRONNEJ

Polska i Wielka Brytania razem o obronności

oprac. Alina Mazurska

Wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz poinformował po spotkaniu ze swoim brytyjskim odpowiednikiem Wesem Streetingiem o podpisaniu 3-letniego Planu Współpracy Obronnej.

Szef MON zwrócił uwagę, że sojusz Polski i Wielkiej Brytanii nigdy nie był silniejszy. – Ten Plan Współpracy pokazuje nasze wspólne zaangażowanie, wspólne ćwiczenia, rozwój zdolności obronnych – powiedział.

Jak przekazał, pierwszym tematem rozmowy z ministrem obrony Wielkiej Brytanii było wsparcie obu krajów dla Ukrainy. Spotkanie dotyczyło też relacji ze Stanami Zjednoczonymi. – Pan sekretarz podczas spotkania w cztery oczy zaproponował bardzo ważne przesłanie – w obliczu różnych formatów, naszych żelaznych sojuszy mamy podobne patrzenie na sojusz ze Stanami Zjednoczonymi. Polska i Wielka Brytania są za umacnianiem tego sojuszu i za budowaniem własnych zdolności. **PAP**

KRÓTKO

Gdańsk

Znęcał się nad psem. Grożą mu trzy lata więzienia

Policjanci z Przymorza zatrzymali 52-latka, który ciągnął psa po ziemi, podnosił go za pomocą smyczy do góry i uderzał nim o ziemię. Jak się okazało, mężczyzna był partnerem właścicielki psa, która nie wiedziała o zdarzeniu. Policjanci otrzymali od właścicielki czworonoga zaświadczenie lekarsko-weterynaryjne, z którego wynikało, że zwierzę jest w dobrej kondycji i ma aktualne szczepienia. Pies został przekazany opiekunce, a 52-latek usłyszał zarzut znęcania się nad zwierzęciem. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności. PAP

Województwo podkarpackie

Policjant aresztowany za kradzieże z włamaniem

43-letni policjant z komisariatu w Boguchwale k. Rzeszowa z 13-letnim stażem służby jest podejrzany o dokonanie i usiłowanie kradzieży z włamaniem do domów jednorodzinnych. Decyzją sądu został aresztowany na trzy miesiące. Policja podała, że mężczyzna został zawieszony; będzie postępowanie dyscyplinarne oraz administracyjne w sprawie zwolnienia go ze służby. PAP

Tatry

Pierwszy stopień zagrożenia lawinowego

W Tatrach przybyło śniegu po ostatnich opadach. Od wysokości 1800 m n.p.m. obowiązuje pierwszy, niski stopień zagrożenia lawinowego. Wczoraj rano na Kasprowym Wierchu pokrywa śnieżna wynosiła 24 cm, a temperatura spadła do minus 4 st. C. W Dolinie Pięciu Stawów Polskich spadło 16 cm śniegu, a na Hali Gąsienicowej jest 14 cm białego puchu. PAP



FOT. RADEK PIETRUSZKA

Rozmowy ws. centrum serwisowego dla baterii Patriot zmierzają do finału. Wiele wskazuje na to, że Polska została wybrana jako partner tego projektu

DONALD TUSK,
premier

eprasa.pl ec09358b39

ROSJA – UKRAINA

Zawieszenie broni w okupowanych Ołeszkach. Szansa na pomoc dla ludzi

oprac. Anna Nagel

W nocy z poniedziałku na wtorek o godz. 3 nad ranem (2 czasu polskiego) w okupowanych przez Rosję Ołeszkach w obwodzie chersońskim Ukraina wprowadza zawieszenie broni w celu przeprowadzenia operacji humanitarnej. Potrwa do 1 listopada.

Rosyjskie ministerstwo obrony poinformowało wczoraj, że w związku z rozpoczęciem obowiązywania zawieszenia broni w ukraińskiej miejscowości Ołeszki wstrzymało ataki na Chersoń.

Rzecznik praw człowieka Ukrainy Dmytro Łubinec potwierdził, że strona ukraińska wywiązuje się z ustaleń o zawieszeniu broni na wyznaczonych obszarach okupowanego przez Rosję miasta Ołeszki w obwodzie chersońskim.

Wyjaśnił, że misja humanitarna to wynik działań prowadzonych przez stronę ukraińską wspólnie z rzeczniczką praw człowieka Federacji Rosyjskiej Janą Łantratową oraz za pośrednictwem i przy koordynacji pierwszej damy USA Melanii Trump.

– Będę nadal informował opinię publiczną o rozwoju sytuacji, mając na uwadze przede wszystkim bezpieczeństwo ludności cywilnej w Ołeszkach oraz realizację przyjętych ustaleń – dodał Łubiniec.

W piątek Biały Dom poinformował, że Rosja i Ukraina zgodziły się tymczasowo wstrzymać od 29 października walki w Ołeszkach, by umożliwić dostarczenie tam pomocy humanitarnej i przygotować ewakuację ludności cywilnej. Biały Dom dodał, że doprowadziła do tego pierwsza dama USA Melania Trump.

Według władz w Kijowie sytuacja ludzi, którzy pozostali w Ołeszkach, jest dramatyczna. W mieście bez dostępu do żywności i wody pitnej przebywa około 2 tysięcy osób, w tym 50 dzieci. Ołeszki zostały zalane po zniszczeniu pobliskiej tamy w Nowej Kachowce.

Ołeszki leżą około 4 km od Chersonia na lewym, okupowanym przez Rosję brzegu Dniepru. **PAP**



FOT. EAST NEWS

Do zawieszenia broni doprowadziła pierwsza dama USA Melania Trump

IZRAEL

Kto wygra w wyborach: Netanjahu czy Eisenkot?

Grzegorz Kuczyński

Wczoraj w Izraelu odbyły się wybory parlamentarne. W tych wyborach Izraelczycy głosowali przede wszystkim na osobę, która nie tylko zaproponuje nową strategię bezpieczeństwa, ale także odpowie na wiele pytań, które nagromadziły się w społeczeństwie.



FOT. EAST NEWS

Kto będzie premierem Izraela po wyborach: Benjamin Netanjahu czy Gadi Eisenkot?

O 120 mandatów w Knesecie walczyło 37 partii. Oczekuje się, że jedynie około 11 z nich przekroczy próg wyborczy wynoszący 3,25% i wejdzie do parlamentu, po czym jeden z kandydatów będzie musiał utworzyć zdolną do funkcjonowania koalicję rządzącą. Aby uzyskać większość w parlamencie, partia lub blok musi zdobyć 61 mandatów.

Formalnie premierem może zostać lider dowolnej partii, która przekroczyła próg wyborczy, o ile jest w stanie utworzyć koalicję cieszącą się poparciem większości posłów Knesetu. Niemniej jednak zazwyczaj prawo do podjęcia pierwszej próby utworzenia rządu otrzymuje lider partii, która zdobyła największą liczbę mandatów. Ponadto, w oparciu o określone porozumienia, rozważany może być system rotacji szefa rządu.

Benjamin Netanjahu przystępuje do tych wyborów, stosując sprawdzoną taktykę, która przez dziesięciolecia pomagała mu wygrywać, ale tym razem, zdaniem wielu ekspertów, może to nie wystarczyć. Niedawno stwierdził, że alternatywa jest następująca: albo ponownie prawicowy rząd, albo państwo palestyńskie, które z pewnością powstanie przy każdym innym rządzie.

Głównym rywalem Netanjahu i jego prawicowej koalicji jest lider partii Yashar („Naprzód") Gadi Eisenkot. W koalicję z nim są już gotowe wejść partie o bardzo zróżnicowanych poglądach – prawicowe, lewicowe i centrystyczne – zjednoczone chęcią odsunięcia Netanjahu od władzy.

W opinii wielu osób Eisenkot jest najpoważniejszym przeciwnikiem Netanjahu w ciągu ostatnich dziesięcioleci. Jest centrystą z prawicowymi poglądami w kwestiach bezpieczeństwa i może przejąć tę część tradycyjnego elektoratu Netanjahu, która od dawna pragnęła alternatywy w ramach własnego obozu ideologicznego.

Eisenkot, opowiadający się za pociągnięciem winnych do odpowiedzialności, reformami politycznymi i jednością narodową, ostro krytykuje kierownictwo Netanjahu za jego działania zarówno przed, jak i po ataku Hamasu. Popierając izraelskie operacje wojskowe, twierdzi jednocześnie, że rząd nie ma jasnej strategii działania i wzywa do przeprowadzenia niezależnego śledztwa w sprawie niepowodzeń związanych z atakiem z 7 października 2023 roku, w którym zginęło blisko 1200 osób.

W kwestiach o największym znaczeniu dla społeczności międzynarodowej, takich jak polityka wobec Iranu, Palestyńczyków czy Libanu, stanowiska głównych rywali są zbliżone. Wszyscy opowiadają się za zakończeniem rządów Hamasu w Strefie Gazy i rozbrojeniem tej organizacji, również przy użyciu siły militarnej.

Polityków łączy także dążenie do osłabienia militarnego Iranu i uniemożliwienia mu zdobycia broni jądrowej. Główni kandydaci sprzeciwiają się również powstaniu niepodległego państwa palestyńskiego.

WOJNA

Prezydent Finlandii i premier Norwegii rozmawiali z Putinem

oprac. Anna Nagel

Wołodymir Zełenski rozmawiał z prezydentem Finlandii i premierem Norwegii po ich telefonie do Putina.

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski poinformował wczoraj, że przeprowadził rozmowę telefoniczną z prezydentem Finlandii Alexandrem Stubbem i premierem Norwegii Jonasem Gahrem Stoere po ich telefonie do przywódcy Rosji Władimira Putina.

„Rozmawiałem z prezydentem Finlandii Alexandrem Stubbem i premierem Norwegii Jonasem Gahrem Stoere w związku z ich dzisiejszą rozmową telefoniczną z rosyjskim przywódcą oraz w ramach kontynuacji naszych dyskusji w Oslo z przedstawicielami Ameryki, Europy i NATO. Jestem wdzięczny za szczegółowe informacje i działania na rzecz wsparcia naszej dyplomacji oraz wspólnych ze wszystkimi partnerami wysiłków pokojowych" – napisał Zełenski w serwisach społecznościowych.

Jak przekazał, Stubb i Store poinformowali go, że jasno powiedzieli Putinowi, że potrzebne są realne kroki na rzecz deeskalacji wobec ukraińskiej energetyki i infrastruktury.

„Omówiliśmy przygotowania do trójstronnego spotkania, zaplanowanego na listopad na szczeblu zespołów – ukraińskiego, amerykańskiego i rosyjskiego. Finlandia i Norwegia, jako kraje graniczące z Rosją, są szczególnie zainteresowane właściwymi i niezawodnymi rozwiązaniami w dziedzinie bezpieczeństwa" – podkreślił Zełenski. **PAP**

KONGO

Wirus ebola nie odpuszcza. Ponad 10 tys. zakażeń

PAP

Ponad 10 tys. zakażeń wirusem ebola potwierdzono dotychczas w Demokratycznej Republice Konga (DRK). Od początku epidemii odnotowano 4887 zgonów.

