DZIŚ STRONA ZDROWIA

# TAK ROZPOZNASZ ZAWAŁ SERCA

OBJAWY TRZEBA ZNAĆ, TA WIEDZA MOŻE URATOWAĆ ŻYCIE

Nr ISSN 0137-9526
Nr indeksu 348-570

www.gp24.pl

Nr 221 (5979) | Nakład: 4.179 | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS POMORZA
DZIENNIK POMORZA
74 lata

Środa, 23.09.2026

OBYCZAJE
**Dzień z życia farmaceuty:** Tasiemiec w słoiku, rozbierający się pacjenci, recepta z gołębnika

KRAJ
**ABW zatrzymała 17-latka,** który przygotowywał masowy zamach terrorystyczny m.in. na szkołę i meczet

**Relaks**
**Krzyżówki, prognoza pogody i co warto obejrzeć w TV**

**Region**

## Dron w pobliżu bazy w Redzikowie. MON uspokaja

W pobliżu amerykańskiej bazy obrony przeciwrakietowej w Redzikowie wykryto nieuprawniony bezzałogowy statek powietrzny.
**– Str. 3**

**Region**

## Problemy z jakością wody. Sanepid wydał ostrzeżenia

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Słupsku przeprowadziła kontrolę jakości wody w mieście i powiecie słupskim.
**– Str. 4**

**ZUS informuje:** Dodatek pielęgnacyjny wliczą do limitu renty wdowiej
**– Str. 5**

**Rebelianci Huti** atakują strategiczne góry w Jemenie
**– Str. 8**



FOT. AFP/EAST NEWS

**Region**

# Grzybobranie pełne pułapek. Rozsądek w lesie, a potem na talerzu pożądany

Patryk Czerwiński

**Grzybobranie to dla wielu Polaków ulubiona tradycja. Wystarczy jednak chwila nieuwagi lub zbyt duża pewność siebie, by w koszyku wylądował okaz, który do złudzenia przypomina gatunek jadalny, a w rzeczywistości jest trujący. O niebezpieczeństwach związanych z grzybami opowiedziała ordynatorka oddziału pediatrycznego słupskiego szpitala.**



FOT. WOJCIECH FRELICHOWSKI

Lekarze apelują o ostrożność podczas zbierania grzybów

Większość śmiertelnych zatruć wynika z faktu, że silnie trujące grzyby, takie jak muchomor sromotnikowy (zielonawy), potrafią w młodym stadium przypominać pieczarki, gołąbki czy czubajki kanie. Strach przed pomyłką jest jednak tak duży, że do szpitali regularnie trafiają pacjenci po przypadkowym kontakcie z nieznanymi okazami.

– Mamy kilka przypadków, które nie były wprost zatruciami grzybowymi, ale raczej kontaktami z grzybami nieznajomego pochodzenia. W sierpniu trafił do nas pacjent w wieku 45 lat, który podczas jedzenia grzybów poczuł ich gorzki smak. Przestraszył się, że natrafił na grzyba trującego i przyjechał do szpitala. Został na obserwacji, nie miał żadnych objawów zatrucia i został wypuszczony do domu – opowiada Marcin Prusak, rzecznik prasowy Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku.

Podobne zdarzenia dotyczą także najmłodszych, którzy z ciekawości sięgają po rosnące na podwórkach grzyby.

– Niedawno do naszego szpitala trafiła 14-latka, która przyznała się, że pogryzła trujący grzyb. Nie zjadła go, a jedynie pogryzła. Została na obserwacji. Nie miała żadnych objawów zatrucia, więc wyszła do domu – wspomina Prusak.

W tym samym czasie do szpitala trafiła też pięcioletnia dziewczynka, która na podwórku zjadła nieznanego grzyba. Została na obserwacji, jednak u niej również nie było objawów zatrucia i szczęśliwie wróciła do domu. Prawdziwych zatruć na szczęście nie było od dłuższego już czasu.

### Podstępny przebieg zatrucia

Zatrucie grzybami jest niezwykle groźne, ponieważ jego pierwsze symptomy mogą być złudne, a po krótkiej poprawie dochodzi do dramatycznego pogorszenia stanu zdrowia.

– Zaraz po spożyciu grzybów trujących zwykle nie ma objawów. W zależności od tego, co to jest za grzyb, bo ten najgroźniejszy to jest muchomor sromotnikowy, ale inne grzyby też bywają trujące i one mają różne toksyny, które powodują takie objawy żołądkowo-jelitowe, czyli bóle brzucha, wymioty, biegunkę. To są te pierwsze objawy, które się pojawiają zwykle gdzieś tam po kilku godzinach od spożycia grzybów – tłumaczy Patrycja Harat-Smętek, ordynator oddziału pediatrycznego Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku.

Zwraca również uwagę na niebezpieczny moment, w którym dolegliwości chwilowo ustępują.

– Kiedy one miną, bo one samoistnie mogą się wygasić, następuje taka przerwa, kiedy pacjent się dobrze czuje i to jest kolejne kilkanaście godzin, czasem doba, czasem dwie, a potem dochodzi, jeżeli to jest muchomor sromotnikowy, do uszkodzenia wątroby – kontynuuje lekarka.

©℗

**Czytaj str. 4**

eprasa.pl f7ddd2de7a

**POLECAMY**

JUTRO: Bezpłatne leki dla seniorów PIĄTEK: Stała baza wojsk amerykańskich w Polsce?

23.09.2026
Środa

**Dziś imieniny obchodzą:** Bogusław, Tekla, Elżbieta
**Telefon alarmowy:** 112

GP24.pl GK24.pl GS24.pl

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

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

POLSKA PRESS GRUPA

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

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.gp24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

**Komentarz dnia**



## Arlena Sokalska:
## Czas przestać odwracać wzrok

*wokalista*

Rosja zaatakowała cele właściwie na granicy z Polską. Uderzenie w lokomotywę pociągu Kijów-Warszawa oraz w stację benzy nową tuż przy przejściu granicznym to nie były przypadki. Podobnie jak zmasowany atak dronów na tę część terytorium Ukrainy, która sąsiaduje z Polską.

Mniej więcej rok temu na nasz kraj nadleciały rosyjskie drony - nieuzbrojone, tzw. imitatory, które mają spowodować chaos w obronie przeciwlotniczej. To był jeden z pierwszych sygnałów, że Federacja Rosyjska ma plany co do krajów NATO. Świadczą o tym choćby incydenty, jakie miały miejsce w Polsce (wysadzone tory, tajemnicze pakunki, które miały wybuchnąć w samolocie transportowym), incydenty na Litwie, Łotwie, Estonii, ostatnio w Niemczech. To regularna wojna hybrydowa, którą miał zdefiniować Walerij Gierasimow, obecny szef sztabu generalnego Sił Zbrojnych Federacji Rosyjskiej. Wojna hybrydowa ma przede wszystkim wywoływać poczucie chaosu. Do chaosu w Polsce czy w innych krajach NATO jeszcze daleko, ale też i Rosjanie nie powiedzieli ostatniego słowa. O ile służby chyba już nauczyły się ogarniać chaos, jaki generowały rosyjskie drony wlatujące w polską przestrzeń powietrzną, o tyle dezinformacji, która jest jak trucizna, ogarniać wciąż nie potrafią. Bo znów, jak dokładnie rok temu, przy okazji wlotu dronów, pojawiły się dziesiątki postów w mediach społecznościowych obwiniających Ukrainę o wybuchy na granicy. Wtedy też media społecznościowe zostały zalane informacjami, jakoby była to ukraińska prowokacja. I wierzyli w to nawet dość racjonalni na co dzień ludzie. Czas przestać odwracać wzrok. Czas przestać mówić „to nie nasza wojna". Tak, to nasza wojna, by my też jesteśmy atakowani. ©℗

AUTOPROMOCJA

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

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

**POGODA**

dziś
16°C/10°C

jutro
16°C/10°C

**OBYCZAJE**

# Dzień z życia farmaceuty: tasiemiec w słoiku, rozbierający się pacjenci, recepta z gołębnika

**Adam Willma**

**- Te tabletki miały paskudny smak - narzeka pacjentka. - Bo były dopochwowe. Farmaceuci opisują w internecie najbardziej szokujące sytuacje, jakie spotkały ich w pracy.**




FOT. MALGORZATA GENCA /ZDJ. ILUSTRACYJNE

**Życie farmaceutów obfituje w sytuacje, które się filozofom nie śniły**

Farmaceutka Paulina Front napisała na swoim profilu w mediach społecznościowych, że praca w aptece prowadzi niechybnie do sytuacji, których później „nie da się odzobaczyć". Opowiedziała o przypadkach przelewania moczu ze słoika, kładzenia stóp na blat w celu pokazania grzybicy, zakrwawionych dokumentach oraz pacjentach wybierających preparaty z pomocą ezoterycznego wahadełka.

Farmaceutka poprosiła koleżanki i kolegów po fachu o dzielenie się własnymi historiami.

### Kał w kieszeni

Jedna z uczestniczek dyskusji opowiada o najbardziej kuriozalnym ze swoich doświadczeń: „Pacjent przyszedł i mówi: Chyba mam robaki. Pytam, po czym poznaje. A on: łup słoik na blat. O takie mi wyszło, jak się załatwiałem. A tam w słoiku tasiemiec uzbrojony. Byłam wtedy młodą farmaceutką i tego się nie da odzobaczyć".

Inna osoba wspomina żywe owsiki pełzające po okienku. Kolejna dostała do obejrzenia zasuszone owsiki. Zdarzył się rodzic, który przyniósł do apteki próbkę kału dziecka w słoiku.

Pewien starszy pan postanowił bardzo dokładnie wyjaśnić swój problem: „Pomimo zapewniania, że nie jest to konieczne, wyciągnął z kieszeni spodni zawiniątko z papieru toaletowego, delikatnie odwinął i pokazywał, jak wygląda jego stolec. Jedni noszą w kieszeni klucze, portfel, telefon, a inni swój kał".

### Magnes. Najlepiej na lodówkę

Kontakt z niektórymi klientami wymaga od farmaceuty szerokiej orientacji pozamedycznej: „Czy ma pan magnes? Tak, mam, najlepsza będzie firma organiczna... - i zaczynam wywód o magnezie. A pani z bardzo zdziwioną miną: Ale ja taki na lodówkę chciałam...".

Zdarzają się takie problemy: „Na nocnym dyżurze zadzwonił facet, który zapytał, co ma zrobić, bo jedzie teraz pociągiem i go gardło boli...".

### Leki wybrane przez wahadełko

„Machanie wahadełkiem przy wyborze leku. Najbardziej przerażające było to, że robiła to starsza lekarka".

Bywają też różdżki. „U nas były różdżki i pytanie: Czy to jest dobre dla mojego dobrostanu? Nie, dziękuję. Czy to jest dobre dla big pharmy? Tak, dziękuję. Rozważania dotyczyły pastylek na ból gardła".

Jedna z farmaceutek pisze: „Gdy pacjent wyciąga wahadło, to wstrzymuję oddech, bo kiedyś powiedział, że dzięki niemu może poznać również charakter człowieka".

### Proszę tego nie pokazywać

Najwięcej historii dotyczy pacjentów, którzy uznają, że opis słowny to za mało. „Pacjentka pokazała mi wysypkę na biuście, w całej okazałości, a ja w głowie miałam, że w jej wieku chcę taki biust".

Bywają nieporozumienia związane z przygotowaniem do pomiaru. „Koleżanka, w celu doboru pończoch uciskowych, zaprosiła pacjenta do pokoju pomiarów, żeby się przygotował, a sama poszła po coś na zaplecze. Kiedy weszła do pokoju, zastała pacjenta rozebranego do rosołu".

Inny pacjent chciał precyzyjnie wyjaśnić, czego potrzebuje: „Starszy pan chciał pokazać, czym kończy się cewnik. Wyciągał, wyciągał, a ja go powstrzymywałam, że już rozumiem, że pewnie chce kupić worek do moczu. Ale strach był...".

### Tabletki były niedobre

Nietypowa reklamacja: „Tabletki miały paskudny smak". Były dopochwowe.

Inna klientka chciała upewnić się, że wdobrze zrozumiała sposób stosowania preparatu. „Kobieta po zakupie Clotrimazolu stanęła w lekkim rozkroku i palcem, wskazując blisko krocza, chciała potwierdzenia, że ma tam smarować. No niby tam, ale tak obrazowo, bez krępacji, a kolejka stoi i słucha...".

### Recepta z gołębnika

„W erze recept papierowych, pan przyniósł receptę, która mu wypadła w gołębniku i przeleżała tam kilka dni".

Zdarzały się nietypowe przesyłki. „Glista w pudełku po lodach przyniesiona na biurko do poradni POZ. Był upalny dzień, lody nie wyglądały podejrzanie".

„Pacjent zaczął zmieniać worek stomijny. Ale coś poszło nie tak i zaczął krwawić, umazał ręce, siebie, nakapał na podłogę. Musiałyśmy mu podawać ręczniki papierowe, a podłoga po tym wszystkim myta była kilka razy". ©℗

eprasa.pl f7ddd2de7a

REGION

# Dron w pobliżu bazy w Redzikowie. MON uspokaja

oprac. Mariusz Surowiec

**W pobliżu amerykańskiej bazy obrony przeciwrakietowej w Redzikowie wykryto nieuprawniony bezzałogowy statek powietrzny - poinformował Onet. Serwis ujawnił, że zdarzenie zostało zgłoszone na numer alarmowy 112. Wczoraj MON wydało w tej sprawie komunikat prasowy.**



FOT. ŁUKASZ CAPAR

Budynek z radarem i systemami elektronicznymi - główny obiekt amerykańskiej bazy tarczy antyrakietowej w Redzikowie

Do zdarzenia miało dojść 15 września. O zdarzeniu powiadomiono odpowiednie służby, w tym policję. Onet ujawnił, że jednym z działań, na które zdecydowała się jednostka, było zgłoszenie incydentu na numer alarmowy 112.

Według Onetu Ministerstwo Obrony Narodowej, pytane o reakcję na incydent, nie przekazało szczegółowych informacji, powołując się na kwestie związane z bezpieczeństwem. Ministerstwo nie ujawniło również danych dotyczących systemów ochrony, wykrywania zagrożeń oraz walki elektronicznej rozmieszczonych w Redzikowie.

Przedstawiciele MON podkreślili jednocześnie, że każda nieuprawniona obecność drona w pobliżu chronionego obiektu wojskowego jest traktowana jako poważne zdarzenie.

Wczoraj MON, w związku z informacjami dotyczącymi wykrycia lotu drona w zakazanej strefie, wydało komunikat prasowy.

- W związku z pojawiającymi się w mediach informacjami na temat rzekomego przebywania drona nad bazą amerykańską w Polsce informujemy, że wykryty ok. km od bazy w Redzikowie cywilny, bezzałogowy statek powietrzny nie stanowił żadnego zagrożenia dla obiektów bazy i był cały czas obserwowany przez wojskowe systemy obrony powietrznej - czytamy w komunikacie.

- Dron nie operował nad bazą, ale jego lot odbywał się z naruszeniem strefy, w której obowiązuje zakaz lotów bezzałogowych statków powietrznych. Dron został wykryty, zidentyfikowano również miejsce, z którego operował operator drona. Zgodnie z obowiązującymi w Siłach Zbrojnych RP procedurami o zdarzeniu zostały poinformowane instytucje i służby, w tym Policja. Obserwacja obiektu odbywała się pod pełną kontrolą, dron nie zbliżył się do obiektów newralgicznych bazy w Redzikowie."

Komenda Miejska Policji w Słupsku powierdziła, że na numer alarmowy 112 wpłynęło zgłoszenie o dronie latającym w pobliżu bazy tarczy antyrakietowej w Redzikowie. W sprawie tego incydentu prowadzone jest postępowanie. ©℗

REGION

# Po weekendzie. Pijani kierowcy i utracone prawa jazdy

oprac. Patryk Czerwiński

**Policjanci podsumowali weekendowe działania na drogach Słupska i powiatu, podczas których udaremnili dalszą jazdę dziewięciu pijanym kierowcom, a podczas poniedziałkowej akcji „Trzeźwość" wykryli kolejnych 3 po użyciu alkoholu. Wszystkim odebrano prawa jazdy.**

Funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Słupsku pod od piątku do poniedziałkowego poranka udaremnili dalszą jazdę aż dziewięciu nieodpowiedzialnym kierowcom, którzy zdecydowali się wsiąść za kierownicę po spożyciu alkoholu.

Serię niebezpiecznych zdarzeń zapoczątkował w sobotę 57-letni motorowerzysta zatrzymany w Duninowie w gminie Ustka, który z wynikiem blisko dwóch promili alkoholu w organizmie miał trudności z utrzymaniem toru jazdy. Tego samego dnia, również w gminie Ustka 47-latek doprowadził do kolizji, mając ponad w wydychanym powietrzu ponad dwa promile.

Z kolei w niedzielny poranek w Kuleszewie w gminie Kobylnica 19-letni kierowca Peugeota uderzył w drzewo, a badanie wykazało u niego ponad dwa promile alkoholu.

