

MAGAZYN *razem z dodatkami*

„Rosji zależy na destabilizacji Polski. Chce, żeby u nas wciąż się kotłowało”

● Zobacz nowe atrakcje turystyczne na Podkarpaciu ● Talentów sumo w Gnojnicy nie brakuje

PLUS TELEMAGAZYN z programem TV



nowiny

n o w i n y 24.pl

Piątek–Niedziela,
21–23.07.2023

Nr 140 (21 093)

www.nowiny24.pl
Cena 4,90 zł (w tym 8% VAT)

Przyszli z listem, ocalili adresatom życie



Trzech listonoszy
z Podkarpacia udowodniło,
że ten zawód to nie tylko
doręczanie przesyłek

LUdzie - STR. 18

FOT. KRZYSZTOF KAPICA, MARCIN RADZIMOWSKI, JANUSZ WOJTOVICZ



**183 mln zł
na podkarpackie
zabytki i 66 mln
na drogi lokalne**

STR. 3, 8

**Odnaleziono nowe
dowody ludobójstwa
na Wołyniu**

STR. 6

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 3503 62



**Dlaczego obecnie rodzi się
mniej dzieci niż dawniej?**

DEBATA NOWIN - STR. 12-13

REKLAMA

0010842019

LOTTERIADA

POCZUJ ZEW NAGRÓD!

Do wygrania ponad
600 NAGRÓD
oraz łącznie
2,5 MILIONA TALONÓW
na Lotto
i Ekspres
Losy*

Graj w punktach LOTTO i na **lotto.pl**

Szczegóły i regulamin na lotteriada.pl. Okres sprzedaży promocyjnej trwa od 29 czerwca do 14 sierpnia 2023 r. Organizator: Totalizator Sportowy Sp. z o.o., ul. Targowa 25, 03-728 Warszawa. * Liczba talonów jest ograniczona i wynosi 1 500 000 talonów na Lotto oraz 1 000 000 talonów na losy loterii „Pełna Skarbanka”.

TYDZIEŃ Z NOWINAMI

PONIEDZIAŁEK

● **SPORTOWY24** - relacje, sprawozdania z podkarpackich boisk

WTOREK

● **STREFA BIZNESU** ekonomia i gospodarka w skali makro i mikro

ŚRODA

● **ZDROWIE** Wirusowe zapalenie wątroby - jak rozpoznać tę chorobę

CZWARTEK

● **POD PARAGRAFEM** - Che Guevera był zwykłym kryminalistą

PIĄTEK

● **PULS POLSKI** Reportaże z kraju i Podkarpacia, wywiady**ZAMÓW PRENUMERATĘ:** tel. 17 777 01 39, prenumerata@nowiny24.pl, prenumerata.nowiny24.plSUBIEKTYWNY
PRZEGLĄD TYGODNIA

Arkadiusz Rogowski Jaromir Kwiatkowski

Jeśli ktoś liczył, że Konfederacja się zmienia, to w tym tygodniu musiał się ocknać. „Jedynkami” tej partii na listach do Sejmu na Podkarpaciu będą Andrzej Zapałowski i Grzegorz Braun. To znaczy, że na Podkarpaciu Konfederacja pogodziła się już z 10-procentowym poparciem. I nawet piwo z doktorem Mentzenem tu nie pomoże.

O przekroczeniu progu wyborczego marzy dziś natomiast taktyczna koalicja Polski 2050 i PSL-u, czyli trzecia przystawka Platformy. Jeden z jej działaczy, były asystent posła Jana Burego Bartosz Romowicz po raz kolejny zaatakował Prawo i Sprawiedliwość. Powód ten sam co zawsze - jako burmistrz Ustrzyk Dolnych nie dostaje od rządu tyle kasy, ile by chciał. I w ramach gospodarczej polityki zapowiedział, że wydrukuję na ten temat plakaty. Geniusz!

Podkarpacka Lewica zanotowała spektakularną porażkę. W sobotnim IV Marszu Równości udział wzięło około 200 osób, czyli kilkakrotnie mniej niż zwykle. Nie pomogły nawet drag queens - zdjęcia z niemal pustego placu przed Urzędem Wojewódzkim mówią same za siebie. Na domiar złego z prognoz politologa Marcina Palade wynika,

że na Podkarpaciu Lewica nie zdobędzie ani jednego mandatu.

Lepsze humory mają podkarpaccy posłowie PiS, którzy niemal codziennie ogłaszają na konferencjach prasowych kolejne dofinansowania. W tym tygodniu były to pieniądze na remonty zabytków oraz na drogi gminne i powiatowe. Tyle że ludzie przyzwyczaili się przez te ostatnie lata do tych dotacji tak bardzo, że nie robi to już dzisiaj na nich większego wrażenia.

A podkarpaccy posłowie Platformy Obywatelskiej nadal jeżdżą i straszą, że Prawo i Sprawiedliwość sfałszuje wybory. Tym razem, żeby zrobić większy tłum, wzięli sobie do pomocy posłów z innych regionów. Nad wyraz szczerą okazała się Barbara Nowacka, która palnęła, że bardzo ważne będzie pilnowanie... wyroków. Innymi słowy, jak PiS znowu wygra, to nie będą uznawać wyników tych wyborów.

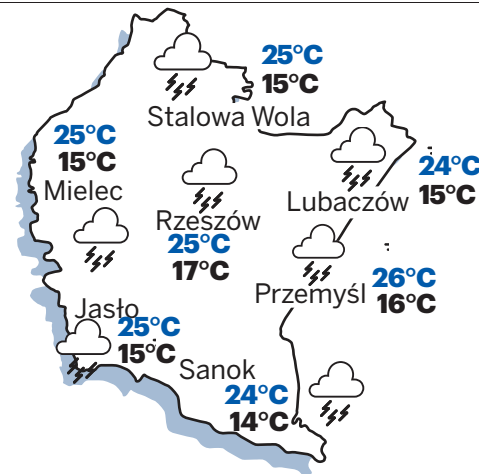
W Warszawie pasażerom autobusów wyświetla się informację, że tamtejsze ceny biletów MPK (4,40 zł) są tańsze niż w Krakowie czy w Poznaniu (po 6 zł). Czyżby Rafał Trzaskowski nie lubił już Jacka Majchrowskiego i Jacka Jaśkowiaka? Tego nie wiemy. Wiemy natomiast, że i Rze-

szów przegonił stolicę, bo normalne bilety MPK kosztują tu od lipca 5 zł i 6,20 zł. Z czegoś trzeba przecież pokryć koszty farby na bus-pasy.

TVP pokazała w tym tygodniu wstrząsający dokument Mariusza Zielke „Bagno” - o Krzysztofie S., znanym muzyku oskarżonym o pedofilię. Ale „Bagno” jest jednocześnie oskarżeniem mainstreamowych mediów, do których Zielke zwracał się z prośbą o podjęcie tematu pedofilii w polskim szolbiznesie, a których szefowie (m.in. Jarosław Kurski, Bartosz Węglarczyk, Piotr Pacewicz, Michał Samul, ale także Tomasz Sekielski) odrzucali propozycję jak gorący kartofel. Czy mainstreamowe media mają aż tak wybiórczą wrażliwość, że są zainteresowane pedofilią pod warunkiem, iż dotyczy wyłącznie księży?

Minister sprawiedliwości Zbigniew Ziobro uwzględnił wniosek o przerwę w odbywaniu kary 3 lat pozbawienia wolności przez 21-letnią Marię. Dziewczyna dostała taki wyrok za... próbę wyrwania aktywistom LGBT tęczyowej torby podczas manifestacji tych środowisk w 2020 r., co sędziowie zakwalifikowali jako... próbę dokonania rozboju. Czy był to sprawiedliwy wyrok, nie pytamy, bo jego surowość wręcz przeraża. Ale sędziowska „kasta” uznała, że „ideologiczne zaciętrzewienie” przeciwniczki LGBT (dziewczyna należy do Młodzieży Wszechpolskiej) musi zostać przykładownie ukarane, by odstraszyć naśladowców. Marika odsiedziała już rok, a obecnie czeka na wolności na rozpatrzenie przez prezydenta Andrzeja Dudę wniosku o jej ułaskawienie. Mamy nadzieję, że tak się stanie. Kto jednak ukróci nadużywanie władzy sędziowskiej z powodów politycznych? ©

Pogoda w regionie



Barometr
1010 hPa
Wiatr
17 km/h
Uwaga
burzowo

Sobota

dzień
MIN 22°C MAX 24°C
noc
MIN 12°C MAX 16°C

Niedziela

dzień
MIN 25°C MAX 28°C
noc
MIN 13°C MAX 16°C

21 LIPCA 2023

Dzisiaj 202. dzień roku
Do sylwestra pozostało 163 dni.

Wschód Słońca w Rzeszowie

o godz. 4.46, zachód o godz. 20.30. Dzień będzie trwał 15 godzin i 43 minuty. Najdłuższy dzień w Polsce jest w Władysławowie, trwa 16 godzin, 29 minut. Najkrótszy dzień jest w Zakopanem, trwa 15 godzin, 37 minut.

Imieniny dzisiaj obchodzą:
Andrzej, Benedykt, Daniel, Ignacy, Jan, Julia, Klaudiusz

KALENDARIUM

1655

Potop szwedzki: feldmarszałek Arvid Wittenberg wkroczył na czele 14 tys. wojska do Wielkopolski.

1905

Na stokach Cytadeli Warszawskiej został powieszony Stefan Aleksander Okrzeja, członek Organizacji Bojowej PPS.

1958

Funkcjonariusze Służby Bezpieczeństwa wyłamali bramę i przeprowadzili rewizję Instytutu Prymasowskiego na Jasnej Górze.

2013

Z odwiertu Łebień LE-2H w pobliżu Łęborka rozpoczęło pierwsze w Polsce regularne wydobywanie gazu łupkowego.

Studentka uniwersytetu pojedzie w wyścigu Tour de France

opr. Beata Terczyńska
b.terczyńska@nowiny24.pl

Kaja Rysz, studentka fizjoterapii Uniwersytetu Rzeszowskiego, zawodowa kolarzka w brytyjskiej ekipie Lifeplus Wahoo, wystartuje w prestiżowym Tour de France.

Wyścig startuje już w niedzielę (23 lipca) i potrwa do 30 lipca. To jedna z najbardziej znanych imprez kolarskich na świecie. Jestem ogromnie szczęśliwa, że stanę na starcie Le Tour de France Femmes. Jest to wielkie wyróżnienie dla mnie i niezmiernie cieszę się, że mogę reprezentować moją drużynę - mówi studentka piątego roku kierunku fizjoterapia na Uniwersytecie Rzeszowskiego. - Dziękuję Lifeplus Wahoo za docenienie i zaufanie. Po nie-

dawno zakończonym Baloise Ladies Tour i mojej poważnej kraksie na finiszu 3. etapu wszystko stało się pod znakiem zapytania. Ale dzisiaj wiem, że już niedługo będziecie mogli śle-



Kaja Rysz już w niedzielę wystartuje w Tour de France Femmes 2023

FOT. ARCHIWUM KOLARKI

dzić nas codziennie od niedzieli w Eurosport - mówi Kaja Rysz pochodząca z Rymanowa Zdroju.

W wyścigu Tour de France Femmes wezmą udział 22 zespoły. Każda drużyna będzie miała 7 zawodniczek, o jednego więcej niż w edycji 2022. Wyścig rozpocznie się w Clermont-Ferrand tego samego dnia, w którym kończy się męski tour w Paryżu. Uczestniczki pojadą na południe przez Masyw Centralny w kierunku Pirenejów. Ostatnim etapem będzie jazda indywidualna na czas w Pau.

W obecnym sezonie Kaja Rysz miała okazję wystartować w najważniejszych wyścigach, w tym Paryż - Roubaix oraz RideLondon Classique, gdzie zajęła 16. miejsce w klasyfikacji generalnej. Była także ósmą na drugim etapie w Belgii - podaje portal naszcosie.pl.



nasz REGION

1,2 mln zł dla Markowej z budżetu Województwa Podkarpackiego

Beata Terczyńska
b.terczynska@nowiny24.pl

Podczas wczorajszej nadzwyczajnej sesji Sejmiku Województwa Podkarpackiego radni zagłosowali nad uchwałą w sprawie pomocy finansowej dla gminy Markowa.

Z budżetu województwa radni przyznali gminie Markowa 1,2 mln zł. Uchwałę przyjęli jednogłośnie. Pieniądze te wykorzystane zostaną na cztery inwestycje mające priorytetowe znaczenie w związku z przygotowaniami do uroczystej beatyfikacji Rodziny Ulmów, która odbywać się będzie w Markowej 10 września. Pierwsze dwa zadania to utwardzenie gruntu na działkach, w sumie na powierzchni ok. 50 arów. Przy okazji wykonane zostaną miejsca postojowe, w tym dla osób z niepełnosprawnościami, zbudowany podjazd. Kolejne to przebudowa drogi gminnej, aby poprawić komunikację i organizację ruchu w obrębie terenu, gdzie odbędą się uroczystości.

Ostatnie to „budowa utwardzenia powierzchni gruntu

na drodze dojazdowej do Zagrody - Muzeum Wsi Markowa”. „Aktualnie droga dojazdowa do skansenu stanowi nieutwardzoną powierzchnię o nawierzchni gruntowej, wysypanej warstwą żużla. Nawierzchnia jest nierówna i wymaga ułożenia warstwy wyrównawczej oraz utwardzenia, które umożliwi swobodne skomunikowanie do skansenu. W związku z tym, planowane jest wykonanie utwardzenia drogi dojazdowej poprzez nawiezenie warstwy drobnego kamienia z zagęszczeniem kamiennym, a także na odcinku 10 m przy wyjeździe na drogę gminną planuje się wykonać nawierzchnię z kostki kamiennej” - czytamy w uzasadnieniu. Właścicielem drogi jest Towarzystwo Przyjaciół Markowej, dlatego pomoc finansowa zostanie przez gminę przekazana Towarzystwu.

Podczas sejmiku była też mowa o pomocy finansowej w wys. 450 tys. zł dla gminy Laszki. Na przebudowę dróg: Laszki - Charytany, Laszki - Kozły i wewnętrznej Laszki - lotnisko. Stanowią one główny ciąg komunikacyjny transportu pomocy dla Ukrainy. ©©



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Uroczystości beatyfikacyjne mają się odbyć na przestrzeni położonej powyżej muzeum noszącego im. Rodziny Ulmów

WOŁKOWYJA

Samochód osobowy wypadł z drogi i dachował W czwartek rano policjanci z Leska otrzymali informację o wypadku, do którego doszło w Wołkowiej na DK nr 894. Ze wstępnych ustaleń wynika, że kierujący fordem zjechał z jezdni i wjechał w skarpe. Następnie samochód dachował. Samochodem podróżowało pięć osób. Dwie trafiły do szpitala na badania, jedna została przetransportowana śmigłowcem LPR. **KOCH**



FOT. OSP KSRG WETLINA

POWIAT PRZEMYSKI

13-latka wywróciła się na elektrycznej hulajnodze W Kaszycach 13-latka straciła panowanie nad elektryczną hulajnogą i wywróciła się na jezdnię. Pogotowie zabrało dziewczynkę do szpitala z obrażeniami ciała.

183 mln zł na renowację 458 podkarpackich zabytków



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Dworek Dydyńskich w Strzyżowie zostanie odnowiony ze wsparciem z Rządowego Programu Odbudowy Zabytków

Wojciech Tatała, LUKS, BH
wojciech.tatara@polskapress.pl

Ponad 183 mln zł trafi do regionu w ramach Rządowego Programu Odbudowy Zabytków, co pozwoli na renowację 458 obiektów.

- Wiele obiektów, które stanowią nasze dziedzictwo, zyska nowy blask, ale też zapewne nowe przeznaczenie. Zabytki są dedykowane nie tylko na cele, na które pierwotnie były przeznaczone, ale w wielu z nich funkcjonują obiekty użyteczności publicznej, takie jak szkoły, przedszkola, żłobki czy domy kultury - mówiła wczoraj wojewoda Ewa Leniart, dodając, że kwota na odbudowę, renowację, prace konserwatorskie dla całego kraju wynosi 2,5 mld zł.

W spotkaniu z dziennikarzami uczestniczyła również Beata Kot, podkarpacki wojewódzki konserwator zabytków, parlamentarzyści z regionu: Teresa Pamuła i Andrzej Szlachta oraz wójt gm. Dynów Wojciech Piech. - Otrzymaliśmy prawie milion złotych na 4 inwestycje. Największa to wymiana stolarki

okiennej, czyszczenie cegły i renowacja całego zabytkowego budynku, w którym mieści się Urząd Gminy. Odrestaurowane zostaną figurki w kościele w Harcie, a w kościele w Bachórze zabytkowe organy. Wykonamy także dokumentację zabytkowego młyna - wyliczał wójt Piech.

Z programu skorzysta wiele małych samorządów, ponieważ wkład własny to zaledwie 2 proc. kosztów inwestycji. Samorządy każdego szczebla mogły starać się o wsparcie każdej z nich do 150 tys. zł, 500 tys. zł i 3,5 mln zł.

Dzięki takiemu rozwiązaniu aż 6,8 mln zł trafiło do powiatu strzyżowskiego, co pozwoli na remont i odnowienie 17 obiektów. Wśród nich jest malowniczy dworek Dydyńskich w Strzyżowie. Koszt inwestycji to 980 tys. zł.

- To bardzo cenny obiekt. Będziemy chcieli wykonać prace na zewnątrz. Pewnie nie wszystko da się zrobić, ale te najważniejsze roboty chcemy mieć za sobą. Nakłady na inwestycje w naszym powiecie są podzielone według motywów



FOT. LUKASZ SOLSKI

Przemyśl otrzyma 999 600 zł na remont elewacji od strony południowej budynku I LO

historycznych. Mamy architekturę drewnianą, ale też atrakcyjny turystycznie bunkier w Stępinie. Odpowiadamy na potrzeby mieszkańców - mówi dr Piotr Szopa, radny powiatu strzyżowskiego oraz historyk IPN-u.

Niemniej ważna dla mieszkańców Czudca będzie renowacja miejscowego kościoła parafialnego.

W Przemyślu liceum i katedra

Z programu skorzysta zdecydowana większość samorządów w regionie. Przemyśl - miasto z największą liczbą zabytków - otrzyma 1,65 mln zł dofinansowania na renowację I Liceum Ogólnokształcącego, Młodzieżowego Domu Kultury oraz Przemyskiego Centrum Kultury i Nauki ZAMEK.

Akceptację otrzymał również wniosek Zarządu Województwa Podkarpackiego na renowację polichromii, posadzki i dwóch ołtarzy katedry w Przemyślu. Kwota dofinansowania w tym przypadku to ponad 3,2 mln zł. Również dzięki samorządowi województwa podkar-

packiego renowacji zostanie poddana posadzka w kościele Farnym w Rzeszowie. Koszt inwestycji to 2,2 mln zł.

Rewitalizacja parkowych alei

Do Tarnobrzega, Baranowa Sandomierskiego, Gorzyc, Grębowa, Nowej Dęby i samorządu powiatu tarnobrzęskiego trafi w sumie ponad 6 milionów złotych. Najwięcej z tej kwoty - 784 tys. zł - pochłonie rewitalizacja alei parkowych w zabytkowym zespole parkowo-pałacowym w Grębowie oraz renowacja zabytkowego kościoła pw. św. Franciszka Salezego i św. Andrzeja Boboli w Gorzycach (978 tys. zł).

Ponad 8,2 mln zł trafiło w sumie do Jasła, jasielskich gmin i powiatu. Dofinansowano 26 zadań m.in. prace konserwatorskie zespołu kościoła farnego i dzwonnicy w Jasle czy pierwszy etap rewitalizacji budynku w Trzcinicy oraz prace konserwatorskie przy ikonostasie (XVII/XVIII w.) z dawnej cerkwi greckokatolickiej w Świątkowej Małej. ©©

AKCJA CHARYTATYWNA



0410844471

W Tyczynie w wodzie są bakterie coli! Nie nadaje się do użytku

Beata Terczyńska
b.terczynska@nowiny24.pl

Trwa czyszczenie wodociągu, ale mieszkańcy muszą się liczyć z problemami najpewniej do poniedziałku. W jednej części gminy woda w ogóle nie nadaje się do użytku, w innej - tylko do gotowania.

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Rzeszowie informuje, że w badaniach jakości wody z wodociągu Tyczyn w punkcie Hermanowa - Łazy wykryto obecność bakterii grupy coli - taki pilny komunikat opublikowało w środę PGK „Eko-Strug” w Tyczynie. - Woda jest nieprzydatna do spożycia od przepompowni Hermanowa - Łazy do końca sieci. Może być używana wyłącznie do prac porządkowych, np. mycia podłóg i spłukiwania toalet.

„Eko-Strug” poinformował jeszcze, że punkt odbioru wody do celów pitnych znajduje się przy ul. Kościuszki 6 w siedzibie przedsiębiorstwa. - Prosimy

mieszkańców o zgłaszanie się z własnymi pojemnikami. Punkt jest czynny od poniedziałku do niedzieli, od 7 do 22.

Na FB „Eko-Strugu” (podobnie jak na stronie internetowej) pojawił się w tym samym czasie także drugi komunikat. O wodzie warunkowo przydatnej do spożycia, ale po uprzednim przegotowaniu.

To spowodowało spore zamieszanie, kto może ją pić, a kto nie. W komentarzach mieszkańcy krytykowali dostawcę za mało precyzyjny sposób komunikowania zagrożenia i brak jednoznacznej odpowiedzi, kiedy woda znów będzie się nadawała bezpiecznie do spożycia. - Hermanowa Łazy do końca sieci. Nic mi to nie mówi. Ul. Budziwojska też czy nie? Nie można tej informacji podać bardziej czytelnie? - pyta jedna z mieszkanki gminy.

„Jaki jest przewidywany termin naprawy usterki?”, „Czy za skażoną wodę też musimy płacić?”, „Na tablicach informacyjnych zero informacji. Medal



Pan Artur z Tyczyny - Zagrody przyjechał wczoraj do „Eko-Strugu”, by zabrać do domu wodę do celów spożywczych

dla firmy”, „Czy szanowna instytucja może poinformować mieszkańców, z jaką datą próbki wody do badania były pobrane?”, „Beczkiwozy powinny być w miejscach, gdzie jest problem z wodą, a nie kazać ludziom pielgrzymować

po wodę do Tyczyny” - to tylko niektóre z komentarzy mocno poirytowanych mieszkańców.

Na stronie Urzędu Miejskiego w Tyczynie komunikaty z ostrzeżeniem pojawiły się w czwartek. Burmistrz Janusz Skotnicki mówi, że rozwieszone zostały

też na tablicach informacyjnych i apeluje, by sąsiad sąsiadowi też przekazywał informacje. - Już drugi raz w mojej kadencji zdarza się taka sytuacja, że mamy bakterie coli na pompowni Hermanowa - Łazy. Trzeba będzie się temu przyjrzeć. Myślimy o modernizacji tej stacji. Będziemy się starali o pieniądze z Polskiego Ładu - mówi.

Na stronie ratusza pojawiło się doprecyzowanie, że oba komunikaty obowiązują do odwołania. Nie dotyczą mieszkańców os. Budziwój w Rzeszowie, os. Matysówka w Rzeszowie, Borku Starego i mieszkańców Kielnarowej zasilanych z wodociągu Borek Stary. Dalej: Orkana, Kościuszki, Grunwaldzka, Mokra Strona - Tyczyn, Podwałe, Przesmyk, Tycznera - nie dotyczą też tych miejsc.

- Nie dało się tych komunikatów inaczej skonstruować. Trzeba dzwonić na numer alarmowy do „Eko-Strugu” - 608 439 955 i tam, podając swój adres, pytać o szczegóły - tłumaczy burmistrz i uspokaja, że woda

jest już wyczyszczona, ale z sieci musi zejść jeszcze ta z coli.

Kiedy mieszkańcy bez obaw będą mogli spożywać wodę z kranu i używać jej do mycia zębów, kąpiei? Jaromir Ślaczka, szef Powiatowej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej w Rzeszowie mówi, że od środy trwa dezynfekcja, chlorowanie. - Dziś w Tyczynie pobierali próbkę wody do badania kontrolnego. Ten wynik ma być znany jutro. My z kolei jutro pobieramy próbkę weryfikującą i w poniedziałek będziemy dysponować ostateczną informacją na temat przydatności wody.

Mieszkańcy muszą się więc liczyć z problemami, ograniczeniami w dostępie do wody najpewniej do poniedziałku. Przy upałach będzie to szczególnie dotkliwe.

Bakterie coli mogą być niebezpieczne zwłaszcza dla osób o obniżonej odporności, wrażliwych, dzieci, osób z otwartymi ranami. Z reguły powodują dolegliwości ze strony układu pokarmowego. ©

Na granicy pokazali podrobione dowody

Agnieszka Pipała
PAP

Kierowców, którzy prowadzili ciężarówki bez o uprawnień oraz podrobione ukraińskie dowody rejestracyjne zatrzymali strażnicy graniczni na podkarpaccich przejściach z Ukrainą.

Jak poinformował w czwartek por. Piotr Zakielarczyk, rzecznik Bieszczadzkiego Oddziału Straży Granicznej, do kontroli na przejściu w Budomierzu zgłosił się 46-letni obywatel Ukrainy, kierujący samochodem osobowym z ławetą, na której przewożone było inne auto. - W trakcie kontroli mundurowi ustalili, że kierowca nie ma uprawnień do prowadzenia pojazdów powyżej 3,5 tony - mówi por. Zakielarczyk.