Wirus rozprzestrzenił się także poza granice DRK. W Ugandzie odnotowano 20 zakażeń i dwa zgony. W sierpniu Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała kraj za wolny od eboli, ale władze w Kampali utrzymują środki ostrożności i od niedzieli osoby powracające do kraju z DRK są kierowane na 21-dniową kwarantannę. Na początku października Kenia poinformowała o pierwszym przypadku zakażenia wirusem; mężczyzny, który podróżował z DRK przez Ugandę, zmarł w Nairobi. Później władze odnotowały jeszcze osiem zakażeń. W ubiegłym tygodniu Nigeria stała się czwartym państwem afrykańskim, w którym wykryto ebolę.

Niepokój wzbudziło też zakażenie tym niebezpiecznym wirusem, wykryte u żony szwajcarskiego dyplomaty. Kobieta nie podróżowała do DRK; według władz Szwajcarii do zakażenia mogło dojść w Ugandzie. Dyplomata wraz z żoną zostali w poniedziałek przetransportowani do szpitali w Szwajcarii.

WHO uznała obecną, wykrytą w maju falę zakażeń za największą epidemię eboli w historii DRK. Jest ona jednak nadal mniejsza niż epidemia w Afryce Zachodniej z lat 2014-2016, która objęła Gwineę, Liberię i Sierra Leone, powodując ponad 28 tys. zakażeń i przeszło 11 tys. zgonów.

eprasa.pl ec09358b39

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Pierwsze objawy raka jądra • Tego sanatorium nie trzeba się bać! Urocza miejscowość to wspaniała miejscówka!

MĘŻCZYZNA

Jak przebiega andropauza u mężczyzn? Objawy, wiek występowania i możliwe wyzwania

Andropauza bywa porównywana do menopauzy u kobiet, choć jej podłoże jest inne. U mężczyzn wynika głównie ze stopniowych zmian hormonalnych, podczas gdy u kobiet jest efektem naturalnego procesu biologicznego.

Ewa Zwolak,
Marta Siesicka-Osiak



FOT. STYLEPHOTOGRAPHS/123F

Objawy andropauzy można złagodzić naturalnymi sposobami. Warto również udać się do androloga, który pomoże dobrać odpowiednie leczenie

Andropauza, nazywana również męską menopauzą, jest okresem występującym u mężczyzn powyżej 50. roku życia. Według danych statystycznych dotyczy aż 50 proc. mężczyzn po 50. roku życia. Mimo to w przeciwieństwie do menopauzy znacznie rzadziej mówi się o tym zjawisku, które nadal w naszym społeczeństwie pozostaje tematem tabu.

Jej bezpośrednią przyczyną jest spadek poziomu hormonów, w tym: testosteronu, dihydrotestosteronu, hormonu wzrostu i melatoniny. Przy czym warto podkreślić, że andropauza u mężczyzn często porównywana jest do menopauzy u kobiet. Tymczasem to są zjawiska odmienne, ponieważ klimakterium u kobiet jest procesem biologicznym, związanym z wygaszaniem funkcji jajników, natomiast menopauza u mężczyzn nie jest równoznaczna z utratą płodności i jest ściśle związana z funkcjonowaniem układu endokrynologicznego.

Z tego powodu badacze proponują inne nazwy dla andropauzy, w tym: andropenię, męski psychoendokrynologiczny zespół wieku średniego, wiropauzę, męskie klimakterium, częściowy niedobór androgenów u starzejących się mężczyzn.

Menopauza u kobiet jest procesem biologicznym, pociągającym za sobą określone skutki i występującym u każdej kobiety po 40. roku życia. Natomiast andropauza nie występuje u każdego mężczyzny i jest zależna od wielu czynników zewnętrznych.

Wśród innych przyczyn rozwoju męskiej menopauzy można również wymienić siedzący styl życia, dietę ubogą w witaminy, związki mineralne i błonnik pokarmowy, nadciśnienie tętnicze krwi, wysoki poziom cholesterolu LDL, przebyty zawał serca, przerost gruczołu krokowego.

Klimakterium u mężczyzn związane jest bezpośrednio z zaburzeniami układu hormonalnego, co pociąga za sobą konkretny zespół objawów.

Wśród charakterystycznych objawów andropauzy u mężczyzn można wymienić:

• zwiększenie tkanki tłuszczowej, która pociąga za sobą skutki w postaci zwiększonego ryzyka wystąpienia groźnych powikłań, w tym m.in. ze strony układu krążenia. Przy czym u mężczyzn powyżej 50. roku życia zazwyczaj występuje otyłość typu brzusznego, która jest szczególnie wrażliwa na bodźce hormonalne,

• zmiany emocjonalne, które znacząco wpływają na jakość życia. Męska menopauza związana jest ze spadkiem poziomu androgenów, co oddziałuje na funkcjonowanie układu nerwowego i pojawienie się objawów psychicznych: lęku, nerwowości, rozdrażnienia, zachowań depresyjnych, przewlekłego zmęczenia i upośledzenia pamięci, a nierzadko także spadku samooceny,

• obniżenie popędu seksualnego, co budzi wiele negatywnych emocji, w tym m.in. niechęci, agresji i braku tolerancji,

• zaburzenia rytmu biologicznego, które pociągają za sobą zmiany emocjonalne, osłabienie sprawności intelektualnej, a także problemy z pamięcią i koncentracją.

Podczas męskiej menopauzy mogą pojawić się również takie dolegliwości jak spadek częstotliwości występowania wzwodów porannych, ginekomastia – nadmierne gromadzenie się tkanki tłuszczowej w piersiach, zmniejszenie owłosienia na ciele, zmniejszenie objętości jąder, obniżenie gęstości mineralnej kości, co prowadzi do patologicznych złamań, zmniejszenie masy mięśniowej, uderzenia gorąca.

Andropauza jest zjawiskiem związanym bezpośrednio z funkcjonowaniem układu hormonalnego. Stosunkowo często towarzyszy jej problem nadmiernego wypadania włosów. Jest to tzw. łysienie androgenowe, które objawia się utratą włosów na szczycie głowy i kątach czołowych. Jego przyczyną jest zbyt duża wrażliwość cebulek włosowych na nadmierną produkcję dihydrotestosteronu (DHT).

Leczenie andropauzy podejmuje się jedynie wówczas, gdy zachodzą ku temu przesłanki. Do leczenia hormonalnego można zakwalifikować jedynie osoby, które spełniają określone kryteria hormonalne

Leczenie klimakterium u mężczyzn podejmuje się jedynie wówczas, gdy zachodzą ku temu przesłanki. Do leczenia hormonalnego można zakwalifikować jedynie osoby, które spełniają określone kryteria hormonalne. Terapię należy podjąć wówczas, gdy występują objawy hipogonadyzmu, czyli zaburzenia wzwodu, zespół metaboliczny, osteoporoza, cukrzyca typu 2, przewlekłe zmęczenie, zaburzenia koncentracji znacznie utrudniające codzienne funkcjonowanie, depresja.

Wówczas, gdy istnieje prawdopodobieństwo, że wyżej wymienione choroby związane są z andropauzą, to należy oznaczyć stężenie TT, LH i obliczyć wskaźnik niedoboru testosteronu, a także przeprowadzić badanie urologiczne. Niekiedy konieczne jest również wykonanie biopsji gruczołu krokowego (po konsultacji z urologiem).

Konieczność wdrożenia leczenia andropauzy zachodzi u mężczyzn, u których stężenie testosteronu wynosi < 8 nmol/l (2,3 ng/ml). Rozważyć je można również u mężczyzn, u których stężenie tego hormonu mieści się w granicach 8–12 nmol/l (2,3–3,46 ng/m). Przy czym w tym drugim przypadku zazwyczaj wdraża się leczenie próbne, które trwa ok. 3 miesięcy.

Podstawowe przeciwwskazania do leczenia andropauzy testosteronem to rak gruczołu krokowego, rak piersi, gruczolak stercza, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), zespół bezdechu sennego.

Leczenie testosteronem, przeprowadzane pod kontrolą i z zalecenia lekarza, jest bezpieczne. Jednakże wiąże się z ryzykiem wystąpienia skutków ubocznych, w tym zwłaszcza: nadmiernej tkliwości klatki piersiowej, wzrostu wartości hematokrytu i erytrocytów. Obecnie w Polsce dostępne preparaty z testosteronem do stosowania domięśniowego, doustnego i przezskórnego. Za najbezpieczniejsze uważa się preparaty przezskórne, które są dobrze tolerowane.

Mężczyźni, którzy nie kwalifikują się do hormonalnego leczenia andropauzy, powinni rozważyć stosowanie preparatów bez recepty. Tabletki na męską menopauzę w swoim składzie zazwyczaj mają zioła i substancje mineralno-witaminowe, w tym m.in.:

• olej z siemienia lnianego, który stanowi drogocenne źródło nasyconych kwasów tłuszczowych, które pozytywnie wpływają na stan prostaty,

• witaminę E, która sprzyja regeneracji komórek układu moczowo-płciowego,

• mangan, który sprzyja utrzymywaniu funkcji seksualnych,

• selen, który poprawia ruchliwość plemników,

• ashwagandhę, która znana jest także pod nazwą indyjski żeń-szeń, sprzyja ona utrzymaniu płodności u mężczyzn,

• kurkumę, która ze względu na wysoką zawartość przeciwutleniaczy pozytywnie wpływa na funkcjonowanie męskiego układu płciowego.

eprasa.pl ec09358b39

SANATORIA

Najlepsze sanatoria dla reumatyków. W tych miejscach pozbędziesz się bólu

Jeśli zmagasz się z chorobą reumatyczną i odczuwasz stały dyskomfort, wybranie odpowiedniego sanatorium jest kluczowe

Emil Hoff

Wiele Polek i Polaków zmaga się ze schorzeniami reumatycznymi, takimi jak reumatoidalne zapalenie stawów (czyli tzw. gościec przewlekle postępujący), choroba zwyrodnieniowa, toczeń rumieniowaty, reaktywne i łuszczycowe zapalenie stawów, osteoporoza, ale też dna moczanowa czy zespół cieśni kanału nadgarstka.

Schorzenia reumatyczne cechują się tym, że są wyjątkowo nieprzyjemne: pacjentom doskwierają ból, obrzęki, zwyrodnienia. Co więcej, choroby reumatyczne postępują i w końcu mogą doprowadzić do niepełnosprawności.

Nic więc dziwnego, że pacjenci starają się jak mogą, żeby uzyskać odpowiednią pomoc medyczną. Ważną częścią leczenia chorób reumatycznych może być korzystanie z oferty uzdrowiskowej. Warto zaplanować turnus w uzdrowisku jesienią i zimą, kiedy pobyty na NFZ są tańsze.

Leczenie sanatoryjne chorób reumatycznych może mieć różnorodne formy:

• Hydroterapia i balneoterapia: w postaci kąpieli w wodach mineralnych i solankowych, okładów z borowiny, masaży wodnych.

• Fizykoterapia: zabiegi takie jak krioterapia, elektroterapia, magnetoterapia, laseroterapia i leczenie ultradźwiękami, wykonywane z użyciem specjalistycznego sprzętu i pod nadzorem rehabilitantów, często w specjalnych sanatoryjnych szpitalach reumatologicznych.

• Kinezyterapia: leczenie ruchem w ramach specjalnych treningów, gimnastyki i ćwiczeń w wodzie.

Celem leczenia jest jednak zawsze ten sam: redukcja bólu, zmniejszenie stanów zapalnych i poprawa ruchomości stawów.