Do kolejnych zatrzymań doszło w poniedziałek. W Kępicach wpadł 35-latek z cofniętymi uprawnieniami, a w Słupsku na ulicy Arciszewskiego zatrzymano 25-letniego obywatela Ukrainy kierującego dostawczym Oplem z ponad promilem alkoholu.

Kolejne przypadki z nietrzeźwymi kierowcami za kierownicą ujawniono podczas porannych kontroli na trasie S6.

- Wszystkie zatrzymane osoby, które spożywały wcześniej alkohol, straciły już swoje prawa jazdy - podsumowują słupscy policjanci.

Za kierowanie pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności, wysoka grzywna oraz wieloletni zakaz prowadzenia pojazdów. ©℗

AUTOREKLAMA 0111579653

2026 naszeDOBRE Z POMORZA

Zdobądź tytuł
**najlepszej marki** z Pomorza

**Nie czekaj, dowiedz się więcej!**
Katarzyna Kucaba, tel. 519 503 524
e-mail: katarzyna.kucaba@polskapress.pl




ORGANIZATOR
DZIENNIK BAŁTYCKI GP 24.pl

PATRONAT HONOROWY
MIECZYSŁAW STRUK
MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

PARTNER PLEBISCYTU
Pomorska Agencja Rozwoju Regionalnego
Słupski Inkubator Technologiczny
Słupska Specjalna Strefa Ekonomiczna

PARTNER WSPIERAJĄCY
EMKA

eprasa.pl f7ddd2de7a

REGION

# Problemy z jakością wody w części regionu słupskiego. Sanepid wydał ostrzeżenia

oprac. Patryk Czerwiński

**Sanepid przeprowadził kontrolę jakości wody w Słupsku i powiecie słupskim. W większości rejonów kranówka jest bezpieczna, jednak w kilku miejscowościach wykryto nieprawidłowości. Najtrudniejsza sytuacja jest w Piasecznie (gmina Potęgowo), gdzie ze względu na obecność enterokoków jelitowych woda nadaje się wyłącznie do spłukiwania toalet.**

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Słupsku przeprowadziła monitoring jakości wody przeznaczonej do spożycia na terenie miasta Słupska oraz okolicznych gmin.

- Woda z publicznych sieci wodociągowych na terenie Słupska i powiatu słupskiego jest bezpieczna i zdatna do spożycia przez ludzi, z wyjątkiem kilku miejscowości - informuje Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Słupsku.

W zależności od skali przekroczeń, sanepid nakazał zachowanie ostrożności, przegotowywanie wody przed spożyciem lub wprowadził całkowity zakaz jej używania.

Najpoważniejsza sytuacja występuje w miejscowości Piaseczno w gminie Potęgowo, gdzie w próbach wody stwierdzono obecność enterokoków jelitowych. Tamtejsza woda nie nadaje się do spożycia, przygotowywania posiłków, mycia zębów, kąpieli ani prania, a mieszkańcy mogą wykorzystywać ją wyłącznie do spłukiwania toalet

Zarządca wodociągu został zobowiązany do zapewnienia zastępczego źródła zaopatrzenia w wodę pitną do czasu usunięcia skażenia. Mniejsze obostrzenia wprowadzono w Grapicach i Grapiczkach, gdzie ze względu na obecność bakterii z grupy coli wodę należy gotować przez minimum dwie minuty przed spożyciem.



FOT. 123RF

Sanepid zapewnia, że na bieżąco monitoruje działania naprawcze podejmowane przez dostawców systemów wodociągowych w celu przywrócenia właściwej jakości wody

Podobne zalecenie przegotowywania wody, szczególnie dla dzieci, osób starszych i o obniżonej odporności, obowiązuje w Kępicach, Warcinie, Łużkach oraz Przytocku z uwagi na przekroczoną ogólną liczbę mikroorganizmów. Z kolei w miejscowościach Machowino, Zimowiska i Grabno w gminie Ustka oraz w Łebieniu i Zagórzycy w gminiDamnica odnotowano jedynie przekroczenia parametrów fizykochemicznych, takich jak mętność, żelazo czy mangan.

©℗

REGION

# Grzybobranie pełne pułapek. Rozsądek w lesie, a potem na talerzu pożądany

Patryk Czerwiński

**Grzybobranie to dla wielu Polaków ulubiona tradycja. Wystarczy jednak chwila nieuwagi lub zbyt duża pewność siebie, by w koszyku wylądował okaz, który do złudzenia przypomina gatunek jadalny, a w rzeczywistości jest śmiertelnie niebezpieczny. O niebezpieczeństwach związanych z grzybami opowiedziała ordynatorka oddziału pediatrycznego słupskiego szpitala.**

Objawy zatrucia grzybami zwykle pojawiają się gdzieś koło trzeciej, piątej doby od ich spożycia, a to już jest ciężkie uszkodzenie wątroby ze wszystkimi konsekwencjami. Patrycja Harat-Smętek, ordynator oddziału pediatrycznego Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku zaznacza, że jest to stan, który ciężko później naprawić.



FOT. GP24.PL

Niektóre grzyby trujące, do złudzenia przypominają grzyby jadalne

Warto pamiętać, że jeśli jedna potrawa była dzielona między kilka osób, brak objawów u innych nie jest gwarancją bezpieczeństwa. Trujący grzyb mógł trafić się tylko na jednym talerzu.

Patrycja Harat-Smętek twierdzi, że podawanie grzybów dzieciom niesie ze sobą ogromne ryzyko i to z kilku powodów. Po pierwsze, ze względu na niską masę ciała, u dzieci nawet niewielka ilość toksyny wywołuje znacznie cięższe objawy. Po drugie, obecność grzybów w diecie malucha komplikuje diagnozę w sezonie infekcyjnym.

- Najlepiej w ogóle dzieciom grzybów nie dawać. Bo tu jest jeszcze taka kwestia, że to, co ja na przykład obserwuję, to dzieci jedzą grzyby, potem pojawiają się te objawy, takie brzuszne właśnie, bóle brzucha, wymioty, biegunka, a pamiętajmy, że to jest sezon infekcyjny. Bardzo często jest tak, że pojawiają się objawy zwykłej infekcji, ale ponieważ jadł ktoś grzyby wcześniej, to jest podejrzenie, że mogło dojść do zatrucia grzybami i wtedy jest niepotrzebny stres z tego powodu – zaznacza ordynatorka.

Zasada podczas grzybobrania jest prosta. W razie jakichkolwiek wątpliwości co do gatunku, grzyb powinien zostać w lesie. A jeśli po spożyciu grzybów pojawią się jakiekolwiek dolegliwości żołądkowe, należy niezwłocznie skonsultować się z lekarzem.

©℗

REGION

# Nowy szlak konny i infrastruktura turystyczna

oprac. Patryk Czerwiński

**Gmina Damnica pozyskała 150 tys. zł unijnego dofinansowania z programu Fundusze Europejskie dla Pomorza 2021–2027 na projekt „Konno Wysoczyzną Damnicką przez Gminę Damnica".**

Przedsięwzięcie ma na celu wzmocnienie roli zrównoważonej turystyki w rozwoju gospodarczym regionu, udostępnienie walorów przyrodniczych oraz promocję aktywnego wypoczynku.

W ramach planowanych prac zostanie wytyczony 23-kilometrowy tematyczny szlak konny. Dodatkowo nad Łowiskiem „Perełka" powstanie zadaszona wiata służąca jako miejsce popasu i rekreacji.

Obiekt zostanie wyposażony w koniowiązy, bloki ułatwiające wsiadanie na konie, pojemniki na odpady oraz ławostoły umieszczone zarówno pod zadaszeniem, jak i na zewnątrz.

Całkowita wartość inwestycji wynosi 232 908,26 zł, z czego 150 tysięcy złotych stanowi wsparcie z programu Fundusze Europejskie dla Pomorza 2021-2027 (Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego). Jak zapowiadają urzędnicy, realizacja zadania zakończy się jeszcze w tym roku.

©℗

0011586620

Pani Angelice Madej oraz Najbliższym
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Mamy
składają
*Dyrektor, Pracownicy oraz Mieszkańcy*
*Domu Pomocy Społecznej w Machowinku*

eprasa.pl f7ddd2de7a

ŚWIADCZENIA

# Dodatek pielęgnacyjny wliczą do limitu renty wdowiej

Małgorzata Stempinska

**Od 1 lipca 2025 roku rozpoczęły się wypłaty z tytułu renty wdowiej. Warto wiedzieć, co się wlicza do jej limitu. ZUS wyjaśnia.**



FOT. FREEPIK.COM

**W przypadku przekroczenia limitu renty wdowiej łączna kwota świadczeń zostanie pomniejszona o kwotę przekroczenia**

Skontaktowała się z nami Czytelniczka.

- Od ponad roku pobieram rentę wdowią. W sierpniu skończę 75 lat i dostanę dodatek pielęgnacyjny. Czy będzie on wliczany do limitu renty wdowiej? Czy mogę przez niego stracić rentę? Dodam, że moja renta wdowia wynosi 4876 zł brutto - mówi pani Janina.

## Limit renty to prawie 6000 zł

Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego wyjaśnia, że dodatek pielęgnacyjny jest wliczany do limitu renty wdowiej. - Jeśli łączna kwota pobieranych świadczeń w ramach renty wdowiej wynosi 4876 zł brutto, to po doliczeniu dodatku pielęgnacyjnego w wysokości 366,68 zł brutto będzie to 5242,68 zł brutto. Kwota ta nie przekracza obowiązującego limitu, który obecnie wynosi 5935,47 zł brutto. Oznacza to, że samo przyznanie dodatku pielęgnacyjnego nie spowoduje utraty prawa do renty wdowiej - mówi Krystyna Michałek.

Jak dodaje, suma świadczeń wypłacanych w zbiegu nie może przekroczyć kwoty stanowiącej trzykrotność najniższej emerytury. Do tego limitu wlicza się również świadczenia wypłacane przez instytucje zagraniczne oraz inne niż jednorazowe świadczenia i dodatki przyznane na podstawie ustawy emerytalnej lub odrębnych przepisów, wypłacane łącznie ze świadczeniami uwzględnianymi przy ustalaniu renty wdowiej.

W przypadku przekroczenia limitu łączna kwota świadczeń zostanie pomniejszona o kwotę przekroczenia. W pierwszej kolejności pomniejszeniu podlegają świadczenia finansowane z budżetu państwa. Jeżeli natomiast renta rodzinna lub własne świadczenie jest równe limitowi albo go przekracza, renta wdowia nie przysługuje. W takiej sytuacji wypłacane jest jedno świadczenie - wyższe lub wybrane przez osobę uprawnioną.

Do limitu świadczeń w zbiegu nie wlicza się m.in.:

- świadczenia uzupełniającego dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji,
- rodzicielskiego świadczenia uzupełniającego,
- dodatkowego świadczenia rocznego,
- kolejnego dodatkowego świadczenia rocznego,
- świadczenia wyrównawczego dla działaczy opozycji antykomunistycznej lub osób represjonowanych z powodów politycznych,
- świadczenia wyrównawczego dla osób uprawnionych do wcześniejszej
- emerytury z tytułu opieki nad dziećmi wymagającymi stałej opieki,
- refundacji opłaconej na ubezpieczenie pojazdów samochodowych (OC/AC),
- świadczenia wspierającego,
- zasiłku pielęgnacyjnego,
- zasiłku stałego z pomocy społecznej.

## Najwięcej rent wdowich na Mazowszu

Poprosiliśmy ZUS o informację ile osób w naszym regionie pobiera rentę wdowią i jak Kujawsko-Pomorskie wypada w tej kwestii na tle kraju.

Jak się okazuje, w całej Polsce miesięcznie rentę wdowią otrzymuje ponad 993 tys. osób. W Kujawsko-Pomorskiem jest ich 56 tys., co daje nam ósme miejsce w kraju.

Najwięcej rent wdowich ZUS wypłaca miesięcznie na Mazowszu - ponad 121 tys. i na Śląsku - 117,7 tys. Kolejne miejsca w zestawieniu zajmują: Wielkopolska - 91,6 tys., Małopolska - 82,7 tys., Łódzkie - 80,1, Dolny Śląsk - 76,9 tys. i Podkarpacie - 57 tys.

Za nami w zestawieniu są: Lubelszczyzna - 55,3 tys., Pomorze - 55,2 tys., Pomorze Zachodnie - 45 tys., Świętokrzyskie - 38,8 tys., Warmia i Mazury - 35,6 tys., Lubuskie - 27,6 tys., Opolszczyzna - 26,7 tys. i Poodlasie - 26 tys. ©℗

AUTOPROMOCJA

GŁOS POMORZA

Czwartek
z dreszczykiem

gp24.pl

AUTOREKLAMA

strona podróży



Piąta strona świata

stronapodrozy.pl

REKLAMA 0011586060

Słupsk

*WYBIERAM SŁUPSK!*

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska ogłasza przetarg na sprzedaż nieruchomości lokalowej stanowiącej własność Miasta Słupska**

I nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 6 o pow. użytkowej **39,88 m²**, składającego się z 2 pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki z wc i pomieszczenia gospodarczego, położonego w budynku przy ul. **Podgórnej 2A** z udziałem **1047/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 774/4** o powierzchni 153 m² w obrębie nr **0006**, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW **SL1S/00022408/9.**

**Cena wywoławcza wynosi 250 000,00zł,**
**wadium 25 000,00zł,**

Sprzedaż nieruchomości zabudowanej zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025r. poz. 775)

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Armii Krajowej" na terenie o funkcji: tereny zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej lub usług (7MW-U). Budynek Podgórna 2A nie jest objęty ochroną konserwatorską.

**Przetarg odbędzie się w dniu 29.10.2026 r. o godz. 11:30 w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia **23.10.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr 08 1140 1153 0000 2175 4200 1011.

**Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 13.10.2026 r. o godz. 14:00**

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

**Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel.59 8488332**

*Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.*

REKLAMA 0011568928

XXV ZACHODNIOPOMORSKI FESTIWAL NAUKI W POLITECHNICE KOSZALIŃSKIEJ



TU.KOSZALIN.PL/ZFN2026

24 WRZEŚNIA'26
10:00-14:00

PATRONAT HONOROWY REKTORA POLITECHNIKI KOSZALIŃSKIEJ
PATRONAT HONOROWY MARSZAŁKA WOJEWÓDZTWA ZACHODNIOPOMORSKIEGO OLGIERDA GEBLEWICZA
PATRONAT PREZYDENTA KOSZALINA
Społeczna Odpowiedzialność Nauki III
Minister Nauki i Szkolnictwa Wyższego

Projekt finansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego w ramach Programu Społeczna Odpowiedzialność Nauki III

eprasa.pl f7ddd2de7a

# FOKUS

• **18 października we wszystkich parafiach** odbędzie się doroczne badanie praktyk religijnych, czyli liczenie katolików

**PRZESTĘPCZOŚĆ**

# Planował zamach na szkołę i meczet. 17-latek usłyszał zarzuty i został zatrzymany

ABW zatrzymała 17-letniego Pawła G., który przygotowywał masowy zamach terrorystyczny m.in. na szkołę i meczet – przekazał minister sprawiedliwości Waldemar Żurek

**oprac. Karolina Wrońska**

Prokurator generalny Waldemar Żurek poinformował we wpisie na X, że w domu Pawła G. zabezpieczono broń, materiały wybuchowe i nazistowską symbolikę.

Z komunikatu Prokuratury Krajowej wynika, że prokurator przedstawił Pawłowi G. zarzuty popełnienia od 28 maja do 20 września 2026 r. trzech przestępstw.

Najpoważniejszy z nich dotyczy przygotowywania zamachu terrorystycznego, w którym śmierć miałoby ponieść wiele osób. Pozostałe zarzuty dotyczą udziału w zorganizowanej grupie przestępczej, której celem miało być m.in. popełnianie przestępstw o charakterze terrorystycznym, propagowanie nazizmu i faszyzmu oraz nawoływanie do nienawiści.

Prokuratura podkreśliła, że na duże prawdopodobieństwo popełnienia przez podejrzanego zarzucanych mu przestępstw wskazuje zgromadzony w toku śledztwa materiał dowodowy, a w szczególności wyniki przeszukania miejsca zamieszkania oraz oględzin telefonów i innych elektronicznych nośników danych.

Podczas przeszukania znaleziono m.in. noże, bagnet do karabinka typu AKM, a także książki, naszywki i inne materiały zawierające symbolikę faszystowską i nazistowską. „Analiza danych znajdujących się na zabezpieczonych urządzeniach i nośnikach ujawniła korespondencję dotyczącą m.in. planowania masowych ataków, w tym ataku na szkołę i meczet, obserwacji potencjalnych celów i sposobów przeprowadzenia ataków, a także pozyskania broni, amunicji i wyposażenia wojskowego oraz użycia granatów i koktajli Mołotowa" – doprecyzowała prokuratura.



FOT. ADAM JANKOWSKI / ARCHIWUM

**Waldemar Żurek: Nie ma i nie będzie żadnej taryfy ulgowej dla faszyzmu, nienawiści i planowania krwawych zamachów w Polsce**

Paweł G. nie przyznał się do popełnienia zarzucanych mu czynów i odmówił składania wyjaśnień. Decyzją sądu na wniosek prokuratora został aresztowany na trzy miesiące.