Z kolei mundurowi z przejścia w Karczewie zatrzymali trzy ukraińskie dowody rejestracyjne. Fałszywkami posłużyli się obywatele Ukrainy w wieku 63, 48 i 35 lat. - We wszystkich przypadkach funkcjonariusze szybko zorientowali się, że mają do czynienia z nieprawdziwymi dokumentami. W potwierdzeniu fałszerstw pomógł specjalistyczny sprzęt oraz doskonała znajomość zabezpieczeń dokumentów - podkreślił rzecznik BiOSG.

Najświeższe zdarzenie strażnicy graniczni zarejestrowali w czwartek w Medyce. Nieprawdziwy ukraiński dowód rejestracyjny okazał do kontroli 38-letni obywatel Ukrainy.

Por. Zakielarczyk dodał, że wszystkich cudzoziemców przesłuchano w charakterze świadków, a w sprawie prowadzone są dalsze czynności.

Przy Zespole Szkół Publicznych w Skołyszynie budują parking „kiss&ride”

Bogdan Hućko
bogdan.hućko@nowiny24.pl

Miejsca postojowe „kiss&ride” (z angielskiego pocałuj i jedź) powstają przy Zespole Szkół Publicznych w Skołyszynie. Koszt to ponad 900 tysięcy złotych.

Zostanie wybudowana m.in. droga dojazdowa oraz miejsca postojowe „kiss&ride”, chodniki, odwodnienie, oświetlenie miejsc postojowych i zatoki manewrowej oraz monitoring.

- Ponadto przebudowie ulegnie zjazd z drogi krajowej nr 28 oraz ogrodzenie szkolne. Dzięki przebudowie drogi dojazdowej do szkoły i poszerzeniu wjazdu z DK 28 oraz budowie zatok „kiss&ride” ruch stanie się płynny, a dzieci będą mogły bezpiecznie przejść po wyzna-



Koszt budowy miejsc postojowych „kiss&ride” to ponad 900 tysięcy złotych

czonych miejscach do budynku szkoły. Inwestycja nie ogranicza obszaru, na którym znajduje się obecnie plac zabaw czy boisko do gry w koszykówkę

wraz z terenem zielonym - informuje Bogusław Kręcis, wójt Gminy Skołyszyn.

Koszt budowy miejsc postojowych „kiss&ride” to 936 419

zł, w tym 430 tysięcy złotych pochodzi z Funduszu Przeciwdziałania COVID-19, które gmina otrzymała w ramach konkursu „Rosnąca odporność”. Dodatkowo w 2021 roku na wykonanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej samorząd wydał 94 710 zł.

Jest to kolejna inwestycja realizowana przez gminę w zakresie rozwoju infrastruktury przy szkołach podstawowych mająca na celu poprawę bezpieczeństwa dzieci, pracowników i rodziców dowożących dzieci do szkoły.

W poprzednich kilku latach wykonano parkingi wraz z dojazdami przy Szkołach Podstawowych w Harkłowej, Lisowie, Kunowej, Święcanach oraz Jabłonicy za blisko 900 tysięcy złotych. ©

AKCJA CHARYTATYWNA



0310844472

Na rzeszowskiej Słocinie wciąż boją się podtopień przy ulewach

W. Tatara, A. Rogowski
nowiny@nowiny24.pl

Wciąż nie wiadomo, kiedy ruszy budowa obiecanej latami kanalizacji przeciwdeszczowej w Słocinie. Wywołane do tablicy władze miasta zapewniają, że na ten cel zarezerwowano 90 mln zł.

Wystarczy większa burza, by wiele posesji na rzeszowskiej Słocinie niemal natychmiast zostało podtopionych. Szczególnie widać to przy ul. Leszka Czarnego, gdzie poukładane z mozołem worki z piaskiem nie zdołały całkowicie zatrzymać wdzierającej się wody na niżej położone posesje. Mieszkańcy mają już dość takiego stanu rzeczy i domagają się od władz miasta konkretnych reakcji.

- Ludzie pokupowali domy lub działki pod budowę, biorąc ogromne kredyty, które cały czas spłacają. Ich dobytek zalewany jest przez wodę. Na osiedlu potrzebne jest systemowe



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Mieszkańcy rzeszowskiej Słociny wciąż żyją w strachu przed podtopieniami. Worki z piaskiem nie uchronią ich domów przed napływającą wodą

rozwiązanie, a nie dostarczanie worków z piaskiem - mówi Maciej Rąb, przewodniczący osiedla Słocina w Rzeszowie. Przypomina, że budowa kanalizacji przeciwdeszczowej to jedna z obietnic wyborczych prezydenta Konrada Fijołka.

Jak dotąd, nic się jednak w tej sprawie nie wydarzyło. Ratusz zapewnia, że miasto ma zabezpieczone na ten cel 90 mln zł w Wieloletniej Prognozie Finansowej.

- Są to prace, które wymagają czasu. Trzeba przeprowa-

dzić analizy gleby, poziomu wód, ustalenia z Wodami Polskimi zabezpieczenia terenu czy przygotowania dokumentacji. Stworzono zespół ds. retencji, który tym tematem się zajmuje. Do końca lipca ogłoszony zostanie przetarg

na opracowanie koncepcji zagospodarowania wód opadowych - informuje Marzena Kłeczek - Krawiec, rzeczniczka prezydenta Rzeszowa.

O planach miasta przewodniczący rady osiedla Słocina dowiedział się od... dziennikarzy Nowin.

- Jako mieszkańcy czujemy się ignorowani. Nikt nas o niczym nie informuje, chociaż każdy wie, jak ważna to dla nas sprawa. Dopóki nie zostanie ogłoszony wykonawca budowy kanalizacji i nie ruszą roboty w terenie, to do zapewnienia Ratusza podchodzić bardzo ostrożnie. W WPF jest 90 mln zł, ale z łatwością można je przesunąć na inny cel lub przenieść na kolejny rok - dodaje przewodniczący Rąb.

Podczas nawałnic w czerwcu 2020 roku z mieszkańcami osiedla spotkał się premier Mateusz Morawiecki. Wtedy też pojawiły się pierwsze plany budowy polderów na rzece Młynówka, której koryto nie jest w stanie pomieścić

wód opadowych po większych deszczach. Wody Polskie zaplanowały budowę tam dwóch suchych polderów.

- Na Młynówce mają powstać dwa suche poldery przeciwpowodziowe o pojemności ok. 30 tys. m³ i 100 tys. m³. Ponadto odcinek koryta potoku ma zostać ukształtowany w ten sposób, aby bezpiecznie przeprowadzać wody powodziowe - informuje Katarzyna Tokarz, rzecznik Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie w Rzeszowie.

Inwestycja utknęła jednak... w sądzie. - Właściciele nieruchomości planowanych do przejścia pod inwestycję złożyli odwołanie od decyzji środowiskowej do Generalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Warszawie. Następnie złożono skargę do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie i kolejno skargę kasacyjną do NSA w Warszawie. Na chwilę obecną oczekujemy na termin rozprawy - dodaje Tokarz. ©

MATERIAL INFORMACYJNY

Zaplanuj aktywne lato na Jaworzynie!



Wakacje w górach to zawsze gwarancja wypoczynku, relaksu i wzmożonej aktywności fizycznej. Jeśli szukamy udanej przygody, koniecznie odwiedźmy Beskid Sądecki i Jaworzynę Krynicką. W krynickim ośrodku turystycznym Grupy PKL codziennie skorzystamy z ciekawych atrakcji. Harmonogram wakacyjnych wydarzeń został tak dopracowany, by wśród nich każdy znalazł rozrywkę idealną dla siebie.

Relaks w otoczeniu gór, brak monotonii oraz mnóstwo aktywności na świeżym powietrzu w pięknych okolicznościach przyrody czeka na nas w ośrodku turystycznym Grupy PKL na Jaworzynie Krynickiej. Oprócz stałych atrakcji, takich jak przejazd koleją na szczyt Jaworzyny czy podziwianie krajobrazów z wysokości platformy widokowej. Turyści odwiedzający to miejsce skorzystają z nietuzinkowych atrakcji przygotowanych zarówno dla najmłodszych oraz starszych.



Platforma widokowa w ośrodku turystycznym Grupy PKL na Jaworzynie Krynickiej

Wycieczki z przewodnikiem beskidzkim

Jaworzyna Krynicka to urokliwe krajobrazy, które warto poznać bliżej. Dlatego w każdy wakacyjny poniedziałek, podczas krajoznawczej wycieczki, seniorzy w towarzystwie przewodnika zwiedzą tę urokliwą okolicę.



Górskie wycieczki w ośrodku PKL na Jaworzynie Krynickiej

Z kolei wtorkowe spaceru w towarzystwie przewodnika - Baby z Gór, będą zarezerwowane dla rodziny z dziećmi. Dlatego jeśli planujemy aktywnie i rodzinie spędzić czas, koniecznie wybierzmy się na wycieczkę krajoznawczą. Jest ona gwarancją dobrej zabawy, a dodatkowo długość i narracja dostosowane są dla rodzin z dziećmi. Dla najmłodszych przewidziane są upominki!

Joga na wysokości

Lipcowe środy w ośrodku turystycznym PKL zarezerwowane są dla miłośników aktywności i harmonii. Joga na świeżym powietrzu, w bliskości z naturą, zdecydowanie poprawi samopoczucie. Udział

w zajęciach może wziąć każdy bez względu na poziom zaawansowania. Chwile relaksu z jogą odbywają się w każdą środę lipca o godzinie 10:00.

Tai Chi na Jaworzynie Krynickiej

Jeśli natomiast szukamy nowych, ciekawych doświadczeń, to już od sierpnia na chętnych czekać będą zajęcia z Tai Chi. Ta chińska sztuka walki przede wszystkim wzmacnia siłę i elastyczność górnych oraz dolnych partii ciała.



Zajęcia z Tai Chi na Jaworzynie Krynickiej

W ośrodku turystycznym Grupy PKL na Jaworzynie Krynickiej zajęcia odbywać się będą w cyklicznie w każdą sierpniową środę.

Biegaj na szczyt Jaworzyny

Zwolenników biegania lub chcących rozpocząć przygodę z tym sportem zachęcamy do udziału w czwartkowych biegach. Podczas porannych sprintów poznamy najlepsze biegowe ścieżki Beskidu Sądeckiego.

Wycieczki biegowe trwają około 90-120 minut, a ich czas jest uzależniony od zaawansowania grupy oraz wybranej trasy. Na uczestników porannych sprintów czeka najpierw krótka rozgrzewka, a następnie bieg wybraną trasą, której meta kończy się na szczycie Jaworzyny Krynickiej.

Na dwóch kółkach przez Beskid Sądecki

Wolisz rowery? Nic straconego! PKL zapraszają miłośników rowerów MTB na cykl wycieczek jednośladami. Wykwalifikowani instruktorzy jazdy rowerowej, w co drugą wakacyjną sobotę, zachęcają, by wspólnie na dwóch kółkach poznać piękno Beskidu Sądeckiego.



Ośrodek turystyczny Grupy PKL na Jaworzynie Krynickiej

Jak widać, ciekawych letnich aktywności na Jaworzynie Krynickiej nie brakuje, dlatego jeśli marzy się nam ruch na świeżym powietrzu, koniecznie odwiedźmy ośrodek turystyczny Grupy PKL. Udział w wakacyjnych wydarzeniach jest bezpłatny, a także dedykowany dla wszystkich bez względu na poziom sportowego zaawansowania.



Wszystkie informacje na temat wakacyjnych aktywności oraz przygotowanych atrakcji znajdują się na stronie www.pkl.pl oraz www.jaworzynakrynicka.pl.



2500 zł kary zapłacił nietrzeźwy rowerzysta

Jer, KWP
nowiny@nowiny24.pl

Policjanci ze Stalowej Woli zatrzymali czterech rowerzystów. Mężczyźni, mimo że pili alkohol, zdecydowali się na jazdę rowerem.

Listę nietrzeźwych rowerzystów otworzył 45-letni mężczyzna. Po godz. 10 na ul. Ogrodowej został zatrzymany przez patrol drogówki. Kierujący miał

prawie promil alkoholu w organizmie. Został ukarany mandatem w wysokości 2500 zł.

Około godz. 11. badaniom na stan trzeźwości poddano kolejnych trzech rowerzystów. Jeden z nich, 39-letni mężczyzna miał aż ponad 1,5 promila. Pozostali cykliści również zostali ukarani wysokimi mandatami. Rowerzyście za jazdę rowerem w stanie nietrzeźwości (czyli powyżej 0,5 promila alkoholu) grozi mandat 2 500 zł.

Dokumenty zbrodni wołyńskiej. Nieznane dotąd dowody ludobójstwa

Marcin Radzimowski
marcin.radzimowski@polskappress.pl

W Muzeum-Zamku Tarnowskich w Tarnobrzegu zaprezentowano I tom „Dokumentów zbrodni wołyńskiej” przygotowanego przez Instytut Pamięci Narodowej i tarnobrzegkie muzeum.

Zdaniem autorów opracowania dokumenty te można zaliczyć do najważniejszych ze wszystkich znanych dotąd pisemnych dowodów zbrodni wołyńskiej.

Dokumenty zbrodni wołyńskiej pochodzą ze zbioru przechowanego przez Urszulę Szumską. Odnaleziono je dwa lata temu w Tarnobrzegu. Jest to zbiór o szczególnej wartości, ponieważ został wytworzony przez działaczy Komitetu Ziemi Wschodniej bezpośrednio po fali mordów na Wołyniu. Ma on formę zeznań, które w większości zostały uwiarygodnione własnoręcznym podpisem naoczego świadka lub adnotacją o źródle informacji.

Ukryte w starym domu

Publikacja jest efektem przypadku, czyli odnalezienia tych dokumentów w starym domu w Tarnobrzegu, podczas prac rozbiórkowych.

- Rozpatruję to w kategoriach cudu, bo według mnie w tych kategoriach można o tym mówić. Dwa lata temu właściciel starego domu przy jego rozbiórce znalazł zawinięte w gazety dokumenty. Zorientowałem się, że mamy do czynienia z niezwykle cennymi źródłami. To kilka tysięcy relacji świadków zbrodni wołyńskiej i to relacji robionych nie post factum, tylko na gorąco, w zasadzie kilkanaście czy kilkadziesiąt dni po dramacie - mówi dr hab. Tadeusz Zych, współautor publikacji, historyk i dyrektor Muzeum-Zamku Tarnowskich w Tarnobrzegu. - Każda z osób swoją relację podpisała imieniem i nazwiskiem. Kiedy to zobaczyłem, miałem świadomość, że natrafiłem na rzecz, która ma ogromne znaczenie nie tylko dla historii lokalnej, ale także w wymiarze ogólnopolskim.

Doktor Tadeusz Zych dodaje, że kiedy znalazca przekazał dokumenty do tarnobrzegskiego muzeum, można było skontaktować się z Instytutem Pamięci Narodowej. Wtedy została podjęta decyzja o wydaniu książkowym tych dokumentów. Pierwszy tom był prezentowany 11 lipca w 80. rocznicę krwawej niedzieli na Wołyniu w Warszawie, tydzień później w Tarnobrzegu.

- To wydawnictwo bez precedensu. Po pierwsze mające znaczenie dla tych tysięcy bezimiennych



FOT. MARCIN RADZIMOWSKI

Zeszyty z relacjami świadków zbrodni wołyńskiej spisane przez profesor tarnobrzegskiego gimnazjum Urszulę Szumską zaprezentowano w Tarnobrzegu

nych ofiar, które do dzisiaj nie mają żadnego miejsca pochówku. To jest swoista forma przywracania tych osób zbiorowej pamięci. To ogromne znaczenie dla rodzin, które poszukują jakichkolwiek śladów śmierci swoich bliskich - dodaje Tadeusz Zych.

Ocalała je nauczycielka

Na znalezisko składają się trzy zeszyty relacji spisanych przez przedwojenną profesor tarnobrzegskiego gimnazjum, doktor Urszulę Szumską i kilkadziesiąt stron innych dokumentów. Dokumenty trafiły do Tarnobrzegu, bo kiedy doktor Szumska uciekała ze Lwowa po wejściu Rosjan, wzięła to, co najcenniejsze, w tym całą dokumentację dotyczącą ludobójstwa na Wołyniu, którą sporządzała. Pierwszy tom wydawnictwa to pierwszy zeszyt, całość wydawnictwa będzie się składała z trzech tomów.

Jak przekonują autorzy, dzięki tym dokumentom będziemy mogli dokładniej niż dotychczas oszacować skalę ludobójstwa, którego dopuścili się ukraińscy nacjonaliści na Polakach mieszkających na Wołyniu, oraz przywrócić pamięć o ofiarach - często z imienia i nazwiska - kolejnym pokoleniom.

- Te dokumenty to spisywane relacje świadków, którzy dosłownie uciekli spod noża i siekiery UPA. Te relacje mają szczególną wagę, bo ci świadkowie składają je kilka dni po wydarzeniu i podpisują je imieniem i nazwiskiem, a ci, którzy nie umieją pisać, stawiają krzyżyki. I oni składają te zeznania niejako w obecności przedstawicieli Polskiego Państwa Podziemnego, bo tak należy traktować pracowników Rady Głównej Opiekuńczej - mówi doktor Leon Popek,

zastępca dyrektora Biura Upamiętniania Walk i Męczeństwa IPN, współautor publikacji. - Jeśli porównamy te dokumenty i źródła dotychczas znane, to wiele informacji, wiele nazwisk i wiele miejscowości w ogóle dotąd nie występowało. Mamy ponad dwanaście tysięcy nazwisk, kilkadziesiąt miejscowości. Co najmniej jedna trzecia nigdzie nie występowała dotąd w żadnych dokumentach.

Leon Popek dodaje, że dokumenty odnalezione w Tarnobrzegu są niezwykle cenne.

- Nie znam takiego przypadku, gdzie by na taką skalę tak ważne dokumenty zostały odkryte. Jest pewną tajemnicą, jak znalazły się w Ossolineum kopie, fragmenty niektórych dokumentów, przepisane na kalce. Wiemy, że w 1958 roku po śledztwie, po aresztowaniu Urszuli Szumskiej i po tym, jak jej zabrano część dokumentów, ukryła resztę u swojego ucznia w Tarnobrzegu. Skąd się znalazły fragmenty tych dokumentów przepisane na kalce z błędami, tego na razie nie wiemy. Być może coś uda się jeszcze odczytać z dokumentów.

Wyjątkowe materiały

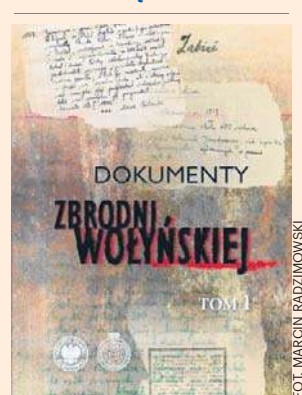
W promocji I tomu publikacji, oprócz gospodarza - dr hab. Tadeusza Zycha - historyka i dyrektora Muzeum-Zamku Tarnowskich, wzięli udział między innymi dr hab. Karol Polejowski - wiceprezes Instytutu Pamięci Narodowej, dr hab. Dariusz Iwaneczko, dyrektor Instytutu Pamięci Narodowej Oddział w Rzeszowie, dr Robert Derewenda, dyrektor IPN Oddział w Lublinie, dr Tomasz Bereza, historyk IPN i badacz stosunków polsko-ukraińskich, przedstawiciele IPN w Kielcach, prezydent Tarno-

brzeż Dariusz Bożek, starosta tarnobrzegski Jerzy Sudoł oraz grono ekspertów.

- To wydawnictwo pod każdym względem wyjątkowe. Wydawać by się mogło, że jeśli chodzi o zasoby archiwalne i dokumenty dotyczące zbrodni wołyńskiej, ludobójstwa popełnionego przez ukraińskich nacjonalistów na Polakach w województwach południowo-wschodnich II Rzeczypospolitej to w zasadzie wszystko wiemy. A tu się okazuje, że trafiło w nasze ręce źródło zupełnie wyjątkowe. To publikacja uzupełniająca obraz który wydawał się już namalowany - mówił dr hab. Karol Polejowski, wiceprezes Instytutu Pamięci Narodowej.

© P

WARTO SIĘ ZAPOZNAĆ



Dokumenty zbrodni wołyńskiej tom 1, oprac. Edward Gigilewicz, Leon Popek, Paweł Sokołowski, Tadeusz Zych, IPN, Muzeum - Zamek Tarnowskich w Tarnobrzegu, Warszawa-Lublin-Tarnobrzeg 2023. Książkę można kupić w księgarni internetowej

FOT. MARCIN RADZIMOWSKI

Ważny komunikat dla Ciebie:

Duński program uruchomiony w Polsce

1000 PREPARATÓW WSPIERAJĄCYCH REGENERACJĘ SŁUCHU ZA DARMO* dla każdego w wieku 28-85 lat

SUPLEMENT DIETY

↓ Zanim przeczucisz kolejną stronę, przeczytaj to zawiadomienie ↓

Zyjemy w czasach, które nie należą do najłatwiejszych. Paradoksalnie są to czasy, w których mamy ogromną wiedzę i potężne możliwości technologiczne, a jednocześnie coraz mniej osób stać na to, by z nich korzystać. Właśnie dlatego producent środka zorganizował specjalną akcję refundacyjną, do której zakwalifikowało się 1000 osób z innych krajów. Otrzymały one bezpłatnie preparat poprawiający jakość słuchu i wspierający zmniejszenie uciążliwych szumów usznych. Teraz producent innowacyjnych rozwiązań medycznych z Kopenhagi rozszerzył program o kolejne europejskie kraje – w tym także o Polskę. To dla Ciebie szansa na zdobycie całkowicie za darmo pionierskiej formuły, która może:

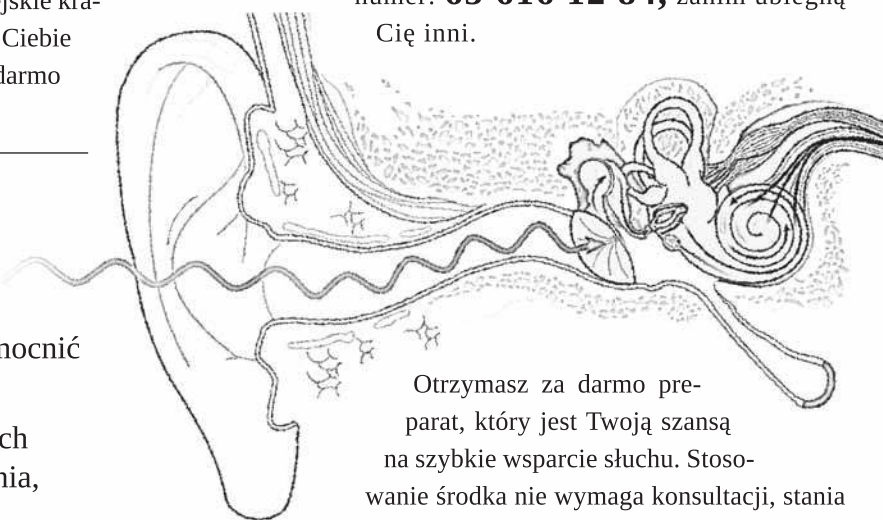
- wesprzeć pracę nerwu słuchowego
- poprawić jakość słyszenia
- pogłębić, wyostreć i wzmocnić dźwięki otoczenia
- uwolnić Cię od uporczywych szumów usznych - piszczenia, buczenia, dudnienia itp.
- zniwelować wrażenie waty w uszach, przytkanych uszu, przelewania się w uchu
- zmniejszyć bóle głowy, niepokój, rozdrażnienie, bezsenność
- umożliwić słyszenie i rozumienie głosów w większym tłumie/hałasie

Nowa receptura w kapsułkach wspierająca słuch, cieszy się dużą popularnością w wielu krajach, a przez ekspertów została okrzyknięta „doskonałą formułą na szumy uszne”. Każda osoba w Polsce, która spełnia 2 poniższe kryteria, może odebrać ją bezpłatnie.

Jeśli:

- masz ukończone 28 lat i urodziłeś/aś się po 1938 roku
- posiadasz obywatelstwo polskie

...to przysługuje Ci darmowy preparat na wzmocnienie słuchu, który poprawia jakość słyszenia. Dzięki temu możesz zacząć słyszeć głośno i wyraźnie, zmniejszyć uporczywe szumy w uszach i fantomowe dźwięki, które słyszysz tylko w swojej głowie. By skorzystać z oferty, dzwonić już teraz pod numer: **65 616 12 84**, zanim ubiegają Cię inni.

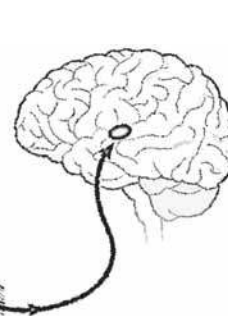


Otrzymasz za darmo preparat, który jest Twoją szansą na szybkie wsparcie słuchu. Stosowanie środka nie wymaga konsultacji, stania w kolejkach, czy nawet wychodzenia z domu! Co więcej, **stosując nowy środek możesz sporo zaoszczędzić**. Pieniądze zostaną w Twoim portfelu, podczas gdy Ty z każdym kolejnym dniem możesz słyszeć więcej i zmniejszyć zaburzenia słyszenia w zaciszu własnego domu.

Profesjonalny środek może wpłynąć na zmniejszenie uszkodzeń nerwu słuchowego i przywrócenie prawidłowego słuchu bez względu na wiek. Pomyśl więc także o swoich bliskich – może Twoi rodzice lub dziadkowie coraz częściej proszą o powtórzenie tego co mówisz, albo coraz głośniejsze nastawiają radio i telewizor? Lekceważenie postępującego niedosłuchu to skazywanie się na całkowitą

Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: rglmnprmcjpk.com

głuchotę, bo wady słuchu nigdy nie cofną się samoistnie. Nie zwlekaj - duński program refundacyjny obejmuje 1000 osób w Polsce – na zasadzie kto pierwszy, ten lepszy. To kolejność zgłoszeń decyduje o przyznaniu darmowego produktu. **Zadzwoń teraz: 65 616 12 84 i odbierz swoje opakowanie środka za 0 zł.***



Badania audiologiczne potwierdzają, że nowy środek może wyostreć i pogłębić słyszane dźwięki oraz rozszerzyć zakres słyszenia. To oznacza, że już wkrótce możesz zacząć słyszeć pełną gamę dźwięków oraz głosy z oddali i zza pleców, odzyskać zdolność słyszenia szeptu. Eksperci twierdzą, że ten preparat jest szansą na poprawę słuchu dla tysięcy osób.