Które sanatoria w Polsce mogą pomóc uwolnić cię od nieprzyjemnych dolegliwości reumatycznych? Porównałem 11 sanatoriów reumatologicznych z całej Polski.

W Polsce jest z czego wybierać, jeśli chodzi o sanatoria z profilem reumatologicznym, zajmujące się leczeniem chorób reumatycznych. NFZ podaje łącznie aż 41 miejscowości w górach, nad morzem i na nizinach, w których można leczyć bóle reumatyczne i zwyrodnienia.

By wybrać najlepsze polskie sanatoria dla reumatyków, zawęziłem listę do tych, które rzeczywiście specjalizują się w reumatologii i oferują turnusy na NFZ.

Ale skąd wiadomo, które sanatoria są faktycznie najlepsze? Świetnym sposobem ustalenia, gdzie turnusy są najbardziej wartościowe, jest zapoznanie się z opiniami samych kuracjuszy na temat danego ośrodka. Przewertowałem napisane przez Polki i Polaków recenzje sanatoriów dla reumatyków, opublikowane w Opiniach Google, i na ich podstawie stworzyłem ranking TOP 11 najlepszych ośrodków leczniczych.

Kuracjusze oceniają w swoich recenzjach wszystko: jakość i różnorodność zabiegów, komfort pokoi, jedzenie, poziom obsługi i podejście do pacjenta. Ich opinie to więc genialne źródło rzetelnej wiedzy o tym, jak faktycznie działa i traktuje swoich gości dany ośrodek.

Mój ranking opiera się na punktacji. Im więcej punktów, tym wyższa pozycja w rankingu.

Liczba punktów zależna jest od średniej ocen danego sanatorium dla reumatyków w Google i liczby recenzji napisanych przez kuracjuszy (im więcej recenzji, tym rzetelniejsza średnia ocen).

Ranking najlepszych sanatoriów w Polsce dla osób cierpiących na reumatyzm:

Miejsce 11: Balnea Medical SPA w Inowrocławiu

• Średnia ocen: 4,9
• Liczba recenzji: 85
• Punktacja: 416,5 + 500 = 916,5 pkt



FOT. ELIZA CIEPIELEWSKA

Ważną częścią leczenia chorób reumatycznych może być korzystanie z oferty uzdrowiskowej. Warto zaplanować turnus w uzdrowisku jesienią i zimą, kiedy pobyty na NFZ są tańsze

Miejsce 10: Sanatorium Gracja w Ciechocinku

• Średnia ocen: 3,8
• Liczba recenzji: 389
• Punktacja: 1478,2 – 500 = 978,2 pkt

Miejsce 9: Centrum Rehabilitacji Rolników Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego „Kresowiak" w Horyńcu-Zdroju

• Średnia ocen: 4,5
• Liczba recenzji: 158
• Punktacja: 711 + 500 = 1211 pkt

Miejsce 8: Świerkowy Zdrój Medical SPA Iwonicz-Zdrój

• Średnia ocen: 4,0
• Liczba recenzji: 435
• Punktacja: 1740 – 500 = 1240 pkt

Miejsce 7: Sanatorium Uzdrowiskowe Dedal w Polańczyku

• Średnia ocen: 4,3
• Liczba recenzji: 291
• Punktacja: 1251,3 pkt

Miejsce 6: Centrum Medyczne Karpacz

• Średnia ocen: 4,1
• Liczba recenzji: 357
• Punktacja: 1463,7 pkt

Miejsce 5: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój

Średnia ocen: 4,4
Liczba recenzji: 460
Punktacja: 2024 pkt

Miejsce 4: Sanatorium Uzdrowiskowe Krystynka w Ciechocinku

Średnia ocen: 4,6
Liczba recenzji: 513
Punktacja: 2359,8 + 500 = 2859,8 pkt

Miejsce 3: Uzdrowisko Ustroń, sanatorium Równica

• Średnia ocen: 4,1
• Liczba recenzji: 811
• Punktacja: 3325,1 pkt

Równica ma ogólnie dobre opinie wśród kuracjuszy, co w połączeniu z bardzo dużą liczbą recenzji czyni z niej doskonały wybór na turnus.

Miejsce 2: Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA

• Średnia ocen: 4,6
• Liczba recenzji: 693
• Punktacja: 3187,8 + 500 = 3687,8 pkt

Sanatorium Spółki BiaVita w Augustowie ma bardzo wysoką średnią ocen przy dużej liczbie recenzji w Google. Kuracjusze chętnie dzielą się w swoich recenzjach swoimi wrażeniami i zaletami tego miejsca.

Miejsce 1: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju

• Średnia ocen: 4,2
• Liczba recenzji: 942
• Punktacja: 3956,4 pkt

Sanatorium Włókniarz jest niezwykle popularne (niemal 1000 recenzji w Google!) i cieszy się dobrymi opiniami kuracjuszy. Według moich wyliczeń to najlepsze w Polsce sanatorium dla osób zmagających się z chorobami reumatycznymi.

BADANIA

Te badania wykonasz bez skierowania i opłat

Katarzyna Wąś-Zaniuk

20 października obchodziliśmy Europejski Dzień Seniora. To dobra okazja, by przypomnieć, że osoby starsze mogą korzystać z szeregu bezpłatnych świadczeń zdrowotnych finansowanych przez państwo. Które badania i szczepienia są dostępne dla seniorów za darmo?

• RSV, znany również jako syncytialny wirus oddechowy, stanowi szczególne zagrożenie dla małych dzieci i osób starszych, zwłaszcza tych, które cierpią na choroby przewlekłe, są po przeszczepach, mają wady serca, lub przyjmują leki immunosupresyjne. RSV może wywołać zapalenie płuc, niewydolność serca lub niewydolność oddechową. W naszym kraju dla seniorów dostępne są refundowane szczepienia przeciwko wirusowi RSV. Osoby, które ukończyły 65 lat, mogą otrzymać szczepionki Abrysvo i Arexvy całkowicie za darmo. Z kolei pacjenci w wieku 60-64 lata mają prawo do 50 proc. refundacji, dzięki czemu płacą wyłącznie połowę ceny preparatu. W każdym z tych przypadków konieczne jest uzyskanie recepty na szczepionkę refundowaną.

• Wraz z nadejściem chłodniejszych, jesiennych dni rozpoczyna się sezon zachorowań na grypę. To doskonały moment, by zadbać o swoje bezpieczeństwo i skorzystać ze szczepienia na grypę. Dla seniorów po 65. roku życia taki preparat jest bezpłatny, a samo szczepienie można wykonać zarówno w przychodni POZ, jak i w wielu polskich aptekach. 100 proc. refundacją objęte są preparaty Vaxigrip Tetra i Influvac Tetra.

• Mammografia to proste, nieinwazyjne badanie, które w ramach programu profilaktyki raka piersi przysługuje kobietom w wieku 45-74 lat. Metoda ta cechuje się bardzo wysoką skutecznością w uwidacznianiu mikrozwapnień i drobnych zmian w piersiach o budowie tłuszczowej. Kobiety, które nie miały wcześniej zdiagnozowanej złośliwej zmiany nowotworowej w piersi, mogą zgłosić się na mammografię co 24 miesiące.

• Dzięki kolonoskopii możemy wykryć nie tylko rozwijający się nowotwór, ale również polipy czy zmiany przednowotworowe, które mogą zostać usunięte, zanim jeszcze przekształcą się w raka. To właśnie z tego powodu badanie stanowi podstawę programu badań przesiewowych raka jelita grubego. Bezpłatne badanie w programu profilaktycznego przysługuje osobom w wieku od 50 do 65 lat.

eprasa.pl ec09358b39

ALKOHOL I NOWOTWORY



FOT. PSODAZ, 123RF.COM

Okazuje się, że lekarze bardzo często ignorują kluczowy czynnik odpowiedzialny za powstawanie raka piersi, czyli alkohol. Jest szansa, że dzięki nowym narzędziom to się zmieni

Alarm WHO: lekarze ignorują bardzo ważny czynnik powstawania raka piersi

Picie alkoholu jest uznanym czynnikiem ryzyka raka piersi, ale lekarze rzadko pytają pacjentki o to, czy go spożywają – alarmuje Światowa Organizacji Zdrowia (WHO).

Emil Hoff

WHO uruchomiła specjalną nową platformę cyfrową z wbudowanym asystentem opartym na AI. Narzędzie to dostarcza pracownikom ochrony zdrowia niezbędnego wsparcia do prowadzenia z pacjentami rozmów na temat związku między spożywaniem alkoholu a ryzykiem zachorowania na nowotwory.

Alkohol karmi nowotwory, ale pacjenci o tym nie wiedzą

Alkohol przyczynia się do powstania co najmniej siedmiu rodzajów nowotworów, w tym raka piersi, a także chorób układu krążenia i wątroby. Mimo to wiele osób w regionie europejskim WHO wciąż nie zdaje sobie sprawy z tych zagrożeń.

Brak wiedzy jest szczególnie widoczny w przypadku raka piersi. W 14 krajach, w których WHO Europa przeprowadziła badania, zaledwie 15 procent respondentów wiedziało, że alkohol może przyczyniać się do rozwoju raka piersi. Wśród kobiet świadomość ta wynosiła jedynie 21 procent.

– Szkody wyrządzane przez alkohol nie są abstrakcyjne. Mogą to być choroby serca i wątroby. Może to być dziecko narażone na alkohol przed urodzeniem. Może to być lęk i depresja. A może to być kobieta, u której rozwinie się rak piersi, a która nigdy nie została poinformowana o ryzyku związanym z alkoholem – mówi dr Carina Ferreira-Borges, regionalna doradczyni WHO Europa ds. alkoholu. Jak przypomniała, badania przesiewowe i krótkie interwencje stanowią dla specjalistów praktyczne narzędzie pozwalające zidentyfikować ryzyko związane ze spożywaniem alkoholu, zanim pojawią się poważniejsze problemy.

Dlaczego lekarze nie pytają o alkohol?

Niestety, spożywanie alkoholu jest często tym modyfikowalnym czynnikiem ryzyka dla zdrowia, o którym pracownicy ochrony zdrowia rozmawiają z pacjentami najrzadziej – znacznie rzadziej niż o paleniu tytoniu, aktywności fizycznej czy sposobie odżywiania.

Specjalistom może brakować czasu, odpowiedniego przeszkolenia lub pewności siebie. Mogą nie wiedzieć, w jaki sposób poruszyć kwestię spożycia alkoholu, aby rozmówcy nie poczuli się oceniani.

Uruchomione przez WHO centrum ds. badań przesiewowych i krótkich interwencji w zakresie spożycia alkoholu (WHO Alcohol Screening and Brief Interventions Hub) gromadzi w jednym miejscu wiarygodne dane i praktyczne narzędzia, które są potrzebne do przeprowadzenia takiej rozmowy.

Dwa cenne narzędzia

1/Pracownicy ochrony zdrowia mogą korzystać z kwestionariusza AUDIT – 10-punktowego narzędzia przesiewowego – aby ocenić poziom ryzyka związanego z piciem alkoholu u danej osoby.

2/ SBI Assistant, narzędzie oparte na sztucznej inteligencji, pomaga użytkownikom ustalić, jak rozpocząć rozmowę lub znaleźć odpowiednie materiały.