Za przestępstwo przygotowania do zabójstwa wielu osób grozi 15 lat więzienia.

Prokuratura przekazała również, że sprawa dotycząca kolejnych dwóch osób współdziałających z podejrzanym została przekazana do właściwych sądów rodzinnych i nieletnich.

Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego poinformowała, że podobnie jak dwie osoby zatrzymane wcześniej Paweł G. był aktywny w grupach na Telegramie i Discordzie związanych ze środowiskami neonazistowskimi i ekstremistycznymi. „Uczestniczył w rozmowach o wcześniejszych zamachach i ich sprawcach. W części konwersacji pojawiały się również wątki dotyczące planowania potencjalnych ataków. Ich uczestnicy analizowali sposób działania sprawców zamachów terrorystycznych i traktowali ich jako źródło inspiracji" – dodała Agencja.

Według jej ustaleń Paweł G. należał do grupy Atomwaffen Polska i współtworzył grupę Bierut Soldier ZNB. W obu pojawiały się treści i symbolika neonazistowska oraz rozmowy dotyczące przemocy i zamachów.

Sprawę skomentował również w serwisie X rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych Jacek Dobrzyński, który przekazał, że Paweł G. to 17-latek z Siemianowic Śląskich.

„Zafascynowany ideologią nazistowską przygotowywał zamach terrorystyczny, w którym zginąć miało wiele osób. Planował zakup broni i wyposażenia wojskowego" – podkreślił.

Zaznaczył, że „w tej chwili analizowana jest sytuacja, czy jakaś osoba z zewnątrz – można śmiało powiedzieć – czy służby rosyjskie nie inspirują młodych osób do popełniania takich czynów". **PAP**

**POLITYKA**

## Wizyta szefa MON w Pentagonie odwołana

**oprac. Karolina Wrońska**

**Wbrew wcześniejszym zapowiedziom w środę nie dojdzie do wizyty ministra obrony Władysława Kosiniaka-Kamysza w Pentagonie.**

Resort obrony poinformował w poniedziałek, że na „pilną prośbę" strony amerykańskiej planowana na środę wizyta wicepremiera i szefa MON w Pentagonie odbędzie się w innym terminie. Tego samego dnia Pentagon poinformował, że zaplanowane na środę spotkanie Kosiniaka-Kamysza zostało odwołane z powodu konfliktu terminów i będzie przełożone.

– Była prośba strony amerykańskiej z uwagi, wydaje się, na wizytę przywódcy Chin (w USA) – powiedział Kosiniak-Kamysz. Jak mówił, ze względu na „całodniowe zaangażowanie" sekretarza wojny Pete'a Hegsetha poproszono o zmianę terminu.

Kosiniak-Kamysz zapewnił, że wraz z Hegsethem znajdą „dogodny termin". **PAP**

**RZĄD**

## Rząd decyduje ws. reformy ochrony zdrowia

**oprac. Karolina Wrońska**

**Zmiany, jakie proponujemy, uniemożliwią dalsze wyzyskiwanie NFZ – powiedział premier Donald Tusk przed wtorkowym posiedzeniem Rady Ministrów.**

Na wtorkowe posiedzenie rządu skierowanych zostało pięć projektów ustaw przygotowanych przez resort zdrowia. Jednym z nich jest propozycja zmian w wynagradzaniu lekarzy – wprowadzenie limitu zarobków w publicznej ochronie zdrowia oraz zasady, że maksymalnie pracować można na dwóch etatach.

Donald Tusk stwierdził, że najważniejsze z proponowanych rozwiązań uniemożliwią dalsze wyzyskiwanie NFZ, m.in. poprzez nieuzasadnione, wysokie zarobki czy nieścisłości w czasie pracy lekarzy. Przypomniał, że projekt zakłada maksymalne zarobki w publicznym systemie (w przypadku pracy na dwóch etatach) na poziomie ponad 70 tys. zł miesięcznie. **PAP**

**KRÓTKO**

**Podlaskie**

### 11-latek zaatakował koleżankę toporkiem

We wtorek, w jednej ze szkół w powiecie kolneńskim 11-letni chłopiec wszedł do szkoły z toporkiem i zaatakował nim uczennicę. 10-latka trafiła do szpitala. Natomiast 11-latek został obezwładniony przez rodzica jednego z uczniów – informuje policja.

**Warszawa**

### Kolejna osoba zatrzymana ws. Zondacrypto

W ramach śledztwa Zondacrypto zatrzymano kolejną osobę. To były funkcjonariusz policji, który współpracował z tą firmą – przekazał we wtorek szef MSWiA Marcin Kierwiński. Zatrzymanie potwierdziła też rzeczniczka prasowa Prokuratora Generalnego prok. Anna Adamiak, która przekazała, że zatrzymana osoba zostanie doprowadzona do prokuratury w Katowicach, by tam usłyszeć zarzuty. Nie podała jednak personaliów. Wedle doniesień mediów zatrzymany to emerytowany policjant z pionu cyberprzestępczości.

**Wojsko**

### Nowy dowódca wojsk dronowych

Wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz pytany o doniesienia o odwołaniu gen. Mirosława Bodnara ze stanowiska szefa Inspektoratu wojsk dronowych powiedział, że w ciągu najbliższych godzin wyznaczy nowego dowódcę. „Gen. Bodnar wykonał zadanie, które było mu polecone. Te działania, do których się zobowiązał, zostały wypełnione, a teraz będzie kontynuował swoją misję w Brukseli. Będzie tam współpracował z gen. Piotrem Błazeuszem, który jest naszym głównym przedstawicielem przy NATO i UE" – poinformował minister obrony.



FOT. KAROLINA MISZTAL

**Nie grozi nam brak paliwa na stacjach, rezerwy są nienaruszone, dostawy są zdywersyfikowane. (...) Najważniejsza jest dywersyfikacja, jestem o to spokojny**

**WOJCIECH BALCZUN**
minister aktywów państwowych

eprasa.pl f7ddd2de7a

NASZ PATRONAT

0011560023

# **Młodzi profesjonaliści w centrum transformacji.** Przed nami Polski Kongres Naftowy i Gazowniczy

**Europa przyspiesza transformację energetyczną, ale jednocześnie musi odpowiedzieć na pytanie: skąd wziąć bezpieczną i dostępną energię, zanim nowy, niskoemisyjny system będzie gotowy? O roli ropy naftowej i gazu ziemnego w gospodarce, bezpieczeństwie i drodze do energetyki przyszłości dyskutować będą eksperci podczas Polskiego Kongresu Naftowego i Gazowniczego, który odbędzie się w październiku w Warszawie. Ważnym głosem w tej debacie będzie Young Professionals Forum, czyli przestrzeń dla młodego pokolenia, które włącza się w odpowiedzialność za transformację polskiej energetyki.**




**Patronem medialnym wydarzenia jest Polska Press – zeskanuj umieszczony obok kod QR, aby dowiedzieć się więcej**

Wydarzenie organizowane przez ORLEN, zgromadzi w Warszawie międzynarodowych ekspertów i analityków, biznesowych praktyków oraz przedstawicieli nauki i administracji. Przez dwa dni, 21 i 22 października będą oni rozmawiać m.in. o znaczeniu ropy i gazu w transformacji energetycznej, zabezpieczeniu dostępu do złóż surowców oraz kompetencjach, jakie polskie przedsiębiorstwa mogą zdobywać przez udział w globalnym rynku ropy i gazu. Kongres, dzięki Young Professionals Forum otwiera przed przedstawicielami młodego pokolenia, szukającymi własnej drogi zawodowej w energetyce, możliwości poznania ekspertów branżowych, rozmów o ich doświadczeniach i wyzwaniach stojących przed sektorem naftowo-gazowniczym.

## Droga do energetyki przyszłości

Gros rozmów podczas Kongresu dotyczyć będzie nowych technologii, w tym roli sztucznej inteligencji, uczenia maszynowego i zaawansowanych rozwiązań wspierających operacje w sektorze naftowym i gazowniczym. Transformacja energetyczna bywa przedstawiana jako zastąpienie starych technologii nowymi, ale w praktyce granica między tymi światami jest znacznie mniej wyraźna. Przemysł naftowy i gazowniczy przez dziesięciolecia rozwijał kompetencje związane z geologią, inżynierią offshore, logistyką, automatyką, zarządzaniem wielkimi projektami czy analizą danych. Podobnie jest ze sztuczną inteligencją. Zaawansowana analityka i algorytmy predykcyjne pomagają w interpretacji danych geologicznych, optymalizacji produkcji oraz przewidywaniu i zapobieganiu potencjalnym awariom instalacji.

## Energia jutra zaczyna się od młodych

Szczególne miejsce w programie zajmie Young Professionals Forum, które ma skupić spojrzenie na branżę od strony biznesu, nauki i połączyć je z oczekiwaniami i aspiracjami młodego pokolenia. Jego uczestnikami będą przede wszystkim młodzi profesjonaliści – inżynierowie, specjaliści od cyfryzacji, osoby już związane z energetyką lub planujące karierę w tym sektorze, a także lokalni liderzy gospodarczy. I właśnie tutaj pojawia się kolejne wyzwanie: czy energetyka będzie wystarczająco atrakcyjna, aby przyciągnąć największe talenty?

Próbą odpowiedzi na pytanie co dalej z sektorem ropy i gazu oraz przedstawienia ewolucji kompetencji i nowych ścieżek rozwoju branży, widzianych oczami młodych, będzie panel dyskusyjny „Energia jutra zaczyna się od młodych". Uczestnicy panelu będą starali się odpowiedzieć na pytanie: czy dla młodych specjalistów liczą się już nie tylko wynagrodzenie i stabilność zatrudnienia. Czy może ważne są nowe technologie, możliwości rozwoju, ambitne projekty i poczucie realnego wpływu na otoczenie. Energetyka ma pod tym względem wiele do zaoferowania.

## Nowe technologie otwierają nowe ścieżki kariery

Kiedy myślimy o branży naftowo-gazowniczej, najczęściej przychodzą nam do głowy geolodzy, wiertnicy czy inżynierowie i specjaliści odpowiedzialni za eksploatację złóż. Tymczasem współczesny sektor Oil and Gas coraz bardziej przypomina zaawansowaną organizację technologiczną, która potrzebuje ekspertów z wielu nowych dziedzin. Cyfryzacja procesów, automatyzacja infrastruktury, rozwój sztucznej inteligencji sprawiają, że przed młodymi ludźmi otwierają się ścieżki kariery, które jeszcze kilkanaście lat temu nie były kojarzone z energetyką.

Firmy działające w branży coraz częściej zatrudniają analityków danych, programistów, ekspertów cyberbezpieczeństwa, specjalistów od chmury obliczeniowej czy inżynierów wdrażających rozwiązania oparte na sztucznej inteligencji. To właśnie oni pomagają analizować ogromne zbiory danych geologicznych, przewidywać wydajność złóż, optymalizować zużycie energii czy monitorować stan infrastruktury w czasie rzeczywistym.

Rosnące znaczenie mają również kompetencje związane z cyfrowymi bliźniakami złóż i całych kopalni, Internetem rzeczy czy robotyką. Coraz częściej, zarówno urządzenia na lądzie oraz morskie platformy wydobywcze, instalacje gazowe czy rurociągi są zarządzane przy wykorzystaniu zaawansowanych systemów cyfrowych, które wymagają współpracy informatyków, specjalistów AI i ekspertów od automatyki. Dla młodych ludzi oznacza to możliwość pracy przy projektach technologicznych o globalnej skali i realnym znaczeniu dla bezpieczeństwa energetycznego.

Branża staje się także atrakcyjnym miejscem dla specjalistów zajmujących się transformacją energetyczną i zrównoważonym rozwojem. Poszukiwani są eksperci od ograniczania emisji, technologii wychwytywania i składowania $CO_2$, gospodarki wodorowej czy raportowania ESG. Połączenie wiedzy technicznej, cyfrowych kompetencji i znajomości zagadnień klimatycznych staje się jedną z najbardziej pożądanych kombinacji umiejętności na rynku.

Dla młodych profesjonalistów oznacza to, że sektor Oil and Gas może być nie tylko miejscem pracy w tradycyjnych zawodach inżynierskich, ale również przestrzenią rozwoju dla osób zainteresowanych nowoczesnymi technologiami, innowacjami i budowaniem energetyki przyszłości. To właśnie dlatego wydarzenia, takie jak Young Professionals Forum pozwalają spojrzeć na branżę szerzej: jako na środowisko, w którym spotykają się inżynieria, cyfryzacja, sztuczna inteligencja i technologie, które w najbliższych dekadach będą zmieniać całą gospodarkę.

## Rozmowy, warsztaty, spotkania

Jednym z najciekawszych wydarzeń w ramach Young Professionals Forum będzie panel dyskusyjny „Więcej niż ropa i gaz: jak doświadczenia branży mogą napędzać rozwój nowych obszarów energetyki", który skupiać się będzie na tym, w jaki sposób technologie stosowane w branży naftowo-gazowniczej będą mogły znaleźć zastosowanie w innych gałęziach przemysłu.

Goście Young Professionals Forum będą także rozmawiać o technologiach, które stać będą za paliwami przyszłości. Debata „Od surowca do rynku – jak powstaje nowa generacja paliw i produktów niskoemisyjnych" poświęcona będzie prezentacji doświadczeń polskiego sektora energetycznego, związanych z rozwojem segmentu biopaliw oraz nowych modeli biznesowych, odpowiadających na wyzwania transformacji energetycznej. Istotnym elementem dyskusji, nie tylko z punktu widzenia młodych profesjonalistów, będzie to, jaką rolę w tej transformacji odegrają ludzie i ich kompetencje.

Uczestnicy Forum nie będą jedynie słuchaczami głosu liderów branży. W programie wydarzenia znalazły się także formaty networkingowe, sesje mentoringowe czy interaktywne warsztaty, dzięki którym młodzi uczestnicy będą mogli współtworzyć rozwiązania i przedstawiać własną wizję sektora. Będą mogli spotkać liderów branży z całego świata, a także spróbować zrealizować swój własny (choć symulowany) odwiert w poszukiwaniu ropy naftowej i gazu ziemnego.

## Między tym, co jest, a tym, co będzie

Polski Kongres Naftowy i Gazowniczy ma być miejscem rozmowy o tym co „pomiędzy" energetyką, którą znamy, a tą, którą dopiero budujemy. Jak wykorzystać zasoby, technologie, kapitał i kompetencje dzisiejszego sektora, aby bezpiecznie zbudować energetykę jutra? W Warszawie odpowiedzi będą szukać eksperci i liderzy branży. Równie ważny może okazać się głos tych, którzy wkrótce będą odpowiadać za funkcjonowanie tego systemu. Bo transformacja energetyczna to nie tylko inwestycje i technologie, ale przede wszystkim ludzie, którzy będą je projektować, wdrażać i rozwijać. To właśnie dlatego rozwój kompetencji i inwestycje w kapitał ludzki są integralnym elementem Strategii ORLEN 2035, realizowanej pod hasłem „Energia jutra zaczyna się dziś".

eprasa.pl f7ddd2de7a

IRAN

# Iran oferuje USA odblokowanie cieśniny Ormuz w ciągu tygodnia

oprac. Anna Nagel

**Iran zadeklarował gotowość do ponownego otwarcia cieśniny Ormuz w ciągu siedmiu dni, jeśli Stany Zjednoczone podejmą wstępne kroki w kierunku złagodzenia presji militarnej – przekazała we wtorek japońska agencja Kyodo.**

Propozycja, przekazana już Waszyngtonowi za pośrednictwem mediatorów, zakłada podjęcie rozmów mających na celu trwałe zakończenie działań wojennych między obu krajami – poinformował japońską agencję urzędnik.

Teheran zamierza wykorzystać odbywającą się w tym tygodniu w Nowym Jorku 81. sesję Zgromadzenia Ogólnego ONZ do konsultacji z państwami pełniącymi rolę pośredników.

Rozmówca Kyodo wykluczył możliwość spotkania prezydenta Iranu Masuda Pezeszkiana z prezydentem USA Donaldem Trumpem przy okazji tego wydarzenia. Zaznaczył jednak, że postęp w kierunku porozumienia jest możliwy.

– Istnieje szansa na zbliżenie się do porozumienia – stwierdził urzędnik, dodając, że jeśli dyplomacja ma przynieść efekty, Waszyngton musi wykazać się „powagą i zaangażowaniem".

Iran oczekuje ze strony Waszyngtonu sygnałów świadczących o gotowości do powrotu do negocjacji oraz podjęcia działań, zmierzających do zniesienia amerykańskiej blokady irańskich portów i wstrzymania operacji wojskowych w rejonie cieśniny Ormuz – przekazało źródło Kyodo.

W przypadku podjęcia takich kroków Iran jest gotów ponownie otworzyć ten strategiczny szlak wodny w ciągu siedmiu dni i powrócić do stołu negocjacyjnego.