Producent udostępnił 1000 darmowych* opakowań formuły wzmacniającej słuch BEZ ŻADNYCH HACZYKÓW I DROBNEGO DRUCZKU

Popularność preparatu od pierwszej kampanii w Kopenhadze wzrosła tak bardzo, że duński magazyn wyprzedał się całkowicie w ciągu 3 dni. W Polsce może być podobnie, dlatego już teraz chwyć słuchawkę telefonu. Przed Tobą niepowtarzalna okazja na zdobycie przełomowego preparatu wspierającego słuch zupełnie za darmo – bez żadnych ukrytych opłat.

NIE PRZEGAP SZANSY NA MOCNY SŁUCH!

Odbierz preparat za 0 zł* pod numerem: **65 616 12 84**

Ważne: 1 osoba może odebrać 1 opakowanie produktu. Z oferty można skorzystać do **04.08.2023 r.**

KRÓTKO

PRZEMYSŁ

Ul. Mariacka doczeka się remontu

Miasto pozyskało prawie 700 tys. zł na kompleksowy remont ul. Mariackiej. Drugie tyle samorząd wyłoży z miejskiej kasy. - Pieniądze są przyznane w ramach jednego z rządowych programów. Projekt złożyliśmy na początku roku. Ul. Mariacka przeznaczona była do remontu w 2021 r. Niestety, z racji wyższych kosztów remontu ul. Mickiewicza, musieliśmy przesunąć środki własne miasta. Stąd

nie doczekała się ona remontu w tamtym czasie - mówi Wojciech Bakun, prezydent Przemyśla. Ul. Mariacka łączy dwa główne trakty komunikacyjne w mieście: ul. Bohaterów Getta z ul. Mickiewicza. - Nawierzchnia będzie z kostki granitowej, która w tej chwili tam się znajduje i zostanie uzupełniona. Chodniki tradycyjnie albo z płyty, albo z kostki betonowej - dodaje wóldarz miasta. LUKS

DYNÓW

Nie żyje 62-letni kierowca quada



Do tragedii doszło na ulicy Ożoga. Kierujący quadem, jadąc w kierunku centrum miasta, na łuku drogi stracił panowanie nad pojazdem, wjechał do przydrożnego rowu i uderzył w drzewo. Mężczyzna poniósł śmierć na miejscu. Kierującym był 62-letni mieszkaniec powiatu brzozowskiego. KOCH

66 mln zł na drogi powiatowe i gminne na Podkarpaciu

Klaudia Oronowicz-Chudzik
k.oronowicz@nowiny24.pl

Do regionu trafiają kolejne rządowe środki, które będą przeznaczone wyłącznie na remonty dróg lokalnych. Inwestycje obejmą w sumie 115 kilometrów dróg powiatowych i gminnych.

Premier zatwierdził listy zadań remontowych na drogach powiatowych i gminnych, które uzyskały dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg w naborze wniosków na 2023 rok. Podkarpacie otrzyma ponad 66 mln złotych.

- Oprócz dofinansowania do realizacji inwestycji na drogach lokalnych, które zostało zatwierdzone przez premiera w lutym tego roku, kierujemy do samorządów dodatkowe wsparcie wyłącznie na zadania remontowe - mówił w środę Andrzej Adamczyk, minister infrastruktury. - Pomagamy władzom samorządowym w całym kraju, niezależnie od barw politycznych, bo dzięki temu największą korzyść uzyskują mieszkańcy, którzy poruszają się na co dzień bezpiecznymi i wygodnymi drogami lokalnymi. Naszym celem jest budowa nowoczesnej i bezpiecznej infrastruktury drogowej w całym kraju.

Dzięki dodatkowemu dofinansowaniu, w całej Polsce



Wsparcie uzyska 87 zadań: 27 powiatowych i 60 gminnych, co pozwoli na remont 115 kilometrów dróg: 55 km powiatowych i 60 km gminnych

planowany jest remont 1660 km dróg: ponad 700 km powiatowych i prawie 950 km gminnych. Na dofinansowanie zadań gminnych trafi 422,4 mln zł, na zadania powiatowe przeznaczonych zostało 577,6 mln złotych.

- Rządowe wsparcie z RFRD trafia na drogi gminne, powiatowe i wojewódzkie, dofinansowujemy budowę mostów i obwodnic, a także pomagamy samorządom, które realizują inwestycje polegające na poprawie bezpieczeństwa ruchu drogowego, takie jak budowa przejść dla pieszych, sygnalizacji świetlnej czy chodników i dróg dla rowerów. Rządowe

wsparcie trafia też na poprawę układu komunikacyjnego miast wojewódzkich - powiedział wiceminister infrastruktury Rafał Weber.

Z kolejnej transzy dla naszego regionu 31,2 mln zł trafi na inwestycje powiatowe, a 35 mln zł na gminne. Wsparcie uzyska 87 zadań: 27 powiatowych i 60 gminnych, co pozwoli na remont 115 kilometrów dróg: 55 km powiatowych i 60 km gminnych.

Największe inwestycje na Podkarpaciu

Jedną z większych inwestycji będzie remont drogi powiatowej nr 1152R w miejscowościach: Wola Mielecka, Podle-

szany i Przecław. Łączna wartość zadania, które w 60 procentach zostanie pokryte z rządowych środków, to prawie 7 mln złotych.

Spora inwestycja zostanie zrealizowana również w powiecie przemyskim. Mowa o remoncie drogi powiatowej 2067R Hucisko Nienadowskie - Dubiecko - Sielnica. Jej koszt to blisko 6 mln złotych. Prawie 3 mln zł to dofinansowane.

Jeżeli chodzi o drogi gminne, to jeden z większych remontów będzie miał miejsce w gminie Ropczyce. Wyremontowana zostanie droga gminna nr 107546R na odcinku Mała - Glinik. Wartość tego remontu to 5 mln 510 tys. W 60 procentach zostanie pokryte z RFRD.

Spora inwestycja zostanie zrealizowana także na ul. Wolności w Stalowej Woli. Zostanie wyremontowana cała droga gminna nr G101011R. Koszt to ok. 5 i pół mln złotych. Inwestycja zostanie dofinansowana w 50 procentach.

Od 2019 roku ponad miliard złotych

To nie pierwszy raz, kiedy nasz region otrzymuje wsparcie w ramach RFRD. Program od kilku lat umożliwia rozbudowę dróg i rozwój naszej okolicy. Łącznie od 2019 roku do województwa podkarpackiego w ramach Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg trafiło już ponad miliard złotych wsparcia. ©©

18-latek uciekał przed policją. Omal nie doprowadził do tragedii

Klaudia Oronowicz-Chudzik
k.oronowicz@nowiny24.pl

Młody, 18-letni kierowca podjął próbę ucieczki przed policją w miejscowości Kobylany (pow. krośnieński), bo jego motocykl nie miał ubezpieczenia i nie był dopuszczony do ruchu.

Policjanci z wydziału ruchu drogowego krosnieńskiej komendy zwrócili uwagę na motocykl typu cross, bo nie miał tablicy rejestracyjnej. Funkcjona-

nariusze podali kierującemu sygnały nakazujące zatrzymanie się, jednak ten zignorował je i zaczął uciekać. Policjanci motocykliści rozpoczęli pościg za kierującym corsem, który podczas ucieczki wykazał skrajnie lekceważący stosunek do przepisów prawa, ale również wobec innych uczestników ruchu drogowego.

Motocyklista popełniał szereg wykroczeń, m.in. przekraczał dopuszczalną prędkość, wjeżdżał na przeciwny pas jezdni, stwarzając zagrożenie

dla innych kierowców. Jego brawurowa jazda spowodowała, że spacerującą drogą dzieci zmuszone były w popłochu uciekać z jezdni.

Młody kierowca, chcąc uniknąć policyjnej kontroli, kilkakrotnie zjeżdżał z drogi asfaltowej na nieutwardzone dukty, po czym wracał na jezdnię i kontynuował ucieczkę. W czasie wykonywania dynamicznego skrętu, stracił panowanie nad pojazdem, doprowadzając do przewrócenia się jednoślada.

Kierującym okazał się 18-letni mieszkaniec gminy Dukla. Mężczyzna był trzeźwy. Desperacką próbę ucieczki uzasadniał faktem, że jego motocykl nie był zarejestrowany oraz nie posiadał obowiązkowego ubezpieczenia. W wyniku upadku nie doznał poważnych obrażeń. Policjanci zatrzymali prawo jazdy młodemu motocykliście, który przed sądem odpowie za wszystkie popełnione przez siebie wykroczenia oraz za przestępstwo niezatrzymania się do kontroli drogowej.



18-latek szaleńczą ucieczkę zakończył dopiero, gdy stracił panowanie nad motocyklem

AKCJA CHARYTATYWNA

0410862516





Moje miejsce na Ziemi

VI EDYCJA 3 000 000 zł dla lokalnych społeczności

Działasz w stowarzyszeniu, fundacji, kole gospodyń wiejskich lub ochotniczej straży pożarnej? Masz pomysł na ciekawy projekt?

Rusza kolejna edycja największego programu grantowego Fundacji ORLEN

Zdobądź nawet 25 tys. dla swojej społeczności!

**Czekamy na wasze wnioski do 31 lipca!
Szczegóły programu: fundacja.orklen.pl**

Trwają zapisy na Rzeszowską Pieszą Pielgrzymkę do Częstochowy. Pątnicy wyruszą już 4 sierpnia

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Do 23 lipca można się jeszcze zapisać na Rzeszowską Pieszą Pielgrzymkę, która już 4 sierpnia wyruszy po raz 46. z Rzeszowa na Jasną Górę. Do celu wierni dotrą 13 sierpnia.

Ksiądz Jakub Nagi, dyrektor Rzeszowskiej Pieszej Pielgrzymki na Jasną Górę podkreśla, że wciąż trwają jeszcze zapisy.

- To już tak naprawdę ostatnie dni tych przygotowań i zapisów - mówi ks. dr Jakub Nagi, który w tym roku po raz trzeci odpowiedzialny jest za rzeszowską pielgrzymkę. Temat pielgrzymki nie jest mu obcy, ponieważ będzie to już jego 24., nieprzerwanie od szóstej klasy szkoły podstawowej, pielgrzymka do Częstochowy. - W tym roku podjęliśmy decyzję, że zapisy odbywają się tylko przez stronę internetową pielgrzymka.rzeszow.pl i tam też znajdziemy wszystkie informacje dotyczące tegorocznego



- Zapisy na pielgrzymkę potrwają do 23 lipca - mówi ks. dr Jakub Nagi, dyrektor 46. Rzeszowskiej Pieszej Pielgrzymki na Jasną Górę

Pielgrzymka z Rzeszowa na Jasną Górę odbędzie się w dniach 4-13 sierpnia pod hasłem „Matko Kościoła, prowadź!”

pielgrzymowania. Zachęcamy jeszcze do udziału, zapisu na pielgrzymkę.

I dodaje, że tradycyjnie pielgrzymowanie będzie trwało 10 dni. - Z Rzeszowa wyruszymy 4 sierpnia. Rozpoczęcie o godzinie 6:30 na placu Farnym

przy kościele pw. Św. Wojciecha i Stanisława - opowiada dyrektor Rzeszowskiej Pieszej Pielgrzymki.

- Przed nami 10 dni drogi, 300 km, więc to jest też duży wysiłek fizyczny i ze względu na to, że nie każdy ten trud

może ponieść, nie każdy też ma możliwość, by wyruszyć z domu, czy dostać tyle dni urlopu, po pandemii utrzymujemy pielgrzymowanie 1-dniowe sztafetowe. Znaczący to, że jeśli ktoś wybierze taką formę pielgrzymki, może jeden dzień wybrać się na pielgrzymi szlak, który liczy około 30 km.

Na stronie pielgrzymka.rzeszow.pl znajduje się harmonogram pielgrzymowania sztafetowego, a także dokładne miejsca wyjazdu autokarów. I po 30 km wędrówki, od 3 dnia pielgrzymki będzie możliwość też wyjazdu na Jasną Górę - wyjaśnia ksiądz.

Trzecią formą jest duchowe pielgrzymowanie.

- Można nam towarzyszyć w pielgrzymce z domu - dopowiada dyrektor pielgrzymki. - To jest zaproszenie dla tych, którzy przed laty wędrowali, pielgrzymowali, a w tym roku nie mogą z różnych przyczyn, albo dla tych, którzy myślą o pielgrzymowaniu w przyszłości.

Hasłem tegorocznej pielgrzymki jest „Matko Kościoła,

prowadź”. - Ono nawiązuje do hasła aktualnie przeżywanego roku duszpasterskiego. To hasło zaś brzmi „Wierzę w Kościół Chrystusowy”. Idziemy do Matki Bożej i to Ona jest dla nas przykładem pójścia za Jezusem, ale to hasło jest też modlitwą: „Matko Kościoła prowadź”.

Obecnie na pielgrzymkę zapisało się już około 1000 osób. Wśród nich są pątnicy zapisani na formę tradycyjną 10-dniową i sztafetową 1-dniową.

- Zdecydowana większość to osoby, które wybrały jeden dzień pielgrzymowania - zaznacza ksiądz.

©P

WARTO WIEDZIEĆ

Wszelkie informacje dotyczące zapisów na Rzeszowską Pieszą Pielgrzymkę, a także szczegóły i formularz zgłoszeniowy można znaleźć na stronie: pielgrzymka.rzeszow.pl

REKLAMA

0010857117



56. Festiwal im. Jana Kiepury

PROGRAM FESTIWALU

DZIEŃ I | SOBOTA | 12. SIERPNIA

20:00 - KONCERT PRZEBÓJÓW OPEROWYCH /Pijalnia Główna/
„GALA INAUGURACYJNA - ŚWIAT DLA KIEPURY”

DZIEŃ II | NIEDZIELA | 13. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
Koncert wokálně-instrumentalny ARIA BRILLANTE

20:00 - PRZEDSTAWIENIE OPEROWE /Pijalnia Główna/
„RIGOLETTO” GIUSEPPE VERDI

DZIEŃ III | PONIEDZIAŁEK | 14. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
ESTRADA MŁODYCH: KONCERT LAUREATÓW IX MIĘDZYNARODOWEGO KONKURSU WOKALNEGO IM. JANA KIEPURY W KRYNICY-ZDROJU

20:00 - SZTUKA TEATRALNA /Pijalnia Główna/
Komedia - „POMOC DOMOWA” MARC CAMOLETTI

DZIEŃ IV | WTOREK | 15. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
PRAPREMIERA Nadzwyczajny koncert instrumentalno-wokalny „U ZRÓDEŁ”

- POPOŁUDNIE Z MUZYKĄ ADAMA WRÓŃSKIEGO

20:00 - PRZEDSTAWIENIE BALETOWE /Pijalnia Główna/
„DON KICHOT” LUDWIG MINCUS

DZIEŃ V | ŚRODA | 16. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
Koncert wokálně-instrumentalny - NAJPIĘKNIEJSZE WALCE ŚWIATA

20:00 - PRZEDSTAWIENIE OPEROWE /Pijalnia Główna/
„LA TRAVIATA” GIUSEPPE VERDI

DZIEŃ VI | CZWARTEK | 17. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
ESTRADA MŁODYCH. Opera „THE MEDIUM” GIAN CARLO MENOTTI

- Studenci specjalności śpiew solowy Akademii Muzycznej w Gdańsku

20:00 - PRZEDSTAWIENIE OPERETKOWE /Pijalnia Główna/
„KSIĘŻNICZKA CZARDASZA” EMMERICH KÁLMÁN

DZIEŃ VII | PIĄTEK | 18. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
Koncert wokálně-instrumentalny. ANTONIO VIVALDI - CZTERY PORY ROKU I NIE TYLKO

20:00 - KONCERT GALOWY /Pijalnia Główna/
„GALA PRZEBÓJÓW - VIVA VERDI” - 210 rocznica urodzin kompozytora

DZIEŃ VIII | SOBOTA | 19. SIERPNIA

15:00 - KONCERT POPOŁUDNIOWY /Sala Balowa, Stary Dom Zdrojowy/
Opera buffa „LIVETTA E TRACOLLO” G. B. PERGOLESI

20:00 - KONCERT GALOWY /Pijalnia Główna/
„GALA OPERETKOWA - TWOIM JEST SERCE ME...”

13-19. SIERPNIA

10:00 - KONCERTY PROMENADOWE /Muszla Koncertowa, deptak/
12:00 - SPOTKANIA Z ARTYSTĄ /Scena plenerowa, deptak/

Ruszyły przygotowania do ułożenia rankingu Złota Setka Setka Firm Podkarpacia - przekaz dane za 2022 rok

Józef Lonczak
j.lonczak@nowiny24.pl

Rozpoczęły się przygotowania do opracowania kolejnego rankingu Złota Setka. W tym roku partnerem merytorycznym naszego projektu jest DUN & BRAD-STREET POLAND sp. z o.o.

To już XVII edycja rankingu organizowanego przez „Nowiny” i oddział PTE w Rzeszowie. Tradycyjnie latem ruszają przygotowania do kolejnej edycji rankingu Złota Setka Firm Podkarpacia, które weszły w kolejną fazę. Obecnie są gromadzone dane o wynikach firm z naszego regionu, które są niezbędne do stworzenia kolejnego rankingu uwzględniającego osiągnięcia za 2021 rok.

Źródło informacji

Ranking Złota Setka Firm Podkarpacia od wielu lat jest ważnym źródłem informacji o kondycji i rozwoju podmiotów gospodarczych naszego regionu. Po raz kolejny przedstawimy firmy - 100 największych firm z Podkarpacia - kreatorów rozwoju naszego regionu.

- Miło nam, że rankingiem Złota Setka interesują się osoby



Wyniki rankingu Złota Setka Firm Podkarpacia zostaną ogłoszone we wrześniu 2023 r.

zainteresowane problematyką rozwoju gospodarczego w regionie i kraju - mówi dr Krzysztof Kaszuba, prezes zarządu PTE Oddział Wojewódzki w Rzeszowie, pomysłodawca i współautor rankingu. - W pierwszej kolejności adresowany jest on do przedsiębiorców i firm, ale też polityków, samorządowców, studentów. Tegoroczny ranking znowu zapowiada się ciekawie. Wstępna analiza minionego roku pozwala snuć przypuszczenia, że 2022 rok był dla wielu podkarpackich firm bardziej udany niż rok 2021 - dodaje ekonomista. -

Zaprezentowana lista 500 największych amerykańskich korporacji „FORTUNE 500” potwierdziła, że 2022 rok był udany dla większości korporacji z USA. Przychody ze sprzedaży 500 największych amerykańskich korporacji w 2022 r. w stosunku do 2021 r. wzrosły o kilkanaście procent. Dobre albo bardzo dobre wyniki zanotowały firmy z branży lotniczej i motoryzacyjnej, a największym beneficjentem czasu covidowych turbulencji zostały firmy z branży „zdrowie”. Wyniki amerykańskich korporacji to dobry prognostyk

dla największych podkarpackich przedsiębiorstw - przewiduje dr Krzysztof Kaszuba.

Zgłoś swój udział

Życząc przedsiębiorcom i służbom ekonomicznym udanego wyczynu, przypominamy, ale też prosimy, aby osoby odpowiedzialne za wyniki ekonomiczne przesłały nam dane potrzebne do „naszej setki”.

Stałym uczestnikiem naszego rankingu przypominamy o dostarczeniu danych za rok 2022. Firmy, które po raz pierwszy wezmą udział w Złotej Setce, prosimy też o dane za rok 2021. Wszystkie firmy zachęcamy do przedstawienia też innych osiągnięć lub działań ukierunkowanych na rozwój, którymi chcą się pochwalić. Obok Złotej Setki, opracujemy Złote Dziesiątki firm m.in. wg rentowności, zysku, dynamiki sprzedaży czy eksportu.

Prosimy o przesłanie wypełnionego formularza, plik można pobrać na stronie: nowiny24.pl/setkafirm i przesłać mailem na adres: setka@nowiny24.pl lub krzysztof.kaszuba@polskapress.pl lub pocztą na adres: Nowiny, ul. Unii Lubelskiej 3, 35-016 Rzeszów.

Więcej na stronie: nowiny24.pl/setkafirm

Pielęgniarka środowiskowa i długoterminowa

Podkarpacki Oddział Wojewódzki NFZ wzmacnia rolę profilaktyki i promocji zdrowia w swoich działaniach dla pacjentów. Edukujemy, korygujemy błędne przekonania o zdrowiu, wskazujemy mądrą praktykę potwierdzoną naukowo. Przekonujemy, że profilaktyka oraz wcześnie wykrywanie chorób ma kluczowe znaczenie dla jakości i długości życia. Co miesiąc wspólnie z dziennikiem „Nowiny” dzielimy się również z Państwem ważnymi informacjami, potrzebnymi „na co dzień”. Docieramy do Was w piątkowym wydaniu gazety oraz w wersji elektronicznej na www.nfz-rzeszow.pl.

Czy pielęgniarka środowiskowa może przychodzić do domu Pacjenta na dłużej, a pielęgniarka długoterminowa tylko na chwilę? Dzisiaj opiszemy różnice, podobieństwa i zasady pracy obu pielęgniarek.

PIELĘGNIARKA ŚRODOWISKOWA opiekuje się pacjentem i wykonuje w ramach swoich obowiązków szereg czynności medycznych. Zarówno pielęgniarka, jak i położna POZ mogą w ograniczonym zakresie diagnozować i leczyć. Do ich zadań należy też edukacja pacjenta, by nauczył się żyć ze swoją chorobą i dowiedzieć się, jak należy postępować, by nie chorować. Pielęgniarka podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) to inaczej pielęgniarka środowiskowa. Składamy do niej deklarację wyboru. Realizuje świadczenia zdrowotne w naszej placówce POZ czynnej od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 18:00, z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy. Jej dane znajdziemy na swoim Internetowym Koncie Pacjenta. Pamiętajmy, że czas pracy pielęgniarki rodzinnej jest zmienny, a powierzone obowiązki wykonuje również w domu pacjentów, z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy.

W planowaniu opieki nad pacjentami ściśle współpracuje z innymi pracownikami zespołu POZ, czyli lekarzem rodzinnym, położną rodzinną oraz pielęgniarką szkolną.

Do zadań pielęgniarki POZ należy między innymi:

- podawanie leków różnymi drogami i technikami zleconymi przez lekarza oraz zgodnie z odrębnymi przepisami, w tym wykonywanie zastrzyków dożylnych, podskórnych, śródskórnych oraz wlewów dożylnych, doodbytniczych,
- cewnikowanie pęcherza u kobiet,
- płukanie pęcherza,
- wykonywanie zabiegów pielęgniacyjno-leczniczych w stomiach, przetokach i ranach trudno gojących się, takich jak odleżyny, oparzenia czy otarcia,
- zdejmowanie szwów,
- wykonywanie inhalacji,
- wykonywanie zabiegów z zastosowaniem ciepła i zimna,
- stawianie baniek.

Obecnie pielęgniarka w pewnym zakresie może też:

- samodzielnie diagnozować,
- wystawiać skierowania na badania diagnostyczne,
- dawać zalecenia co do terapii,
- wystawiać recepty na niektóre leki oraz zlecenia na zaopatrzenie w określone wyroby medyczne.



Pielęgniarka POZ prowadzi też ocenę prawidłowości rozwoju fizycznego dzieci (do 18. roku życia) na podstawie testów przesiewowych w czasie wizyt patronażowych.

Pielęgniarka udziela pomocy w przychodni POZ w dni powszednie. Jeśli więc konieczne jest zrobienie zastrzyków czy pielęgnacja ran w soboty i niedziele lub święta, wówczas lekarz POZ lub pielęgniarka POZ zgłaszają taką potrzebę w przychodni, która będzie je wykonywała w trybie nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej na danym terenie.

Pielęgniarkę rodzinną można zmienić bezpłatnie, jednak nie częściej niż dwa razy w roku kalendarzowym. Za każdą następną zmianę w danym roku trzeba zapłacić. O tym, jak to zrobić, przeczytasz w artykule Wybór lekarza, pielęgniarki, położnej POZ.

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DŁUGOTERMINOWA DOMOWA jest skierowana do obłożnie i przewlekłe chorych, przebywających w domu. Może nią być objęty pacjent, który nie wymaga leczenia w warunkach szpitalnych, jednak ze względu na istniejące problemy zdrowotne potrzebuje systematycznej i intensywnej opieki pielęgniarskiej w warunkach domowych. Opieka ta jest realizowana we współpracy z lekarzem POZ.

Pielęgniarka w ramach opieki długoterminowej przede wszystkim:

- leczy rany i odleżyny, zmienia opatrunki,
- wymienia cewniki, podaje leki, podłącza kroplówki, robi zastrzyki,
- pomaga opiekunom chorego i uczy ich za-



**Telefoniczna
Informacja Pacjenta
800 190 590**

ślone badania oraz zlecenia na wyroby medyczne (pieluchomajtki, wózki inwalidzkie, okulary i inne).

Do pielęgniarskiej opieki długoterminowej domowej mogą być zakwalifikowani pacjenci, którzy:

- otrzymali 40 punktów lub mniej w skali Barthel,
- nie są w ostrej fazie choroby psychicznej,
- nie korzystają równocześnie z domowej opieki dla pacjentów wentylowanych mechanicznie, hospicjum domowego, stacjonarnego zakładu opiekuńczego (opiekuńczo-leczniczego lub pielęgniacyjno-opiekuńczego).