Stworzony przez WHO asystent udziela odpowiedzi wyłącznie na podstawie określonego zestawu dowodów naukowych oraz materiałów opracowanych przez organizację. Przy każdej odpowiedzi wskazuje źródło informacji i podpowiada, z jakiego narzędzia można skorzystać np. podczas konsultacji lekarskiej.

Źródło: PAP

Tragiczna statystyka, ale jest i szansa

W 2020 roku w Europie alkohol był przyczyną ponad 39 tysięcy przypadków zachorowań na raka piersi. Badania przesiewowe i krótkie interwencje stanowią praktyczne narzędzie pozwalające zidentyfikować ryzyko związane ze spożywaniem alkoholu.

PRZEPISY

Dobra wiadomość dla niepełnosprawnych. Ten obowiązek ma wreszcie zniknąć

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Otrzymanie karty parkingowej od lat wiąże się z formalnościami, które dla osób z niepełnosprawnościami są szczególnie uciążliwe. Jednym z największych problemów jest obowiązek osobistego złożenia wniosku. Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zapowiada jednak zmiany, które mają uprościć całą procedurę.

Jak przekazała Monika Sikora, pełnomocnik rządu ds. osób niepełnosprawnych, prowadzone są prace nad zmianą przepisów, które mają zlikwidować obowiązek osobistego składania wniosków o wydanie karty parkingowej. W przyszłości dokument będzie można uzyskać także po przesłaniu wniosku pocztą lub przez upoważnioną osobę.

Osobiście trzeba złożyć wniosek, ale są wyjątki

Obecnie przepisy nie pozostawiają w tej kwestii dużej swobody. Osoba ubiegająca się o kartę parkingową musi co do zasady osobiście złożyć wniosek i podpisać go w obecności przewodniczącego powiatowego lub miejskiego zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności albo osoby przez niego upoważnionej. Nie ma możliwości, by formalności w jej imieniu załatwił pełnomocnik.

Od tej zasady przewidziano jedynie nieliczne wyjątki. W przypadku osób poniżej 18. roku życia lub całkowicie ubezwłasnowolnionych wniosek mogą złożyć rodzice albo opiekunowie prawni.

Z kolei osoby częściowo ubezwłasnowolnione mogą być reprezentowane przez ustanowionego przez sąd kuratora. Dla wszystkich pozostałych osób osobiste stawiennictwo pozostaje obowiązkowe.

O kartę parkingową mogą wnioskować osoby:

- u których stwierdzono znaczne ograniczone możliwości samodzielnego poruszania,
- posiadają odpowiednie wskazanie do wydania karty parkingowej uwzględnione w orzeczeniu o niepełnosprawności, stopniu niepełnosprawności lub o ulgach i uprawnieniach.

Osoby z niepełnosprawnością, które nie ukończyły 16 lat, a występują u nich znaczne ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się również mogą ubiegać się o taki dokument.

Samo orzeczenie o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności nie jest wystarczające. Musi zawierać ono także odpowiedni symbol, oznaczający przyczynę niepełnosprawności, np. 04-O (schorzenia dotyczące narządu wzroku), 05-R (upośledzenie narządu ruchu), 10-N (schorzenie neurologiczne). Brak wskazania do otrzymania karty parkingowe w orzeczeniu wyklucza uzyskanie dokumentu, który pozwala parkować na tzw. kopertach.

Karta parkingowa umożliwia nie tylko pozostawianie samochodu na tzw. kopertach, czyli specjalnie wyznaczonych miejscach postojowych dla osób z niepełnosprawnościami. Jej posiadacze mogą również, pod warunkiem zachowania szczególnej ostrożności, nie stosować się do wybranych znaków drogowych. Dotyczy to m.in. zakazu ruchu w obu kierunkach (B-1), zakazu wjazdu pojazdów silnikowych z wyjątkiem motocykli jednośladowych (B-3).



FOT. MAŁGORZATA GENCA

Niepełnosprawnych czekają duże zmiany. Otrzymanie karty parkingowej ma być zdecydowanie łatwiejsze

eprasa.pl ec09358b39

HIPOKRATES 2026

LIDERZY RANKINGÓW

LEKARZ RODZINNY LUB POZ ROKU
1. **Anetta Kowalczuk-Wieteska,** Przychodnia Zdrowit Dąbrówka, Piekary Śląskie
2. **Martyna Pieniążek-Filipowska,** Medycyna Rodzinna, Sosnowiec
3. **Marta Kuźma,** Blamed, Blachownia

PEDIATRA ROKU
1. **Daniel Whaib,** SP ZOZ, Myszków
2. **Michalina Fonfara,** Multimed, Bieruń
3. **Zuzanna Grabowska,** Specjalistyczna Praktyka Lekarska, Katowice

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Bernadeta Tuznik,** INTER MED, Czernichów
2. **Aurelia Panicz,** Przychodnia Prognostic, Knurów
3. **Monika Koczaj,** Przychodnia Awicenna, Tychy

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU
1. **dr n. med. Agata Gawrychowska,** 3D Smile Stomatologia Cyfrowa, Katowice
2. **Julia Woźniak,** Stoma-Dental, Rybnik
3. **Patrycja Kokot,** Rajdent, Częstochowa

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Anna Stryj,** Szpital Miejski, Zabrze
2. **Patrycja Nicia,** Szpital im. Rudolfa Weigla, Blachownia
3. **Monika Zagórska-Raba,** Piekarskie Centrum Medyczne, Piekary Śląskie

GINEKOLOG ROKU
1. **Anna Romowicz-Osuch,** Specjalistyczna Praktyka Lekarska, Bielsko-Biała
2. **Maciej Hartleb,** Hygge Clinic, Katowice
3. **Dominik Wójtowicz,** Szpital Wojewódzki, Bielsko-Biała

CHIRURG ROKU
1. **Maciej Urlik,** Śląskie Centrum Chorób Serca, Zabrze
2. **Grzegorz Kuballa,** Szpital Rejonowy im. dr Józefa Rostka, Racibórz
3. **Marek Grabowski,** Centrum Leczenia Oparzeń, Siemianowice Śląskie

ORTOPEDA ROKU
1. **Michał Mojżesz,** Szpital Wojewódzki, Bielsko-Biała
2. **dr Wojciech Rydzewski,** Indywidualna Praktyka Lekarska, Katowice
3. **Jakub Hawranek,** Szpital Miejski, Zabrze

FIZJOTERAPEUTA/OSTEOPATA ROKU
1. **Robert Nawrot,** Fizjomet, Zawiercie
2. **Adrian Prietz,** Fizjoterapia AP Therapy, Tychy
3. **Patrycja Wilczyńska,** Scoliolab - Specjalistyczne centrum leczenia skolioz i schorzeń kręgosłupa, Tychy

KARDIOLOG ROKU
1. **Monika Kozieł-Siołkowska,** Neuro-med, Racibórz
2. **Adam Golda,** Szpital Miejski, Gliwice
3. **dr n. med. Justyna Małyszek-Tumidajewicz,** Caalm Clinic, Tarnowskie Góry

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Maciej Cofalik,** Śląski Szpital Urologiczny, Katowice
2. **Grzegorz Wagner,** NZOZ Szpital Śląskie Centrum Urologii, Chorzów
3. **Paweł Sorek,** Śląski Szpital Urologiczny, Katowice

OKULISTA ROKU
1. **Magdalena Lasek-Górska,** Indywidualna Praktyka Lekarska Magdalena Lasek-Górska, Katowice
2. **Agnieszka Gorostowicz,** Przychodnia Merkury Sp.zo.o., Dąbrowa Górnicza
3. **Iwona Rokita-Wala,** Gabinet Okulistyczny Iwona Rokita-Wala, Katowice

DERMATOLOG ROKU
1. **Kinga Nicer,** Gabinet Dr Kinga Nicer, Częstochowa
2. **Joanna Magdziarz-Orlitz,** Derma-Clinic dr Orlitz, Częstochowa
3. **Agata Filipowska-Grońska,** ISPL Agata Filipowska-Grońska, Czeladź

LARYNGOLOG ROKU
1. **Katarzyna Tarsa,** ZCO Szpital Specjalistyczny, Dąbrowa Górnicza
2. **Maciej Hajduga,** Szpital Chirurgii Małoinwazyjnej i Rekonstrukcyjnej, Bielsko-Biała
3. **Jacek Pałac,** Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. św. Barbary nr. 5, Sosnowiec

ANESTEZJOLOG ROKU
1. **Anna Pióro,** Śląskie Centrum Chorób Serca w Zabrzu, Zabrze
2. **Anna Szczepańska,** Górnośląskie Centrum Medyczne, Katowice
3. **Katarzyna Sopotnicka,** Szpital Specjalistyczny, Zabrze

NEUROLOG ROKU
1. **Dawid Plutowski,** Gabinet Neurologiczny Plutowski Dawid, Radlin
2. **Dariusz Kaczmarek,** Prywatny Gabinet Lekarski, Częstochowa
3. **Anna Starostka-Tatar,** NZOZ Novia med, Chorzów

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Damian Chmielarz,** Re-Vital, Gliwice
2. **Patrycja Szarwark,** EPIONE, Katowice
3. **Szczepan Nowak,** SPZOZ Szpital nr 2 im. dr Tadeusza Boczonia, Mysłowice

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Nina Kania,** Dziewiąta Apteka Zdrowit, Racibórz
2. **Łukasz Hebdowski,** Czwarta Apteka Zdrowit, Wodzisław Śląski
3. **Adam Kunert,** Apteka Zdrowit, Knurów

RADIOLOG/TECHNIK ELEKTRORADIOLOG ROKU
1. **Piotr Lenkowiec,** Polsko-Amerykańskie Kliniki Serca, Ustroń
2. **Kinga Gawęda,** Konior Clinic, Bielsko-Biała
3. **Klaudyna Szlachta,** Gabinet diagnostyczny, Poraj

ONKOLOG ROKU
1. **Marta Mianowska-Malec,** Centrum Diagnostyki i Leczenia Chorób Piersi, NIO, Gliwice
2. **Agata Kachel-Flis,** CM Orbimed, Tychy
3. **Katarzyna Galwas,** Narodowy Instytut Onkologii II Klinika Radioterapii i Chemioterapii, Gliwice

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU
1. **Mariusz Bodzioch,** Gabinet Psychoterapii Psyche w Przychodni Termed, Lubliniec
2. **Justyna Polańska,** Prywatna Praktyka Psychologiczna, Chorzów
3. **Lucyna Legierska,** SZOZ Hipokrates, Pszczyna

Pamiętasz z wizyty nie plombę, a człowieka

Stomatolodzy dbają o zdrowie naszej jamy ustnej, leczą zęby, wykonują zabiegi, pomagają... Stop, przecież to jest jasne! I tak z ręką na sercu: po latach pamiętasz z wizyty u dentysty plombę czy człowieka po drugiej stronie fotela? Specjalistę, którego cechuje nie tylko profesjonalizm, ale też cierpliwość i życzliwość. Lekarza, który pomaga pokonać lęk przed fotelem dentystycznym i wyjaśnia, co będzie robione, uśmierza strach dziecka. To wiedza specjalistów, ale także ich empatia i zaangażowanie mogą zmienić nie tylko przebieg leczenia, ale także całe nasze podejście do zdrowego i pięknego uśmiechu. Właśnie takich lekarzy, w tym dentystów, nominowaliście do wielkiego plebiscytu Medycznego Hipokrates 2026. - Wierzymy, że najlepszym głosem w tej sprawie są sami pacjenci. To oni wiedzą, komu zawdzięczają poczucie bezpieczeństwa i opiekę na najwyższym poziomie. Dlatego dziś kolejny raz możemy poznać bliżej lekarzy nominowanych do akcji - mówi dziennikarka Katarzyna Adamczyk.