Zdaniem Kyodo rosnący nacisk Teheranu na metody dyplomatyczne wynika z faktu, że ograniczenia nałożone na irańskie porty uderzają w eksport ropy naftowej, będący jednym z głównych źródeł dochodów kraju, znajdującego się w poważnym kryzysie gospodarczym. **PAP**



VAHID SALEMI/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

**Ruch w cieśninie Ormuz spowolnił do kilku, niekiedy kilkunastu statków dziennie**

BLISKI WSCHÓD

# Rebelianci Huti atakują strategiczne góry w Jemenie

Grzegorz Kuczyński

**W poniedziałek bojownicy Huti dążyli do przejęcia strategicznych wzniesień w Jemenie, aby odciąć wybrzeże Morza Czerwonego od pozostałych obszarów kontrolowanych przez siły wspierane przez Arabię Saudyjską.**

Błyskawiczny postęp tej wspieranej przez Iran grupy w tym miesiącu rozszerzył konflikt na Bliskim Wschodzie na nowy obszar działań wojennych i jeszcze bardziej zagroził globalnym dostawom węglowodorów.

Waszyngton jak dotąd odrzucał powtarzające się prośby saudyjskiego księcia Mohammeda bin Salmana o przyłączenie się do walk w Jemenie. Huti oświadczyli w sobotę, że ostrzelali Rijad, gdzie po głośnych wybuchach w pobliżu lotniska widoczne były słupy dymu. Arabia Saudyjska nie skomentowała pierwszych widocznych ataków na stolicę od czasu eskalacji konfliktu.

Huti, którzy od 2014 r. kontrolują stolicę Jemenu, zajęli w tym miesiącu wybrzeże Morza Czerwonego w ramach ofensywy, która rozgromiła siły rządu wspieranego przez Arabię Saudyjską. Według danych ONZ w wyniku nasilenia walk zginęło prawie 700 osób, a tysiące zostało rannych. Prawie 130 000 Jemeńczyków uciekło ze swoich domów, a ponad 3000 przedostało się łodziami przez Morze Czerwone do Afryki.

Pięć jemeńskich źródeł wojskowych poinformowało agencję Reuters, że Huti dążą obecnie do przejęcia strategicznych wzniesień, znanych jako góry Kahboub, w dwóch prowincjach – Taiz i Lahidż – które oddzielają wybrzeże Morza Czerwonego od kontrolowanego przez rząd południa.



FOT. AFP/EAST NEWS

**Huti odnoszą kolejne sukcesy w wojnie w Jemenie. Walczą obecnie o zdobycie gór Kahboub w prowincjach Taiz i Lahidż**

Walki koncentrują się na obrzeżach odległej górskiej dzielnicy Al-Wazi'iyah w prowincji Taiz oraz w Ras al-Ara wzdłuż wybrzeża Oceanu Indyjskiego, między ujściem Morza Czerwonego – zdobytego przez bojowników w zeszłym tygodniu – a bazą rządową w Adenie. Huti dążą do zabezpieczenia tyłów swoich sił wokół cieśniny Bab al-Mandab prowadzącej do Morza Czerwonego poprzez przejęcie kontroli nad tymi wzniesieniami. Pozwoliłoby im to otworzyć nowe fronty i pomogłoby chronić ich nowe pozycje.

Nasilenie walk między Arabią Saudyjską a Huti stawia Trumpa przed dylematem – z jednej strony znajduje się pod presją, by pomóc saudyjskim sojusznikom Waszyngtonu, z drugiej zaś obawia się dalszego rozszerzania głęboko niepopularnej wojny, którą rozpoczął w lutym przeciwko Iranowi.

Stany Zjednoczone bombardowały Huti przez dwa miesiące na początku 2025 roku, ale Trump odwołał te ataki po zawarciu zawieszenia i trzyma się z dala od konfliktu.

Kontrola Huti nad cieśniną Bab al-Mandab grozi odcięciem głównej alternatywnej trasy, z której Arabia Saudyjska korzystała do eksportu ropy, omijając zakłócenia w Cieśninie Ormuz.

Arabia Saudyjska zareagowała zwiększeniem transportów przez Ormuz, gdzie niewielka liczba tankowców coraz częściej kursuje tam i z powrotem, aby wywozić ropę, pobierając rekordowe opłaty sięgające nawet jednej czwartej wartości ładunku za podjęcie ryzyka związanego z sytuacją wojenną. Później ropa jest przeładowywana na inne statki na Oceanie Indyjskim, zmierzające do odbiorców w Azji lub w innych miejscach.

FRANCJA

# Prawie 1 mln euro przyniosła aukcja pamiątek po Brigitte Bardot

oprac. Anna Nagel

**Prawie milion euro przyniosła aukcja przedmiotów osobistych należących do zmarłej w zeszłym roku francuskiej legendy kina Brigitte Bardot.**

Podczas przeprowadzonej w poniedziałek w Paryżu licytacji wystawiono na sprzedaż 285 przedmiotów – od słomkowych kapeluszy, okularów przeciwsłonecznych i koszulek nocnych po zastawę stołową i meble z La Madrague i La Garrigue, domów Bardot w Saint-Tropez w południowo-wschodniej Francji, oraz z jej paryskiego mieszkania.

Dochody z aukcji zostaną przekazane założonej przez Bardot fundacji na rzecz dobrostanu zwierząt oraz jej jedynemu dziecku Nicolasowi-Jacques'owi Charrierowi.

Do udziału w aukcji zarejestrowało się około 3 tys. oferentów z Francji i zagranicy. – Brigitte Bardot po raz kolejny udowodniła, że jest niezwykłą alchemiczką: zamieniła około 50 tys. euro (szacowana wartość wystawionych na aukcji przedmiotów – red.) w prawie milion euro – powiedział AFP licytator Alexandre Millon.

Wśród przedmiotów, które osiągnęły cenę znacznie przewyższającą oczekiwania, są dwie obroże dla psów z zawieszką identyfikacyjną z imieniem Bardot oraz telefonem do jej domu La Madrague. Ich wartość szacowano na 30 euro za komplet, a zostały sprzedane rosyjskiemu nabywcy za 9,4 tys. euro. Autoportret aktorki osiągnął cenę prawie 40 tys. euro, natomiast maszyna do pisania, na której napisała autobiografię – 4634 euro. **PAP**

NIEMCY

# Dymisja po porażce partii w wyborach

oprac. Anna Nagel

**Przewodniczący CDU w Meklemburgii-Pomorzu Przednim Daniel Peters podał się do dymisji po rozczarowującym wyniku chadeków w niedzielnych wyborach landowych. Partia nie przekroczyła progu wyborczego.**

CDU uzyskała w Meklemburgii-Pomorzu Przednim najgorszy rezultat w wyborach na poziomie krajów związkowych, federalnych czy europejskich od czasu powstania partii w 1945 roku. Wynik 4,9 proc. nie pozwolił chadekom na przekroczenie progu wyborczego. Po raz pierwszy w historii RFN CDU nie znajdzie się w parlamencie kraju związkowego.

W reakcji na ten rezultat Peters, lider CDU w Meklemburgii-Pomorzu Przednim i główny kandydat chadeków w wyborach do regionalnego parlamentu, podał się do dymisji. – Jestem pewien, że w przyszłości CDU nadal będzie odgrywać kluczową rolę w Meklemburgii-Pomorzu Przednim, nawet jeśli nie będziemy już reprezentowani w landtagu – powiedział w poniedziałek.

Wybory w Meklemburgii-Pomorzu Przednim wygrała prawicowo-populistyczna Alternatywa dla Niemiec (AfD), uzyskując 38,2 proc. głosów. Drugie miejsce zajęli socjaldemokraci z SPD z wynikiem 35,5 proc. Próg pięciu procent przekroczyła jeszcze Lewica (6,5 proc.) oraz Zieloni (5,7 proc.). Prawdopodobnie premierką sąsiadującego z Polską landu pozostanie Manuela Schwesig z SPD. **PAP**

eprasa.pl f7ddd2de7a

STRONA ZDROWIA

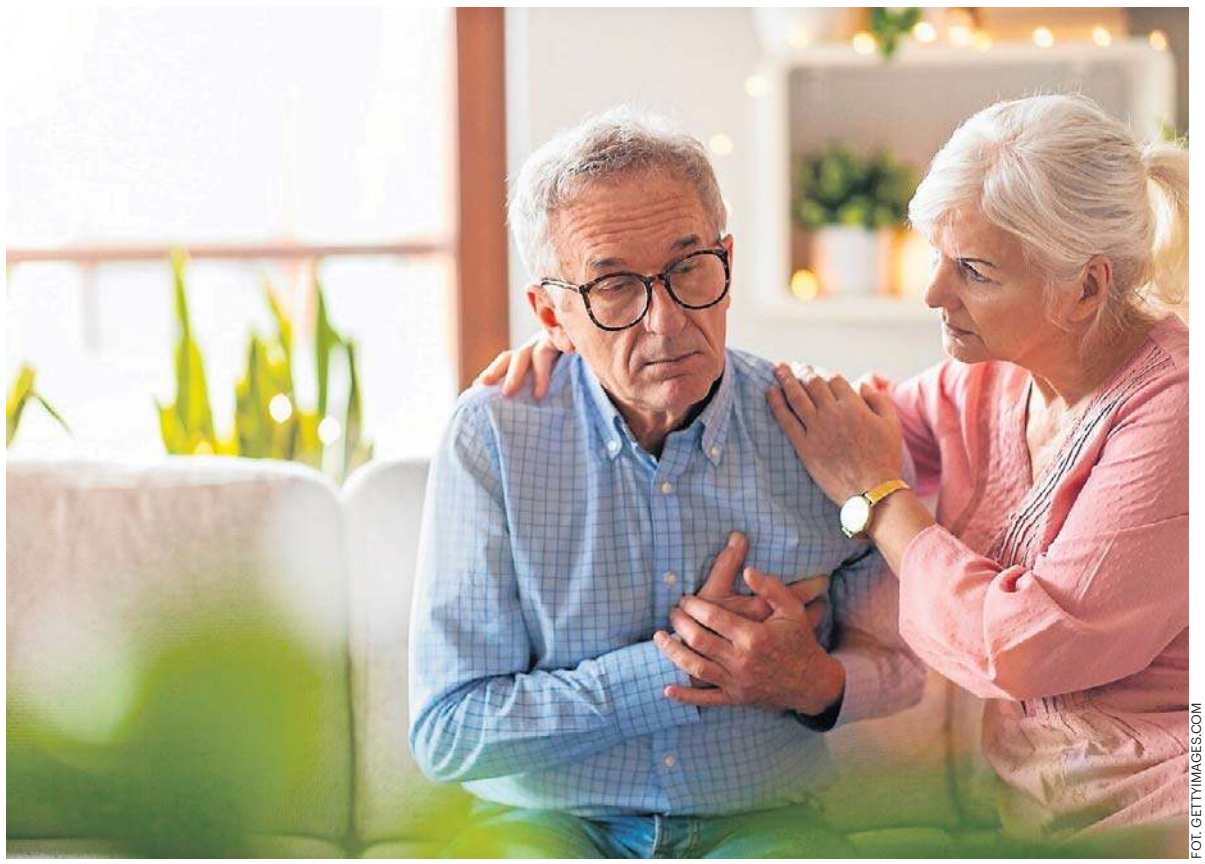
• **Za tydzień:** Czy kawa ziarnista jest zdrowsza od mielonej? Którą wybrać? Obie mają wady i zalety

**CHOROBY SERCA**

# Tak rozpoznasz zawał serca. Objawy trzeba znać, ta wiedza ratuje życie

Zawał serca to stan krytyczny, gdy konieczna jest szybka pomoc w celu ratowania życia. Jego objawy mogą być różne u mężczyzn i kobiet, a ponadto u osób chorych i tych, które już wcześniej miały zawał.

**Anna Rokicka-Żuk**



FOT. GETTYIMAGES.COM

**Zawał serca objawia się bólem analogicznym do tego, jaki towarzyszy stabilnej chorobie wieńcowej, ale nie ustępuje w ciągu 5 minut od zaniku działania wywołujących go czynników lub przyjęcia nitrogliceryny**

Choroby układu krążenia są najczęstszą przyczyną zgonów w Polsce, a prowadząc do zawału serca sprawiają, że umiera nawet 1 na 5 pacjentów. Według informacji Centrum e-Zdrowia w 2023 roku zawału doznało 70 389 osób, z czego umarło 10 240 osób, a przez cały rok odeszło w sumie 26 057 pacjentów po zawale. Jak podaje Główny Urząd Statystyczny, zawału serca doświadczyło w życiu 3,3 proc. Polaków, w tym 4,1 proc. mężczyzn i 2,5 proc. kobiet. Zawał mięśnia sercowego dotyczy nie tylko seniorów, bo występuje obecnie u coraz młodszych osób. Istotne jest więc, by dobrze odczytywać sygnały ze strony organizmu.

Zawał serca objawia się bólem analogicznym do tego, jaki towarzyszy stabilnej chorobie wieńcowej, ale nie ustępuje w ciągu 5 minut od zaniku działania wywołujących go czynników lub przyjęcia nitrogliceryny.

Piekący lub uciskający ból w klatce piersiowej to nie zawsze oznaka zawału. Są jednak pewne symptomy, które nie budzą wątpliwości: silny ból w klatce piersiowej, który narasta z czasem, ból za mostkiem promieniujący w lewą stronę, ból w żuchwie, szyi, plecach, ręce lub barku, obfite zimne poty, duszność, której towarzyszy kaszel lub odkrztuszanie pienistej wydzieliny, osłabienie, duszności, zawroty głowy, stan przedomdleniowy lub omdlenie, bladość skóry, kołatanie serca, ból brzucha z nudnościami lub wymiotami, zasłabnięcie lub utrata przytomności, niepokój i lęk przed śmiercią.

Jeśli tylko zachodzi podejrzenie zawału u siebie lub bliskiej osoby, należy bezzwłocznie skontaktować się z pogotowiem ratunkowym. Najważniejsze jest bowiem rozpoczęcie leczenia, które może odbyć się już w karetce. W drodze do szpitala serce może przestać pracować i tylko dobrze wyposażeni pracownicy pogotowia ratunkowego będą w stanie przywrócić jego pracę. Personel medyczny w szpitalu może od razu przygotować się do wdrożenia leczenia zawału.

Im wcześniej zawał serca będzie leczony, tym większą część mięśnia sercowego można uratować. Przyjmuje się, że najlepsze rokowania mają pacjenci, u których leczenie nastąpiło w pierwszej godzinie od początku objawów, a najpóźniej w ciągu 90 minut.

Istotne jest to, że objawem zawału może być każdy z symptomów, jakie pojawiają się w dławicy piersiowej. Szczególnie czujne muszą być osoby chorujące na chorobę wieńcową serca (inaczej niedokrwienną), cukrzycę, w podeszłym wieku i zmagające się z niewydolnością nerek, ponieważ u nich objawy zawału mięśnia sercowego mogą być słabsze lub prawie nierozpoznawalne. Dodatkowo osoby, które już wcześniej przeżyły zawał, często nie rozpoznają kolejnego, ponieważ każdy epizod może mieć inne objawy.

## Objawy bólowe

Na początku ból zgłaszany przez chorego ma charakter rozlany, a nie punktowy. Oznacza to, że osoba chora nie jest w stanie wskazać miejsca bólu jednym palcem. Pacjenci z zawałem proszeni o wskazanie miejsca bólu bardzo często dotykają całą pięścią swojego mostka.

Ból w zawale utrzymuje się najczęściej przez ponad 20 minut. Może być ciągły lub wielokrotnie ustępować i powracać.

Jeżeli ból w klatce piersiowej utrzymuje się ponad 5 minut i nie mija po odpoczynku bądź po podaniu nitrogliceryny, trzeba się położyć lub poprosić osobę bliską o opiekę i zadzwonić pod numery telefonów ratunkowych – nawet wtedy, gdy nie jest się do końca pewnym diagnozy.

**Zawał serca to martwica mięśnia sercowego, wywołana niedokrwieniem, którego przyczyną jest pęknięcie blaszki miażdżycowej w naczyniu wieńcowym doprowadzającym krew do tego narządu**

Do opisania bólu w środkowej części klatki piersiowej przy zawale pacjenci najczęściej używają następujących określeń: piekący, rozpierający, dławiący, uciskający.

Ból pojawiający się podczas zawału mięśnia sercowego zmniejszają preparaty obniżające stężenie cholesterolu, przeciwzakrzepowe, takie jak kwas acetylosalicylowy czy heparyna, beta-blokery oraz inhibitory konwertazy angiotensyny.

Podczas zawału może też być wykonana angioplastyka tętnic wieńcowych oraz pomostowanie aortalno-wieńcowe.

Angioplastyka polega na wprowadzeniu cewnika balonowego w miejscu zwężenia tętnicy wieńcowej, a później na jego rozprężeniu. Dochodzi wówczas do poszerzenia światła naczynia. W miejsce to wszczepia się metalową sprężynkę, podtrzymującą ściany naczyń.

Pomostowanie to operacja bajpasów. W trakcie zabiegu aortę łączy się z tętnicą wieńcową tuż za miejscem niedrożności lub zwężenia naczynia. Bajpasy wykonuje się wtedy, gdy metody przezskórne nie przynoszą spodziewanych efektów.

## Objawy zawału , których nie można bagatelizować

Zawał serca może pojawić się nawet u osób młodych, zwłaszcza gdy prowadzą niezdrowy tryb życia. Niezależnie od wieku zawał mięśnia sercowego może mieć różne objawy u różnych osób.