Bliscy chorego powinni uzyskać od lekarza ubezpieczenia zdrowotnego:

- ocenę stanu pacjenta według skali Barthel (możliwość oceny też przez pielęgniarkę),
- skierowanie, do którego załączona jest karta oceny pacjenta do objęcia pielęgniarską opieką długoterminową domową (skala Barthel).

Skala Barthel ocenia stan chorego przede wszystkim pod względem jego samodzielności przy wykonywaniu codziennych czynności, takich jak:

- spożywanie posiłków,
- siadanie,
- przemieszczanie się,
- ubieranie,
- kontrolowanie potrzeb fizjologicznych,
- utrzymanie higieny osobistej.

Korzystając z pielęgniarskiej opieki długoterminowej domowej należy pamiętać, że:

- pielęgniarka opieki długoterminowej domowej zobowiązana jest do powiadomienia lekarza i pielęgniarki POZ, do których pacjent złożył deklarację wyboru, o terminie rozpoczęcia i zakończenia udzielania świadczeń, a także o istotnych zmianach w stanie zdrowia pacjenta,
- karta wizyt powinna być potwierdzona podpisem przez pacjenta, jego rodzinę lub opiekuna,
- leki i inne wyroby medyczne zlecone przez lekarza ubezpieczenia zdrowotnego zapewnia rodzina pacjenta (lub jego opiekun faktyczny/prawny),
- wizyty, nie mniej niż 4 w tygodniu, odbywają się dni powszednie, od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-20:00,
- w medycznie uzasadnionych przypadkach wizyty mogą odbywać się również w soboty i dni ustawowo wolne od pracy,
- w nocy od godz. 20:00 do 8:00 oraz w dni wolne od pracy świadczenia pielęgniarskie (w uzasadnionych przypadkach) realizowane są w zakresie nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej.

Czy każda trzecia i kolejna zmiana pielęgniarki środowiskowej jest płatna?

- Lekarza POZ, pielęgniarkę lub położną można wybrać bezpłatnie dwa razy w roku kalendarzowym. Nie zapłacimy jednak za kolejną zmianę, jeśli będzie ona związana ze zmianą naszego miejsca zamieszkania, zamknięciem bądź likwidacją przychodni lub przejściem pielęgniarki na emeryturę.

Gdzie znaleźć wykaz pielęgniarek długoterminowych?

- Otrzymane skierowanie wraz ze skalą Barthel możemy zrealizować w 155 miejscach Podkarpacia. Ich wykaz wraz z telefonami do rejestracji można znaleźć w internetowej wyszukiwarce „Gdzie się Leczyć?” oraz pod bezpłatnym i czynnym całą dobę numerem infolinii NFZ 800 190 590.

Potrzebujesz rozwinąć ten temat? A może masz pomysł na kolejny artykuł?

Opisz nam w mailu rzecznikprasowy@nfz-rzeszow.pl swoje potrzeby, a my postaramy się je zrealizować.

A może jesteś pracownikiem medycznym i chciałabyś/chciałbyś wspólnie poruszyć jakąś kwestię? Zapraszamy do współpracy!

Pod względem diety Podkarpacie jest dziś na 7 miejscu w kraju

Arkadiusz Rogowski
a.rogowski@nowiny24.pl

W 2015 roku Podkarpacie miało najniższy wskaźnik diety w kraju, a obecnie jest na 7 miejscu wśród województw - taką informację podczas sobotniego pikniku rodzinnego w Ogrodach Bernardyńskich podał dyrektor Urzędu Statystycznego w Rzeszowie Marek Cierpiat-Wolan.

- Prawdą jest, że spada liczba urodzeń na Podkarpaciu, ale trzeba wyraźnie zaznaczyć, że związany on jest z dużą skalą migracji - tłumaczył Cierpiat-Wolan. - Według danych ze spisu z 2011 roku, z Podkarpacia wyemigrowało 90 tys. kobiet, w tym 34 tys. w wieku od 25 do 34 lat. Dla przykładu w 2008 roku kobiet w wieku rozrodczym na Podkarpaciu było 540,7 tys., o 17,4 tys. więcej niż w 2015 roku i aż o 64,0 tys. więcej w porównaniu z 2022 rokiem. (...) Dlatego często powtarzam, że Podkarpacie to województwo para-



FOT. BARBARA GALAS

Świadczenie 500+ ma wzrosnąć od stycznia 2024 roku do 800 zł, a więc o 60 proc.

doksu. Z jednej strony ubyło nam tych kobiet, a z drugiej jednak współczynnik diety od 2016 roku systematycznie wzrastał do 2020 roku - z 1,19 do 1,37 - mówił dyrektor rzeszowskiego US.

Marek Cierpiat-Wolan podał też, że od 2015 roku realne

dochody podkarpackich rodzin wzrosły o 27 procent. - Nawet biorąc pod uwagę tę ogromną inflację z ubiegłego roku, w całym tym okresie zaobserwowaliśmy 27-procentowy wzrost dochodu realnego - tłumaczył ekspert. - Pod względem realnych do-

chodów zajmujemy jedno z ostatnich miejsc, ale jeśli chodzi o współczynnik diety Podkarpacie zajmuje w tej chwili 7 miejsce w Polsce. Ważne jest to, że robimy postępy, bo w 2015 roku byliśmy na miejscu ostatnim - podkreślił.

Prawie 14 mld zł dla podkarpackich dzieci

Podczas otwarcia pikniku, promującego program 800+ (do takiej kwoty ma wzrosnąć od stycznia 2024 roku świadczenie 500+) wojewoda Ewa Leniart poinformowała, że od początku uruchomienia tego świadczenia, czyli od 1 kwietnia 2016 roku, do rodziców na Podkarpaciu popłynęło już łącznie 13,5 mld zł, zaś od czerwca br. z tego programu korzysta już 350 tys. dzieci. Z kolei w ramach Rodzinnego Kapitału Opiekunczego (12 tys. zł na drugie i każde kolejne dziecko w wieku od 12 do 35 miesięcy życia) na Podkarpacie napłynęło 189 mln zł, zaś w ramach wyprawki szkolnej „300+” 75 mln zł.

- Rząd odpowiada na zmieniające się warunki bytowe naszych rodzin, tak aby rzeczywiście świadczenie wychowawcze spełniało funkcję wspierania wychowania dzieci. To sami rodzice decydują o sposobie przeznaczenia tego świad-

czenia - podkreśliła Ewa Leniart, dodając że od kwietnia 2016 roku, kiedy wystartował program 500+, do czerwca 2023 roku, rodzice otrzymali na dziecko 43,5 tys. zł.

800+ wygra z inflacją?

Poseł Prawa i Sprawiedliwości Andrzej Szlachta, wiceprzewodniczący sejmowej komisji finansów publicznych, mówił, że w tym roku w budżecie państwa na program Rodzina 500+ zarezerwowano 40 mld zł, zaś w 2024 roku będzie to o 24 mld zł więcej. Świadczenie 500+ ma wzrosnąć do 800 zł, a więc o 60 proc.

- Skumulowana inflacja od 2016 roku, kiedy został wprowadzony program 500+, wynosi niespełna 30 proc., zaś wzrost świadczenia do 800 zł powoduje nadwymiarowe zwiększenie siły nabywczej tych środków - wyliczał wiceprzewodniczący sejmowej komisji finansów publicznych. - Chodzi o to, żeby ta kwota była przez kilka lat stabilna, żeby polskim rodzinom żyło się lepiej - dodał poseł.

©P



*Dr hab. Marek Cierpiat-Wolan,
dyrektor Urzędu Statystycznego w Rzeszowie*

WSPÓŁCZYNNIK DIETNOŚCI TO PROBLEM CAŁEJ EUROPY

W 2022 roku współczynnik diety w województwie podkarpackim wyniósł 1,25. Oznacza to, że nie mamy tzw. zastępowalności pokoleń. Aby taka nastąpiła, musiałby wynosić co najmniej 2,10-2,15. W pozostałych województwach sytuacja wygląda podobnie. Z niskim współczynnikiem diety boryka się już od lat niemal cała Europa. W zasadzie w każdym kraju mamy do czynienia z brakiem zastępowalności pokoleń i coraz mniejszą liczbą urodzeń.

Najprościej współczynnik diety można określić jako średnią liczbę dzieci, które urodziła kobieta w wieku rozrodczym, czyli 15-49 lat. Problem diety w Polsce, a co za tym idzie i na Podkarpaciu, nie jest zjawiskiem nowym - występuje już od ponad 30 lat. W 2015 roku osiągnął na Podkarpaciu najniższy poziom od początku XXI wieku - 1,20. Jednak już od 2016 roku powoli zaczął rosnąć, aby w 2020 roku osiągnąć 1,37.

Najwyższy współczynnik diety w Polsce wystąpił

w 1951 roku - 3,75. Wysoka wartość współczynnika gwarantująca zastępowalność pokoleń utrzymywała się do końca lat 80. ub. wieku. W regionie południowo-wschodniej Polski, podzielonym wówczas na 4 województwa, współczynnik diety był również wysoki. Dla przykładu w 1985 roku w ówczesnym województwie przemyskim wynosił 2,76, krośnieńskim 2,67, rzeszowskim 2,62 i w województwie tarnobrzeskim 2,58 (w Polsce 2,36). Współczynnik, powiedzmy na granicy zastępowalności pokoleń, poraz ostatni odnotowano w naszym kraju w 1991 roku - 2,05.

Tak jak wspominałem, poziom diety stanowi od dawna problem dla całej Europy. Według danych Eurostatu w 2021 roku najwyższy współczynnik diety wystąpił we Francji - 1,84, Czechach - 1,83 i Rumunii - 1,81, a najniższy na Malcie - 1,13 i w Hiszpanii - 1,19. W żadnym kraju nie osiągnął jednak poziomu powyżej 2,1.

Programy wspierające polskie rodziny, takie jak 500+ i przyszły 800+, wpływają na poziom diety, co pokazują lata 2016-2020, jednak powinny być rozszerzone o dodatkowe programy o charakterze ekonomicznym, społecznym i kulturowym, które mogą zadziałać pozytywnie zarówno na poziom współczynnika diety, jak i większą liczbę urodzeń. ©P

Kryzys demograficzny w Polsce od wielu lat się nasila i jest to problem bardzo złożony. Przede wszystkim dotyczy zmian cywilizacyjnych, czy może nawet kulturowych.

Polki coraz później decydują się na dzieci. Jeszcze kilkanaście lat temu swoje pierwsze dziecko rodziły między 20. a 24. rokiem życia, obecnie między 30. a 34. rokiem życia. Wynika to m.in. z tego, że chcą w jakiś sposób zbudować swoją pozycję zawodową, aby po potencjalnym urlopie macierzyńskim mieć inny, lepszy punkt powrotu do pracy.

Obecnie młodzi ludzie mają coraz większą świadomość, że posiadanie dzieci wiąże się z kosztami finansowymi. Dlatego też decydują się na późniejsze rodzicielstwo, ponieważ najpierw chcieliby zbudować odpowiednie zaplecze dla niego, czyli mieć mieszkanie i stabilną sytuację finansową.

Drugim kulturowym aspektem jest znacznie większa skłonność do migracji młodych osób. Więcej młodych ludzi decyduje się na opuszczenie mniejszych miejscowości, przenosząc się do dużych miast - stolic województw - i tam koncentrując się na pracy zawodowej i uzyskaniu zadowalającej sytuacji finansowej, po-



*Dr Hubert Kotarski,
socjolog, Uniwersytet Rzeszowski*

NIE MA PROSTYCH ROZWIĄZAŃ NA ZWIEKSZENIE DIETNOŚCI

zwalającej na zakup mieszkania lub nieruchomości.

Problemem związanym ze wzrostem mobilności przestrzennej Polaków są również migracje. Znaczna część młodych osób nie wiąże swojej przyszłości zawodowej oraz rodzinnej z Polską i decyduje się na wyjazd za granicę, podjęcie tam pracy, założenie rodziny i posiadanie dzieci.

Nie można zapomnieć również o tym, iż zmienił się model rodziny dominujący w Polsce. Część rodzin decyduje się

na posiadanie jednego bądź maksymalnie dwójki dzieci. Rzadkością są obecnie rodziny posiadające czwórkę lub więcej dzieci.

Problem spadku diety w ostatnich kilkunastu latach wynika z szeregu czynników wskazanych wcześniej. Niestety, nie ma prostych rozwiązań na zwiększenie diety w Polsce. Problem jest bardzo trudny, gdyż nie ma jednej, uniwersalnej recepty na jego zniwelowanie.

©P



Anna Schmidt, wiceminister rodziny i polityki społecznej, poseł

FINANSOWE WSPARCIE TO TYLKO JEDEN Z INSTRUMENTÓW

Polska, ale też cała Europa, znajduje się w bardzo trudnym demograficznie momencie. Zmieniają się wzorce kulturowe i modele życia. Dodatkowo mierzymy się ze skutkami pandemii COVID-19 i wojny za wschodnią granicą. Te wszystkie czynniki to ogromne wyzwanie dla polityki państwa.

O ile jednak nie byliśmy w stanie przygotować się na przyjscie pandemii czy wojny, o tyle już 10-15 lat temu wiedzieliśmy, że liczba kobiet w wieku prokreacyjnym będzie malała. Na dzisiejszą rzeczywistość pracujemy zatem już od co najmniej kilkunastu lat. W momencie, w którym był czas na reakcję, nie wykorzystano okazji, by wspierać działania prorodzinne i zachęcać do posiadania dzieci. Brak aktywności ówczesnych rządzących dziwi tym bardziej, że duże możliwości dawał panujący wówczas wyz demograficzny z lat 80. XX wieku. Obecny rząd dostrzega dużą rolę, jaką dla wzrostu gospodarczego odgrywa polityka demograficzna, jednak przez niewykorzystane okazje z przeszłości, dziś potrzeba nam więcej czasu, by przywrócić równowagę.

Zderzamy się także z późniejszym wiekiem zakładania rodzin i mniejszą liczbą planowanych dzieci. Decyzję o posiadaniu dzieci Polacy odkładają „na później” ze względu na wiele czynników, m.in.: niestabilność zatrudnienia. Około 40 proc. młodych dorosłych w wieku 20-29 lat jest zatrudnionych na umowę na czas określony, co utrudnia planowanie przyszłości. Kolejną przeszkodą pozostaje tzw. luka dochodowa w okresie pierwszych 3 lat od urodzenia dziecka.

Aż 45 proc. matek chwilowo rezygnujących z pracy na rzecz opieki nad najmłod-

szym dzieckiem, w drugim i trzecim roku opieki nie osiąga dochodów. W tym okresie oczywiście państwo wspiera wypłatą 500+ oraz - dla kolejnych dzieci - Rodzinnym Kapitałem Opiekuńczym, ale mimo to brak wystarczających dochodów przez pierwsze 3 lata życia dziecka staje się poważną barierą. Wreszcie niska popularność pracy na część etatu: dla młodych kobiet, dla których praca na cały etat jest zbyt dużym obciążeniem czasowym, sposobem na połączenie pracy z opieką, powszechnym w innych krajach Unii, jest możliwość pracy na część etatu. Niestety taka elastyczna forma zatrudnienia w Polsce nadal występuje rzadko.

Podsumowując, oczekiwany efekt wzrostu liczby urodzeń będzie możliwy do osiągnięcia dopiero w perspektywie 20 lat i na taki czas wskazuje nasza Strategia Demograficzna 2040 - pod warunkiem jednak, że polityka prorodzinna będzie stanowiła punkt centralny działań rządu i będzie działaniem wielosektorowym. Program 800+ i finansowe wsparcie rodziny to tylko jeden z dostępnych instrumentów. Istotna jest także polityka mieszkaniowa, zdrowotna oraz promowanie określonych wzorców kulturowych. Trzeba pamiętać, że rodzina to społeczny kapitał i inwestycja, z której korzystamy wszyscy, bez względu na posiadane potomstwo. Troska o ciągłość pokoleń to nie tylko przysłowiowa „szklanka wody podana na starość”, ale przede wszystkim dowód odpowiedzialnej postawy społeczeństwa, które nie myśli w kategoriach „tu i teraz”, ale świadomie planuje swoją przyszłość. ©©



Dr Krzysztof Kaszuba, ekonomista, PTE Rzeszów

NIŻSZA DZIETNOŚĆ TO TAKŻE EFEKT STYLU ŻYCIA

Spadek dietności w Polsce w ostatnich kilkunastu latach to niestety potwierdzenie, że Polska idzie ścieżką, która stała się wcześniej udziałem Niemiec, Francji czy krajów Beneluxu. Co gorsza, ten trend jest niestety bardzo mocno wspierany przez zielonotęczowych liderów i aktywistów Unii Europejskiej, dla których specjalne przywileje dla wrogów dzieci i bezpiecznego dzieciństwa dzieci są ważniejsze od podstawowych praw dla dzieci. A takim podstawowym prawem dziecka jest prawo do matki i ojca. Problem spadku dietności Niemcy, Francja i inne kraje Europy Zachodniej próbowały kilkanaście lat temu rozwiązać poprzez otwarcie swoich granic dla przybyszów z innych krajów. Do czego to doprowadziło, można zobaczyć na ulicach francuskich i niemieckich miast. W ostatnich latach, zwłaszcza w Niemczech widać małą rekonstrukcję tej polityki. Do rodzin z tytułu posiadania dzieci płyną socjalne bonusy.

Nie ulega wątpliwości, że sytuacja finansowa Polaków jest dzisiaj lepsza niż w latach 80. XX wieku, gdy w czasie stanu wojennego mieliśmy rekordowe wskaźniki urodzeń - ponad 700 tysięcy dzieci rocznie. Obecnie młodzi Polacy, ci bogatsi, każdego dnia kuszeni są konsumpcjonizmem, chcą wykorzystać okres studiów i kilka lat po studiach do użycia życia. Z kolei dla tych, którzy są skazani na kredyt na pierwsze mieszkanie, nie mówiąc już o tych, którym brak zdolności kredytowej, posiadanie dziecka to duże wyzwanie. Dodatkowo, nieznanym w latach 80. XX wieku powodem, jest zdecydowanie mniejsza szansa na pomoc przy opiece i wychowaniu dzieci

przez dziadków. Miliony młodych Polaków to emigranci. Do innych krajów, województw i dużych miast. Tam dziadków nie ma.

Jest sprawą bezdyskusyjną, że dziecko to największy skarb w rodzinie. Bonusy socjalne pomagają łatwiej żyć, ale nigdy nie będą, w normalnej rodzinie, podstawą do podjęcia decyzji o posiadaniu dzieci. Najważniejsza jest miłość. 500 czy 800 plus to dla najbiedniejszych Polaków rekompensata za czasy pogardy i dzikiej prywatyzacji na przełomie XX i XXI wieku.

W kulturze chińskiej dzieci były i są jeszcze dzisiaj zabezpieczeniem starości dla rodziców. W Polsce system emerytur z ZUS i innych źródeł, przy ułomnościach tego pierwszego, to w perspektywie wielu lat system, który będzie głównym źródłem utrzymania dla milionów Polaków po zakończeniu aktywności zawodowej. Polskim paradoksem, nieznanym np. większości Amerykanów, jest sytuacja, gdy to właśnie rodzice pomagają dzieciom. Spłacają kredyty mieszkaniowe, pomagają finansowo przy budowie domu czy kupnie mieszkania.

Wysokie, w porównaniu do innych krajów Europy, coroczne dynamiki wzrostu PKB Polski, oznaczają, że gospodarka pędzi do przodu. Młodzi Polacy dużo pracują, nie wszyscy za duże wynagrodzenie. Próbują na wzór innych, często medialnych celebrytów, korzystać z życia. Zapominając, że rodzina i dzieci to najpiękniejsze chwile życia. A efektem zapomnienia są coraz niższe wskaźniki dietności.

©©



Jan Gawelko, dr nauk medycznych, URz

PROBLEMY Z PŁODNOŚCIĄ MAJĄ NIE TYLKO KOBIETY

W debacie nad dietnością rzadko wspomina się o coraz większych problemach z płodnością. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w krajach najbardziej uprzemysłowionych dotyczą one 10-12 proc. ich populacji. W Polsce - według Polskiego

Towarzystwa Medycyny Rozrodu i Embriologii - problem ten dotyczy około 1,5 miliona par, czyli około 20 proc. społeczeństwa w wieku reprodukcyjnym.

Brak potomstwa określany jest jako bezdietność. To pojęcie obejmuje brak zajścia w ciążę oraz brak uro-

dzeń żywych, a więc sytuację, kiedy ciąża zakończyła się poronieniem. Warto podkreślić mało znany fakt, że utrata tylko ok. 10 proc. ciąży jest rozpoznawana jako poronienie, podczas gdy w patologii ciąży znane jest zjawisko utraty ciąży skutkiem nieprawidłowej implantacji, która przebiega najczęściej bez objawów kojarzonych z poronieniem.

W sytuacji braku potomstwa często używane i mylone są określenia niepłodności i bezpłodności. WHO definiuje niepłodność jako chorobę męskiego lub żeńskiego układu rozrodczego, która polega na niemożności zajścia w ciążę po co najmniej 12 miesiącach regularnego współżycia bez zabezpieczenia. Bezpłodność natomiast to trwała niezdolność do posiadania potomstwa.

Dzięki powszechnej dostępności do informacji i medialnych źródeł wiedzy o zdrowiu, świadomość spo-

łeczna w tym zakresie jest z roku na rok coraz bardziej wszechstronna. Faktem jednak jest, że problem braku potomstwa najczęściej kojarzony jest z przyczynami leżącymi po stronie kobiety, jak endometrioza i zaburzenia owulacji. Rzadko w powszechnej świadomości funkcjonuje natomiast wiedza, że w ponad 36 proc. niepłodność małżeńska wynika z przyczyn leżących po stronie partnera. Najczęściej spowodowane jest to nieprawidłowym składem nasienia.

Powyższe fakty dotyczące schorzeń narządów płciowych i zaburzeń na tle hormonalnym lub czynnościowym są powszechnie znane. O wiele mniejszą wagę przykładają się do wiedzy o równie istotnych, aczkolwiek rzadko eksponowanych przyczynach, takich jak czynniki środowiskowe, np. chemizacja i jej skutki oraz stylu życia, a więc sytuacji dotyczących każdego -

tak w środowisku pracy zawodowej, jak i w codziennych relacjach międzyludzkich i rodzinnych.

Monitorowanie tych zjawisk - przede wszystkim w krajach rozwiniętych - jednoznacznie wskazuje, że chemizacja i zatrucie środowiska w perspektywie czasowej powoduje, iż u mężczyzn po 35. roku życia istotnie zmniejsza się poziom testosteronu. W konsekwencji mają oni coraz mniej plemników w nasieniu. Przykładami w tym zakresie są m.in. skutki spożywania mięsa zawierającego leki i hormony pochodzące z paszy podawanej zwierzętom hodowlanym czy też kontakt z zalegającymi w środowisku związkami chemicznymi, jak np. bisfenol A (BPA). Jest to związek organiczny używany m.in. do produkcji plastiku. Wnika on do organizmu pod wpływem np. podgrzewania czy gnienienia plastikowych opakowań, ale

skutki biologiczne dla organizmu są takie same jak hormonów estrogennych.

Istotną rolę odgrywają też mało eksponowane, ale bardzo istotne czynniki dotyczące stylu życia, jak stres, zaburzenia snu i relaksu. W wyjaśnianiu tych mechanizmów udowodniony jest np. wpływ stresu na poziom androstenu, a więc podstawowego hormonu męskiego, odpowiedzialnego m.in. za spermatogenezę (powstawanie plemników). Stres powoduje także wzrost poziomu kortyzolu - hormonu produkowanego w nadnerczach. Z kolei podwyższony poziom tego hormonu prowadzi do odkładania się tłuszczu trzewnego w brzuchu. W tkance tłuszczowej zawarty jest enzym aromataza, który w otyłości u mężczyzn wywołuje przemianę androgenów w estrogeny, co również ma negatywny wpływ na płodność.