Szczegóły na dziennikzachodni.pl/hipokrates

Najwyższej jakości leczenie, a także ludzkie podejście do pacjenta

- Zawód stomatologa był niemalże wpisany w moje DNA poprzez rodzinne tradycje. Oboje rodziców było i jest stomatologami, więc w połączeniu z moją skłonnością do majsterkowania w dzieciństwie, szczególnie w obrębie drobnych i precyzyjnych mechanizmów, wybór ten dokonał się niejako sam. I okazał się strzałem w tzw. „dziesiątkę". Stomatologia to drobna i bardzo wymagająca zabiegówka. Po studiach, z premedytacją, poszedłem swoją ścieżką, żeby zyskać szersze spojrzenie na całą dziedzinę, aby po kilku latach nawiązać także rodzinną współpracę - opisuje dr n. med. Maciej Masny (MasnyClinic, Zabrze). Stomatologia jest wolnym zawodem, który daje mu wiele satysfakcji. Ale najwięcej dają mu pacjenci, którzy wracają i mówią, że nigdy nie czuli się tak dobrze u żadnego lekarza: - Wiem, że jest to efekt nie tylko najwyższej jakości leczenia, ale także naszego ludzkiego podejścia do pacjenta.

Dużą radość daje mu szeroki uśmiech pacjenta. Ponieważ wykonuje dużo prac wysokoestetycznych (metamorfozy uśmiechu, implanty, korony, licówki), często przeprowadza metamorfozy u ludzi, którzy ze względu na stan uzębienia przestali się uśmiechać. Gdy uśmiech wraca i zmienia ich twarz - to dla dr. Masnego jest właśnie bezcenne.



Inaczej być nie mogło. Tata pokazał jej, jak ważna i piękna to profesja

- Z pełną świadomością mogę stwierdzić, że w moim przypadku tak musiało być, gdyż mój nieżyjący już tato był znanym w Lublińcu technikiem dentystycznym, a jego siostra, mieszkająca w Warszawie, lekarzem dentystą. Z tatą przez wiele lat współpracowałam przy wykonywaniu prac protetycznych i do chwili obecnej wielu pacjentów bardzo dobrze wspomina naszą współpracę i pozostaje wiernych mnie oraz tej pracowni - wspomina Katarzyna Wierzbowska (Prywatny Gabinet Dentystyczny Lek. Dent. Katarzyna Wierzbowska, Kochanowice).

Oczywiście największą satysfakcję daje jej to, że w realny sposób może pomagać pacjentom w wielu sytuacjach. Jest to przede wszystkim ulga w bólu, jak również przywrócenie funkcjonalności narządu żucia i po prostu ładnego uśmiechu.

Czego pacjenci często nie widzą, patrząc na jej pracę? - Zawsze jestem zaangażowana w to, co robię, w pewnym sensie przeżywam każdy przypadek, czasem śni mi się po nocach, czy na pewno zrobiłam wszystko, co mogłam... Nie mogę pominąć też faktu, że to zawód, który jest dość wyczerpujący fizycznie - cierpią oczy, ręce i kręgosłup, ale cóż, taka praca... Po wielu latach nie zamieniłabym jej na inną - przekazuje Katarzyna Wierzbowska.



PSYCHIATRA ROKU
1. **Wojciech Gruenpeter,** GrunMed, Sosnowiec
2. **Sandra Jonczyk,** Poradnia zdrowia psychicznego - Medopsi, Katowice
3. **Anna Trzcińska-Wontek,** Safmed, Sosnowiec

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
1. **Katarzyna Chrobok,** 3D Smile Stomatologia Cyfrowa, Katowice
2. **Ilona Hyrnik,** Świat Zdrowia Centrum Medyczne, Tychy
3. **Marcelina Łukasik,** Vigor Point, Gliwice

PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU

synoptis® pharma

eprasa.pl ec09358b39

PROGRAMOWO

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Krystyna martwi się o Tomka. Daria i Krzysztof zamieszkali razem i obojgu jest dobrze. Jedna z pielęgniarek zgłasza Gośce, że Sara ją okradła. Monitoring nie pozostawia wątpliwości. Gośka zmierza oddać pieniądze za nią, ale coś w niej pęka. Tego dnia ma odbyć się komisja mobbingowa, Rogowski nieopatrznie mówi o tym Krzysztofowi i Darii, którzy nie mieli o tym pojęcia. Na SOR trafia kobieta w 36 tygodniu ciąży, która zemdlała w domu. Wymaga intubacji, jest nieprzytomna. Dochodzi do zatrzymania krążenia, stan pacjentki jest krytyczny. Dr Bursztyn wykonuje cesarskie cięcie. Krzysztof chce porozmawiać z synem, uwierzył w oskarżenia wobec niego. Adrian daje znać matce, że urodził jej się wnuk. Chce spotkać się z Sabiną.

G. 16:55

Gliniarze Śląsk

Polsat

Pod wiaduktem kolejowym został brutalnie zamordowany 16-letni kieszonkowiec. Gutek i Kowalski rozpoczynają śledztwo, które prowadzi ich do rodzinnej szajki złodziei na terenie Chorzowa. Głównym podejrzanym staje się ojciec ofiary – recydywista. Okazuje się jednak, że chłopak prowadził podwójne życie, a jego śmierć może mieć związek z nieudanym skokiem, zemstą i romansem z dziewczyną z bogatego domu. Finał śledztwa przynosi tragiczne konsekwencje. Równolegle Gutek dotrzymuje obietnicy i pomaga Kowalskiemu w polowaniu na Mitręgę. Jednocześnie Gutek próbuje poradzić sobie z narastającym konfliktem z synem Dawidem, który po wyroku sądu wciąż nie potrafi zaakceptować konsekwencji własnych decyzji.



G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Hubert w kompletnej tajemnicy przed Pauliną szykuje wypasioną podróż poślubną – oczywiście na możliwości swojego budżetu. Tymczasem Paulinę odwiedza była żona Huberta. Czy to, z czym przychodzi, pokrzyżuje plany nowożeńców? Odpowiedź wcale nie jest jednoznaczna... Z kolei Kacper składa Julce propozycję na wspólny wypad. To, czego nie wie, to że to samo popołudnie zaplanował już dla niej Paweł... Gdy panowie orientują się w sytuacji, żaden z nich nie chce być kulturalnym dżentelmenem i odpuścić. Przeciwnie, zaczyna się „walka kogutów" o pierwszeństwo! Tego Julka jednak ma dość i każe im się wreszcie dogadać. Czy to się uda? Emilka zapewnia Bartka, że cieszy się jego szczęściem. Prawda jest zgoła inna: wciąż nie może się pogodzić z utratą. Gdy Ilona próbuje nawiązać z nią relację, traci cierpliwość i wygarnia rywalce, co o niej myśli.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN

Lew spotyka w szpitalu Grega – Kalski zamierza wykorzystać urlop i... wrócić do pracy! Nalepa nie wytrzymuje... W tym czasie Roztocka jedzie do Eweliny, która wróciła do męża-potwora. Błaga ją, żeby ratowała siebie i córkę! Kobiety nakrywa wracający Greg. Siłą odciąga Weronikę od żony i grozi Roztockiej... śmiercią! Z kolei Judyta spędza kolejną noc z Fabianem – szczęśliwa oznajmia mu, że zarząd telewizji właśnie zatwierdził jej program! Gdy Bradecka idzie pod prysznic, Krawiec widzi w jej telefonie powiadomienie o terminie chemioterapii jej synka. Fabian alarmuje szefa – Judyta nie da rady uciągnąć nowego projektu, bo jej syn ma białaczkę! Gwiazdor jako prowadzącego proponuje siebie – w duecie z... Martą! Kajtek martwi się o sąsiadkę, którą wczoraj napadł „czyściciel" mieszkań – ale obiecał pani Janinie, że nikomu o tym nie powie. Chłopak sprytnie podpytuje rodziców, czy można kupić połowę mieszkania, w którymś ktoś żyje... Jakiś czas później Monika widzi jak sąsiadka przegania jakiegoś mężczyznę – nie wie, że ten zaproponował Janinie odkupienie jej połowy mieszkania za jakieś grosze!



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Gloria z Begerem wciąż ukrywają przed wszystkimi z pracy, że na nowo są parą. Łatwo nie jest... Z kolei Maria jedzie do Krakowa, gdzie spotyka się z dawną koleżanką ze szpitala – pielęgniarką Teresą. Kobieta może jej pomóc w walce z Jakubem Dobrym. Na kolejnym dyżurze pacjentem Julki zostaje młody sprinter – nastolatek, który zemdlał podczas treningu. Gdy chłopiec przechodzi w szpitalu badania, jego serce nagle staje, a jego matka, będąca w zaawansowanej ciąży, traci w dodatku wody płodowe. Gdy doktor Zawada stawia w końcu diagnozę, okazuje się, że medycznej pomocy wymaga także ojciec młodego pacjenta. Tymczasem Blanka wciąż rozpacza po zniknięciu córki, a szalona porywaczka – Zuza – gromadzi pieniądze na ucieczkę z kraju, gotowa do wyjazdu. Mała Nina zaczyna jednak nagle poważnie chorować...

eprasa.pl ec09358b39

KRZYŻÓWKA NR 167

Poziomo:

3) rysunkowy lub mieszkalny,
6) informacje w komputerze,
11) przemawia pięknym językiem,
12) mocne, ciemne piwo,
13) paraliżuje przed publicznym występem,
14) kobiecy powab i wdzięk,
15) krzykliwy ptak nadmorski,
16) dawna złota moneta wenecka,
17) jednostka administracyjna w Szwajcarii,
18) solenizantka z 25 sierpnia,
19) cieplny lub słoneczny,
21) wojskowy traktat północnoatlantycki,
23) David, aktor z serialu „Kryminalne zagadki Miami”,
26) Salvador, hiszpański malarz, surrealista,
27) Gall, autor „Kroniki polskiej”,
30) prezenterka programu „Nasz nowy dom”,
31) pieszczotliwie o małym burku,
34) Nicole, zagrała główną rolę w filmie „Australia”,
38) tajne sprzysiężenie, zmowa,
39) poręczyciel pożyczki, gwarant,
40) oficerska w polskiej armii,
41) … Cyms, polski piosenkarz i autor tekstów,
42) element elektroniczny z trzema elektrodami.