Istnieją pewne reakcje organizmu, których nie można lekceważyć, to: dyskomfort w klatce piersiowej, odczuwany jako uczucie pełności, ścisk i ból, które najczęściej pojawia się w środkowej lub po lewej stronie klatki piersiowej, niewyjaśnione zmęczenie, które nasila się z czasem i wynika z niedotlenienia serca, skrócenie oddechu występujące na równi z bólem w klatce piersiowej, kołatanie serca oraz odczuwaniu bólu promieniującego do ręki, zimne poty, w połączeniu z objawami wskazanymi powyżej.

Gdy skrócenie oddechu występuje razem z bólem w klatce piersiowej (może mieć charakter skokowy i być mylony ze zgagą), a równocześnie pojawiają się zawroty głowy, należy też natychmiast reagować, bo objawy takie świadczą o tym, że tlen przestaje dopływać do mózgu.

## Objawy zawału serca u kobiet

Zawał serca u kobiet może dawać zupełnie inne objawy niż u mężczyzn. Dlatego niedokrwienie serca u kobiet jest wykrywane ok. 30 minut później niż u mężczyzn i wiąże się z gorszymi rokowaniami.

U kobiet nie zawsze pojawiają się bóle zamostkowe. Kobiecy zawał serca może mieć związek z infekcjami lub zmianami hormonalnymi.

Objawy pojawiające się u kobiet to: pieczenie lub ucisk w tak zwanym dołku, trudności z oddychaniem, nagły ból mięśni z bezwładnością rąk, zmęczenie, ogólne osłabienie, omdlenia, intensywne pocenie się, nudności lub wymioty, trudny do określenia ból w klatce piersiowej.

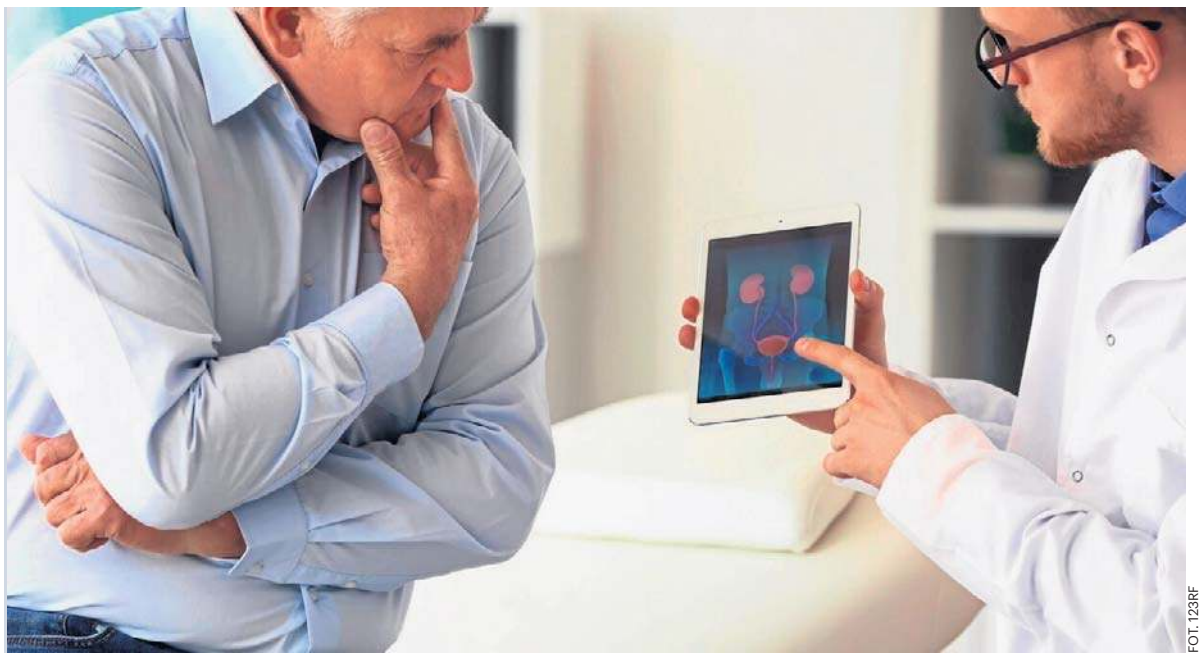
eprasa.pl f7ddd2de7a

CHOROBY

# Problemy z prostatą to nie tylko rak. Takie objawy daje zapalenie gruczołu krokowego

Prostata jest gruczołem krokowym zlokalizowanym u mężczyzn tuż pod pęcherzem moczowym. Zwykle daje o sobie znać po 50. roku życia. Najczęstszą chorobą z nią związaną jest zapalenie prostaty, które może mieć różne podłoże i objawy

**Artur Białek**



FOT. 123RF

**Warto wiedzieć, że dużą rolę w rozwoju chorób prostaty odgrywa stres**

Zapalenie prostaty może wystąpić u mężczyzn w każdym wieku, chociaż najczęściej dotyczy osób po 50. roku życia. Zapalenie gruczołu krokowego jest jednym z najpowszechniejszych męskich schorzeń.

Dolegliwość może przybrać formę ostrą lub przewlekłą, które różnią się od siebie objawami i przebiegiem.

W postaci przewlekłej stan chorobowy może rozwijać się od kilku miesięcy do nawet kilku lat.

Natomiast ostre zapalenie stercza cechuje się bardzo gwałtownym przebiegiem.

Zapalenie prostaty jest najczęstszą chorobą męskiego układu płciowo-moczowego. Według statystyk problem ten może dotyczyć nawet co drugiego mężczyzny po 50. roku życia. Jednakże większość z nich, zwłaszcza w początkowym stadium rozwoju stanu zapalnego, bagatelizuje objawy, nawet mimo tego, że znacząco pogarszają jakość ich życia.

Wśród możliwych przyczyn zapalenia prostaty można wymienić:

- zaburzenia w obszarze autoimmunologicznym,
- zaburzenia gospodarki hormonalnej,
- nadmierne narażenie na sytuacje stresogenne,
- zaburzenia w sferze psychiczno-emocjonalnej.

Ta forma choroby może być też spowodowana przewlekłym zapaleniem bakteryjnym, choć zdarza się to rzadko. Mówimy wówczas o przewlekłym bakteryjnym zapaleniu gruczołu krokowego. Chorobę wywołują bakterie Gram-ujemne: Proteus, Klebsiella i najczęstsza – Escherichia coli. Infekcja może być wynikiem wcześniejszego zakażenia układu moczowego – bakterie przedostają się do prostaty z zakażonego moczu.

Potwierdzeniem tej teorii jest fakt, że u większości mężczyzn, u których wystąpiła ta forma zapalenia prostaty, pojawiają się nawracające dolegliwości układu moczowego, a dolegliwość gruczołu krokowego jest wywołana tą samą bakterią lub kilkoma szczepami bakterii.

Zapalenie prostaty w formie ostrej jest wywołane przez bakterie, które zaatakowały tkanki gruczołu. Najczęściej są to bakterie kałowe, czyli składające się na naturalną florę jelita grubego.

Do zakażenia może dojść w momencie, gdy drobnoustroje przedostaną się w okolice krocza. Następuje to najczęściej w momencie oddawania kału. Jeżeli zostaną przeniesione w okolice ujścia cewki moczowej, mogą przedostać się głębiej i wniknąć do gruczołów prostaty, w ten sposób wywołując zakażenie.

Ostremu zapaleniu gruczołu krokowego sprzyjają trudności z oddawaniem moczu. Te mogą być rezultatem zwężenia cewki moczowej.

Ostra postać stanu zapalnego może też wynikać z uszkodzenia tkanek prostaty. Najczęściej dochodzi do tego w wyniku zabiegów chirurgicznych, jak choćby po usunięciu tkanek prostaty. Dolegliwość mogą też wywołać uszkodzenia po biopsji. Czasami zdarza się, że powodem zapalenia są zabiegi wymagające wprowadzenia instrumentu przez cewkę moczową. Rzadziej dolegliwość wywołują bakterie, które przenoszą się wraz z krwią.

Objawy zapalenia prostaty uzależnione są przede wszystkim od postaci choroby. Można jednak wyodrębnić kilka alarmujących symptomów, które są wspólne dla wszystkich typów zapalenia stercza.

### Prostata – objawy zapalenia stercza

**Objawy zapalenia prostaty uzależnione są przede wszystkim od postaci choroby. Można jednak wyodrębnić kilka alarmujących symptomów.**

Są to m.in. ból przy oddawaniu moczu, bolesne parcie na pęcherz czy ból w podbrzuszu

Na te objawy powinieneś szczególnie zwrócić uwagę:

- ból przy oddawaniu moczu,
- częste oddawanie moczu i bolesne parcie na pęcherz,
- ból w podbrzuszu,
- nieprzyjemny zapach moczu,
- obecność krwi w moczu,
- poczucie niepełnego opróżnienia pęcherza moczowego,
- wydzielina o mętnym zabarwieniu.

Najczęstszą postacią zapalenia gruczołu krokowego jest postać przewlekła, której przebieg charakteryzuje się okresowym nasileniem symptomów choroby. W przypadku zaostrzenia objawów stanu zapalnego mogą pojawić się: gorączka, dreszcze, bóle mięśni i poczucie osłabienia organizmu. Przewlekłe zapalenie prostaty może mieć podłoże bakteryjne. Dlatego też od pacjenta pobiera się posiew i w razie konieczności wdraża antybiotykoterapię.

Objawów chorej prostaty nie należy bagatelizować, ponieważ chociaż w większości przypadków świadczą o stanie zapalnym, to mogą również wskazywać na nowotwór tej części męskiego układu płciowo-moczowego. Z tego powodu przy pojawieniu się pierwszych objawów zapalenia prostaty należy udać się do urologa i wykonać szereg podstawowych badań profilaktycznych.

Najczęstszym, a jednocześnie najskuteczniejszym badaniem gruczołu krokowego jest badanie per rectum (palcem przez odbytnicę). W dalszej kolejności wykonywany jest posiew oraz badania moczu.

Jeżeli uzyskany wynik jest dodatni, wykonywane są dodatkowe badania – USG, a w razie konieczności także TK miednicy lub jamy brzusznej i urografia. Lekarz może też zlecić wykonanie cystoskopii lub uroflometrii.

Jeżeli posiew dał wynik ujemny, badana jest próbka wydzieliny gruczołu krokowego. Celem jej pozyskania lekarz przez mniej więcej 60 sekund masuje prostatę palcem (wydzielina wypływa z cewki moczowej). Próbka podlega badaniu mikroskopowemu, wykonywany jest też posiew. Jeżeli w wydzielinie znajdują się bakterie, badanie da wynik dodatni. Niekiedy zaleca się również oznaczenie stężenia PSA we krwi. Zapaleniu prostaty najczęściej towarzyszy zawyżony wynik.

Objawy towarzyszące ostrej postaci zapalenia stercza dość jednoznacznie wskazują na tę dolegliwość. Celem potwierdzenia wykonywane jest badanie przezodbytnicze. W przypadku, gdy chory odczuwa trudności z oddawaniem moczu, urolog zleca wykonanie posiewu i ogólnego badania moczu.

Wynik ujemny nie świadczy jednak o tym, że nie doszło do bakteryjnego zakażenia prostaty. Jeżeli pacjent gorączkuje, a objawy są nasilone, wykonanie masażu prostaty celem uzyskania próbki wydzieliny nie jest możliwe. Takie badanie można przeprowadzić tylko wtedy, gdy symptomy są łagodne. Badania endoskopowe lub obrazowe wykonywane są wówczas, gdy zachodzi podejrzenie wystąpienia powikłań zapalenia lub nieprawidłowości w układzie moczowo-płciowym.

Leczenie zapalenia prostaty uzależnione jest przede wszystkim od podłoża choroby. W przypadku, gdy gruczoł krokowy został dotknięty zakażeniem bakteryjnym, może być skutecznie leczony antybiotykami. Stosowane są leki doustne z grupy fluorochinolonów lub sulfametoksazol + trimetoprim. Leczenie trwa minimum 4 tygodnie.

W pierwszej fazie leczenia często stosowane są też leki przeciwzapalne i przeciwbólowe, a także preparaty usprawniające odpływ moczu z pęcherza. Jeżeli badania wykażą obecność kamieni sterczowych lub gdy w prostacie powstało ognisko przewlekłego zakażenia, niereagującego na antybiotyki, urolog może zadecydować o konieczności leczenia chirurgicznego.

Jeżeli badania wykażą obecność kamieni sterczowych lub gdy w prostacie powstało ognisko przewlekłego zakażenia, niereagującego na antybiotyki, urolog może zadecydować o konieczności leczenia chirurgicznego.

Ostre zapalenie prostaty wymaga rozpoczęcia niezwłocznego (bez czekania na wyniki badań) leczenia antybiotykami. Jeżeli objawy ogólne są nasilone lub gdy pacjent cierpi także na inne choroby, lekarz może zadecydować o hospitalizacji.

Jeżeli po 3 dniach nie następuje poprawa stanu chorego, antybiotyk zmieniany jest na inny. Początkowo stosowane są leki wspomagające – przeciwgorączkowe, przeciwbólowe i przeciwzapalne. Często zalecane są też łagodne środki przeczyszczające, co ma zapobiec zaparciom. Ważne jest, aby w trakcie leczenia chory pozostawał w łóżku i przyjmował dużą ilość płynów.

Leczenie chirurgiczne jest rekomendowane w przypadku, gdy pojawiły się powikłania w postaci ropnia. Jeżeli zmiany są niewielkie, lekarz wykonuje nakłucie igłą. Większe ropnie wymagają zabiegu drenującego.

W niektórych przypadkach można zapobiec chorobom prostaty. Podstawą jest ograniczenie czynników ryzyka, na które mamy realny wpływ. Mowa tu w szczególności o:

- paleniu papierosów,
- złych nawykach dietetycznych,
- sytuacjach stresogennych.

Nie mniej ważna jest systematyczna aktywność fizyczna.

eprasa.pl f7ddd2de7a

**PYTANIA I ODPOWIEDZI** SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

**Goździki. Ta przyprawa ma supermoc**

## Czym tak właściwie są goździki?

Goździki najczęściej znamy już w formie niewielkich, brązowych i suchych pałeczek, gotowych do użycia w kuchni. Są to wysuszone, zamknięte pąki kwiatowe drzewa, także zwanego goździkiem lub inaczej czapetką pachnącą. Pochodzą one z wysp Moluki, znajdujących się w Archipelagu Malajskim. Obecnie głównymi miejscami ich upraw są Indonezja oraz Zanzibar.

Goździki wykorzystywane są jako przyprawa, ale stosuje się je również do aromatyzowania tytoniu, w badaniach mikroskopem, ale też w przemyśle farmaceutycznym. Mają niezwykle długą historię. Znaleziono je w syryjskim domostwie, spalonym ok. 1720 lat p.n.e. Jeszcze wcześniej miały być stosowane w Chinach. Znano je też w starożytnym Rzymie. W średniowieczu zaczęły docierać do Europy Środkowej.

## Jakie właściwości mają goździki?

Goździki zawdzięczają swój charakterystyczny smak i zapach olejkowi goździkowemu, który znajduje się w pąkach i zajmuje od 14 do 20%. Z kolei jego głównym składnikiem jest eugenol, ale znajdziemy też w nim octan eugenolu oraz kariofilen, a także między innymi flawonoidy, tłuszcze i kwasy fenolowe. Eugenol działa:

- przeciwbólowo i znieczulająco,
- antybakteryjnie,
- przeciwwirusowo,
- przeciwzapalnie,
- przeciwgrzybiczo,
- przeciwnowotworowo.

Eugenol jest stosowany w stomatologii, między innymi jako środek uśmierzający ból. Znajduje też zastosowanie w kosmetyce i znajdziemy go między innymi w kosmetykach na trądzik, perfumach czy mydłach.

## Na co pomaga żucie goździków?

- Naturalne odświeżenie oddechu. Żucie całych goździków hamuje rozwój bakterii odpowiedzialnych za nieświeży oddech i szybko poprawia jego jakość. Zapach maskuje nieświeży oddech, a wzmożona produkcja śliny naturalnie płucze jamę ustną.
- Redukcja stresu. Aromatyczne olejki eteryczne uwalniane podczas żucia działają lekko uspokajająco. Subtelnie obniżają napięcie i sprzyjają relaksowi. Ponadto także eugenol działa uspokajająco.
- Łagodzenie bólu zębów. Eugenol ma właściwości przeciwbólowe i delikatnie znieczulające. Żucie goździka lub przytrzymanie go między zębami może na krótko zmniejszyć dyskomfort w obrębie jamy ustnej.
- Pomoc w bólu gardła. Przeciwzapalne i antybakteryjne składniki goździków wspierają łagodzenie podrażnień gardła. Ich ssanie zwiększa też wydzielanie śliny, co naturalnie nawilża błony śluzowe.
- Pobudzenie apetytu i wspomaganie trawienia. Żucie goździków stymuluje wydzielanie śliny i soków trawiennych, dzięki czemu wspierają one apetyt oraz procesy trawienne, zwłaszcza po cięższych posiłkach. Zmniejszają też gazy i wzdęcia.
- Zmniejszanie stanów zapalnych. Zawarty w goździkach eugenol wykazuje działanie przeciwzapalne. Pomaga to łagodzić drobne stany zapalne w organizmie, w tym w jamie ustnej.
- Wspieranie metabolizmu. Aktywne związki aromatyczne mogą stymulować przemianę materii, co sprzyja efektywniejszemu wykorzystywaniu energii przez organizm.
- Wzmacnianie odporności. Goździki mają właściwości antybakteryjne i przeciwwirusowe. Ich regularne żucie może wspierać naturalne mechanizmy obronne organizmu.
- Źródło przeciwutleniaczy. Goździki należą do przypraw o jednym z najwyższych poziomów antyoksydantów. Pomagają one neutralizować wolne rodniki i chronić komórki przed stresem oksydacyjnym.
- Regulacja poziomu cukru we krwi. Składniki aktywne goździków mogą wspierać gospodarkę glukozową, pomagając organizmowi lepiej reagować na wahania poziomu cukru.