©©

Kultura z REGIONU

Koncertы w plenerze, festiwal teatrów lalkowych

RUDNIK NAD SANEM

Na lasowiackim szlaku

Na Rynku odbędzie się w niedzielę impreza „Na lasowiackim szlaku. Przystanek - Rudnik nad Sanem”, w ramach III edycji Festiwalu Kultury Lasowiackiej. Początek - godz. 14. Uczestnicy będą mogli wziąć udział w warsztatach haftu i wzornictwa lasowiackiego, garncarstwa oraz wikliniarstwa połączonych z pokazem wyplatania. Ponadto pokaz kulinarny i prezentacja strojów lasowiackich, stoiska Kół Gospodyń Wiejskich, z rękodziełem, malarstwem i wyrobami pszczelarskimi. Zaplanowany został również pokaz mody wiklinowej i plenerowa wystawa malarstwa Pauliny Kary. **opr.baj**

PRZEMYŚL

Łączy Nas Historia

W weekend na wydarzenia muzyczne w ramach II edycji Festiwalu „Łączy Nas Historia”. 22 lipca, godz. 19.30 - Uśmiechnij się z Kiepurą - widowisko muzyczne w 100-lecie debiutu Kiepur (Rynek), 23 lipca, godz. 17 - Piosenka jest dobra na wszystko - koncert Aleksandry Nieśpielak z zespołem (Zamek Kazimierzowski). Wstęp na obydwie wydarzenia wolny. **opr.baj**

JASŁO

Festiwal „Lalki w ogródku”

Pięć spektakli, koncert, działania plastyczne i warsztaty

to propozycja spędzenia weekendu dla dzieci z Jasła, powiatu jasielskiego oraz wszystkich miłośników teatru lalkowego. Wstęp na festiwal i udział we wszystkich wydarzeniach w Ogródku Jordanowskim jest bezpłatny. 22 lipca: godz. 15 - „Bajka o szczęściu” Teatr TeatRyle (Poznań), 16.30 - „O Ignasiu, który nie lubił szkoły” Teatr Akademia Wyobraźni (Łądek Zdrój), 18 - „Baśń o Piecuchu najwspanialszym na świecie” Teatr Barnaby (Gdańsk). 23 lipca: godz. 15 - „Czerwony Kapturek” Teatr Nemno (Rzeszów), 16.30 - „W sianie południe” Teatr Lalek Marka Żyły (Rybnik), 18 - Koncert dla dzieci w Ogródku: Wujek Ogórek (Poznań). **opr.baj**

JAROSŁAW

Kulturalne Lato w Mieście

W najbliższy weekend na Rynku zaplanowano: 21 lipca, godz. 19 - Letnie Dobranocki - „Śladami orła” Teatr Bajek Lalka; godz. 21.00 - Kino pod Gwiazdami - Chicago. 22 lipca, godz. 15-18 - Strefa Rodzinnej Małej Akademii Słodkości, godz. 16 - Otwarcie wystawy jubileuszowej Mondelez Polska, godz. 19 - Letnie Muzykowanie - CheckPoint Trio. 23 lipca, godz. 15 - Spacerki po Jarosławiu z przewodnikiem - Miłosne historie w dawnym Jarosławiu. **opr.baj**

GMINA KRZYWCZA

Folkowa Nuta

23 lipca, godz. 15, Dwór w Babicach - XXIII Spotkanie Zespołów Muzykujących „Folkowa Nuta”. Wystąpią Klika z Jawornika, Dynowianie, Markowianie, gwiazda wieczoru - „Masters”. **opr.baj**

RZESZÓW

Letnie Ogrody Literackie

23 lipca, godz. 16, Ogrody Bernardyńskie - spotkanie z reporterem i pisarzem Wojciechem Tochmanem, wstęp wolny. W przypadku deszczu spotkanie w budynku WiMBP przy ul. Sokoła 13.



FOT. FRAGMENT PLAKATU

RZESZÓW

Letni Ogródek Kultury

21 lipca, godz. 20, ul. Jagiellońska 24, Letni Ogródek Kultury. Na scenie pojawi się trójmiejska grupa The Cassino tworząca w klimacie indie rocka. **opr.baj**

Rzeszów Breakout Days. Jest już pełny program festiwalu

Beata Terczyńska

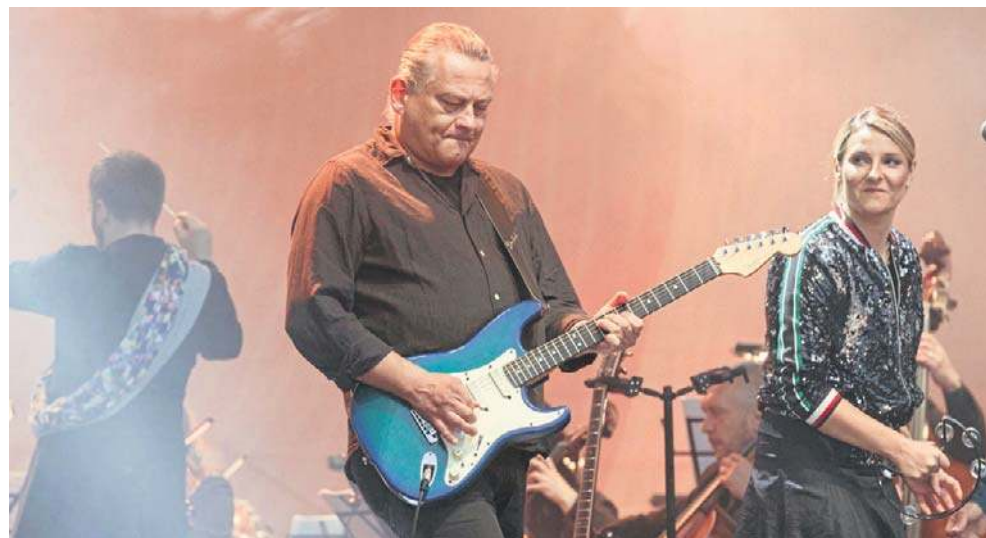
b.terczynska@nowiny24.pl

Breakout Days ma upamiętniać twórczość oraz postać Tadeusza Nalepy związanej z Rzeszowem. W 2023 roku odbędzie się już czternasta edycja festiwalu. Potrwa trzy dni.

Festiwal rozpocznie się 14 września w Wojewódzkim Domu Kultury koncertem „80 urodziny Tadka”. Wystąpią Piotr Nalepa, Marek Surzyn, Darek Kozakiewicz, Marek Raduli (muzycy nagrywający i koncertujący z Tadeuszem Nalepą i Breakout), Jakub Żytecki i gość specjalny The Cobblestones & Retro Funk feat. Frank McComb.

Frank McComb to soulowy piosenkarz i producent muzyczny. Współpracował z Princem, Branfordem Marsalisem, Frankie Beverly and Maze, Phyllis Hyman, Gamble and Huff.

15 września, w drugi dzień festiwalu, odbędą się dwa koncerty. W Wojewódzkim Domu Kultury w Rzeszowie zagrają The Cobblestones & Retro Funk feat. Frank McComb. Z kolei w Rzeszowskich Piwnicach wystąpi Jakub Żytecki. Trzeci dzień festiwalu rozpocznie coroczna akcja „Gramy dla Nalepy”. Gitarzyści pod pomnikiem artysty na ul. 3 Maja odegrają wspólnie utwór „Kiedy byłem małym chłopcem”. Każdy może wziąć udział w tej akcji. Następnie



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Na koncercie w WDK wystąpi m.in. Piotr Nalepa. Karierę muzyczną rozpoczął u boku ojca

w Rzeszowskich Piwnicach odbędzie się koncert Marka Raduli z zespołem.

Podczas festiwalu zaplanowano konkurs zespołów grających muzykę bluesową i bluesrockową. Do wygrania: Grand Prix - Nagroda Prezydenta Miasta Rzeszowa w wysokości 6 tys. zł, nagroda specjalna dla najlepszego gitarzysty: voucher o wartości 3 tys. zł. Kwalifikacja do konkursu na podstawie nadesłanych materiałów z nagraniem dwoma utworami z twórczości Nalepy (max. 20 min). Pliki z utworami należy przysyłać na: sstachurski@estrada.rzeszow.pl lub drachelska@estrada.rzeszow.pl do 31 lipca. Festiwal poprowadzi dziennikarz radiowy Jan Chojnacki. ©



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Gitarzyści pod pomnikiem artysty na ul. 3 Maja odegrają wspólnie utwór „Kiedy byłem małym chłopcem”



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Zespół De Mono będzie koncertową gwiazdą finału Dni Tarnobrzega

W piątek rozpoczynają się Dni Tarnobrzega

Wioletta Wojtkowiak

wioletta.wojtkowiak@polskapress.pl

Będzie dużo rocka, folk i disco. Stachurski, Gąssowski, Myslovitz - każdy znajdzie coś dla siebie.

Dni Tarnobrzega potrwają od 21 do 23 lipca nad Jeziorem Tarnobrzeskim, nieopodal Mariny. W programie różne style i gatunki muzyczne trafiające w gusta starszych i młodszych odbiorców, fanów rockowych brzmień, muzyki alternatywnej, funky punky jazzu, bluesa, muzyki tanecznej, popu.

Piątek, 21 lipca

Godzina 16 - Strefa Jazz (zespół wywodzi się z tarnobrzесьkiego liceum Jachowicza), 17 - Ian Boon & The Music (rockowy band z Tarnobrzega), 18 - Moriah Woods (amerykańska piosenkarka i multiinstrumentalistka), 19 - The Stubs (rock'n'rollowe trio z Warszawy), 20 - Komety (uznawane przez wielu za jeden z najważniejszych zespołów alternatywnych XXI w.), 21 - Myslovitz, 22 - Kama Park - rockowe after party.

Sobota, 22 lipca

Godz. 17 - Abba Cover Show, 18.30 - Stachurski, 20 - Cleo, 22

- duet Fermon - Disco Cover Band (Feromon, czyli Morena - góralka z Podhala, wokalistka, autorka tekstów oraz skrzypek i pianista z Cieszyna).

Niedziela, 23 lipca

Godz. 15 - Rozśpiewana niedziela dla dzieci, 16 - Brand New Trio (trio gra covery we własnych aranżacjach muzycznych), 17 - B.L.U.E. (muzyka, którą można określić jako swoisty mariaż popu z rockiem), 18.30 - Wojciech Gąssowski (piosenkarz, gitarzysta i kompozytor), 20 - De Mono. ©

Żaryn: Rosjanie coraz
bardziej próbują infiltrować
Polskę **str. 20-21**

**Nowe atrakcje
turystyczne**
na Podkarpaciu **str. 16-17**

Trzech listonoszy
uratowało życie starszym
osobom **str. 18**

PULS

#69

&?#!*

!@%#*



Jak Rosja szpieguje w Polsce



Kolejka wąskotorowa „Pogórze”



„Lazurowe Wybrzeże” w Czarnej Sędziszowskiej

Podkarpacie to nie tylko Bieszczady, Jezioro Solińskie, zamek w Łańcucie, skanseny w Sanoku i Bóbrce, klimatyczny, wielokulturowy Przemysł czy urokliwy, aczkolwiek niedoceniany Beskid Niski

NOWE ATRAKCJE TURYSTYCZNE NASZEGO REGIONU

Bogdan Hućko

Infrastruktura turystyczna jest coraz bogatsza. Jedne atrakcje wznawiają działalność po rewitalizacji, powstają też zupełnie nowe. W turystykę inwestują samorządy, m.in. dzięki funduszom i programom pomocowym rządu. Kto zawita do naszego regionu, na pewno znajdzie coś interesującego dla siebie.

Powrót „Pogórze”

Fani kolejek wąskotorowych z wielką radością przyjęli powrót na trasę „Pogórze” po ponad dwuletniej przerwie spowodowanej zniszczeniem torów przez powódź w 2020 roku. Przeworska Kolej Dojazdowa, łącząca Przeworsk i Dynów, biegnąca doliną rzeki Mleczki, kursuje w weekendy na krótszej, 13-kilometrowej trasie z Dynowa do Jawornika Polskiego. Od sierpnia uruchomione zostaną kursy z Przeworska do Łopuszki Małej (18 km).

Niegdyś woziła buraki do cukrowni w Przeworsku, zarówno po wybudowaniu w 1904 roku z inicjatywy Galicyjskiego Towarzystwa Przemysłu Cukrowniczego, jak i w latach PRL.

Z okien kolejki, a także z wagonów bez szyb, można podziwiać malownicze Pogórze Dynow-

skie. Magnelem, który przyciąga szczególnie, jest przejazd przez tunel w Szklarach, najdłuższy (602 metry) w Polsce, a podobno także w Europie, jeżeli chodzi o koleje wąskotorowe.

„Lazurowe Wybrzeże” w Czarnej Sędziszowskiej

Całkowicie nowym miejscem do wypoczynku na mapie Podkarpacia jest kąpielisko w Czarnej Sędziszowskiej. Powstało po dawnym wyrobisku piasku. Przyłgnęła do niego nazwa „Lazurowe Wybrzeże” od koloru wody, podobno identycznego jak na Francuskiej Riwierze. Teren rekreacyjny, znajdujący się w gestii Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Sędziszowie Małopolskim, blisko Rzeszowa (około 25 km), od razu stał się ulubionym miejscem dla miłośników kąpeli. Sezon w Czarnej Sędziszowskiej potrwa do 3 września.

Kąpielisko „Lazurowe Wybrzeże” jest płatne. Dzieci do lat 7 mają wstęp za darmo. Przy linii brzegowej, niespełna 100-metrowej, znajduje się piaszczysta plaża oraz oznakowane bojami strefy dla umiejących pływać i tych co z pływaniem radzą sobie nieco słabiej. Nad bezpieczeństwem wypoczywających czuwają ratownicy. Kąpielisko wyposażone jest w przebieralnię, natrysk i sanitariaty. W upalne dni jest oblegane.

Nowe „Rzeszowskie Piwnice”

Jeżeli ktoś zawita do stolicy Podkarpacia, to warto odwiedzić rzeszowskie podziemia. Przeszły całkowitą metamorfozę. Stary szlak podziemny został wzbogacony o multimedia, aplikacje i zupełnie nową aranżację piwnic. Na niespełna 400-metrowej trasie jest wiele atrakcji oprawionych w nowoczesne technologie. Motywem przewodnim jest historia miasta i jego mieszkańców, od średniowiecza do lat współczesnych. Można zapoznać się z warsztatami rzemieślników i kupców, przymierzyć u krawcy wirtualnie nakrycie głowy z epoki, posmakować towarów w sklepie kolonialnym oraz poznać przepisy na podkarpackie przysmaki w karczmie.

Z najnowszych dziejów dominuje historia przemysłu, począwszy od lampy naftowej Ignacego Łukasiewicza, przez budowę Centralnego Okręgu Przemysłowego w latach międzywojennych, aż po nowoczesne firmy w Dolinie Lotniczej. Ciekawe jest stanowisko uruchamiania silnika odrzutowego, ale można też usiąść na prawdziwym motocyklu żużlowym.

Interaktywna mapa historyczna przeniesie młodzież do lat dzieciństwa rodziców i dziadków. Najmłodsi też nie będą się nudzić, począwszy

od pogłaskania ropuchy znanej z fontanny na rzeszowskim rynku, a skończywszy na różnorodnych stanowiskach multimedialnych i interaktywnych, gdzie wszystko można dotknąć.

„Rzeszowskie Piwnice” można zwiedzać indywidualnie lub grupowo. Z przewodnikiem do wyboru są dwa warianty narracji: „Obrazy historii” – tradycyjna o dziejach miasta i regionu oraz „Interaktywna legenda”, w której uczestnicy otrzymują specjalne zadania do wykonania i odkrywają prawdziwy skarb Rzeszowa. Wejście do podziemnej trasy turystycznej znajduje się przy ratuszu, od ul. Słowackiego (Rynek 26), a wyjście po przeciwległej stronie rynku, od strony ul. Króla Kazimierza.

Koniki polskie w Gorajcu

Kto lubi zwierzęta, a szczególnie konie, może wybrać się do Gorajca (gmina Cieszanów, powiat lubaczowski), gdzie otwarto nową zagrodę z konikami polskimi, i podpatrzeć jak żyją i zachowują się przedstawiciele rodzimej rasy, głównie pochodzący z polskich Karpat. Znane są również jako huculi.

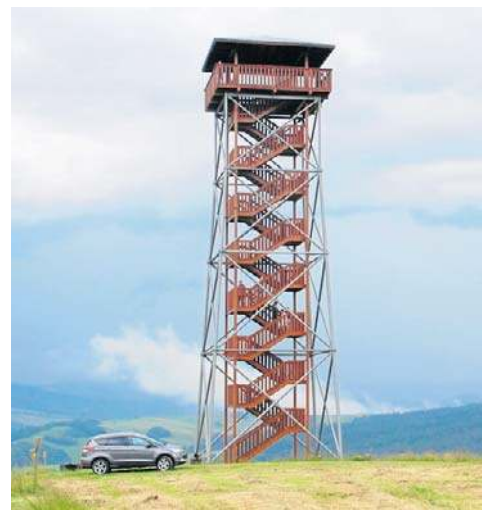
Jest to mały, ale silny i wytrzymały koń, który od wieków był wykorzystywany do różnych zadań, zarówno jako wierzchowiec, jak i zwierzę robocze. Charakteryzuje się solidną budową, mocnymi kończynami i gęstym owłosieniem, które chroni go przed surowymi warunkami górskimi. Konik polski ma zazwyczaj kręcony włos na grzywie i ogonie, co dodaje mu uroku. Istnieje różnorodność kolorów sierści w tej rasie, ale najczęściej spotykanym jest kasztanowy, siwy lub gniady.

Koniki polskie są znane z swojej inteligencji, życzliwości i zdolności adaptacyjnych. Są to konie wytrzymałe, które dobrze radzą sobie w trudnym terenie górskim i doskonale przystosowują się do zmieniających się warunków atmosferycznych. Są też zrównoważone i posiadają silny instynkt samozachowawczy.

W Polsce są cenione zarówno jako konie rekreacyjne, jak i do jazdy wierzchem. Są również wykorzystywane w turystyce, zwłaszcza w rejonach górskich, gdzie zapewniają turystom niezapo-



Nowe „Rzeszowskie Piwnice”



Wieża widokowa w Desznicy



Trasa pontonowa w Wańkowej



Kolejka gondolowa w Solinie

mniane wrażenia podczas przejażdżek po pięknych szlakach.

W zagrodzie można ze specjalnie przygotowanych miejsc obserwacyjnych, z zachowaniem bezpieczeństwa, obserwować z bliska codzienne życie koników, podziwiać ich elegancję i siłę, a także dowiedzieć się więcej o historii i znaczeniu tej rodzimej rasy koni. Dla dzieci i młodzieży przygotowywane są specjalne programy edukacyjne o tych zwierzętach. Z myślą o najmłodszych powstał edukacyjny eko szlak - Poznajemy Szlak Dziecięcy, który ma na celu połączenie nauki i zabawy dla dzieci w zakresie przyrody i ochrony środowiska. Dzieci mają możliwość poznania różnych gatunków roślin i zwierząt, zrozumienia ekosystemów oraz roli, jaką odgrywa człowiek w ich ochronie. W Gorajcu na eko szlaku znajduje się mnóstwo atrakcji, takich jak chatownia, tory przeszkód, punkt echo, karmniki dla ptaków, czy mural rysia Bohuna z tablicą informacyjną o jego wzruszającej historii.

Na turystycznej mapie Roztocza ta atrakcja ma szansę stać się tak popularna jak zagroda bieszczadzkich żubrów w Muczmem.

Z widokiem na Bieszczady

Dla miłośników pięknych widoków nie lada atrakcją jest nowy dwupoziomowy drewniany taras widokowy w Lesku. Można z tej platformy, ze szczytu wzgórza Baszta, podziwiać panoramę Bieszczadów. A co widzimy z tarasu, pomoże nam rozpoznać panoramiczne zdjęcie autorstwa leskiego fotografa Zygmunta Natera z opisem szczytów gór i ciekawostkami przyrodniczymi.

Taras jest dwupoziomowy z siatką hamakową. Można się tam zrelaksować, odpocząć, a nawet poczytać książkę. Są miejsca postojowe.

Miejsce jest urokliwe także ze względu na sąsiedztwo XVI-wiecznego zamku Kmitów oraz wijącego się w dolinie Sanu.

Obok tarasu stoją sensoryczne tablice edukacyjne dla dorosłych i dzieci. Jest tam m.in. panel muzyczny i sensoryczny z kolorowymi szybkami, gra kosmos i tablice „Cztery pory roku”. W „Urban Memory” umieszczone są fotografie ważnych miejsc i zabytków gminy Lesko. Można też ułożyć z puzzli wielkoformatowe zdjęcia przedstawiające kościół pw. Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny w Lesku oraz synagogę w tym miasteczku.

Powrót do źródeł

Jeżeli już ktoś zatrzyma się w Lesku, uważanym za bramę Bieszczad, to ma kolejną, nową atrakcję - odrestaurowane studnie z wypływającą z nich wodą oraz tężnię solankową. Źródła mineralne dla miasta, którego początki datowane są na 1469 rok, to chluba i ważne dziedzictwo, przypominające trochę zapomniane dzieje w historii Leska. Władze miasta postanowiły odrestaurować miejsce, gdzie przed I wojną światową znajdował się mały punkt zdrojowy, do którego doprowadzano wodę z czternastu źródeł. Gdyby nie wybuch wojny, to być może Lesko byłoby zdrojem.

Wszystkim studniom nadano imiona osób zasłużonych dla Leska. Jest Józef (Bielak, burmistrz w latach 1876-1893 i 1893-1909), Mieczysław (Małek), Jadwiga (imię żony Romana Gąsiorowskiego, starosty powiatu leskiego w latach 1932-1939), Antoni (św. Antoni Pustelnik, patron miasta czczony w bocznym ołtarzu kościoła parafialnego), Marian (Moszczyński, aptekarz i radny powiatu) i Julian (Jankiewicz, weteran powstania styczniowego i burmistrz miasta w latach 1893-1894).

Zjazd na pontonach w Wańkowej

Dla spragnionych adrenaliny czeka w Wańkowej (gmina Olszanica), czynny od tygodnia, tor do zjazdu na pontonach. Według władz samorządowych gminy Olszanica, które wybudowały zjeżdżalnię pontonową za pieniądze z dotacji Polskiego Ładu na rozwój infrastruktury turystycznej terenów popegeerowskich, to najdłuższy (370 metrów) na świecie tor do summer tubing. Ma to być hit tegorocznego sezonu turystycznego w Bieszczadach.

Ponadto jeszcze w tym roku zostanie zainstalowana tyrolka o długości 1350 metrów. Liny będą zawieszone 50 metrów nad ziemią. Lot na jednej z lin będzie odbywał się w pozycji siedzącej, a na drugiej w leżącej.

W zimie funkcjonuje w Wańkowej jedna z największych stacji narciarskich na Podkarpaciu.

Nowe gondole nad Soliną

Rekordy popularności bije kolejka gondolowa w Solinie. W tym sezonie zainstalowano nowe, przystosowane dla osób niepełnosprawnych poruszających się na wózkach inwalidzkich, 8-osobowe gondole.

Nowe wagoniki - gondole są przestronne, co wpływa na zdecydowanie na komfort podróży oraz swobodne podziwianie niepowtarzalnych widoków na połoniny, monumentalną zaporę czy jeziora. Dzięki zastosowaniu specjalnego przyciemnionego tworzywa, które absorbuje promienie słoneczne, turyści z wysokości wagonika mogą w gondolach swobodnie oglądać wschody i zachody słońca.

Ze względu na rosnące zapotrzebowanie Polskie Koleje Linowe dołożyły dziewięć dodatkowych gondol, co zmniejszyło czas oczekiwania. Zwiększona została przepustowość z 1200 do 1600 osób na godzinę.

Wieża widokowa w Desznicy

Nową atrakcją turystyczną w Beskidzie Niskim, oddaną w tym roku do użytku, jest wieża widokowa w Desznicy (gmina Nowy Żmigród), usytuowana na Górze Desznickiej (501 m n.p.m.). Można z niej podziwiać panoramę Beskidu Niskiego, który zyskał kolejny powód, aby przyciągnąć turystów, bo to pasmo górskie znajduje się nadal poza głównymi kierunkami podróży Polaków. Wieża jest dostępna całą dobę. Wejście jest bezpłatne.

Wieża o konstrukcji stalowo-drewnianej, wysoka na 25 metrów, cieszy się dużą popularnością wśród turystów. Obiekt powstał w pobliżu pozostałości po wczesnosłowiańskim grodzisku Walik z IX-X wieku, położonym między Brzezową a Jaworzem. Wieża powstała dzięki dotacji z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych na rozwój turystyki. W pobliżu jest parking.

Z Desznicy można podjechać do pobliskich Kątów, nad którymi wznosi się Góra Grzywacka (567 m n.p.m.), również z wieżą widokową zwieńczoną krzyżem milenijnym z 1999 roku.

Ciszą i spokojem na weekendowy wypad kusi także pobliska Krempna oraz wiele szlaków i ścieżek przyrodniczych w Magurskim Parku Narodowym.

Baseny w Krempnej

Kolejną nową atrakcją w Beskidzie Niskim są oddane pod koniec czerwca br. baseny w Krempnej. Kompleks z dwoma basenami, placem zabaw i siłownią zewnętrzną znajduje się nad Wisłoką. Z basenów można korzystać bezpłatnie. Cieszą się one ogromną popularnością. ©



Koniki polskie w Gorajcu

FOT. MAT. PRASOWY



Taras widokowy w Lesku

FOT. PRZEMYSŁAW BILINSKI



Odrestaurowane studnie w Lesku

FOT. PRZEMYSŁAW BILINSKI



Baseny w Krempnej

FOT. RYSZARD SZARZYŃSKI



FOT. ARKADIUSZ ROGOWSKI

LISTONOSZE NA MEDAL

Podczas doręczania przesyłek uratowali starsze osoby przed śmiercią lub trwałą utratą zdrowia. Ich postawę doceniło kierownictwo Poczty Polskiej i minister aktywów państwowych

Wojciech Tatara

Wszystkie przypadki miały miejsce w ostatnich tygodniach na Podkarpaciu. Doręczyciele pracują w różnych rejonach, każdy jest w innym wieku, ale łączy ich wrażliwość na krzywdę innych.

Był nauczycielem, został listonoszem

Mariusz Toczek pracuje w oddziale pocztowym Hyżne koło Dynowa. W piątek, 23 czerwca, pełnił dyżur w zastępstwie kolegi. Jedną z przesyłek miał dostarczyć do mieszkającej samotnie staruszki.

- Wiedziałem, że ta pani czeka na przesyłkę i zwykle popołudniami zawsze była w domu. Kiedy zapukałem, nikt nie otwierał. Postanowiłem spróbować kolejny raz. Wydało mi się dziwne, że tej ponad 80-letniej kobiety nie było w domu, więc nadal dobijałem się do drzwi. W końcu ta pani mi otworzyła i nagle osunęła się na ziemię. Podniosłem ją, pomogłem dojść do łóżka, podałem szklankę wody i wezwałem pomoc - relacjonuje pan Mariusz.

Na miejscu okazało się, że kobieta przeszła udar, była poważnie wycieńczona i odwodniona. Gdyby nie reakcja i upór listonosza, seniorkę czekałaby niechybna śmierć.