Pionowo:

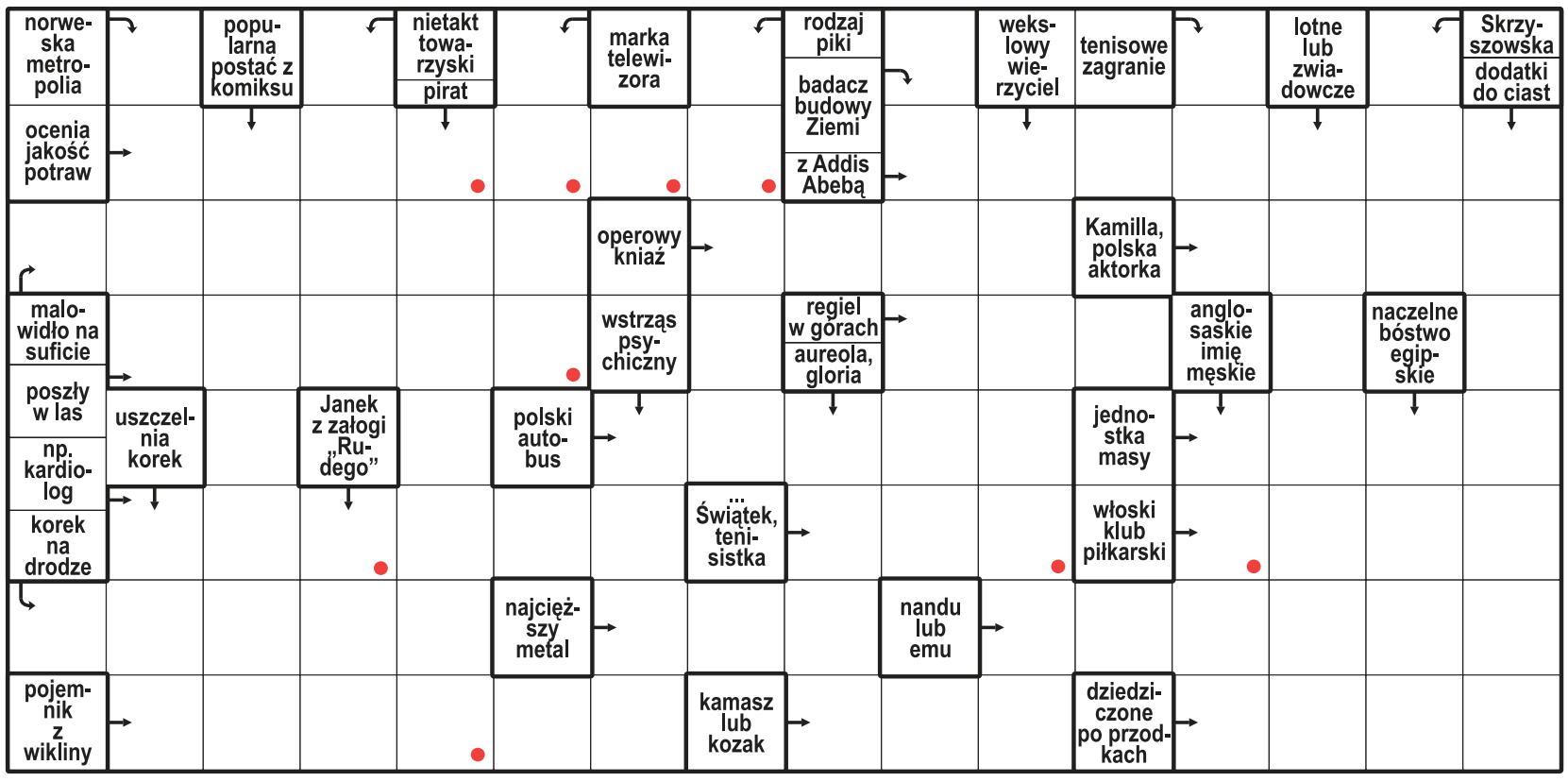
1) mały chłopiec, szkrab,
2) rzadkie imię męskie,
3) przeciwnik Juliusza Cezara,
4) twarda podstawa, fundament,
5) wpleciona w warkoczyk,
6) wiara w złe duchy, diabliczność,
7) scena dla iluzjonisty i klauna,
8) wzorzec jednostki miary,
9) jednostka wojskowa w starożytnym Rzymie,
10) stan odrętwienia, zobojętnienie,
20) zakres działania, dziedzina,
22) pilnik o grubych nacięciach,
24) przyrząd do wykonywania ćwiczeń siłowych,
25) Jan, trener polskiej reprezentacji w piłce nożnej,
28) wyborczy lub elektryczny,
29) niewielka przyczyna pożaru,
31) film w reżyserii Krystyny Jandy,
32) epos Homera o wojnie trojańskiej,
33) ciężka praca, harówka,
35) Jan … Sztaudynger, fraszkopisarz,
36) Karol, śląski działacz narodowy,
37) przyroda oraz zachodzące w niej zjawiska i procesy.

AUTOPROMOCJA 0111226848
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 32 555 02 05

ROZWIĄZANIE NR 166

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KOSZYKARZ.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, ale nie pod wpływem emocji. Horoskop dzienny mówi, że ktoś miło Cię zaskoczy.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojny dzień sprzyja rozmowom i planom. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji.

Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawa wiadomość i nowe możliwości. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na ludzi.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o odpoczynek i bliskich. Horoskop dzienny zapowiada, że szczera rozmowa rozwieje wątpliwości.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi pamiętać o potrzebach innych ludzi.

Rak (22.06 - 22.07)
Dobra organizacja pomoże Ci osiągnąć cel. Horoskop dzienny na środę mówi, że ucieszy to nie tylko Ciebie.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci do Twoich relacji. Horoskop dzienny podpowiada, by nie bać się wyrażać uczuć.

Panna (23.08 - 22.09)
Odkryjesz coś ważnego. Horoskop na dziś sugeruje nie zdradzać jednak wszystkich swoich planów.

Waga (23.09 - 22.10)
Energia sprzyja przygodom i nowym znajomościom. Horoskop dzienny na środę radzi nie bać się zmian.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by znaleźć też chwilę dla siebie i bliskich.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Uda Ci się zrealizować wszystkie zaplanowane zadania. Horoskop na dziś mówi, że postanowisz to uczcić.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Twoje propozycje będą padać na podatny grunt. Horoskop dzienny na środę zapowiada udany dzień.

eprasa.pl ec09358b39

PLEBISCYT EDUKACYJNY 2026

Są z uczniami w latach, gdy są jak młode ptaki i rozwijają skrzydła

Przygotowują do matury, uczą zawodu. Pomagają odkrywać zainteresowania i podejmować decyzje, które decydują o przyszłości. Potrafią zarazić pasją do swojego przedmiotu, zachęcić do wysiłku i dodać odwagi. Dziś bliżej przedstawiamy nauczycieli szkół ponadpodstawowych.

To właśnie w liceach, technikach i szkołach branżowych młodzi ludzie zaczynają budować podwaliny pod swoją dalszą edukację i przyszłą karierę. Belfrom takiego poszukującego młodego człowieka przydają się jednak nie tylko wiedza i doświadczenie, ale też cierpliwość, poczucie humoru i zwyczajna życzliwość. Nauczyciele szkół ponadpodstawowych mają różne specjalizacje, doświadczenia i sposoby pracy, ale wszyscy na co dzień spotykają się właśnie z młodymi ludźmi, którzy powoli wkraczają w dorosłość i potrzebują jeszcze nie tylko tych, którzy tłumaczą świat, ale i czynią go łatwiejszym do zniesienia. Wielu z nas nawet po latach pamięta nauczyciela, który w ciekawy sposób prowadził lekcje, pomógł rozwinąć talent albo uwierzył w nas wtedy, gdy sami mieliśmy jeszcze wątpliwości. - Za takimi wspomnieniami stoją konkretni ludzie, którzy każdego dnia wchodzą do swoich klas z nowymi pomysłami, energią i zaangażowaniem, by rozpalić w uczniach pasję. Ale co sprawiło, że sami wybrali ten zawód? Co najbardziej lubią w swojej pracy, co daje im satysfakcję i czym zajmują się po szkolnym dzwonku? O to zapytaliśmy uczestników tegorocznego wielkiego Plebiscytu Edukacyjnego -mówi Katarzyna Adamczyk, która opiekuje się tą akcją od strony redakcyjnej.
Poznajmy więc historie, zainteresowania i pasje kolejnych nauczycieli. Możecie o nich poczytać również na naszej stronie.

Więcej o akcji na:
dziennikzachodni.pl/nauczyciel

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

- Z radością oddaję się nauczaniu - mówi



Angelikę Targosz-Czmajduch (Liceum Ogólnokształcące L Kwadrat, Bielsko-Biała) do zawodu skierowała głęboka pasja do nauki biznesu i zarządzania oraz naturalna potrzeba dzielenia się z innymi tą wiedzą, którą zdobyła przez wieloletnie doświadczenie jako osoba zarządzająca w instytucjach finansowych i przedsiębiorca. Obserwowanie, jak dzieci i młodzież chłoną wiedzę, zmieniają się i rozwijają swoje skrzydła. - Z radością oddaję się nauczaniu. Wierzę, że każdy uczeń ma w sobie ogromny potencjał, a moją rolą jest pomóc mu go dostrzec i rozwinąć. Staram się być nauczycielem, który nie tylko tłumaczy, ale też inspiruje, wspiera i pomaga uwierzyć w siebie. Edukacja jest dla mnie czymś znacznie więcej niż przekazywaniem wiedzy. To spotkanie z drugim człowiekiem, budowanie relacji i rozbudzanie ciekawości, która pozostaje na całe życie - podkreśla. Jako nauczyciel biznesu i zarządzania stawia na rozwój kompetencji 4K - kreatywność, komunikacja, kooperacja, krytyczne myślenie, bo są niezbędne do osiągnięcia sukcesu we współczesnym świecie.
Prywatnie pasjonują ją podróże, poznawanie nowych kultur i przyrody.

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

To właśnie te małe sukcesy są najważniejsze



Filip Tasarz (Zespół Szkół Techniczno - Usługowych im. Jana Pawła II, Tarnowskie Góry) mówi, że pomysł na pracę nauczyciela dojrzewał w nim stopniowo. Od lat jest związany z tańcem jako tancerz, trener i instruktor. I właśnie tam odkrył, jak dużą satysfakcję daje mu przekazywanie wiedzy, tłumaczenie i obserwowanie postępów innych. - Z czasem naturalnie przeniosłem tę pasję również do szkoły i matematyki. Lubię pokazywać uczniom, że nawet to, co początkowo wydaje się trudne, można zrozumieć, jeśli znajdzie się odpowiedni sposób wyjaśnienia - wyjaśnia. Nie było jednej konkretnej osoby, która zdecydowała o wyborze tej drogi - największą inspiracją byli i nadal są dla niego ludzie, z którymi pracuje. Największą satysfakcję daje mu moment, kiedy uczeń, który wcześniej mówił „nie umiem" albo „nie rozumiem", nagle odkrywa, że jednak potrafi. To właśnie te małe sukcesy są dla niego najważniejsze. Ceni też relacje z uczniami, ich zaufanie i świadomość, że nauczyciel może mieć wpływ nie tylko na ich wiedzę, ale również na pewność siebie i podejście do własnych możliwości.