FOT. FREEPIK

## Jak długo należy ssać goździki?

Najczęściej zaleca się ssać lub żuć goździki przez kilka minut – zwykle 5-10, aż uwolnią aromat i olejki eteryczne. Nie ma jednej sztywnej reguły, ważne, aby nie połykać całych goździków, które mogą podrażniać. **Emil Hoff**

**DIETA**

# Zjedz to zamiast słodyczy. Wspiera mózg i serce, pod warunkiem, że znasz limit

Ten turecki specjał smakuje niesamowicie. Deser ze względu na użyte do jego przygotowania składniki ma pewne właściwości zdrowotne, dzięki czemu może być alternatywą dla kupnych ciast i innych słodyczy

**Monika Góralska**

Baklawa (baklava) to tradycyjny i bardzo popularny deser, którego korzenie sięgają Imperium Osmańskiego. Jest to charakterystyczny przysmak kuchni Bliskiego Wschodu, Bałkanów i Kaukazu. Jest wielowarstwowym ciastem przygotowywanym z kilku kluczowych składników:

- ciasto filo – bardzo cienkie, niemal przezroczyste płaty ciasta, układane warstwami, zrobione z mąki, wody i oliwy lub octu, z dodatkiem soli,
- orzechy – warstwy ciasta filo są przekładane drobno siekanymi orzechami (najczęściej pistacjami, orzechami włoskimi lub migdałami),
- tłuszcz – całość jest obficie nasączana roztopionym masłem lub klarowanym masłem (ghee),
- syrop – po upieczeniu ciasto jest zalewane słodkim syropem (często na bazie wody, cukru i soku z cytryny) lub miodem, co nadaje mu charakterystyczną lepkość i słodycz.

Baklawa jest pieczona w dużych, płaskich blachach, a następnie krojona na małe kawałki.



FOT. FREEPIK.COM

**Ten turecki specjał na bazie orzechów i miodu może być zdrowszą alternatywą dla słodyczy – jednak trzeba pamiętać o umiarze**

## Czy baklawa jest zdrowa?

Odpowiedź na to pytanie nie jest jednoznaczna. Wprawdzie baklawa nie jest uznawana za zdrową żywność w kontekście zbilansowanej, codziennej diety, jednak posiada pewne wartości odżywcze i przy tym właściwości zdrowotne. Może ona być uznawana za alternatywę dla niezdrowych słodyczy zawierających tłuszcze trans, syrop glukozowo-fruktozowy, konserwanty czy sztuczne barwniki i aromaty. Baklawa ma więc przewagę nad ciastkami czy ciastami przemysłowymi ze względu na użyte do jej produkcji składniki, takie jak:

- orzechy – są najważniejszym elementem prozdrowotnym baklawy. Orzechy (zwłaszcza pistacje i orzechy włoskie) są bogate w zdrowe tłuszcze, czyli nienasycone kwasy tłuszczowe omega-3, korzystne dla serca i mózgu. Zawierają też białko i błonnik, które zapewniają uczucie sytości, dzięki czemu pomagają w utrzymaniu prawidłowej wagi. W ich składzie znajdziemy też witaminy z grupy B, witaminę E, magnez i potas oraz przeciwutleniacze,
- miód – zawiera antybakteryjne enzymy, które pomagają wzmocnić odporność i zwalczać patogeny. Ma też działanie antyoksydacyjne i przeciwzapalne, dzięki czemu zwalcza wolne rodniki odpowiedzialne za uszkodzenia komórek i starzenie się organizmu oraz pomaga redukować stany zapalne w organizmie.

Niestety baklawa nie jest pozbawiona wad, a główne z nich to:

- wysoka kaloryczność – zawiera dużo tłuszczu (z masła/ghee) i cukru (z syropu/miodu), co przekłada się na bardzo dużą gęstość kaloryczną (ok. 480 kcal na 100 g). Spożycie nawet niewielkiej porcji dostarcza znaczną ilość kalorii,
- duża zawartość cukru – syrop cukrowy lub miód to źródło dużej ilości cukrów prostych, które mogą prowadzić do gwałtownych skoków poziomu glukozy we krwi. Regularne i nadmierne spożycie cukru jest czynnikiem ryzyka otyłości, cukrzycy typu 2 i problemów sercowo-naczyniowych,
- tłuszcze nasycone – z powodu użycia masła lub ghee.

Jako deser spożywany od święta, baklawa dostarcza przyjemności, która jest ważnym elementem równowagi psychicznej. Jest to jednak przede wszystkim deser, który należy spożywać umiarkowanie. Lepiej zjeść ją raz na jakiś czas, niż codziennie spożywać batoniki, ciastka czy inne słodycze przemysłowe. Jednak najlepiej traktować ją jako niezbyt częsty dodatek do diety, koncentrując się na jej smaku, a nie na wartościach odżywczych.

## Kto nie powinien jeść baklawy?

Baklawa, ze względu na swój bogaty skład, nie jest zalecana (lub powinna być spożywana w bardzo ograniczonych ilościach) przez kilka grup osób:

- osoby chore na cukrzycę (lub z insulinoopornością) – baklawa jest obficie nasączona syropem cukrowym lub miodem, co powoduje bardzo gwałtowny wzrost poziomu glukozy we krwi (wysoki indeks glikemiczny),
- osoby z nadwagą i otyłością (lub będące na diecie redukcyjnej) – jest to deser o ekstremalnie wysokiej gęstości kalorycznej (dużo cukru i tłuszczu, głównie masła/ghee). Nawet mały kawałek dostarcza znaczną ilość kalorii,
- osoby z wysokim poziomem cholesterolu (hipercholesterolemią) – tradycyjna baklawa jest przygotowywana na dużej ilości masła klarowanego (ghee) lub zwykłego masła, które są bogate w tłuszcze nasycone. Tłuszcze te mogą przyczyniać się do podwyższenia poziomu cholesterolu LDL („złego" cholesterolu),
- osoby z alergiami na orzechy – głównym składnikiem baklawy są siekane orzechy (pistacje, orzechy włoskie, migdały),
- osoby z problemami trzustkowymi lub wątrobowymi – duża zawartość tłuszczu może obciążać trzustkę i wątrobę.

eprasa.pl f7ddd2de7a

REKLAMA 0011586021

Słupsk

## *WYBIERAM SŁUPSK!*

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska ogłasza przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska**

I nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu niemieszkalnego nr 6 o pow. użytkowej **44,30 m²**, składającego się z 5 pomieszczeń wraz z pomieszczeniem przynależnym (komórką) o powierzchni 3,60 m² położonego na III piętrze w budynku przy ul. Murarskiej 6 w Słupsku wraz z udziałem **72/1000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 596/2** o powierzchni **307 m²** w obrębie **nr 0006** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00050650/6.**

**Cena wywoławcza wynosi 110 000,00 zł**
**wadium 11 000,00 zł**

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775).

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Śródmieście", na terenie o funkcji: zabudowa mieszkaniowa wielorodzinna, zabudowa usługowa – 28 MW,U. Budynek przy ul. Murarskiej 6 w Słupsku nie jest wpisany do Rejestru Zabytków, jednakże znajduje się na terenie układu urbanistycznego miasta lokacyjnego (decyzja numer 446 z dnia 20.03.1965 r.) wpisanego do Rejestru Zabytków województwa pomorskiego pod numerem A-355.

**Przetarg odbędzie się w dniu 29.10.2026 r. o godz. 11⁰⁰**
**w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie **wadium do dnia 23.10.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**.

**Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 20.10.2026 r. o godz. 14:30.**

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

**Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel. 59 8488332.**

*Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.*

REKLAMA 0011586038

Słupsk

## *WYBIERAM SŁUPSK!*

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska ogłasza przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska**

II nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 3 o pow. użytkowej **111,54 m²** wraz z pomieszczeniami przynależnymi (dwie piwnice) o powierzchni 21,97 m² składający się z 4 pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c., spiżarni i pomieszczenia gospodarczego położonego na I piętrze (II kondygnacji) w budynku przy ul. Ludwika Solskiego 19 w Słupsku wraz z udziałem **100/1000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 450/5** o powierzchni **544 m²** w obrębie **nr 0006** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00058829/7.**

**Cena wywoławcza wynosi 360 000,00 zł**
**wadium 36 000,00 zł**

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775).

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Mickiewicza" na terenie o funkcji: tereny adaptowanej zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej z usługami wbudowanymi. Usługi: handlu, gastronomii, administracji, turystyki, kultury oraz inne nieuciążliwe (9.1.MWU). Budynek przy ul. Ludwika Solskiego 19 jest ujęty w Gminnej Ewidencji Zabytków Miasta Słupska jako inny zabytek nieruchomy wpisany do wojewódzkiej ewidencji Województwa Pomorskiego. W związku z tym podlega uwarunkowaniom zgodnym z zapisami obowiązującego na tym terenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Mickiewicza".

**Przetarg odbędzie się w dniu 29.10.2026 r. o godz. 10:30 w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie **wadium do dnia 23.10.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**.

**Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 16.10.2026 r. o godz. 13:30.**

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

**Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel.59 8488332.**

*Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.*

REKLAMA 0011586625

**Usteckie Towarzystwo Budownictwa Społecznego**
**Sp. z o.o. w Ustce**

**informuje,**

**ŻE OGŁOSIŁO PRZETARG NA SPRZEDAŻ LOKALI MIESZKALNYCH W BUDYNKU PRZY UL. MARYNARKI POLSKIEJ 42 W USTCE.**

**Szczegóły na: www.utbs.pl**

AUTOPROMOCJA

GŁOS DZIENNIK POMORZA

Środa jest dla zdrowia

gp24.pl

AUTOREKLAMA

strona zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

REKLAMA 0011586065

Słupsk

## *WYBIERAM SŁUPSK!*

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska ogłasza przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska**

I nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 4a o pow. użytkowej **30,94 m²**, składającego się z pokoju, kuchni, łazienka z wc wraz z pomieszczeniem przynależnym (piwnicą) o powierzchni 10,87 m² położonego na I piętrze w budynku przy ul. Kołłątaja 39 w Słupsku wraz z udziałem **613/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 887** powierzchni **600 m²** w obrębie **nr 0006** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00083583/4.**

**Cena wywoławcza wynosi 165 000,00 zł**
**wadium 16 500,00 zł**

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775 ze zm.).

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Wileńska II" na terenie o funkcji: tereny zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej, tereny zabudowy usługowej – 01.19.MW,U. Budynek przy ul. Kołłątaja 39 w Słupsku figuruje w wykazie gminnej ewidencji zabytków Miasta Słupska jako inny zabytek nieruchomy znajdujący się w wojewódzkiej ewidencji zabytków województwa pomorskiego. Wobec tego podlega zapisom obowiązującego na tym terenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Wileńska II".

**Przetarg odbędzie się w dniu 29.10.2026 r. o godz. 9⁰⁰**
**w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie **wadium do dnia 23.10.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**.

**Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 09.10.2026 r. o godz. 13:30**

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

**Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel.59 8488332**

*Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.*

REKLAMA 0011586052

Słupsk

## *WYBIERAM SŁUPSK!*

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska**

**ogłasza przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska**

I nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu niemieszkalnego nr B o pow. użytkowej **25,70 m²,** składającego się z 2 pomieszczeń położonego na parterze w budynku przy ul. **Wileńskiej 5** w Słupsku wraz z udziałem **579/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 847/5** powierzchni **516 m²** w obrębie **nr 0006** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00043296/3**.

**Cena wywoławcza wynosi 160 000,00 zł**
**wadium 16 000,00 zł**

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025r. poz. 775 ze zm.)

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Wileńska II" na terenie o funkcji: tereny zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej, tereny zabudowy usługowej – 01.10.MW,U.

Budynek przy ul. Wileńskiej 5 nie jest wpisany do rejestru zabytków, natomiast jest ujęty w Gminnej Ewidencji Zabytków Miasta Słupska jako inny zabytek nieruchomy wskazany przez Prezydenta Miasta Słupska w porozumieniu z Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków.

**Przetarg odbędzie się w dniu 29.10.2026 r. o godz. 9.30 w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium **do dnia 23.10.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011.**

**Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 9.10.2026 r. o godz. 13:00.**

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl

**Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel. 59 8488332.**

*Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.*

REKLAMA 0011586024

Słupsk

## *WYBIERAM SŁUPSK!*

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska ogłasza przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska**

II nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 5 o pow. użytkowej **38,54 m²** składającego się z 2 pokoi, kuchni, przedpokoju i w.c. położonego na I piętrze (II kondygnacji) w budynku przy ul. Juliana Fałata 1 w Słupsku wraz z udziałem **1412/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 205/2** o powierzchni **179 m²** w obrębie **nr 0011** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00029165/2.**

**Cena wywoławcza wynosi 100 000,00 zł**
**wadium 10 000,00 zł**

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025r. poz. 775 ze zm.).

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Fałata" na terenie o funkcji: tereny mieszkaniowe wielorodzinne - 04.13.MW. Budynek przy ul. Juliana Fałata 1 nie jest ujęty w Gminnej Ewidencji Zabytków Miasta Słupska. W związku z tym podlega uwarunkowaniom zgodnym z zapisami obowiązującego na tym terenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Fałata".

**Przetarg odbędzie się w dniu 29.10.2026 r. o godz. 10⁰⁰**
**w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie **wadium do dnia 23.10.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**.

**Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 19.10.2026 r. o godz. 15:30.**

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

**Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel. 59 8488332**

*Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.*

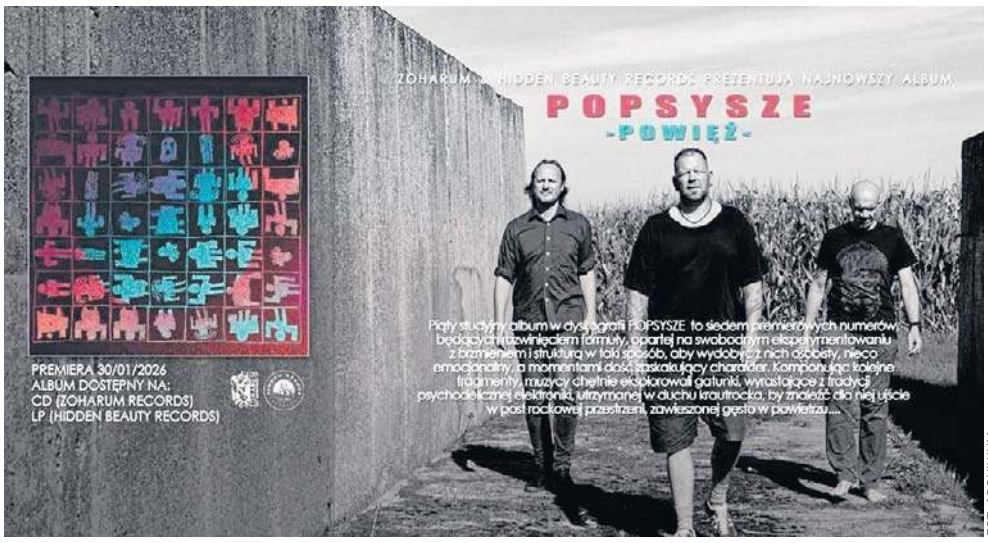
eprasa.pl f7ddd2de7a

SZCZECIN

# Psychodelia i improwizacja. Popsysze z Trójmiasta

Opr. red.

**Popsysze to zespół, który trudno zamknąć w jednej muzycznej szufladzie. Trójmiejska grupa przyzwyczaiła słuchaczy do tego, że na każdym kolejnym albumie potrafi przesuwać granice własnego brzmienia.**



FOT. ARCHIWUM

Popsysze zagrają w piątek w Klubie Storrady czyli znanym i lubianym Domku Grabarza

Grupę tworzą Jarosław Marciszewski – gitara elektryczna i wokal, Sławomir Draczyński – gitara basowa oraz Jakub Świątek – perkusja, elektronika i wokal. Muzycy od lat konsekwentnie budują własny język, w którym równie ważna jak kompozycja jest swoboda i energia wspólnego grania.