- To było piątkowe popołudnie, więc najwcześniej ktoś by tę panią odwiedził w poniedziałek, a wtedy mogłoby być już za późno na pomoc. Na szczęście znam większość adresatów, dlatego zorientowałem się, że w przypadku tej pani dzieje się coś złego - opowiada pan Mariusz.

W zawodzie listonosza nasz rozmówca pracuje już 19 lat. Wcześniej był nauczycielem wychowania fizycznego i pracownikiem szkolnej biblioteki.

- Kiedy likwidowali małe szkoły, trzeba było się przekwalifikować i tak trafiłem na pocztę. Najpierw pracowałem w Rzeszowie, przy ul. Asnyka, gdzie poznałem tajniki zawodu. Następnie prowadziłem punkt pocztowy w Dylagowej i w końcu trafiłem do Hyżnego. Lubię swoją pracę, bo nie ma w niej monotonii: codziennie są nowe przesyłki, spotykam się z mieszkańcami. Czasami bywa ciężko, dwa razy pies mnie pogryzł, ale to spotkało większość - uśmiecha się Mariusz Toczek. I dodaje: - Generalnie to jest ciekawy zawód.



Jakub Drożdżał

Pocztowy bohater

Pogryzienia przez psa nie uniknął również Jakub Drożdżał z Brzozowa, który ocalił życie samotnej kobiecie w Humniskach.

- Ta pani mieszka na uboczu miejscowości. Kiedy ją kiedyś spotkałem, mówiła mi, że czeka na list. Zawsze stała w oknie. Gdy w końcu miałem jej doręczyć list polecony, niestety jej dom był zamknięty i nikt nie otwierał drzwi. Wcześniej był u niej kurier, który odjechał z niczym. Cała ta sytuacja wydała mi się podejrzana. Obszedłem dom, zajrzałem przez okna i nagle zobaczyłem, że seniorka leży obok pieca. Szybko wezwałem pomoc i wspólnie z członkami dalszej rodziny weszliśmy do środka. Po udzieleniu kwalifikowanej pomocy ta pani doszła do siebie - mówi pan Jakub.

W zawodzie listonosza pan Jakub pracuje już 10 lat. Jak sam podkreśla, choć z roku na rok przybywa obowiązków, to praca jest ciekawa i satysfakcjonująca.

- Zamieniliśmy klasyczne torby dla listonoszy na samochody, ponieważ dwa razy na dzień rozwozimy paczki



Mariusz Toczek



Piotr Byjós

do adresatów. Pracuję od początku jako tzw. skoczek, czyli kiedy któryś z kolegów idzie na urlop lub zwolnienie lekarskie, to wskakuję w jego miejsce. Dzięki temu znam wszystkie rewiry obsługiwane przez oddział, w którym pracuję. W tej pracy podoba mi się też, to, że nikt nie stoi nad tobą i nie patrzy ci na ręce. Sam wiem, co mam zrobić i w jakim czasie, aby dobrze wykonać swoje obowiązki - opowiada pan Jakub.

Historię kolejnego bohatera, Piotra Byjosa, listonosza z Rzeszowa, który uratował życie starszej mieszkanki Zgłobnia w powiecie rzeszowskim, poznała cała Polska. Pan Piotr miał jej dostarczyć przesyłkę. Kobieta sama wspominała, że spodziewa się paczki i czeka na nią. Zdziwił się, że pomimo tego nie otworzyła mu drzwi. Po jakimś czasie spróbował jeszcze raz doręczyć przesyłkę. Wtedy usłyszał wołanie o pomoc.

- Kilka dni wcześniej ta pani mówiła mi, że spodziewa się paczuszki, więc będzie czekać na mnie. Przesyłka przyszła, chciałem zadzwonić do niej na komórkę i poinformować, że

będę dzisiaj u niej. Jednak kobieta nie odebrała telefonu. W tej sytuacji zająłem się dostarczeniem przesyłek innym osobom - opowiada Piotr Byjós.

Gdy przejeżdżał koło domu starszej kobiety, postanowił, że jednak zajrzy do niej. - Chciałem sprawdzić, co się z nią dzieje. Zadzwońłem dzwonkiem, zapukałem do drzwi. Nikt się nie odzywał. Obszedłem dom, ale nigdzie jej nie było. Jeszcze raz zapukałem do drzwi. Wtedy usłyszałem wołanie o pomoc - wspomina pan Piotr.

Drzwi były jednak zamknięte. Listonosz pojechał do najbliższej rodziny kobiety, wzięli klucze. Udało się otworzyć drzwi do domu, ale kobieta upadła w pokoju w taki sposób, że zablokowała drzwi. Dopiero wezwani strażacy wraz z pogotowiem dostali się do środka, dzięki czemu uratowano seniorkę.

Łącznik ze światem dla seniorów

Listonosze zgodnie podkreślają, że często są dla samotnych, starszych osób łącznikiem ze światem. - Dobrze znamy te osoby. Kiedy im doręczamy przesyłki, często zapraszają nas do środka, chcą porozmawiać, zwyczajnie się wygadać. Często ich rodziny gdzieś wyjechały i zdarza się, że takie osoby nie mają do kogo otworzyć ust. Ze względu na swoje obowiązki nie możemy im poświęcić zbyt wiele czasu, ale staramy się zawsze wymienić z nimi choć kilka zdań - twierdzą zgodnie listonosze.

Postawę bohaterskich listonoszy z Podkarpacia dostrzegło nie tylko kierownictwo Poczty Polskiej, ale i Ministerstwo Aktywów Państwowych, któremu podlega Poczta Polska. Otrzymali oni od ministra Jacka Sasina upominki oraz listy gratulacyjne. Przekazał je Piotr Rycerski, szef gabinetu politycznego ministra.

- Żyjemy w czasach, w których panuje duże zubożenie społeczne. Brakuje ludzi, którzy zainteresowałiby się tym, co dzieje się u sąsiadów, w najbliższym otoczeniu. A panowie, nie bacząc na przeciwności, kierując się wielką empatią, ruszyli, żeby ratować osoby potrzebujące pomocy - mówił z uznaniem Piotr Rycerski.

Postawa listonoszy z naszego regionu świadczy o tym, że wykonując zawód zupełnie nie związany ze służbą zdrowia, możemy mieć okazję uratować komuś życie i zdrowie. Warto wziąć z nich przykład. ©©

PEWNIENIE WIDZIAŁEŚ to ogłoszenie już wiele razy.



Bardzo
dziękujemy!

„Ale się cieszę, że ktoś taką akcję wymyślił! Jesteśmy z mężem na emeryturze. Wszystkie pieniądze na jedzenie i opłaty się wydaje. Nie mieliśmy pieniędzy na okulary nowe. Za darmo dostaliśmy te okulary cudowne i na zmianę nosiliśmy. O wiele lepiej widzimy, lepiej się teraz żyje! Bardzo dziękujemy!”

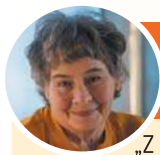
Maria G. (77 L.), Rzeszów



Efekt
wypoczętych
oczu

„Taka praca, że całe dnie z laptopem. Oczy często bolały, szczyptały, czasem nie dawałem rady pracować. Kiedy kolega pokazał mi te okulary, popukałem się palcem w czoło. Wydawały mi się dziwne i nie wierzyłem, że coś takiego może pomóc. Tymczasem zacząłem je zakładać wieczorami i moje problemy z oczami zmniejszały się. Nawet pracując, mam wypoczęte oczy.”

Rafał T. (39 L.), Wrocław



Widzę lepiej

„Z roku na rok gorzej widziałam, co jest normalne. Dzięki tym okularom jest o wiele lepiej, a emerytką jestem! Rozreklamowałam te okulary w rodzinie i wśród sąsiadów, innym też pomogły”.

Wanda R. (69 L.), Sosnowiec



To działa!

„Jak przeczytałem opis działania tych okularów, od razu pomyślałem, że to może działać. No i działa! Zawsze to wieczorem robiłem, bo te okulary, pomijając ich główne działanie, przy okazji relaksują. Od początku miałem nadzieję, że wzrok mi się polepszy, ale nie przypuszczałem, że aż tak! Rewelacja!”

Witold T. (46 L.), Zielona Góra



Ale Ci ludzie na nie ODPOWIEDZIELI!



ROZDAJEMY ZA DARMO* 100 PAR okularów AYURVEDIC GLASSES działających na problemy ze wzrokiem

TO NIE JEST BŁĄD DRUKARSKI

Jeśli urodziłeś się w latach 1923-1990 oraz:

- ➔ widzisz niewyraźnie z niewielkiej odległości, przy czytaniu mężczy Ci się wzrok,
- ➔ masz problem, żeby dojrzeć numer autobusu na przystanku,
- ➔ odczuwasz często pieczenie i ból oczu,
- ➔ widzisz jakby za mgłą, mrużysz oczy,
- ➔ korzystasz często z komputera, smartfona, telewizora,
- ➔ Twój wzrok pogarsza się z roku na rok.

100 pierwszych osób, które do nas zadzwoni, otrzyma okulary **AYURVEDIC GLASSES** polecane na problemy ze wzrokiem.

W magazynie czeka spakowane do wysyłki 100 par okularów **AYURVEDIC GLASSES**, które możesz stosować samodzielnie w domu. Rozdamy je CAŁKOWICIE ZA DARMO – na zasadzie „kto pierwszy, ten lepszy” – każdemu, kto zadzwoni do 24 lipca 2023. Datę urodzenia wystarczy potwierdzić ustnie przez telefon.

Okulary **AYURVEDIC GLASSES** wykorzystują multioptryczną metodę umożliwiającą polepszenie wzroku. Metoda ta stosowana regularnie ze specjalnym aktywatorem może pomóc w poprawie wzroku i zapobiegać pogłębianiu się różnych problemów ze wzrokiem.

Aby mieć szansę na poprawę ostrości widzenia, wystarczy je nosić 1 godzinę dziennie. Na specjalnie zaprojektowanych płytkach perforowanych znajduje się 266 mikrootworów o średnicy 0,87 mm w ściśle określonych odstępach, co tworzy wzór regenerujący wzrok. Oczy, patrząc przez te płytki, koncentrują się na zmianie na dalszych i bliższych punktach otoczenia. W ten sposób mięśnie oka trenują się i ćwiczą.

Taka multioptryczna gimnastyka dla oczu może poprawiać też krążenie w naczyniach włosowatych oka i może poprawiać nerw wzrokowy. Problemy ze wzrokiem mogą przestać się pogłębiać, może zniknąć suchość, łzawienie i nadwrażliwość oczu na słońce czy

wiatr. Delikatne struktury gałki ocznej mogą zostać odżywione. Wiele osób, które stosowały **AYURVEDIC GLASSES**, twierdzi, że ich codzienne życie stało się łatwiejsze: są w stanie przeczytać nawet drobny druk, dojrzeć numer nadjeżdżającego autobusu, ich oczy mniej się męczą.

Okulary są uniwersalne: mogą je nosić i kobiety, i mężczyźni. Posłużą Ci na lata.

**Dlaczego rozdajemy okulary
AYURVEDIC GLASSES
do wspomagania wzroku
całkowicie ZA DARMO?**

Nie jesteśmy instytucją charytatywną. Oczekujemy, że o okularach **AYURVEDIC GLASSES** zrobi się głośno w całym kraju, dzięki czemu pozyskamy wielu nowych klientów.

Ważne: Na rynku pojawiło się wiele tanich podróbek okularów z mikrootworami. **Nie należy ich mylić z naszym oryginalnym produktem AYURVEDIC GLASSES**, w którym zastosowano technologię multioptryczną, specjalnie wymierzony układ mikrootworów, strzeżoną przez producenta. Pożądany efekt terapeutyczny można uzyskać przy stosowaniu tych oryginalnych okularów.

NIE CZEKAJ! Z tej okazji można skorzystać tylko i wyłącznie do 24 lipca 2023 roku

Okulary **AYURVEDIC GLASSES** działające na różne problemy ze wzrokiem nie będą dostępne w żadnych specjalistycznych sklepach. **DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ.** Radzimy pospieszyć się i zadzwonić od razu pod numer: **81 300 35 69**, aby zdążyć przed wyczerpaniem się **DARMOwych** zapasów.

UWAGA: limit to 1 para okularów na gospodarstwo domowe.

Okulary Ayurvedic Glasses dla Ciebie lub Twoich bliskich!

Masz ostatnią szansę, by otrzymać OKULARY **ZA DARMO***. Przeczytaj opinie tych ludzi, którzy już je mają. Są szczęśliwi! Dzięki multioptrycznej metodzie korekcji **wzroku** mogą znów bez problemu czytać, szyć lub majsterkować.

Ty też możesz wypróbować niezwykłą siłę działania tych okularów! **Skorzystaj z ostatniej szansy, by zdobyć je ZA DARMO***

PROMOCJA tylko do 24 lipca **0 zł!**

Zadzwoń



Pon.-niedz. 8:00-20:00,
zwykłe połączenie lokalne

81 300 35 69



**Ostatnia
szansa!**



Okazały się
wybawieniem

„Jestem nauczycielką. Wieczorne sprawdzanie klasówek zrobiło swoje. A jak dłużej popracowałam, oczy tak piekły i łzały, że musiałam leżeć z zamkniętymi. Te okulary okazały się dla mnie wybawieniem, a już bałam się, że nie dam rady pracować do emerytury”.

Dorota C. (58 L.), Łódź



Mogą pomóc!

„Córka mi te okulary załatwiła. Powiedziała, że dziwne wyglądają i nie będę nosiła, ale tak mnie namawiała, że zaczęłam codziennie zakładać. Już po kilku dniach zauważyłam, że lepiej mi się czyta, a poza tym oczy mam takie wypoczęte, nie szczypią i nie boją”.

Janina D. (63 L.), Ełk



Jakby oczy
odmłodziły

„Do 40-tki miałam sokoli wzrok, później już gorzej. Przypadkowo zobaczyłam ogłoszenie o tych okularach. Udało mi się je zamówić. Nie do końca rozumiem, jak to działa, ale mnie te okulary bardzo pomogły! Jakby mi oczy odmłodziły”.

Justyna B. (41 L.), Warszawa



Życie we mnie
wstąpiło

„Nigdy wcześniej niczego za darmo nie dostałam. Dopiero te okulary. Za darmo, a to chyba najlepsze co mnie w życiu spotkało! To jakby nagle odmłodziło. Życie we mnie wstąpiło! Nawet sobie jakąś dorywczą pracę znalazłam, a od dawna jestem na emeryturze. Dziękuję tym, co te okulary wymyślił!”

Janusz C. (68 L.), Konin

- Polaryzacja polityczna w Polsce narasta od dawna, ale też widać, że Rosjanie próbują to stymulować, nakręcać. Przede wszystkim propagandą, ale też działaniami w realnym świecie, które służą propagandzie. Widać to było choćby w czasie kryzysu migracyjnego w 2021 r. – mówi Stanisław Żaryn, pełnomocnik rządu ds. bezpieczeństwa przestrzeni informacyjnej Polski

Agaton Koziński



Żaryn: Rosjanom zależy na destabilizacji. Oni chcą przede wszystkim, żeby się kotłowało. Bardzo często Rosjanie robią coś, co na pierwszy rzut oka wydaje się nielogiczne, czy wręcz dla nich niekorzystne – dopiero w dłuższej perspektywie widać, jaki był ich prawdziwy cel

na różnego rodzaju informacje o naszym kraju bardzo wzrosło. Dotyczy to także Rosjan, dlatego oni próbują na większą skalę infiltrować Polskę. I rekrutują nowych ludzi. Sporo też namieszała im decyzja polskich władz z marca 2022 r., kiedy doszło do wydalenia 45 pracowników rosyjskich służb dyplomatycznych w Warszawie. To były osoby prowadzące różnego rodzaju działania wywiadowcze na naszym terenie. Gdy ich zabrakło, Kreml musiał znaleźć nowy sposób działania. Te osoby, które zatrzymaliśmy w ostatnich miesiącach, były właśnie tego przejawem. To także efekt tego, że pewnych działań Rosjanie nie mogli prowadzić z wykorzystaniem sieci dyplomatycznej.

Jak dużą siatką szpiegowską w Polsce Rosjanie mogą dysponować?

Nie chciałbym spekulować, ale Polska na pewno jest krajem dla Rosji bardzo istotnym. Musimy mieć tego świadomość, pamiętać, że Rosjanie tu są i działają na naszą szkodę. Oczywiście, po to mamy służby kontrwywiadowcze, żeby temu zapobiegać. Teraz widzimy wzmożenie służb rosyjskich i białoruskich, co potwierdzają choćby liczby – w ciągu ostatnich 14 miesięcy zatrzymaliśmy łącznie 22 szpiegów z tych dwóch państw.

Tylko czy ich zatrzymywanie nie świadczy raczej o słabości polskich służb? Szpiegów się próbuje odwracać, ewentualnie dowiedzieć się, jak wygląda ich siatka. Aresztowanie to ostateczność.

Każdy przypadek należy analizować indywidualnie, sprawdzając, na ile dana osoba może się okazać rzeczywiście przydatna. Nie mamy jednego wzorca postępowania. Gdy kogoś zatrzymujemy, to robimy to dlatego, że uważamy taką osobę za zbyt duże zagrożenie – albo jej działalność została już na tyle rozpoznana, że nie warto dłużej czekać. Mniej też świadomość, że odwracanie szpiegów to niebywale trudne zadanie, nigdy nie ma się gwarancji, czy taka osoba została rzeczywiście w pełni odwrócona. Tymczasem istnieje konieczność jej legendowania, co oznacza, że co jakiś czas musi dostawać prawdziwe informacje, które przekazuje drugiej stronie.

Teraz Pan mówi, że skórka nie warta wyprawki?

Wszystko zależy od kalibru sprawy oraz od osoby, którą mielibyśmy ewentualnie odwracać.

Wcześniej zauważył Pan, że rosyjska siatka szpiegowska w naszym kraju może być duża. Ile w niej może się znajdować Polaków?

STANISŁAW ŻARYN: ROSJANIE NA CORAZ WIĘKSZĄ SKALĘ PRÓBUJĄ INFILTROWAĆ POLSKĘ

Polskie służby w ostatnich kilkunastu miesiącach zatrzymały 15 osób podejrzanych o szpiegostwo na rzecz Rosji. Kim właściwie oni są? Co o nich wiemy?

Wiemy, że to są tzw. zwykli ludzie. Na takie osoby nikt na ulicy nie zwraca uwagi, nie rozpoznaje ich.

Wśród aresztowanych jest zawodnik I ligi hokeja – takie osoby anonimowe już nie są. Tak, akurat on jest dość nietypowy w tym gronie, bo ta grupa – poza nim – składała się

z osób niczym się nie wyróżniających. Akurat wydawało się, że ten hokeista ma ustalone życie, otwartą przed sobą drogę kariery w naszym kraju i rosyjskich służb do tego nie potrzebuje. Mimo to zdecydował się podjąć działania przeciwko polskiemu państwu. Ale też jego historia pokazuje, że rekrutacja szpiegów nie przebiega według jednego sznytu. Są oni werbowani z różnych grup, w różny sposób.

Z różnych narodowości? Bo właśnie co zatrzymana osoba

to Ukrainiec. Przed nim – Rosjanin. Byli w tej grupie Polacy?

Nie, mówimy o grupie obcokrajowców wywodzących się z krajów postsowieckich. Ci ludzie okazali się podatni na ofertę złożoną im przez rosyjskie służby i wykazali gotowość do działania. Już po ich zatrzymaniu okazało się, że oni byli w pełni świadomi tego, co robią – tego, że ich działania są wymierzone w Polskę, natomiast przynoszą korzyść Rosji.

Zatrzymany właśnie Ukrainiec przyjechał do Polski w 2019 r.

On przekraczał granicę jako szpieg, czy został pozyskany przez Rosjan w naszym kraju?

Wszystko wskazuje na to, że został zwerbowany przez rosyjskie służby w ostatnim czasie, bo tego typu sposobu działania wcześniej nie spotykaliśmy. Widzimy ten modus operandi dopiero od lutego. Zakładamy więc, że tego typu ludzi Rosjanie zaczęli dopiero teraz szukać.

Takich, czyli dokładnie jakich?

Takich, którzy trafili do Polski, zdążyli się tutaj już częściowo

zakorzenić, zbudować sobie sieć kontaktów – i mogą działać.

Z drugiej strony Polska jest krajem, w której rosyjski wywiad mógł w miarę swobodnie działać właściwie od 1945 r., miał wiele możliwości zapuszczenia tutaj korzeni bardzo głęboko, stworzenia mocno ukrytej siatki wywiadowczej. Aż tu nagle cała seria aresztowań. Czego to efekt?

Z oczywistych przyczyn świat dziś skupia się na Polsce zdecydowanie bardziej niż wcześniej – siłą rzeczy zapotrzebowanie

Nie będę spekulować, ale przypominam, że sprawy związane ze szpiegostwem na rzecz Rosji w ostatnich latach w zdecydowanej większości dotyczyły obcokrajowców. Oczywiście nasze kontrwywiady identyfikują również Polaków pracujących dla obcych służb, ale widać, że tym zajmują się głównie cudzoziemcy. Ruch ludnościowy, pojawianie się obcokrajowców w Polsce ułatwia Rosjanom rekrutowanie nowych szpiegów.

Łatwo ich werbować? Jakich metod używają do tego Rosjanie?
Metody są różne, jak różni są ludzie. Rosjanie szukają możliwości wpływu na osoby i wykorzystania ich słabości albo podatności, by rozpocząć współpracę. O tym, jak działają rosyjskie służby mówi przygotowany przez mój zespół, wspólnie z Agencją Wywiadu, podręcznik dotyczący sposobów werbunku. To, na co warto zwrócić uwagę, co jest nowe, to działania rosyjskie przypominające metody stosowane przez organizacje terrorystyczne. Rosjanie często próbują infekować i inspirować do działań pojedyncze osoby. Wykorzystują do tego także nowe technologie, by szukać tych, którzy niczym samotne wilki będą podejmowały działania. Często w oparciu o fałszywie prezentowaną warstwę ideologiczną.

Ideologiczną? Myślałem, że Rosjanie przekonują albo pieniędzmi, albo hakami.
Oczywiście, to standardowy arsenał służb, tu się nic nie zmienia – może co najwyżej sposób rozłożenia akcentów.

Po jakie argumenty ideologiczne Rosjanie mogą więc sięgać? Panslawizm?
Widać wyraźnie, że Rosjanie korzystają z prac propagandy rosyjskiej, która pełna jest przekazów ideologicznych. One prezentują Rosję jako obrońcę takich wartości, jak chrześcijaństwo, konserwatyzm.

Akurat w Polsce mamy dość obrońców takich wartości.
To prawda. Ale musimy mieć świadomość, że Rosjanie infekują własnych obywateli oraz osoby rosyjskojęzyczne propagandą pełną tego typu treści i później to znajduje odzwierciedlenie w metodach werbowania szpiegów.

Rozmawiamy o siatce szpiegów, ale Rosja mocno inwestuje także w agenturę wpływu. Co właściwie jest groźniejsze?
Trudno jednoznacznie wskazać, które z tych zjawisk jest groźniejsze – natomiast na pewno agenturę wpływu trudniej zidentyfikować i zwalczać. Ona wykorzystuje swobody, które są kluczowe dla świata Zachodu, dla państw demokratycznych, ewidentnie nadużywając wolności słowa, wolności wypowiedzi. Tego typu działania szalenie trudno penalizować, bo nie ma jak złapać winnego za rękę – a bez tego właściwie nie ma podstaw do stawiania zarzutów. To skutecznie utrudnia możliwości zwalczania agentury wpływu.

Pan często w mediach społecznościowych pokazuje sytuacje, gdy dochodzi do powielenia w Polsce rosyjskich narracji. Czyli jednak możliwości wskazywania agentury wpływu istnieje.
Ja jednak nie używam tego typu języka, nie mówię o „agenturze wpływu”, gdy wskazuję konkretne przypadki – bo ten termin sam w sobie jest stygmatyzujący, jego użycie jasno wskazuje, że ktoś działa na zlecenie obcego państwa. Dlatego bardziej koncentruję się na wskazywaniu, jakie tematy znajdują się w agendzie informacyjnej Rosji – a gdy ktoś powiela te tematy, to zwracam na to uwagę, ale skupiając się na skutkach, jakie to wywołuje, a nie rzucając oskarżeniami o agenturalność.

Bardziej ogólnie. Jak silnie tezy rosyjskiej propagandy rezonują w Polsce? Na ile to przypadek, a na ile celowe działania?
Zdarzają się przypadkowe zbieżności, będące konsekwencją naturalnych emocji w polskiej debacie publicznej. Ale nawet takie sytuacje są szybko podchwytywane przez Rosję i później wykorzystywane przeciwko nam. Strona rosyjska zapamiętuje tego typu sytuacje, zapamiętuje reakcje poszczególnych środowisk, a nawet osób – a później wraca do nich i wypycha je do polskiej debaty publicznej poprzez własne kanały.

Jakimi kanałami dysponują Rosjanie?
Choćby własnymi kontami w mediach społecznościowych – mają w nich całe fabryki trolli, ale również konta prowadzone

przez dłuższy czas przez prawdziwych użytkowników i skutecznie legendowane. Później takie konta wykorzystuje się do tego, żeby wrzucać z nich tezy zbieżne z rosyjską propagandą. Staramy się takie działania identyfikować – i prowadzić działania informacyjne, które pozwolą uczulić odbiorców na tego typu treści.