LIDERZY RANKINGÓW

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

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Ewa Struzik,** Zespół Szkolno-Przedszkolny, Ogrodzieniec
2. **Justyna Olewska,** Przedszkole Miejskie nr 46, Sosnowiec
3. **Milena Grabowska,** Niepubliczne Anglojęzyczne Przedszkole Montessori Kajtuś II, Rybnik

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

1. **Jolanta Graca,** Zespół Szkół nr 1, Jeleśnia
2. **Martyna Olborska,** Niepubliczna Szkoła Mistrzostwa Sportowego OLYMPIC im. Śląskich Olimpijczyków, Żory
3. **Iwona Redel,** Zespół Szkół, Sławków

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Anna Rębisz,** Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 5, Gliwice
2. **Monika Woynar,** Szkoła Podstawowa nr 38 Im.Wojska Polskiego, Chorzów
3. **Krystian Kotarski,** Szkoła Podstawowa nr 21 im. S. Konarskiego, Częstochowa

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Aleksandra Kolanek-Gielzak,** Technikum nr 3 w Zespole Szkół nr 4, Tychy
2. **Angelika Targosz-Czmajduch,** Liceum Ogólnokształcące L Kwadrat, Bielsko-Biała
3. **Arkadiusz Panfil,** Zespół Szkół nr 2 im. Wojciecha Korfantego, Jastrzębie-Zdrój

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **Wiktoria Kolano,** Akademia WSB, Dąbrowa Górnicza
2. **Katarzyna Olejniczak-Szuster,** Politechnika Częstochowska, Częstochowa
3. **Magdalena Skonieczna,** Politechnika Śląska, Gliwice

DYREKTOR SZKOŁY LUB PRZEDSZKOLA

1. **Małgorzata Drzewiecka,** Szkoła Podstawowa im. Marii Konopnickiej, Przeczyce
2. **Marta Dunat,** Zespół Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych, Bielsko-Biała
3. **Krzysztof Wrzalik,** Szkoła Podstawowa im. 6 Pułku Piechoty, Stary Broniszew

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Katarzyna Madej,** Niepubliczna Szkoła Podstawowa EduHub, Katowice
2. **Joanna Chmiel,** Niepubliczne Przedszkole Językowe Wyspa Szkrabów z Oddziałami Specjalnymi
3. **Katarzyna Chmielewska,** Szkoła Podstawowa nr 13 im. św. Barbary, Katowice

LOGOPEDA ROKU

1. **Agata Tober,** Przedszkole Miejskie nr 40, Sosnowiec
2. **Anna Szelest,** Prywatny Gabinet Logopedyczny - Anna Szelest, Czechowice-Dziedzice
3. **Karol Pawlas,** Zespół Szkolno-Przedszkolny, Marklowice

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Niepubliczne Przedszkole Pingwinki,** Świętochłowice, Śląska 23
2. **Przedszkole nr 11,** Tarnowskie Góry, Mickiewicza 18
3. **Niepubliczne Przedszkole Stowarzyszenia Przyjaciół Szkół Katolickich im. Dzieciątka Jezus,** Częstochowa, Sieroszewskiego 16

SZKOŁA ROKU

1. **Szkoła Podstawowa im. Marii Konopnickiej,** Przeczyce, Tysiąclecia 6
2. **Niepubliczna Szkoła Podstawowa Finova,** Częstochowa, Krasińskiego 12
3. **Miejskie Przedszkole nr 25,** Ruda Śląska, Skargi 117

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **Edun Korepetycje,** Bielsko-Biała, Barlickiego 11/2
2. **Angielski z Fantazją,** Bielsko-Biała, Cieszyńska 70
3. **Centrum Edukacyjne Welcome,** Mysłowice, Rynek 26A

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

eprasa.pl ec09358b39

REKLAMA 0011603868

OBWIESZCZENIE WOJEWODY ŚLĄSKIEGO nr IFXIII.7821.20.2026 z dnia 22 października 2026 r.

Na podstawie art. 11f ust. 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity: Dz.U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity: Dz.U. 2025 r. poz. 1691) podaję do publicznej wiadomości, że Wojewoda Śląski postanowieniem z dnia 20 października 2026 r., znak: IFXIII.7821.20.2026, stwierdził niedopuszczalność odwołania od decyzji Starosty Myszkowskiego nr 7/26 z dnia 16 czerwca 2026 r., udzielającej zezwolenia na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa drogi gminnej ul. Wesoła w miejscowości Żarki Letnisko, gm. Poraj" Kategoria drogi D", sprostowanej postanowieniem Starosty Myszkowskiego z dnia 7 października 2026 r.

POUCZENIE

Postanowienie Wojewody Śląskiego jest ostateczne w administracyjnym toku instancji.
Wszystkie zainteresowane strony mogą zapoznać się z jego treścią w budynku Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w Katowicach, ul. Jagiellońska 25, w godzinach pracy Urzędu, po uprzednim uzgodnieniu z inspektorem prowadzącym sprawę pod numerem telefonu: 32 20 77 976.
Zgodnie z art. 50, art. 53 § 1 i art. 54 § 1 ustawy z dnia 30 sierpnia 2002 r. Prawo o postępowaniu przed sądami administracyjnymi (t.j. Dz.U. z 2026 r. poz. 143 z późn. zm.), stronom przysługuje prawo wniesienia skargi na ww. postanowienie do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Gliwicach za pośrednictwem Wojewody Śląskiego, w terminie 30 dni od dnia jego doręczenia.

REKLAMA 0011603610

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY POCZESNA

o konsultacjach społecznych projektu uchwały Rady Gminy Poczesna w sprawie przyjęcia Regulaminu określającego zasady wyznaczania składu oraz zasady działania Komitetu Rewitalizacji Gminy Poczesna

Na podstawie art. 6 i art. 7 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 9 października 2015 r. o rewitalizacji (Dz. U. z 2024 r. poz. 278, z 2026 r. poz. 912)

Wójt Gminy Poczesna podaje do publicznej wiadomości informację o:

Przystąpieniu do konsultacji społecznych projektu uchwały Rady Gminy Poczesna w sprawie przyjęcia Regulaminu określającego zasady wyznaczania składu oraz zasady działania Komitetu Rewitalizacji Gminy Poczesna.

Przeprowadzenie konsultacji społecznych ma na celu zebranie uwag, opinii, propozycji i wniosków interesariuszy rewitalizacji.

Konsultacje społeczne rozpoczynają się w dniu 28.10.2026 r. Termin składania uwag do projektu uchwały Rady Gminy Poczesna w sprawie przyjęcia Regulaminu określającego zasady wyznaczania składu oraz zasady działania Komitetu Rewitalizacji Gminy Poczesna ustala się od dnia 28.10.2026 r. do dnia 4.12.2026 r.

Konsultacje społeczne prowadzone są w następujących formach:
1) zbieranie uwag w postaci papierowej lub elektronicznej, poprzez wypełnienie formularza uwag dostępnego w sekretariacie Urzędu Gminy Poczesna i zamieszczonego w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna: http://bip.poczesna.pl/ oraz na stronie internetowej Gminy Poczesna: https://poczesna.pl/ – w ramach ogłoszenia o konsultacjach społecznych;
2) spotkanie konsultacyjne dla interesariuszy rewitalizacji, które odbędzie się w dniu 17.11.2026 r. o godz. 14:00 w Sali Sesyjnej Urzędu Gminy Poczesna, podczas którego będzie można zgłaszać opinie, sugestie oraz uwagi ustne do protokołu;
3) wypełnienie ankiety w formie elektronicznej dostępnej pod adresem: https://ankieta-komitet-poczesna.ankietaplus.pl/
4) zbieranie uwag ustnych do protokołu w Urzędzie Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, pokój nr 12 – w godzinach pracy Urzędu.

Projekt uchwały Rady Gminy Poczesna w sprawie przyjęcia Regulaminu określającego zasady wyznaczania składu oraz zasady działania Komitetu Rewitalizacji Gminy Poczesna wraz z załącznikami jest dostępny w Rejestrze Urbanistycznym, a ponadto w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna, na stronie internetowej Gminy Poczesna oraz do wglądu w Urzędzie Gminy Poczesna.

Uwagi w postaci papierowej lub elektronicznej można składać:
1) za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres: poczesna@poczesna.pl lub skrzynki e-Doręczenia: AE:PL-11466-86123-AVGFA-23;
2) drogą korespondencyjną na adres: Urząd Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna;
3) osobiście w sekretariacie Urzędu Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, w godzinach pracy Urzędu;
4) za pośrednictwem formularza elektronicznego dostępnego pod adresem: https://formularz-komitet-rewitalizacji-poczesna.ankietaplus.pl

Uwagi ustne do protokołu można zgłaszać w Urzędzie Gminy Poczesna, ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, pokój nr 12, w godzinach pracy Urzędu, a także podczas spotkania konsultacyjnego.

Niezwłocznie po zakończeniu konsultacji społecznych zostanie opracowany raport podsumowujący ich przebieg, zawierający w szczególności wykaz zgłoszonych uwag wraz z propozycją ich rozpatrzenia i uzasadnieniem oraz protokoły z przeprowadzonych w ramach konsultacji czynności. Raport zostanie udostępniony w Rejestrze Urbanistycznym, a ponadto w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna oraz na stronie internetowej Gminy Poczesna. Raport będzie również dostępny do wglądu w Urzędzie Gminy Poczesna, pokój nr 12 – w godzinach pracy Urzędu. Zamieszczenie raportu w Rejestrze Urbanistycznym kończy konsultacje społeczne.

Wójt Gminy Poczesna
Artur Sosna

Niniejsze ogłoszenie zostaje podane do publicznej wiadomości:
1) przez publikację w prasie w rozumieniu art. 7 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1984 r. – Prawo prasowe (Dz. U. z 2018 r. poz. 1914);
2) przez wywieszenie w widocznym miejscu na tablicach ogłoszeń na obszarze rewitalizacji oraz w siedzibie Urzędu Gminy Poczesna;
3) przez udostępnienie informacji w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Poczesna: http://bip.poczesna.pl/ oraz na stronie internetowej Gminy Poczesna: https://poczesna.pl/;
4) w sposób zwyczajowo przyjęty w danej miejscowości.

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011604343

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

WÓJT GMINY BOBROWNIKI INFORMUJE,

że ogłoszony został II przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż prawa własności nieruchomości położonej w gminie Bobrowniki, w sołectwie Bobrowniki, przy ul. Czapli, zapisanej w księdze wieczystej prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Czeladzi nr **KA1B/00029110/6** oznaczonej w katastrze nieruchomości obrębu Bobrowniki jako działka:

Lp.	Oznaczenie nieruchomości		Cena wywoławcza w zł netto	Wysokość wadium w zł	Godzina przetargu
	Nr działki	Powierzchnia w m²			
1	2	3	4	5	6
1)	2989	1098	200 000,00	20 000,00	8:00

Przetarg odbędzie się **w dniu 30 listopada 2026 r. o godzinie podanej w kolumnie 6 powyższej tabeli** w sali **nr 25** (II piętro) Urzędu Gminy Bobrowniki w Bobrownikach (42-583), ul. Gminna 8.

Ogłoszenie o przetargu wywieszono na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Bobrowniki, opublikowano na stronie internetowej Urzędu Gminy Bobrowniki (adres strony: www.bobrowniki.pl) oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Bobrowniki (adres strony: www.bip.bobrowniki.pl), a także na tablicach ogłoszeń w sołectwie Bobrowniki.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargów można uzyskać w Referacie Mienia Komunalnego i Zagospodarowania Przestrzennego Urzędu Gminy Bobrowniki, ul. Gminna 8, 42-583 Bobrowniki, pok. nr 17, tel. 32 287 78 87 wew. 51, 41.

REKLAMA 0011604686

OGŁOSZENIE PREZYDENT MIASTA KATOWICE

informuje

o wywieszeniu na okres 21 dni wykazu z dnia 26.10.2026 r. dotyczącego sprzedaży 22 lokali mieszkalnych wraz ze sprzedażą udziału w gruncie w trybie bezprzetargowym na rzecz ich najemców.