Popsysze dobrze wpisuje się tym samym w tradycję polskiego niezalu, który zamiast ścigać się z głównym nurtem, od lat tworzy swój własny obieg. To właśnie na niezależnej scenie rock miesza się bez kompleksów z jazzem, elektroniką, psychodelią, muzyką eksperymentalną czy inspiracjami pochodzącymi z zupełnie innych części świata. Trójmiejska formacja korzysta z tej wolności bardzo świadomie. Mimo wyrazistej tożsamości nieustannie się przeobraża, dlatego kolejne płyty Popsysze bardziej przypominają następne etapy poszukiwań niż powtarzanie sprawdzonych patentów. Dobrym przykładem jest piąty studyjny album zespołu - „Powięź". Popsysze wraca na nim do bardziej intensywnych form i zanurza się w postrockowo-improwizowanej przestrzeni. Słychać tu inspiracje afrobeatem, dużo elektroniki i charakterystyczne dla grupy balansowanie pomiędzy kontrolowaną kompozycją a momentami, w których muzyka zaczyna żyć własnym życiem.

Ciekawy jest również punkt wyjścia dla warstwy tekstowej albumu. „Powięź" opowiada o relacji człowieka z technologią, a bezpośrednią inspiracją stało się zhakowanie konta jednego z muzyków w serwisie społecznościowym i późniejsze próby jego odzyskania. To doświadczenie skierowało uwagę zespołu w stronę naszej cyfrowej codzienności - uzależnienia od powiadomień, bodźców i kolejnych małych dawek dopaminy dostarczanych przez ekrany. Nie oznacza to jednak publicystycznego wykładu o zagrożeniach nowych technologii. Popsysze przepuszcza temat przez własną wrażliwość, absurd i charakterystyczną formułę „Po-Psysche". „Powięź" można więc potraktować zarówno jako komentarz do rzeczywistości, jak i zaproszenie do muzycznej podróży, która na żywo może zabrzmieć jeszcze bardziej nieprzewidywalnie.

Bilety na koncert kosztują 30 zł w przedsprzedaży oraz 40 zł w dniu wydarzenia.

KOSZALIN

# Coś z muzyki, sporo ze sztuk wizualnych i mnóstwo fotografii

Red

**W Koszalinie zadebiutuje Forget-Me-Not Festival, nowa inicjatywa łącząca muzykę niezależną z fotografią, sztukami wizualnymi i działaniami społecznymi.**

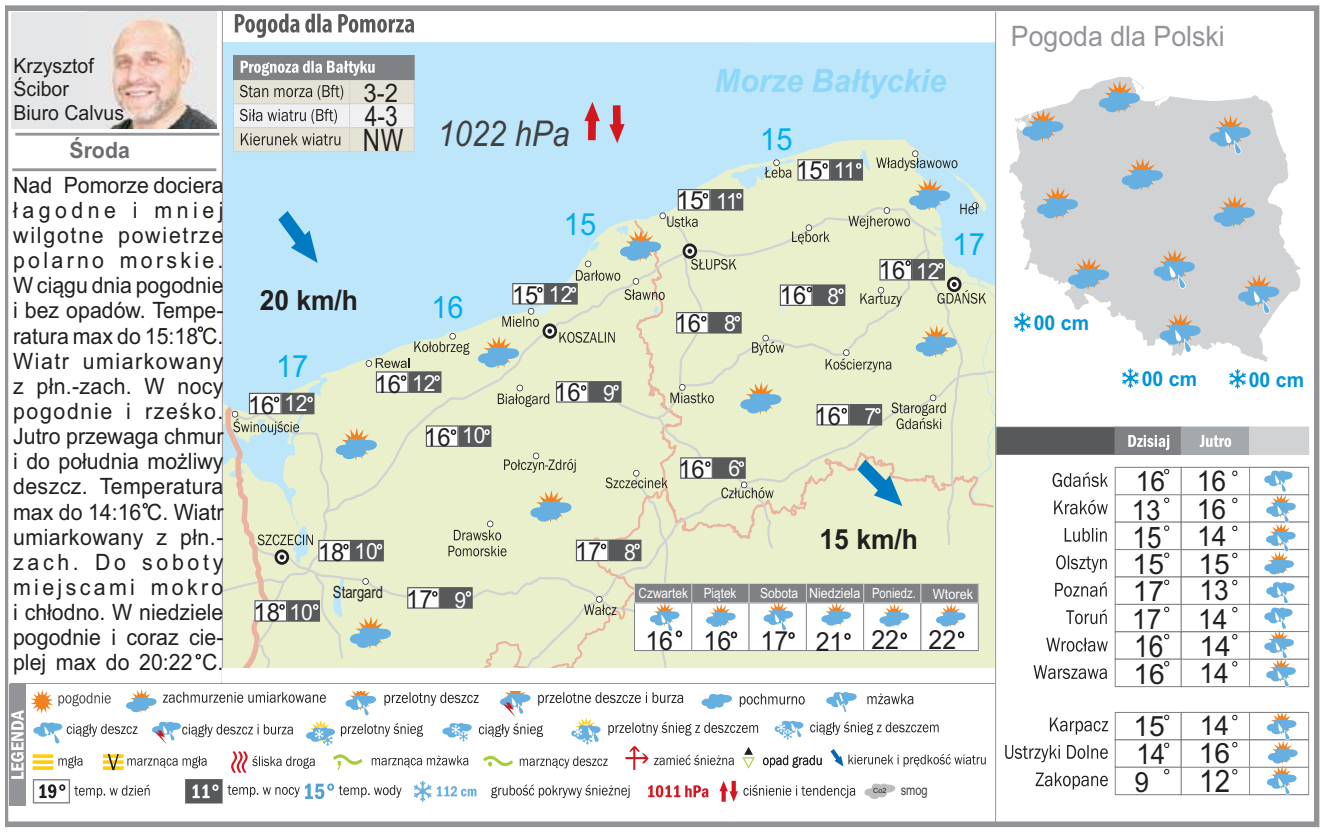


FOT. ARCHIWUM

**Piątek, godz. 18, Centrum Kultury Kreślarnia**

Organizatorzy chcą nie tylko odkrywać nowe i mniej znane zespoły, ale również szukać nieoczywistych połączeń pomiędzy różnymi dziedzinami sztuki. Program rozpocznie się o godz. 18 w Centrum Kultury Studenckiej „Kreślarnia" otwarciem międzymiastowej wystawy fotograficznej Koszalin–Olsztyn.

POGODA




DROBNE

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

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

Handlowe

JUBILERSTWO

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**USŁ.** łazienki, hydraulika 696498391

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

REKLAMA 0111562220
FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy
w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.


Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.
Tel. kontaktowy 603 920 399

eprasa.pl f7ddd2de7a

# PROGRAMOWO

## G. 16:50

**Szpital św. Anny**

TVN

Daniel Radecki rozpoczyna pracę w szpitalu, a Łukasz przedstawia personelowi nowego ortopedę. Sabina dociera się z Gośką, z którą zamieszkała. Na SOR Gośka przyjmuje wspinacza, który miał wypadek na skałkach. Do szpitala dociera również jego kolega, który go asekurował, i narzeczona pacjenta. Łukasz Wroński zajmuje się pacjentką, która mdleje z niewyjaśnionych powodów. Daniel czaruje kobietę. Krzysztof i Daria spędzają razem poranek. Irena z Krzysztofem zabierają Różyczkę na spacer, a Daria może trochę odespać. W parku spotykają kolegę Krzysztofa, który bierze go za dziadka Róży. Asia prosi Łukasza, żeby traktował Daniela w sposób cywilizowany. Pierwszego dnia pracy Radeckiego dochodzi do scysji.

## G. 20:05

**Barwy szczęścia**

TVP 2

Janka jest pozbawiona pomocy siostry przy organizacji pogrzebu ojca. Na szczęście znajduje oparcie w Mariuszu. Równolegle w warszawskiej redakcji „Szoku" wybucha ostry konflikt. Weronika oskarża Modrzyckiego o przyjęcie korzyści majątkowej od Stańskiego w zamian za przychylny artykuł. W efekcie skłania Kornela do poważnego rozważenia redukcji etatów. Z kolei Marcin, który traci kontrolę nad swoim życiem z powodu nałogu Renaty, bezpodstawnie atakuje Dominikę. W porę do akcji wkracza Damian. W rozmowie uświadamia przyjacielowi jego problem współuzależnienia i wskazuje mu, że powinien pilnie rozpocząć specjalistyczną terapię pod okiem profesjonalisty.



## G. 16:55

**Gliniarze Śląsk**

Polsat

**Zostają odnalezione zwłoki Marii Popławskiej – młodej radnej gminy i współwłaścicielki firmy cateringowej. Wszystko wskazuje na jej męża, Wojciecha który nie ma alibi, a ofiara chciała odejść od niego wraz z dziećmi. Gutek Gucman i Igor Kowalski zatrzymują go, jednak kolejne ustalenia zaczynają podważać ów scenariusz. Na horyzoncie pojawia się lokalny biznesmen Cezary Smalewicz, który miał konflikt z ofiarą. W trakcie śledztwa wychodzi na jaw romans, defraudacja firmowych pieniędzy i zdrada, która doprowadziła do tragedii. Czy policjanci odkryją prawdę, zanim winni zatrą ślady i uciekną? Równocześnie Igor Kowalski kontynuuje prywatną wojnę z Mitręgą. Policjant orientuje się, że przeciwnik przygotowuje kontratak. Zaniepokojony zachowaniem partnera, Gutek zaczyna śledzić Kowalskiego. Dochodzi między nimi do otwartej konfrontacji.**



## G. 20:15

### NA WSPÓLNEJ

TVN



Weronika ustala z Lwem, że córka Kalskich zostanie u nich. Jagoda bardzo chce się zobaczyć z mamą, a Roztockiej udaje się załatwić krótkie widzenie. Podczas spotkania Ewelina tuli córkę i błaga Weronikę, żeby trzymała Jagodę z dala od tej sprawy. Kiedy Roztocka przekonuje, że jej zeznania mogą pomóc, Kalska kategorycznie zabrania przesłuchiwania córki. Marta przy wsparciu męża podejmuje wyzwanie i wraca do pracy. Wita ją serdecznie Tomek „Gęba". Ale okazuje się, że to nie Leśniewska jest dziś najważniejsza – do zespołu dołącza nowa gwiazda: Fabian Krawiec. Baliszewski decyduje, że to z tym zarozumiałym przystojniakiem Marta poprowadzi poranny program. Gębowski jest wściekły! Teresa ustala z Danką, że dziś poprowadzi korepetycje Janusza w ich szkole. Kiedy Rafał chce zaprosić gdzieś żonę po pracy – słyszy odmowę... W czasie lekcji Teresa zalicza gafę – dwie uczennice dostają wraz z ocenionymi klasówkami kartki z... erotyczną powieścią Bednarczuk! To nie koniec wpadek – mąż wparowuje do klasy, w której Teresa uczy Janusza. Reakcja nabuzowanego Rafała totalnie ją zaskakuje!



## G. 20:30

**Felicita**

TVP 1

Zośka jest przytłoczona prawdą i coraz dotkliwiej odczuwa skutki licznych kłamstw Kamila. Każde kolejne odkrycia, a jest ich bez liku, każą jej na nowo spojrzeć na ich wspólną przeszłość. Nie spogląda jednak wstecz z sentymentem, a z coraz większym żalem oraz pretensją... Niespodziewane spotkanie z dawnym znajomym okazuje się odżywcze niczym powiew świeżego powietrza. Pozwala jej choć na chwilę oderwać się od przytłaczających myśli, co przynosi jej ogromną ulgę. Tymczasem Giulia wyciąga pomocną dłoń do Davide. Chłopak zmaga się bowiem z wieloma problemami rodzinnymi. Z kolei Oliwia wyjaśnia nieporozumienie z Alką. Czy to oznacza, że zapanuje zgoda? Z kolei Zośka po czterech latach życia w samotności decyduje się na przełomowy krok naprzód i umawia się na randkę z Wiktorem.

eprasa.pl f7ddd2de7a

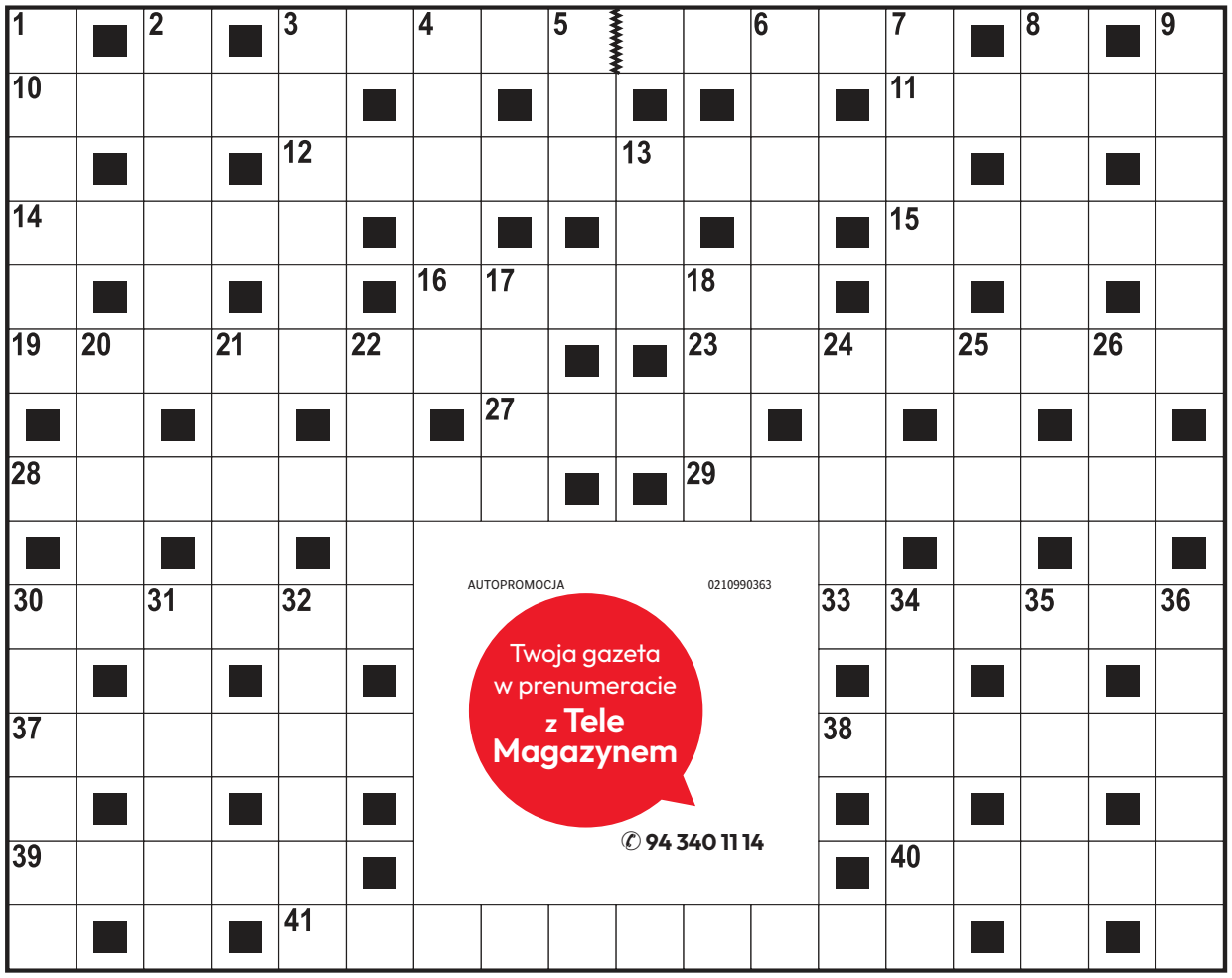
## KRZYŻÓWKA NR 147

**Poziomo:**

**3)** pokład czarnego „złota”,
**10)** film science fiction z rolą Timothée Chalameta,
**11)** np. Jannik Sinner, tenisista,
**12)** ogół działań mających na celu zapobieżenie fizycznemu atakowi napastnika,
**14)** trzecie co do wielkości miasto w Japonii,
**15)** cienka gałązka bez liści,
**16)** kocioł do grzania wody,
**19)** architektoniczny ornament w formie wypukłego pasma perełek,
**23)** smakołyk z maku i miodu,
**27)** z makiem i pasternakiem,
**28)** … Jolie, aktorka z filmu „Pan i pani Smith”,
**29)** postać budząca wstręt,
**30)** łowny ptak z rzędu kuraków,
**33)** cierpiał męki w Tartarze,
**37)** polowy lub galowy w armii,
**38)** dba o elegancki wygląd, galant,
**39)** zbiór głównych zasad wiary,
**40)** wykonawczyni piosenki „Miłość jak wino”,
**41)** sprawuje władzę w kraju lub prowincji.

**Pionowo:**

**1)** część koryta powstała po rozwidleniu rzeki,
**2)** koń w zaprzęgu sześciokonnym,
**3)** sposób postępowania, reguła,
**4)** odrzucenie handlowej propozycji,
**5)** świadoma część osobowości,
**6)** najmniejsza jednostka fonetyczna języka,
**7)** uszkodzenie maszyny,
**8)** kędziorki na główce bobasa,
**9)** rój owadów, mrowie,
**13)** kupon zakupowy, talon,
**17)** rozpoczyna greckie abecadło,
**18)** prowadzi modły w meczecie,
**20)** badanie opinii publicznej,
**21)** od źródła do ujścia,
**22)** spiralne nacięcia na bocznej ściance śruby,
**24)** poniesiony wydatek finansowy,
**25)** naścienna jaszczurka,
**26)** niewielkie wzniesienie w terenie,
**30)** ozdoba świątecznego drzewka,
**31)** dawniej pracował przy żniwach,
**32)** główna jednostka siły,
**34)** barokowy chłopiec, putto,
**35)** towarzyski lub wojenny,
**36)** srogi wachmistrz z powieści „Pan Wołodyjowski”.