Jakie państwo polskie ma możliwości walki z tego typu komunikacją? Opisuje Pan fabryki trolli i legendowane konta – ale one wszystkie korzystają z zagranicznych serwisów i serwerów. Jak można reagować?
Walka z tym zjawiskiem jest trudna z wielu względów. Przede wszystkim ze względów formalnych – bo mówimy o mediach społecznościowych, które w 100 proc. należą do kapitału zagranicznego. Dziś Big Tech lepiej rozumie różnego rodzaju zagrożenia związane z dezinformacją, współpraca z nimi układa się coraz lepiej, ale mimo to cały czas walka z tego typu zjawiskami przypomina walkę z wiatrakami – bo nawet jeśli uda się doprowadzić do zamknięcia jakiegoś kanału, to natychmiast jest on odtwarzany w innym miejscu, poza tym w rezerwie czeka wiele kont dziś uśpionych, które zostaną aktywowane, gdy okażą się potrzebne.

O rosyjskich działaniach dezinformacyjnych słychać od dawna, ostrzegają przed nimi władze polskie, ale także trwa walka z nimi na szczeblu UE. Tyle że trudno się uwolnić od przekonania, że wszystkie te działania są cały czas co najmniej o krok spóźnione wobec posunięć Rosjan.
Wyzwań z tym związanych jest cały czas wiele – i można wpaść we frustrację, gdy widzi się te nieprzebrane fale kłamstw ciągle do nas płynące. Mimo to trzeba robić swoje – rozbudowywać możliwości identyfikowania działań rosyjskich, edukacji i profilaktyki. Robimy to w Polsce, jednocześnie zwiększając swoje możliwości identyfikowania realnych celów rosyjskich. Często są one nieoczywiste. A dla neutralizowania działań Rosji kluczowa jest wiedza, co oni chcą osiągnąć.

A może zamiast się bronić przed tymi falami, trzeba próbować przejąć inicjatywę? Ukraińcy pokazali, że można bardzo skutecznie trollować Rosjan w sferze informacyjnej.
To jest opcja do rozważenia, choć porównanie z Ukrainą do nas nie pasuje – funkcjonujemy jednak w zupełnie innych realiach, my nie tocymy z Rosją wojny, działamy w ramach normalnej sytuacji państwowej. Nie zmienia to jednak faktu, że dziś Rosjanie wykorzystują media społeczno-

ściowe do prowadzenia bardzo agresywnych działań przeciwko nam – i nie przestaną tego robić. Stawianie tam przeciwko tego typu ruchom jest bardzo trudne, bo często grozi wyłaniem dziecka z kąpielą, czyli ograniczeniu swobody debaty publicznej.

Czy NATO nie powinno mieć swoich własnych możliwości działania, czy wręcz odstraszania także w sferze informacyjnej?
W NATO jest coraz większe zrozumienie tego, że cyberprzestrzeń stanowi obszar potencjalnego konfliktu, a dezinformacja może być realnym zagrożeniem. Trzeba działać kolektywnie, żeby skutecznie mu zapobiegać.

Mark Galeotti w książce „Wszystko jest wojną” jasno wskazywał, jak Rosja sięga po wszelkie możliwe metody prowadzenia konfliktu. W jaki sposób radzić sobie z tego typu zagrożeniami?
Współcześnie musimy identyfikować coraz więcej obszarów, na których prowadzi się konflikt, a także narzędzi, które temu służą. Choć też wydaje mi się, że dla wielu obserwatorów zaskoczeniem było, jak skutecznie byliśmy w stanie działać w czasie kryzysu migracyjnego, który wybuchł w 2021 r. na granicy Polski z Białorusią.

Tak, Polska szybko zorientowała się, że fala migrantów na tej granicy to zagrożenie hybrydowe, a nie wyzwanie humanitarne.
Nasza perspektywa jest coraz lepiej rozumiana w innych krajach. Ostatnio Włosi donosili, że docierający do nich szlak migracyjny z Afryki jest stymulowany przez rosyjską grupę Wagnera. Widać więc wyraźnie, jak w obecnej walce hybrydowej wykorzystuje się różne narzędzia w różnych częściach kontynentu. Oczywiście, zawsze największym zagrożeniem pozostaje wojna kinetyczna z wykorzystaniem wojska, ale nie ma wątpliwości, że musimy jako NATO budować całościową odporność na różnego rodzaju zagrożenia, od energetyki, przez gospodarkę po kwestie związane z napięciami społecznymi. I powinniśmy jako Sojusz mieć możliwość odpowiadania na działania drugiej strony – i posiadać potrzebne do tego narzędzia.

Galeotti mocno podkreślał, że jednym z głównych narzędzi w konfliktach jest generowanie podziałów społecznych. Im silniejsza polaryzacja, tym łatwiej wpływać na sytuację w innym kraju. Jak zapobiegać takim odśrodkowym zjawiskom?
Ciężko wskazać skuteczne narzędzia zapobiegania temu.

Można jedynie apelować, edukować. Polaryzacja polityczna w Polsce to nie jest zjawisko nowe, ona narasta od dawna – ale też widać, że Rosjanie próbują to stymulować, nakręcać.

Jakimi narzędziami?
Przede wszystkim propagandą, ale też działaniami w realnym świecie, które służą propagandzie. Widać to było choćby w czasie kryzysu migracyjnego w 2021 r., kiedy Rosjanie starali się rozbudzać debatę na ten temat w naszym kraju, podsycając przy okazji różne animozje wewnętrzne. Co ciekawe, im nawet niespecjalnie zależało na przekonywaniu do jednej z racji – dla nich najważniejsza jest podgrzewanie samej debaty publicznej, mniej im zależy na sterowaniu nią. Widać to było niedawno przy okazji rocznicy Rzezi Wołyńskiej, sprawy realnie dotykającej emocje Polaków. Przy tej okazji w mediach społecznościowych pojawiło się wiele informacji mówiących, że z tego powodu nie powinniśmy dziś współpracować z Ukrainą.

I to trafia na realny problem, bo strony ukraińskiej nie stać na przeprosiny za czystki na Wołyniu.
To prawda. Trzeba brać pod uwagę, że takimi zachowaniami Ukraińcy „pomagają” Rosjanom rozgrywać pewne sytuacje. Bez jednoznacznego rozstrzygnięcia tej kwestii strona rosyjska zawsze będzie mogła rozgrywać ją po swojemu przeciwko naszym dwóm państwom.

W USA jednoznacznie stwierdzono wpływ Rosji na wybory w tym kraju w 2016 r. W październiku czekają nas wybory w Polsce. Jak groźne mogą się okazać rosyjskie ingerencje w ich przebieg?
Musimy mieć świadomość, że Rosjanie będą próbowali wtedy działać, wpływać na polskie społeczeństwo – czy to poprzez działania propagandowe, czy poprzez różne akcje, na przykład stymulowanie szlaków migracyjnych z Białorusi.

Akurat zagrożenie nielegalną migracją działa politycznie na korzyść obecnego obozu władzy.
To nie zawsze tak musi działać. Rosjanie albo „grają” na korzyść jednej ze stron politycznego sporu, ale często zależy im przede wszystkim na destabilizacji. Oni chcą przede wszystkim, żeby się kotłowało. Zresztą tak bywa regularnie. Bardzo często Rosjanie robią coś, co na pierwszy rzut oka wydaje się nielogiczne, czy wręcz dla nich niekorzystne – dopiero w dłuższej perspektywie widać, jaki był ich prawdziwy cel.

Już mieliśmy dwa trudne przypadki: rakietę znaną pod Bydgoszczą oraz dwie ofiary w Przewodowie. Czy można wyobrazić sobie sytuację, w której dochodzi do przełożenia wyborów? Co w takich sytuacjach rekomendowałyby polskie służby?
Rosjanie właściwie na całym świecie próbują udowodnić, że demokracja to nie jest dobry ustrój polityczny. Już choćby z tego powodu przeprowadzenie wyborów jest bardzo ważne – dotrzymanie konstytucyjnych terminów wyborów stanowi wyraźny sygnał, że polska demokracja ma się dobrze i że to Polacy – a nie Rosjanie czy ktokolwiek inny – wybierają władzę w naszym kraju. Demokracja w Polsce ma się dobrze, jest żywa, a rolą państwa jest dbanie o to, by funkcjonowała bez przeszkód i bez obcych wpływów.

„Gazeta Polska” podała, że aresztowani rosyjscy szpiedzi przygotowywali zamach na pociąg w Polsce. W Hiszpanii w 2004 r. atak terrorystyczny na dwa dni przed wyborami całkowicie zmienił ich bieg. Jak pod tym względem zadbać o bezpieczeństwo naszych wyborów?
Pamiętamy o tym hiszpańskim przypadku, bo on świetnie pokazuje, jak przy pomocy działań asymetrycznych, hybrydowych można zmienić bieg procesów demokratycznych. Mamy świadomość, że tego typu próby mogą też być podejmowane w Polsce. Ale też w Hiszpanii błąd popełnił rządzący politycy, podejmując szybkie decyzje będąc pod wpływem tej tragedii. Liczę na to, że w trudnej lub kryzysowej sytuacji polscy politycy wykalibrują się z rozwagą i odpowiedzialnością.

CV



Stanisław Żaryn
Sekretarz stanu w Kancelarii Premiera Rady Ministrów, pełnomocnik rządu ds. bezpieczeństwa przestrzeni informacyjnej Polski. Wcześniej był rzecznikiem prasowym ministra-koordynatora służb specjalnych Mariusza Kamińskiego, a także dziennikarzem

FOT. ADAM JANKOWSKI

ROSJANIE BĘDĄ PRÓBOWALI MIEĆ
WPLYW NA WYBORY: PORZECZ
PROPAGANDĘ CZY PORZECZ RÓŻNE
AKCJE, JAK STYMULOWANIE SZLAKÓW
MIGRACYJNYCH Z BIAŁORUSI

Dorota Kania, redaktor naczelny Polska Press

NIK W OBJĘCIACH POLITYKI



W minioną

środe przed siedzibą Najwyższej Izby Kontroli Sławomir Mentzen, jeden z liderów

Konfederacji, ogłosił, że Jakub Banaś będzie startował do Sejmu z list tego ugrupowania, a ściślej - z drugiego miejsca. Stojący obok Mentzena Jakub Banaś oznajmił, że zaczyna nowy rozdział w walce o dobre i sprawne państwo i że przyświecają mu trzy cele, żeby wejść do polityki: ustawa, której celem będzie odchudzenie państwa, postulat rozliczenia PiS, bo „to formacja, która kradnie i korumpuje” oraz doprowadzenie do powstania pionu prokuratorskiego w Najwyższej Izbie Kontroli.

Zorganizowanie konferencji prasowej przez Konfederację z udziałem Jakuba Banasia, społecznego doradcę własnego ojca Mariana Banasia, szefa NIK, przed siedzibą Izby jednoznacznie wskazuje na skrajne upolitycznienie tej instytucji. NIK, która ma być bezstronna i apolityczna, wpisuje się w walkę polityczną i to tuż przed wyborami parlamentarnymi. Tak naprawdę jest to symboliczna pieczęć działań, które podejmowała Izba w ostatnich dwóch latach, stając się pałką do okładania partii rządzącej, którą Marian i Jakub Banasiowie uważają za przeciwnika politycznego, co jest zapewne związane z toczącymi się postępowaniami dotyczącymi obydwu panów.

Dokładnie dwa lata temu - w lipcu 2021 roku - prokurator generalny Zbigniew Ziobro wystąpił do marszałek Sejmu Elżbiety Witek o zgodę na pociągnięcie do odpowiedzialności karnej prezesa Najwyższej Izby Kontroli Mariana Banasia. Śledztwo zostało wszczęte po zawiadomieniach o podejrzeniu popełnienia przestępstw, które złożyli posłowie Koalicji Obywatelskiej, Centralne Biuro Antykorupcyjne i Generalny Inspektor Informacji Finansowej. Wniosek do prokuratora generalnego skierowała Prokuratura Regionalna w Białymstoku, która chciała postawić Marianowi Banasiowi zarzuty dotyczące między innymi zaniżenia wartości posiadanych zasobów finansowych w każdym z 10 oświadczeń majątkowych skontrolowanych przez CBA, które składał w okresie od listopada 2015 do sierpnia 2019 jako szef Służby Celnej, szef Krajowej Administracji Skarbowej, minister finansów i prezes Najwyższej Izby Kontroli. Wniosek pozytywnie zaopiniowała sejmowa komisja regulaminowa, spraw poselskich i immunitetowych; sprawa trafiła do Sejmu i czeka na głosowanie. Tymczasem Marian Banaś opowiada o rzekomych naciskach politycznych sięgając także „zagranicę”; ostatnio miał występ w Senacie, gdzie przytoczył raport Międzynarodowej Organizacji Najwyższych Organów Kontroli (INTOSAI IDI) dotyczący rzekomego ograniczania niezależności NIK przez polskie władze.

W ślady ojca poszedł także Jakub Banaś, który twierdzi, że stał się ofiarą polityków; teraz ma nadzieję jesienią zasiąść w sejmowych ławach. Czy jest to sposób na uniknięcie odpowiedzialności karnej? Niewykluczone, bowiem posłów chroni immunitet, zaś na synu prezesa NIK ciążyą bardzo poważne zarzuty dotyczące między innymi wyłudzenia, fałszowania dokumentów oraz przestępstw skarbowych. W związku z prowadzonym przez Prokuraturę Regionalną w Białymstoku postępowaniem Jakub Banaś został zatrzymany dwa lata temu przez funkcjonariuszy CBA, co natychmiast zostało przedstawione przez polityków opozycji i sprzyjające jej media jako „zemsta polityczna”. Jakub Banaś złożył zażalenie na działania służb do sądu, który stwierdził, że zatrzymanie syna prezesa NIK było zasadne i legalne.

Kolejne niejasności dotyczące Mariana i Jakuba Banasiów dotyczy delegacji NIK na Białoruś, co miało miejsce w grudniu 2021 roku, czyli w czasie, gdy trwały ataki nielegalnych migrantów na polską granicę, inspirowane przez Władimira Putina. Celem delegacji - według rzecznika Izby Łukasza Pawelskiego - było spotkanie z przedstawicielami Najwyższego Organu Kontroli - białoruskiego odpowiednika NIK, zaś rozmowy miały dotyczyć sytuacji w Puszczy Białowieskiej, która była przedmiotem kontroli Izby. Faktycznym szefem delegacji był... Jakub Banaś, który nie jest kontrolerem, a wyjazd był przecież związany z kontrolą. Według „Rzeczpospolitej” polskie służby zainteresowały się, czy wyjazd miał związek z „biznesami” Banasia juniora, ponieważ jedna z jego firm miała prowadzić interesy ze stroną białoruską, wykorzystując stare kontakty ojca: znajomego ze służb białoruskich w randze generała. Co ciekawe, w tym samym czasie, co wizyta delegacji w Mińsku z Jakubem Banasiem na czele, w NIK powstawała analiza dotycząca budowy muru na granicy polsko-białoruskiej, który krytykował Aleksander Łukaszewski. Krytyczne wyniki tej analizy opublikowała 21 stycznia Gazeta.pl. powołując się na ustalenia kontrolerów. Przedstawiono nawet skan zawierający fragment tekstu analizy, jednak na próżno szukać jej na stronie NIK. Warto przypomnieć, że kilka tygodni wcześniej na spotkaniu z klubem Koalicji Obywatelskiej Donald Tusk stwierdził, że „klub KO będzie przeciw specustawie w sprawie budowy zapory na granicy z Białorusią. - Oni udają, że zbudują wielki mur, a tak naprawdę chcą zrobić wielki wał - mówił lider PO. Być może to zbieg okoliczności, ale trudno nie mieć skojarzenia, że Marian Banaś wsłuchuje się w głosy swoich aktualnych politycznych akolitów. Mając na uwadze działania Mariana i Jakuba Banasiów jasno widać, że słowa o „apolityczności NIK” są jedynie pustym frazesem.

Arkadiusz Rogowski, redaktor naczelny „Nowin”

KTO SIĘ BOI REFERENDUM?



W ydawałoby się, że skoro w sferze deklaracji

opozycja sprzeciwia się przymusowemu mechanizmowi relokacji, to nie powinna mieć również obiekcji, by w tej sprawie dać się wypowiedzieć narodowi w referendum. Ale od polityków Platformy Obywatelskiej,

PSL-u czy Lewicy słyszymy, że pytanie Polaków o zdanie w tej sprawie jest niepotrzebne. Tymczasem argumentów za przeprowadzeniem takiego referendum jest naprawdę wiele.

A zacząć należy od tego, że organizacja referendum w państwach członkowskich Unii to po prostu często stosowana praktyka, a ich wyniki ZAWSZE mają decydujące znaczenie w głosowanej sprawie - nie tylko dla krajowego rządu, ale także dla instytucji unijnych. Wystarczy spojrzeć na najnowszą historię Unii Europejskiej.

Gdy prawie 20 lat temu unijne elity przygotowały słynny traktat ustanawiający Konstytucję dla Europy, ich zapędy w tworzeniu „superpaństwa” zostały zastopowane w 2005 roku przez głos Francuzów i Holendrów, wyrażony właśnie w referendum. I na nic zdało się ratyfikowanie tego dokumentu przez 19 innych państw, w tym Niemcy, Włochy i Hiszpanię. Efekt był taki, że traktat konstytucyjny musiał zostać zastąpiony traktatem lizbońskim, w którym zrezygnowano z wielu kontrowersyjnych rozwiązań, m.in. ustanowienia „ministra spraw zagranicznych Unii”. Krótko mówiąc, krytyczny głos Francuzów i Holendrów doprowadził do bardzo ważnych zmian w traktatach, pomimo iż zarówno rząd Holandii, jak i władze we Francji popierały Konstytucję dla Europy. To jeden z najlepszych dowodów na to, że organizacja krajowego referendum w ważnych unijnych sprawach ma głęboki sens i praktyczne znaczenie.

Mniej znane są inne referenda w krajach UE, takie jak to z 2015 roku, w którym zaskakujący pasa Grecy powiedzieli „nie” planom międzynarodowych instytucji finansowych. Już trzy lata później Grecja uchwaliła pierwszy od dłuższego czasu budżet bez pomocy zagranicznej, w którym znalazły się ulgi podatkowe i rodzinne. Notabene niemieckie media wciąż próbują wmawiać Europejczykom, że przyczyną olbrzymiego zadłużenia Greków było ich „lenistwo”, a nie przyjęcie waluty euro.

Z instytucji referendum chętnie korzystają też Duńczycy. W 1992 roku odrzucili traktat z Maastricht, wymuszając na Brukseli zgodę na wyłączenie ze wspólnej polityki obronności i bezpieczeństwa; w 2015 roku opowiedzieli się za niezależnością od Unii w kwestiach wymiaru sprawiedliwości i spraw wewnętrznych, zaś w 2022 roku - z uwagi na wojnę na Ukrainie - zagłosowali za przyłączeniem Danii do wspólnej polityki obronnej Unii. W ten sposób naród duński, w drodze powszechnego głosowania, kształtuje politykę nie tylko swojego rządu, ale też Brukseli. Dlaczego zatem Polakom odbiera się takie prawo?

Ewentualne zablokowanie w drodze referendum przymusowej relokacji nielegalnych imigrantów może mieć jeszcze jeden arcyważny skutek. Otóż pomoże samej Unii Europejskiej. Nikt bowiem nie ma wątpliwości, że najważniejszym elementem, który pozwolił Nigelowi Farage'owi doprowadzić do Brexitu, były obawy Brytyjczyków przed konsekwencjami niekontrolowanej niemieckiej polityki „otwartych drzwi”. To właśnie one zadecydowały o wyniku brytyjskiego referendum z 2016 roku.

Dowodów na sprawczość instytucji referendum w krajach Unii Europejskiej jest oczywiście dużo więcej. Głos Europejczyków de facto wiąże ręce unijnym decydentom. Dużo łatwiej jest im bowiem uzasadnić odrzucenie stanowiska niepopularnego rządu, określonych środowisk czy wyników sondaży, niż odrzucić wyrażoną w referendum wolę europejskich narodów. No bo jak wytłumaczyć, że w demokracji zdanie suwerena się nie liczy?

To była siatka ludzi, niewątpliwie zorganizowana przez Kreml, której zadaniem było doprowadzenie do zamachów terrorystycznych, żeby zdestabilizować Polskę. (...) Mamy świadomość tego, że próby odbudowy imperium rosyjskiego są groźne dla Polski

ROZDAJEMY ZA DARMO* 100 sztuk

sensorycznego wzmacniacza słuchu
FonixREPAIR
który może polepszać sprawność słuchową!

TO NIE JEST BŁĄD DRUKARSKI

**Jeśli urodziłeś/aś się przed rokiem 1973
i chcesz otrzymać szansę na to, żeby
wzmocnić swój słuch:**

- ☒ bez proszenia się o pomoc,
- ☒ bez skrępowania, kiedy nie możesz zrozumieć, co mówią do Ciebie bliscy ludzie,
- ☒ a także zminimalizować szumy uszne, szmery i uczucie zatkanego ucha...

...odbierz należący Ci się sensoryczny wzmacniacz słuchu **FonixREPAIR**, który dzięki inteligentnej technologii automatycznie wzmacnia ważne dźwięki, eliminuje niepożądane hałasy i może rozwiązać wiele problemów związanych ze słuchem.

W magazynie czeka spakowane do wysyłki 100 sztuk najnowszego modelu sensorycznego wzmacniacza słuchu **FonixREPAIR**! Rozdamy je CAŁKOWICIE ZA DARMO – na zasadzie „kto pierwszy, ten lepszy” – każdemu, kto ma nawet niewielkie problemy ze słuchem i zadzwoni do **24 lipca 2022**. Datę urodzenia wystarczy potwierdzić ustnie przez telefon.

Wzmacniacz słuchu **FonixREPAIR** to jedyny dostępny na rynku wzmacniacz z nową technologią sensoryczną, która dostosowuje się do otoczenia. Nosząc wzmacniacz sensoryczny, możesz zacząć lepiej słyszeć. Twoje uszy mają szansę odbierać dźwięki z otoczenia. Inteligentny procesor sensoryczny AVD-873 za pomocą specjalnego algorytmu wzmacnia ważne dźwięki (mowę, telewizor), a tłumi dźwięki nieistotne (niepotrzebne hałasy, np.: trzask drzwi, warkot silnika, stukoty). Dzięki temu dokładniej zrozumiesz słowa podczas rozmowy, wyłapiesz głosy w tłumie, na rodzinnej imprezie i usłyszysz, co mówi sąsiad z naprzeciwka. Znów z przyjemnością będziesz słuchać radia, oglądać telewizję i rozmawiać przez telefon z bliskimi, a wizyty w sklepie, na poczcie czy w urzędzie nie będą już dla Ciebie problemem.

To najpopularniejszy i najnowszy model, wyprodukowany w branży podobnych wyrobów. Cielisty kolor sprawia, że urządzenie jest dyskretne, a dzięki anatomicznej konstrukcji nie uwiera, nie przeszkadza i nie wypada z ucha. Pomimo niewielkich rozmiarów, posiada wygodną regulację głośności. W zestawie otrzymasz komplet 3 silikonowych wkładek różnego rozmiaru, dzięki którym idealnie dopasujesz wzmacniacz do swojego ucha.

Dlaczego ROZDAJEMY sensoryczny wzmacniacz słuchu FonixREPAIR?

Nie jesteśmy instytucją charytatywną. Oczekujemy, że o tej akcji promocyjnej zrobi się głośno w całym kraju, dzięki czemu pozyskamy wielu nowych klientów.

**Ta okazja jest gwarantowana
wyłącznie do
24 lipca 2023**

Sensoryczny wzmacniacz słuchu **FonixREPAIR** nie będzie dostępny w sklepach. **DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ. Radzimy pospieszyć się i zadzwonić w tej chwili pod numer: 91 300 35 00**, aby zdążyć przed wyczerpaniem się DARMOWYCH zapasów.

UWAGA: limit to 1 wzmacniacz na gospodarstwo domowe.

* Reklamowany produkt nie jest wyrobem medycznym. | Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: www.info-for-customers.com/statute/pl

Zagłosuj w wielkiej akcji odkrywania talentów

Trwa plebiscyt POKAŻ TALENT!, w którym nasi Czytelnicy głosują na utalentowanych twórców z naszego województwa. Do udziału w akcji zgłosiło się kilkaset kandydatów w różnych kategoriach.

Dziś prezentujemy liderów głosowania w skali naszego województwa w kategoriach Talent Fotograficzny Roku, Talent Plastyczny i Rękodzieło oraz Talent Wokalny Roku.

Reprezentanci naszego województwa biorą udział także

w innych kategoriach akcji: Talent Muzyczny, Talent Taneczny, Talent Akrobatyczny i Ruchowy, Talent Aktorski i Recytatorski.

Osobno prowadzone jest głosowanie na zespoły wokально-muzyczne.

W akcji POKAŻ TALENT! nie zabrakło miejsca dla uzdolnionych dzieci. W kategorii Małe Talenty przeznaczonej dla dzieci, które nie ukończyły dziesiątego roku życia, biorą udział także dziewczynki

i chłopcy z naszego województwa.

W naszej akcji docenimy tych, którzy wspierają rozwój talentów - osoby prowadzące zespoły artystyczne, nauczycieli realizujących zajęcia rozwijające kreatywność, instruk-

torów tańca i opiekunów talentów teatralnych i plastycznych.

Kulminacyjnym punktem plebiscytu będzie wielka gala POKAŻ TALENT!, która pod koniec września odbędzie się w Teatrze Capitol w Warszawie.