Niniejszy wykaz został wywieszony na tablicy ogłoszeń w Biurze Obsługi Mieszkańców Urzędu Miasta Katowice, ul. Rynek 1 (I piętro), a ponadto został zamieszczony na elektronicznej tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Katowice przy ul. Rynek 1 (parter) i przy ul. Młyńskiej 4 (parter).

Wykaz dostępny jest w godzinach pracy Urzędu:
poniedziałek – środa w godz. 7.30 – 15.30
czwartek w godz. 7.30 – 17.00
piątek w godz. 7.30 – 14.00

oraz na stronie internetowej www.katowice.eu i w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.katowice.eu

Informacji w przedmiotowej sprawie udziela się pod numerami telefonu 32/ 259 33 56, 259 31 76 oraz w siedzibie Urzędu Miasta Katowice, ul. Młyńska 4, V piętro, pok. 517.

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTOSKUP osobowe, dostawcze (stan obojętny) Dojazd, gotówka 602-871-305, 515-274-430 Własny transport

Praca

ZATRUDNIĘ

PŁYTKARZA od zaraz Katowice, 601-418-896

Zdrowie

ZABIEGI

BUSKO-ZDRÓJ, Pensjonat Sanato Jesienne pobyty lecznicze i wypoczynkowe w promocyjnych cenach.
Tel: 41/378-19-48, 696958319
www.sanato.com.pl

Usługi

BIUROWO - PROJEKTOWE

ŚWIADECTWA energetycz: 606307123

PRZEPROWADZKI

A-Z Przeprowadzki+Ekipa: 504709047

Różne

KUPIĘ monety, banknoty, starocie, znaczki, medale, zegarki, rogi, płyty, widokówki, porcelanę: 660-482-319.

Usługi pogrzebowe

0011457765

POGOTOWIE POGRZEBOWE
KATOWICKIE CMENTARZE KOMUNALNE
ul. Murckowska 9, Katowice
Całodobowo:
32-255 15 51, 607 399 321
www.kck.katowice.pl

eprasa.pl ec09358b39

SPORT

Sport w telewizji w środę 28 października
- 12.25 Piłka nożna: Siarka Tarnobrzeg - Lech Poznań, PP (TVP Sport)
- 20.20 Siatkówka: Projekt Warszawa - Aluron Zawiercie (Polsat Sport 1)
- 20.25 Piłka nożna: Lechia Gdańsk - Jagiellonia, PP (TVP Sport)

PIŁKA NOŻNA - STS PUCHAR POLSKI

Drugoligowiec z Łęcznej wyrzucił GieKSę za burtę

Rafał Musioł

Kompromitacja GKS Katowice. Koszmarny błąd bramkarza i bardzo słaba gra jego kolegów doprowadziły do porażki z Górnikiem Łęczna.

W poprzedniej edycji STS Pucharu Polski GKS Katowice dotarł do półfinału, gdzie po epickim boju przegrał z Rakowem Częstochowa. W tej zespół Rafała Góraka w pierwszej rundzie miał wolny los jako europucharowicz, a w 1/16 trafił na Górnika Łęczna, rozgrzanego już zwycięstwami nad KKS-em Kalisz i - po karnych - Stalą Mielec.

Szkoleniowiec ekstraklasowej drużyny na mecz z drugoligowcem wystawił mocny skład, z drobnymi korektami. Do jedenastki wrócił Arkadiusz Jędrych, a w bramce stanął Maciej Kikolski. I ta druga decyzja okazała się brzemienna w skutkach. W 32 minucie golkiper podał piłkę... Dawidowi Tkaczowi, a ten zdobył gola.

Prowadzenie Łęcznej było zasłużone. Katowiczanie grali słabo, a ich akcje ofensywne istniały tylko teoretycznie. Pewnym zaskoczeniem był więc brak zmian w przerwie.

Za to już po niecałym kwadransie Rafał Górak dokonał trzech. Od tego momentu GKS osiągnął przewagę i zaczął grać konkretniej. Minuty jednak nieubłaganie uciekały, a Kuba Wilk pozostawał niepokonany. To pomogło Górnikowi, który w 70 minucie przeprowadził dwa ataki, zakończone stuprocentowymi okazjami do podwyższenia prowadzenia. Wtedy jednak Kikolski spisał się bezbłędnie.

GKS nie potrafił udowodnić wyższości nad drugoligowcem i zbliżał się do kompromitującej porażki. W 84 minucie Bartłomiej Korbecki ruszył z kontrą ze środka boiska, wychodząc sam na sam z bramkarzem, ale już w polu karnym kompletnie się pogubił i ostatecznie strzelił z ostrego kąta obok słupka. Takie akcje powinny się zemścić. Tyle, że goście nie potrafili tej zemsty dokonać. Po najsłabszym występie w tym sezonie zasłużenie przegrali w Łęcznej i pożegnali się z Pucharem Polski już w swojej pierwszej rundzie.



PAP/WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Katowiczanie (z lewej Erik Jirka) zagrali najsłabszy mecz w sezonie i zasłużenie odpadli z STS Pucharu Polski po porażce w Łęcznej

1/16 STS PUCHAR POLSKI

Górnik Łęczna - GKS Katowice 1:0 (1:0)

1:0 Dawid Tkacz (32)

Łęczna Wilk - Myszor, Radkowski (38. Radkowski), Turek, Kruk, Rogala (69. Quainoo) - Janaszek (69. Niewiarowski), Walski, Tkacz (81. Deja), Ahmedow - Antkowiak (81. Korbecki). Trener: Jurij Szatałow.

GKS Kikolski - Jirka (57. Galan), Olsen (57. Czerwiński), Jędrych, Klemenz - Wdowiak, Milewski, Wolski (76. Kowalczyk), Nowak, Wędrychowski (57. Bartlewicz) - Szkurin (76. Kokosiński). Trener: Rafał Górak.

Żółte kartki Myszor - Milewski

Sędziował Paweł Malec (Łódź)

Widzów 2.500

POZOSTAŁE MECZE

Olimpia Grudziądz - Bruk-Bet Termalica Nieciecza 0:1 (0:0), spotkania Motor Lublin - Raków Częstochowa i Piast Gliwice - Górnik Zabrze zakończyły się po zamknięciu wydania. Dziś grają m.in. Znicz Pruszków - Ruch Chorzów (g. 17.30), GKS Tychy - Pogoń Siedlce (18.30).

SZACHY

Ponad tysiąc dzieci zagrało w Spodku i każde wróciło do domu z nagrodą

Jacek Sroka

Wczoraj w Katowicach rozegrano 11. edycję Synerise Ogólnopolskich Mistrzostw Szkół i Przedszkoli w szachach.

To było wielkie święto szachów. - Jesteśmy dumni, że kolejny raz Ogólnopolskie Mistrzostwa Szkół i Przedszkoli w szachach odbyły się właśnie w Katowicach. W świątyni sportu w Spodku rywalizowało ponad tysiąc dzieciaków - stwierdził Maciej Stachura, wiceprezydent Katowic.

Imprezę rozegrano już po raz jedenasty i cieszyła się ona ogromnym zainteresowaniem miłośników królewskiej gry. Dość powiedzieć, że wszystkie miejsca w tym turnieju zostały zajęte już półtora miesiąca wcześniej.

- Tak ogromny odzew bardzo nas cieszy. Komplet uczestników na 40 dni przed turniejem to w szachach prawdziwy ewenement i wyraźny sygnał, jak duże jest zainteresowanie królewską grą - powiedział Łukasz Brożek, pomysłodawca i dyrektor mistrzostw.

Występ w legendarnym Spodku, który był areną największych sportowych i muzycznych imprez, był dla dzieci wielkim przeżyciem, które zapamiętają na lata.

- W naszym turnieju grali zarówno początkujący, jak i bardziej doświadczeni zawodnicy. Spodek jest miejscem szczególnym dla całego polskiego sportu, także dla szachów. Ta dyscyplina ma zresztą niezwykłą cechę: dziecko może rywalizować w niej z dorosłym i wcale nie stoi w takim pojedynku na straconej pozycji - stwierdził Szymon Walter, jeden z organizatorów wydarzenia.

Przy szachownicach w Spodku spotkali się przedstawiciele przedszkoli i szkół z całego kraju. Dla tych najmłodszych przedszkolaków to często był jeden z pierwszych tak dużych turniejów w życiu.

- Najmłodszy uczestnik w historii naszych mistrzostw miał niespełna 3,5 roku. Przez jedenaście edycji imprezy zagrało u nas blisko 12 tysięcy młodych szachistów - dodał Brożek.

Organizatorzy postanowili, że każde dziecko wyjedzie ze Spodka z uśmiechem, dobrymi wspomnieniami i ochotą na kolejne partie. Dlatego wszyscy uczestnicy turnieju otrzymali nagrodę i paczkę upominkową.

W poszczególnych kategoriach zwyciężyli: Zuzanna Zięba i Hugo Kempa (przedszkola), Ida Wilczyńska i Antoni Urtnowski (klasy 1), Alicja Bryła i Wiktor Łuczyszyn (klasy 2), Lidia Szczypka i Paweł Bajek (klasy 3), Milena Pienio i Artur Noga (klasy 4), Zuzanna Cyboran i Albert Janik (klasy 5), Angelina Nguyen Doan i Aleksander Cichocki (klasy 6), Zuzanna Kamińska i Paweł Brzezina (klasy 7), Lena Uliasz i Hubert Olbrycht (klasy 8) oraz Emilia Szopa i Władysław Pyciński (szkoły ponadpodstawowe). Organizatorami turnieju byli Fundacja 64 POLA oraz UKS 21 Podlesie.



FOT. MARZENA BUGAŁA-ASTASZOW

Występ w Spodku był dla małych szachistów ogromnym przeżyciem

PIŁKA NOŻNA

Ekstraklasa będzie grać w niedzielę w nocy

Rafał Musioł

Prezes Marcin Animucki w „Studiu Sport" w Wirtualnej Polsce poinformował, że w najbliższym sezonie pojawi się nowa godzina rozgrywania meczów.

- Na kolejny sezon mamy jedną nowość, czyli mecz w niedzielę o godz. 20.00 - ujawnił Marcin Animucki, prezes Ekstraklasy S.A.

Pomysł zdecydowanie nie przypadł do gustu kibicom, którzy zwracają uwagę na porę zakończenia spotkań w kontekście poniedziałkowych porannych obowiązków.

Szef Spółki podkreśla jednak, że zarówno oglądalność do tej pory - testowo - rozgrywanych meczów, jak i akceptacja ze strony najlepszych zespołów, które w czwartek rozgrywają mecze w Lidze Europy lub Konferencji, są argumentem „za". W założeniu miałby to być hit każdej kolejki.

Sprawy nie komentują na razie stacje telewizyjne zainteresowane transmitowaniem rozgrywek. Obecny nadawca - Canal+ - posiada prawa, które wygasają z końcem obecnego sezonu.

- Ekstraklasa przygotowała już ofertę pakietów dla nadawców, którzy chcą pokazywać polskie rozgrywki w latach 2027-2031 - poinformował prezes Animucki.

Opcji ma być co najmniej kilkanaście, a wstępne rozmowy już trwają, także z platformami streamingowymi, m.in. Amazonem, Disney+ i DAZN. Za obecny pakiet (2023/24 - 2026/27) Canal+ zapłacił w sumie 1,3 mld zł.

eprasa.pl ec09358b39