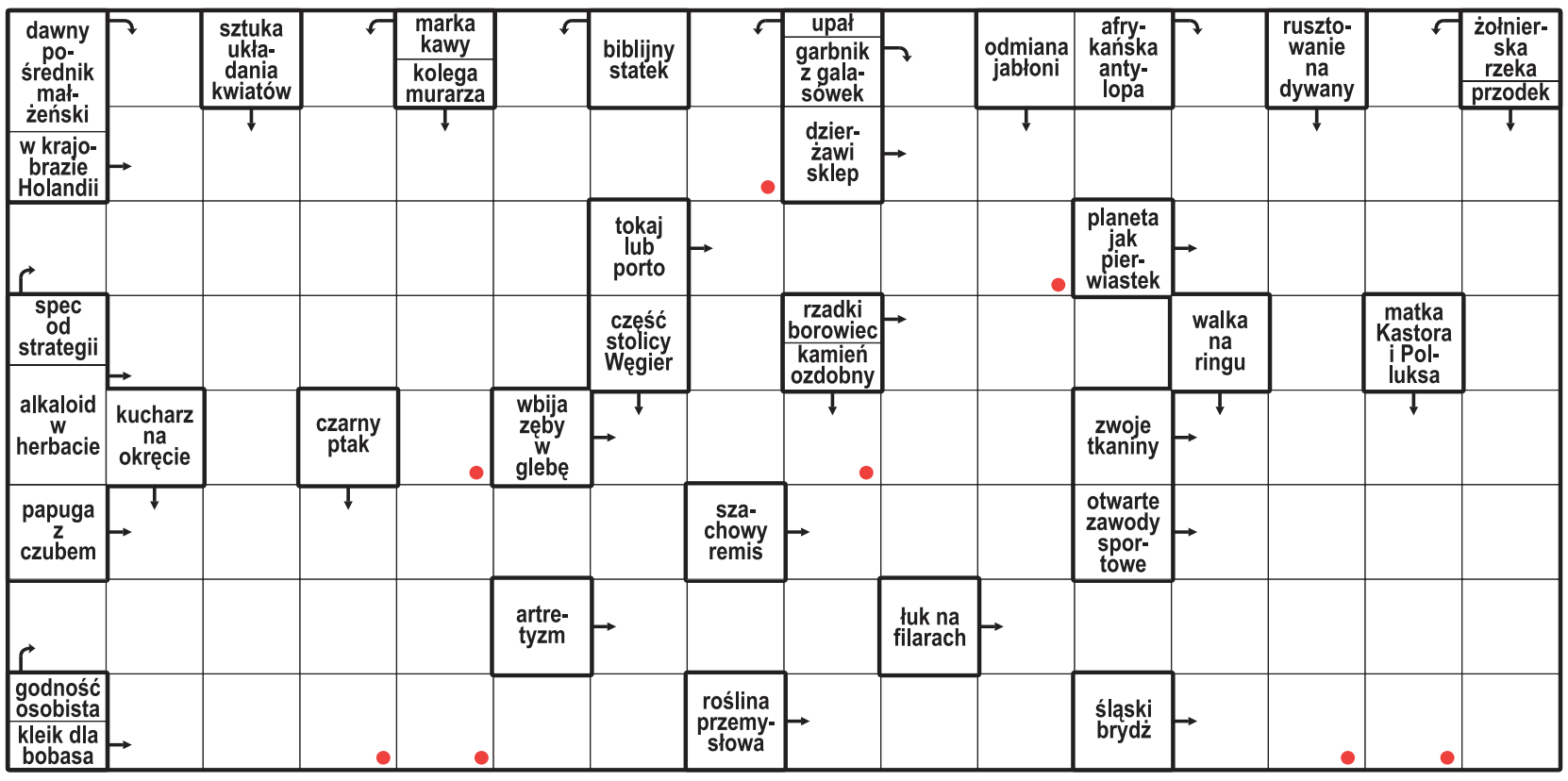


AUTOPROMOCJA 0210990363
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 94 340 11 14

### ROZWIĄZANIE NR 146

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

## KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA




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

ROZWIĄZANIE: KOKOSZKA.

## HOROSKOP

**Wodnik (20.01 - 18.02)**
Zaufaj intuicji. Horoskop dzienny mówi, że spokojna rozmowa otworzy drzwi, które długo były zamknięte.

**Ryby (19.02 - 20.03)**
Cierpliwość przyniesie efekty. Horoskop na dziś wróży, że wieczorem znajdziesz czas na coś, co lubisz.

**Baran (21.03 - 19.04)**
Nowa wiadomość poprawi Ci humor. Horoskop dzienny na środę radzi nie bać się pytać i jasno wyrażać potrzeb.

**Byk (20.04 - 20.05)**
Bliskość będzie ważniejsza niż pośpiech. Horoskop dzienny mówi, że szczera rozmowa przyniesie Ci ulgę.

**Bliźnięta (21.05 - 21.06)**
Twoja energia przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać ją mądrze i zostawić przestrzeń innym.

**Rak (22.06 - 22.07)**
Zadania szybko znikną z listy. Horoskop dzienny na środę mówi, że wieczorem pozwolisz sobie na odpoczynek.

**Lew (23.07 - 22.08)**
Harmonia wróci, gdy przestaniesz wszystko kontrolować. Horoskop dzienny radzi zaufać rytmowi dnia.

**Panna (23.08 - 22.09)**
Pewna tajemnica może ujrzeć światło. Horoskop na dziś sugeruje zachować spokój i wybrać szczerość.

**Waga (23.09 - 22.10)**
Spontaniczny plan przyniesie radość. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na zmianę i korzystać z dobrej okazji.

**Skorpion (23.10 - 21.11)**
Konsekwencja zaprocentuje. Horoskop dzienny sugeruje, by nie przyspieszać spraw, które potrzebują czasu.

**Strzelec (22.11 - 21.12)**
Inspiracja pojawi się niespodziewanie. Horoskop na dziś to wskazówka, by zapisać pomysł, zanim umknie.

**Koziorożec (22.12 - 19.01)**
Dzień sprzyja twórczości. Horoskop dzienny na środę radzi słuchać serca, ale decyzje podejmować spokojnie.

eprasa.pl f7ddd2de7a

PIŁKA NOŻNA

# Zaskakujące powołanie. Co przemawia za Drągowskim?

Bartosz Głąb

**Bartłomiej Drągowski znów otrzymał powołanie do reprezentacji Polski, mimo że jego forma nie stawia go nawet w gronie czołowych bramkarzy PKO Ekstraklasy.**

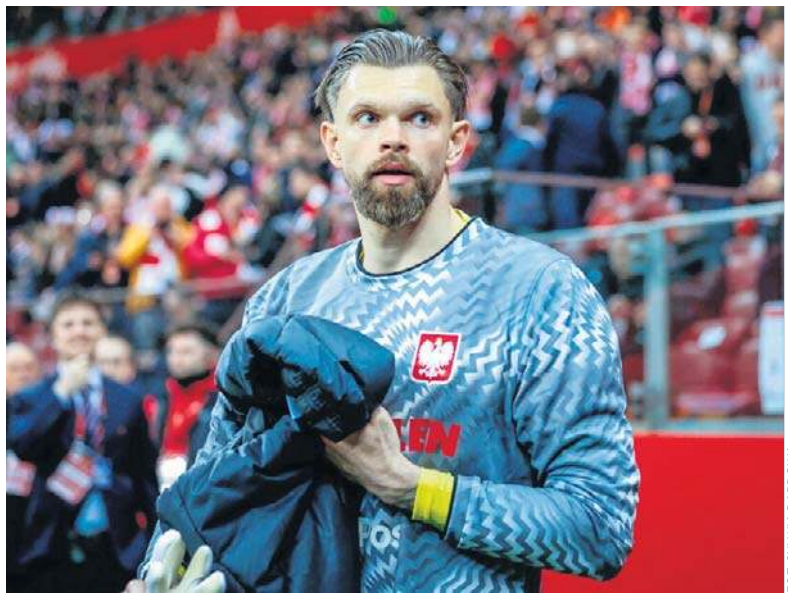
Czym 29-letni bramkarz przekonał do siebie selekcjonera Jana Urbana?.

Początkowo Bartłomiej Drągowski został pominięty w powołaniach do reprezentacji Polski na wrześniowo-październikowe zgrupowanie. Selekcjoner postawił na Kamila Grabarę z włoskiego Juventusu, Marcina Bułkę z saudyjskiego NEOM SC oraz Mateusza Kochalskiego z Wieczystej Kraków. Niestety, ten pierwszy doznał poważnej kontuzji kolana, która wyklucza go z gry na wiele miesięcy i trzeba było szybko interweniować.

Ku zaskoczeniu wielu powołanie otrzymał 29-letni Bartłomiej Drągowski, który ma na swoim koncie 4 występy w reprezentacji Polski. Całkowicie pominięty został Łukasz Skorupski, który jeszcze nie tak dawno był typowany na następcę Wojciecha Szczęsnego w bramce Biało-Czerwonych. Szansy nie otrzymali również wyróżniający się bramkarze z PKO Ekstraklasy.

Bartłomiej Drągowski w tym sezonie rozegrał 9 meczów w barwach Widzewa Łódź i wpuścił 13 goli. W pamięci łatwo można odszukać mecze z Lechem Poznań i Legią Warszawa, kiedy to doświadczony golkiper, delikatnie pisząc, nie pomógł swojemu zespołowi. Popełnił błędy, które kosztowały drużynę utratę goli.

Spośród wszystkich bramkarzy w samej polskiej lidze jest przynajmniej kilku, którzy aktualnie prezentują wyższą formę. Zmniejszając krąg poszukiwań do samych Polaków, na pierwszy plan wysuwają nam się Sławomir Abramowicz, Xavier Dziekoński i Marcel Łubik. Co prawda ten ostatni również wpuścił sporo goli, bo 12, ale w dużej mierze wynika to z ofensywnego stylu gry Wisły Kraków, która mimo obrony niebędącej monolitem, plasuje się na 4. miejscu w tabeli PKO Ekstraklasy.



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Bartłomiej Drągowski zastąpi w kadrze Kamila Grabarę, który na treningu Juventusu doznał kontuzji kolana

Najlepiej z tego grona prezentuje się Xavier Dziekoński, który w tym sezonie 10 razy wyciągał piłkę z bramki, zbiera dobre oceny i w letnim oknie transferowym wzbudzał spore zainteresowanie zagranicznych klubów.

Pierwszy z wymienionego grona Sławomir Abramowicz ma na swoim koncie aż 18 straconych bramek, ale rozegrał w tym sezonie już 13 spotkań, w tym ze szkockim Rangers FC oraz greckim Olympiakosem Pireus. Ponadto w ostatnich tygodniach Jagiellonia Białystok zanotowała wyraźny spadek formy co mocno utrudniło 22-latkowi zachowanie czystego konta.

Biorąc pod uwagę, że reprezentacja Polski podczas wrześniowo-październikowego zgrupowania zagra aż 4 spotkania w Lidze Narodów, jest prawdopodobieństwo, że wszyscy bramkarze otrzymają szanse występu. Przy takich możliwościach warto byłoby mieć na ławce rezerwowych kogoś więcej niż tylko ligowego średniaka. Zwłaszcza że w powołaniach zupełnie pominięty został najbardziej doświadczony w kadrze narodowej wcześniej wspomniany Łukasz Skorupski. Co prawda 35-latek również niedawno popełnił błąd przy interwencji w meczu włoskiej Serie A, ale 20 meczów na poziomie reprezentacyjnym, w tym kilka naprawdę udanych występów mówi samo za siebie.

PIŁKA NOŻNA

# Infantino szuka kompromisu: otwarty na rozmowy o reformie FIFA

Jacek Kmiecik

**Prezydent FIFA Gianni Infantino wyraził gotowość do podjęcia dialogu na temat reformy kierownictwa organizacji. Stwierdził to w liście do członków Rady FIFA, którego tekst został opublikowany przez „The Athletic".**

Lider światowego futbolu Gianni Infantino zaproponuje Radzie FIFA zorganizowanie procesu bezpośrednich konsultacji.

„Po pierwsze, zapytam Radę, czy chce zlecić niezależny zewnętrzny przegląd obecnych ram zarządzania FIFA w odniesieniu do głównych inicjatyw strategicznych i zarekomendować potencjalne ulepszenia" – napisał Infantino w liście do Rady FIFA oraz prezesów wszystkich 211 krajowych federacji.

Zapowiedział również, że zaproponuje konsultacje z konfederacjami, federacjami członkowskimi i innymi interesariuszami w sprawie wzmocnienia procesu decyzyjnego FIFA.

„Konsultacje te obejmą konkretne propozycje dotyczące wcześniejszego zaangażowania struktur instytucjonalnych w proces decyzyjny, podziału uprawnień między prezydentem, Biurem, Radą i Kongresem, a także praktyczne środki mające na celu zwiększenie przejrzystości, zapewnienie udziału interesariuszy i wzmocnienie odpowiedzialności we wdrażaniu głównych inicjatyw strategicznych" – wyjaśnił.

Następne spotkanie Rady FIFA odbędzie się 15 października.

W lipcu wyszło na jaw, że Infantino chce utworzyć firmę, która nadzorowałaby najważniejsze rozgrywki piłkarskie mężczyzn i kobiet. Wierzył, że utworzenie FIFA Forward Enterprise zwiększy dochody stowarzyszeń członkowskich FIFA i przyczyni się do rozwoju piłki nożnej na całym świecie. Międzynarodowa Federacja Piłkarska (FIFA) stwierdziła, że program ten mógłby przynieść 4,2 miliarda dolarów. Inicjatywa spotkała się z powszechną krytyką i potępieniem ze strony władz, federacji i innych organizacji.

Prezydent FIFA wyjaśnił, że plan miał na celu sprawdzenie, czy sprzedaż mniejszościowego udziału w kontrolowanej przez FIFA spółce komercyjnej mogłaby przynieść więcej pieniędzy na rozwój futbolu. Dodał, że nie wiązałoby się to z rezygnacją z kontroli nad decyzjami sportowymi. Jego zdaniem propozycja ta ujrzała światło dzienne, zanim zdołano ją w pełni przedstawić Radzie i federacjom członkowskim.

„Uznaję, że bez pełnego kontekstu sprawa ta wywołała niepokój i stworzyła wrażenie, jakby decyzje zostały już podjęte. To nie miało miejsca. To wciąż była propozycja, a nie decyzja i zawsze podlegała wymaganym zatwierdzeniom ze strony Rady i federacji członkowskich. Została ona wycofana i nie będzie dalej procedowana" – napisał.

56-letni Infantino został wybrany na prezydenta FIFA na nadzwyczajnym kongresie w lutym 2016 roku. Później dwukrotnie został ponownie wybrany bez sprzeciwu. Kolejne wybory prezydenckie FIFA odbędą się w marcu 2027 roku. Termin zgłaszania kandydatów upływa 18 listopada.

„Wciąż jestem w pełni oddany kierowaniu FIFA i wierzę, że możemy wspólnie wiele osiągnąć" – podkreślił Infantino.

BOKS

# Szeremeta nie przypomina siebie z igrzysk. Odpadła z mistrzostw Europy

Jacek Kmiecik

**Julia Szeremeta (kat. do 57 kg) nie przywiezie medalu z mistrzostw Europy w boksie w Sofii. Werdyktem sędziów przegrała 1:4 z reprezentantką gospodarzy i pożegnała się z turniejem na etapie 1/8 finału.**

35-letnia Bułgarka Stanimira Petrowa, która wróciła po dwuletniej przerwie macierzyńskiej, biła szybciej, celniej i mocniej, potrzebując tylko niespełna jednej rundy, by odebrać 23-letniej Julii Szeremecie jej największe atuty: bicie z kontry i wyprzedzanie ciosów rywalki.

Srebrna medalistka olimpijska z Paryża werdykt przyjęła z nietęgą miną, a jednym gestem – kciukiem skierowanym w dół – pokazała, że nie zgadza się z taką oceną i wynikiem starcia.

Podczas rozmowy z dziennikarzem po walce miała zaczerwienione oczy od płaczu: – Myślałam, że pierwsza runda będzie moja i tak naprawdę była, otwiera się w nowym oknie. Nie wiem, co się stało na kartach punktowych. Cóż, nic na to nie poradzę – skomentowała.

Oceniła walkę jako równą, choć „początek wszystko ustawił".

– W trzeciej rundzie już też nic nie mogłam zrobić, bo ona uciekała.




FOT. PAP/DAREK DELMANOWICZ

Julia Szeremeta przegrała z 35-letnią reprezentantką Bułgarii, która w sierpniu ubiegłego roku urodziła syna. PAP/Darek Delmanowicz

eprasa.pl f7ddd2de7a