LIDERZY W KATEGORII TALENT WOKALNY ROKU



Hanna Sitko,
Nowy Sącz



Amelia Sowińska,
Brzozów



Kacper Malinowski,
Kraków



Ludwika Nowak,
Bolechów



Magdalena Węgrzyn,
Budy Łańcuckie

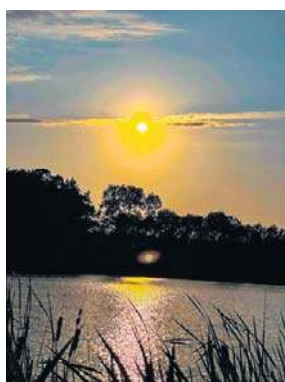
LIDERZY W KATEGORII TALENT FOTOGRAFICZNY ROKU



Autor zdjęcia: Kamila Długosz, Wola Jasienicka



Autor zdjęcia: Krzysztof Sobczyński, Szósko



Autor zdjęcia: Katarzyna Łakomy, Kolbuszowa



Autor zdjęcia: Dobiesław Kokoć, Lesko

LIDERZY W KATEGORII TALENT PLASTYCZNY I RĘKODZIEŁO ROKU



Katarzyna Motyka, Przeworsk



Aleksandra Dzirba, Rzeszów



Piotr Grzesik, Rzeszów



Sprawdź aktualne wyniki we wszystkich kategoriach plebiscytu na www.nowiny24.pl/talent

S koki narciarskie, żużel, siatkówka - w tych sportach Polska od lat jest potęgą. Mniej osób wie, że świetne wyniki osiągamy też w sumo. Z prawie każdych międzynarodowych zawodów białoczerwoni przywożą medale. Jednak tylko jeden Polak może się poszczycić zdobyciem trzech złotych medali mistrzostw Europy seniorów. To Paweł Pieprzak, sumita Syreny Gnojnic, klubu z powiatu ropczycko-sędziszowskiego.

- Z racji tych trzech tytułów mistrzowskich mam względy u władz polskiego sumo - przyznaje. - Prezes związku na różnych uroczystościach podkreśla moje dokonania.

Niektóre walki wygrywał w sposób spektakularny. W estońskich ME stoczył dramatyczny bój z Rosjaninem. - W pewnym momencie Paweł znalazł się w arcytrudnym położeniu, wydawało się, że już nie ma szans na zwycięstwo. Wtedy przeprowadził akcję, w której wręcz zaprzeczył prawom fizyki, dokonał niemożliwego i wypchnął rywala poza pole walki - opowiada Ryszard Prokop, klubowy trener Pawła Pieprzaka.

- Tamte mistrzostwa odbywały się akurat w Wielkanoc. Estonia to kraj złaicyzowany, a dla mnie wiara jest bardzo istotna, więc znalazłem kościół w Tallinie i w Wielką Sobotę poszedłem się pomodlić. Być może później, w zawodach miałem pomoc z samej „góry” - uśmiecha się Paweł Pieprzak.

Ogółem zgromadził już jedenaście medali mistrzostw starego kontynentu, z czego dziewięć wśród seniorów. Dobrze pamięta pierwszy krążek - jeszcze w młodzieżowym czempionacie, który organizowała Polska. Na tradycyjnym, glinianym dohyo (tak w sumo nazywa się arena walki) wywalczył brąz, ale nie tylko to było ważne. Dla młodego wówczas chłopaka przeżycie stanowił sam fakt, że reprezentuje Polskę, nosi bluzę z orłem.

Cechy mistrza

Kolebką sumo jest Japonia. Stamtąd wywodzą się specyficzne rytuały kultywowane przez sumitów. - Przed walką zawodnik pokazuje otwartą dłoń, co znaczy, że ma czyste intencje. Jeżeli pojedynek toczy się nie na macie, tylko na dohyo wykonanym z gliny, praktykuje się zwyczaj polegający na tym, że zawodnicy rzucają na dohyo garść soli. Ma to symbolizować uwolnienie areny walki od złych mocy - wyjaśnia Paweł Pieprzak.

Triumfator walki nie powinien zbyt wylewnie, żywiołowo okazywać radości. Mogłoby to zostać ocenione jako brak szacunku dla rywala. Historia zna już takie przypadki, że sumitom pokazującym nie-



Paweł Pieprzak to gwiazda sumo. W bogatym dorobku ma między innymi 11 medali mistrzostw Europy, z czego dziewięć w gronie seniorów

FOT. PIOTR FEGZKO

PAWEŁ PIEPRZAK: NIEKTÓRE WALKI WYGRYWAŁEM PO SEKUNDZIE

Zdarzało mi się walczyć z przeciwnikami cięższymi ode mnie o 100 kilogramów - opowiada jedyny Polak, który ma w dorobku trzy złote medale seniorskich mistrzostw Europy w sumo

Cezary Kassak

stosowne gesty (np. wrogie wobec publiczności) sędziowie odbierali zwycięstwo i nakazywali powtórzenie pojedynku.

Podstawowe reguły sumo są dość proste - wygrywa ten, kto wypchnie adversarza poza dohyo albo zmusi go do tego, by dotknął podłoża inną częścią ciała niż spód stopy. Walki z reguły trwają krótko. Paweł Pieprzak czasami zwyciężał już po sekundzie.

- Dobry początek ma duże znaczenie, bo często już wtedy rozstrzyga się to, czy znajdziemy się w pozycji dogodnej dla nas, czy będziemy musieli się bronić - tłumaczy atleta Syreny Gnojnic. - W tym sporcie niebagatelną rolę odgrywa też taktyka, rozpracowanie przeciwnika. Poza tym liczą się także cechy jak wola walki, siła, gibkość, umiejętność radzenia sobie ze stresem.

- Paweł posiada wszystkie cechy prawdziwego mistrza, a przy tym ma tę iskrę bożą, lekkość ruchu. Takimi naturalnymi zdolnościami obdarzony jest może jeden na tysiąc chłopaków - ocenia Ryszard Prokop.

Tytan pracy

Sumo uprawia od 17 lat. - To pół mojego życia - uśmiecha się. Początkowo trenował zapasy, dyscyplinę dość pokrewną. - Mój koronny chwyt w sumo, czyli wejście do nogi na wysoko

z japońskiego nazywa się to ashitori - zapożyczyłem właśnie z zapasów. Wiele razy wygrywałem na dohyo dzięki zastosowaniu tego chwytu - wspomina.

Nie byłoby sukcesów bez tytanicznej pracy na treningach. - Przez pierwszych 10 lat Paweł nie opuścił chyba ani jednego treningu - podkreśla trener Prokop. - Jest niebawale ambitny. Zawsze chce być najlepszy, drugie miejsce to dla niego wielka porażka.

Marzy o medalu mistrzostw świata. Dotąd nie miał szansy,

żeby to marzenie spełnić. Nigdy nie było mu dane wystartować w MŚ.

- Walczę w kategorii wagi do 70 kilogramów, a w mistrzostwach świata rywalizacja toczy się w wyższych kategoriach, od 85 kg wzwyż - wyjaśnia. - Brakuje mi więc 15 kilogramów. To dużo. Nie biorę pod uwagę tego, że miałbym aż tyle przytyć, źle bym się czuł. Wielka szkoda, bo gdybym mógł rywalizować w MŚ, na pewno nie byłbym chłopcem do bicia, zdobywałbym medale. Kilka lat temu, w innych zawodach pokonałem ówczesnego mistrza świata.

W turniejach open zdarzyło mu się walczyć z sumitami cięższymi od niego nawet o 100 kg. - Raz zmieściłem się między nogami rywala, obszedłem go z tyłu i przewróciłem na matę - wspomina z uśmiechem.

Wciąż ma nadzieję, że zmieni się przepisy i w jego kategorii będzie można ubiegać się o miano mistrza świata. Jeszcze bardziej ucieszyłby się, gdyby doczekał - jako zawodnik - włączenia sumo do rodziny sportów olimpijskich. Wymarzoną okazją wydawała się ostatnia olimpiada, jednak jej gospodarzem było Tokio. Niestety, również w programie igrzysk odbywających się w stolicy Japonii dla sumo zabrakło miejsca.

Talentów w Gnojnicy nie brakuje

Trzykrotny mistrz Europy niedawno wziął jednak udział w silnie obsadzonych zawodach, w których nazwie pojawiło się słowo „igrzyska”. Mowa o Igrzyskach Europejskich Kraków-Małopolska. Gwoli ścisłości, turniej sumo miał status wydarzenia towarzyszącego IE. - Organizacja zawodów stała na wysokim poziomie, czuliśmy się jak pełnoprawni uczestnicy igrzysk - zaznacza pan Paweł.

W Kluczkach niedaleko Olkusa, bo tam zorganizowano turniej sumo, nasz krajan nie miał sobie równych. Pokonał kolejno Włocha, Estończyka i Bułgara, by w finale wykazać swoją wyższość nad innym Polakiem, też zresztą z Podkarpacia, a konkretnie z Lubziny - Hubertem Dęborowskim.

W męskiej reprezentacji Polski tylko Paweł Pieprzak sięgnął po złoto. Jako jedna z trzech Polek zmagania wygrała jego klubowa koleżanka, również multimedalistka ME - Klaudia Duder (panieńskie nazwisko... Pieprzak). Miłą niespodzianką sprawiła inna sumitka z Gnojnicy, Natalia Worwa. Startując z „dziką kartą” zdobyła srebro.

Zdolnych atletów i atletek w małej Gnojnicy zatem nie brakuje. W odnoszeniu sukcesów nie przeszkadza im to, że na co dzień trenują w warunkach dalekich od komfortowych. Nie dysponują salą gimnastyczną z prawdziwego zdarzenia. Treningi odbywają się w korytarzu przystosowanym do lekcji wychowania fizycznego. Korytarz ma pięć i pół metra szerokości i nie mieści się tam nawet cała mata, bo ta jest szeroka na 6 metrów...

Paweł Pieprzak to długoletni stypendysta marszałka woj. podkarpackiego. Dostawał i inne nagrody finansowe, ale nawet tak utytułowanemu zawodnikowi trudno wyżyć z uprawiania sumo. Przez sześć lat był nauczycielem wychowania fizycznego w swojej rodzinnej miejscowości Szkodna. Teraz pracuje w dębickiej firmie oponiarskiej.

Z żoną i dwójką dzieci mieszka dziś w Wiśniowej (gmina Iwierzycy). Jak na sportowca swoje lata, jednak o zakończeniu kariery na razie nie myśli. - Dopóki w mistrzostwach Polski nie znajdę się poza podium, będę walczył - deklaruje. ©

WIELKA BRYTANIA STAWIA NA MAŁY ATOM. UCZESTNICZY W TYM FIRMA OBEENA W POLSCE

Brytyjska Strategia Bezpieczeństwa Energetycznego zakłada budowę w Wlk. Brytanii do 2050 r. nawet 24 GW mocy jądrowych. W projektach uczestniczyć będzie Synthos Green Energy, obecna także na polskim rynku, poprzez współpracę z PKN ORLEN

Artur Kielbasiński

Brytyjczycy mocno stawiają przy tym na tzw. mały i średni atom, czyli technologię małych i średnich reaktorów jądrowych. To najnowszy kierunek rozwoju energetyki jądrowej, oparty na niewielkich, ale bardzo wydajnych reaktorach. Dlatego w Wlk. Brytanii powstał dedykowany program rozwoju projektów SMR. Na jego realizację przewidziano specjalne środki w wysokości do 20 mld funtów dla potencjalnych 4 oferentów. W brytyjskim modelu do 50 proc. dofinansowania procesu związanego z wdrożeniem i rozpoczęciem operacyjnego działania SMR-ów ma pochodzić z tego funduszu.



Mały reaktor jądrowy Hitachi

Instytucja wspierająca inwestycje

Na potrzeby realizacji programu jądrowego w Wlk. Brytanii powołana została 18 lipca 2023 instytucja Great British Nuclear (GBN). Ma ona ograniczać ryzyka związane z inwestycją w energetykę atomową, a także sprawować nadzór nad realizacją programu i wspierać realizację poszczegól-

nych projektów w jego ramach. Zakłada się, że wdrożenie strategii „British Energy Security Strategy” „zwiększy bezpieczeństwo energetyczne Wielkiej Brytanii, zmniejszy zależność od niestabilnego importu paliw kopalnych, znacząco obniży ceny energii elektrycznej dla odbiorców końcowych i wpłynie na znaczący rozwój tamtejszej gospodarki.

Szacuje się przy tym, że rozwój przemysłu jądrowego wygeneruje około 6 miliardów funtów dla gospodarki Wielkiej Brytanii.

Synthos Green Energy w grze

Także 18 lipca ogłoszono listę 2 podmiotów (+ jeden warunkowo), które otrzymają dofinansowanie w ramach programu. Wśród tych podmiotów, jak podaje m.in. Financial Times, jest także Synthos Green Energy.

Spółka ta jest obecna mocno także na polskim rynku. Orlen Synthos Green Energy to spółka powołana wspólnie przez PKN ORLEN i Synthos Green Energy. Realizuje ona projekt budowy szeregu małych elektrowni jądrowych Small Modular Reactors (SMR) w Polsce.

Inwestycje Orlen Synthos Green Energy opierają się o rozwiązania GE Hitachi Nuclear

Energy jako dostawcy technologii. Przedstawiciele OSGE uznają reaktor GEH BWRX-300 za najbardziej zaawansowany w realizacji projektu SMR i doskonale odpowiadający na potrzeby polskich odbiorców. W elektrowni z jednym reaktorem tego typu, etap realizacji samej inwestycji szacowany jest na 24-36 miesięcy. Potrzebny obszar to 330 x 260 m, czyli ok. 9 ha. Pierwsze SMR w Polsce mogłyby powstać w perspektywie 5-6 lat.

Brytyjskie doświadczenie, polski zysk?

Rozpoczęcie finansowania przewiduje się na początek ostatniego kwartału 2023 roku, a jego zakończenie na koniec pierwszego kwartału 2025 r. Finansowanie w ramach funduszy ma być przeznaczane na przygotowanie projektów SMR w Wlk.

Brytanii, w tym licencjonowanie technologii i inne prace przygotowawcze, jak na przykład plan zarządzania projektem, plan budowy łańcucha dostaw, plan finansowania.

Dla polskiej spółki uczestnictwo w brytyjskim projekcie oznacza przede wszystkim możliwość obniżenia ryzyk związanych z rozwojem i licencjonowaniem technologii w UK, budowy paneuropejskiego łańcucha dostaw oraz korzystania z brytyjskich doświadczeń w budowie reaktorów BWRX-300 w Polsce i innych krajach regionu.

Realizacja projektu w Wlk. Brytanii stwarza również możliwość wymiany doświadczeń pomiędzy regulatorami jądrowymi w poszczególnych krajach, w których planowane jest wdrożenie tej technologii, a w konsekwencji optymalizację procesu licencjonowania. ©©

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

MAŁGORZATA KOZUCHOWSKA

Odpoczywa w spokoju

W tym roku gwiazda polskiego kina będzie obchodzić piętnastą rocznicę ślubu z Bartłomiejem Wróblewskim. Tymczasem w internecie ostatnio aż huczy od plotek o kryzysie w tym związku. Wścibscy internauci doszukują się jego oznak już od kilku miesięcy. W końcu nie zabrakło takich, którzy twierdzili, że Kozuchowska już nie nosi obrączki na palcu. W końcu Pudelek postanowił zasięgnąć informacji u źródła. – Dziękuję za zainteresowanie i troskę. Właśnie spędzamy szczęśliwie razem rodzinne wakacje. Dajcie nam odpoczywać w spokoju – odpowiedziała gwiazda.

MICHAŁ SZPAK

Opancerzony

Ekscentryczny piosenkarz udzielił ostatnio wywiadu magazynowi „Viva”, w którym ob-



Małgorzata Kozuchowska spędza rodzinne wakacje z dala od tłumów i fotoreporterów

wieścił, że jeszcze nigdy w życiu nie był naprawdę zakochany i nie przeżył nigdy wielkiej miłości. – Być może dotąd nie spotkałem nikogo na swojej drodze, bo jestem osobą publiczną. Jestem freakiem. Na nowej płycie powołałem do życia swoje alter ego, Jowiszę. Śpiewam jako Jowiszę, kiedy chcę wyrazić coś, czego jako Michał nie mogę lub nie potrafię – powiedział. I dodał: Niewiele ma autentyczny dostęp do tego, kim jestem. Jeśli kiedyś pojawi się osoba, która ma mnie poznać, odkryć, to musi przebić się przez ten pancerz.

BEATA TADLA

Chciała być dorosła

To już prawie dwa lata, od kiedy dziennikarka jest szczęśliwą żoną tajemniczego mężczyzny o imieniu Michał. To trzecie małżeństwo Tadi. Pierwszy raz dziennikarka powiedziała „tak”, mając zaledwie 20 lat. Dziś wspomina tamtą decyzję z ironią. – To była szczenięca miłość i okropna decyzja o ślubie. Miałam 20 lat. Chciałam być dorosła, wydawało mi się, że jak będę miała męża, wszyscy będą

mníe traktować poważniej. Mój mąż był aktorem legnickiego teatru, a małżeństwo przetrwało tylko rok – zdradza Pudelkowi. W 2021 roku Tadia postanowiła zaryzykować trzeci raz. Czy ten związek będzie już do grobowej deski?

JOANNA KRUPA

Ma piękne życie

Kilka miesięcy temu modelka ogłosiła oficjalnie, że jest w separacji z mężem Douglasem Nunesem. Potem jej siostra sugerowała w mediach, że są szanse, aby małżonkowie jednak się pogodzili. Iniewykluczone, że właśnie to się stało. Krupa polecała obecnie na wakacje do Włoch. Zatrzymała się w hotelu Gardea, gdzie najtańszy pokój kosztuje 1700 zł. „Życie jest piękne, jeśli wiesz, jak je przeżyć i szanować” – podpisała serię wspólnych fotografii z córką na Instagramie. Co ciekawe, również zdjęciami z córką (tą samą) ze wspólnych wakacji pochwalił się w swych mediach społecznościowych Nunes. Czy to oznacza, że małżonkowie faktycznie się zeszli?

SEBASTIAN FABIAŃSKI

Kupił Patka

Fotoreporter Pudelka przyłapał ostatnio młodego aktora w centrum Warszawy. Fabiański udał się do sklepu jubilerskiego, gdzie dokonał wyjątkowo drogiego zakupu, którym niemal od razu pochwalił się na mediach społecznościowych. Aktor stał się uboższy o 380 000 zł – bo tyle kosztuje jego nowy luksusowy zegarek firmy Patek Philippe. Nic więc dziwnego, że podczas zakupów Fabiańskiemu towarzyszył rosyjski ochroniarz. Panowie zostali się, kiedy aktor bezpiecznie wsiadł do swego luksusowego porsche i odjechał w siną dal.

JULIA WIENIAWA

Barek od zaraz

Młoda aktorka jakiś czas temu postanowiła sukcesywnie odmieniać wygląd swego mieszkania. Dlatego założyła specjalne konto instagramowe, za pomocą którego sprzedaje niepotrzebne jej już meble. Naj-

droższym ze sprzedawanych mebli jest okazała toaletka z lustrem i lampkami, która kosztuje aż 15 000 zł. Do kupienia jest jeszcze złoto-czarny wózek barowy. Cena? 1000 zł. „Dostępny od zaraz. Odbiór własny” – reklamuje aktorka na Instagramie.

GRZEGORZ SKAWIŃSKI

Inny poziom rozmowy

Frontman grupy Kombii kończy w tym roku 70 lat. Z tej okazji magazyn „Viva” przyjrzał się jego życiu prywatnemu. Choć Skawiński był widywany z różnymi kobietami, nigdy się nie ożenił. Nie ma też potomstwa. Zapytany czy tego nie żałuje, stwierdził dobitnie: Żałuję. Czasami jednak życie tak się ludziom poukłada i nie ma na to rady. Ale to nie jest najważniejsze. Dodał przy tym: Mam pięcioro dzieciaków. Teraz przeszliśmy z chrześniakami i chrześniacą na inny poziom rozmowy, bo kiedy dzieciak ma już naście lat, rozmawiamy zupełnie inaczej.

Krzyżówka panoramiczna

włażą w nią krowy kukusaniec			bożek z łukiem uczony z Miletu		biegłość nabyta z latami	słodka tabliczka		słodkowodny glon, ramienica	polska w Polsce	stop żelaza z niklem		stołówka na statku oznaczona		
dawny kaptur samotne drzewo								1 dawna uraza, niechęć najszyszy bieg konia				5		
wpisywana do książki			10			9			2			znawca dzieł sztuki		
							biblijny statek rytmiczny płas							
zatrudnia kru-pierów	atak z powietrza ostry górski zakręt	alkaloid w tojadzie				4			na plecach Świętego Mikołaja	tango Marka Grechuty			wiekowa kobieta	
				przy-prawa do galarety	imię gwiazdy z Holly-wood		wejście do finału							
oznaka smutku w pracy lub muzyce							dzie-więciu mūzy-ków					15		
mru-czący maluch			11			3		pudel lub ratler						
						Septymiusz ..., cesarz rzymski					8			
Claude, malarz			14					kar-ciany kolor						
grzyb jadalny, gatunek maślaka	król Puszczy Białowieskiej			delikat-ność, umiar	imię kalifów									
zboże chlebowe			6											
						12								
chwāt, zuch			13											
Miro-sław, polski aktor				powieść Heleny Mnisz-kówny		7								

Uśmiechnij się!

Dziewczyna po imprezie:
 – Budzę się rano cała w kwiatkach...
 – Och, jak romantycznie!
 – Otwieram szerzej oczy,
 ...

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Krzyżówka A-Ż

Każdy odpadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- A) komputer sprzed lat (5).
- B) żartobliwie o Litwinie (6).
- C) fartuch ochronny (6).
- D) najwyższy kapłan tybetański (9).
- E) kandydat na oficera (4).
- F) zagranie niezgodne z przepisami gry (4).
- G) „Gdzie jest ...”, polska komedia filmowa (7).
- H) postawa moralna i intelektualna podkreślająca wartość człowieka (8).
- I) myśl przewodnia przyświecająca działaniu (4).
- J) mały zbiornik wodny (8).
- K) szeszcian Rubika (6).
- L) plażowe krzesło (5).
- Ł) drzewo wierzby szarej (6).

- | | |
|--|--|
| M) polski taniec ludowy (5). | S) gigant na stoku (6). |
| N) struś z Ameryki Południowej (5). | T) kamień ozdobny (6). |
| O) film Federica Felliniego (5,1,3). | U) biedny człowiek (5). |
| P) pozioma deska do układania książek (5). | W) poetycki polot (4). |
| R) doskonały mówca (5). | Z) informacyjne przy drodze, szczególne w rysopisie (5). |
| | Ż) pieczone w miodzie – cymes dla smakosza (7). |

Krzyżówka z hasłem

	1		2		3		4		5		6		13		
7				8						21					
		7						8							
9				5			3								
								10	11			12			
12		10					11	13			4				20
						14							15		
16			17		18									16	
					19					6				17	
20						18						1			
								21							19
22		9				2								14	

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 21 utworzą rozwiązanie – przysłowie.

Poziomo:

- 3) mieszanina substancji,
- 7) mebel z szufladami,
- 8) ronienie łez,
- 9) niezbyt urodziwa,
- 10) płochy ssak leśny,
- 12) lalka dla dziewczynki,
- 14) brak sił i energii,
- 16) chroniony ptak leśny,
- 19) gaz do spawania,
- 20) wąż dusiciel,
- 21) twórca arcydzieł,
- 22) pojemniczek na lek.

Pionowo:

- 1) sufit, pułap,
- 2) niepełny dowód,
- 3) grządka ogrodowa,
- 4) żelazna rezerwa,
- 5) halny w Tatrach,
- 6) rozsądek w działaniu,
- 11) dawny pojazd konny,
- 12) np. talk,
- 13) unika życiowych uciech,
- 15) trujący gaz bojowy,
- 17) powieść z Kmicicem,
- 18) film Andrzeja Wajdy.

Diagram illustrating a path through a grid of text boxes. The central box is orange and contains the text "WIRÓWKA PANORAMICZNA". The path is indicated by arrows:

- Top row: imię Przybory, poety → czarna w Kosmosie → małpa z Borneo → uchwyt, rękojeść
- Middle row: sposób postępowania → **WIRÓWKA PANORAMICZNA** → niszczyciel
- Bottom row: misa gliniana → japońskie auto → bobkowy lub figowy → M-1 kanarka

Arrows indicate the sequence of the path: from "imię Przybory, poety" to "czarna w Kosmosie", then to "małpa z Borneo", then to "uchwyt, rękojeść", then to "niszczyciel", then to "WIRÓWKA PANORAMICZNA", then to "sposób postępowania", then to "misa gliniana", then to "japońskie auto", then to "bobkowy lub figowy", then to "M-1 kanarka", and finally to "niszczyciel".

Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – przysłowie afrykańskie.

Logogryf

1					
2					
3					
4					
5					

**Litery w polach z kropką
czytane rzędami utworzą
rozwiązanie.**

- 1) kuratela, piecza,
- 2) ... Dolna, stolica górali zagórzańskich,
- 3) niezwykle osiągnięcie, np. sportowe,
- 4) na dachu nowego domu,
- 5) zabiedzony koń.

Jolka

	M				
			M		
					
					
					
M			M		
					
					
					
					
					

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie. Ujawniono wszystkie litery „M”.

W przypadkowej kolejności:

- większy od gminy
- jeleń z Kanady
- finansista, bogacz
- czołowe lub szczękowe
- Halleya w kosmosie
- lubi pouczać innych
- wrażliwa roślina
- utwór Budki Suflera

Szyfr

	7			13
14	8	12	5	16
	6			1
	11			3
	15	4	10	9
	2			

Litery z pól od 1 do 16 utworzą rozwiązanie – imię i nazwisko aktorki.

Poziomo:

- 14) królewski strój,
15) kadź piwowska.

Pionowo:

- 7) ruchoma część wagi,
13) pani w miejskim samorządzie.

Szyfrogram

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: ... a ja leżę w kłombie; **witówka panoramiczna:** jedno drzewo nie las; **krzyżówka z hasłem:** Klamstwo ma krótkie nogi; **jolka:** kotlina; **szczyt:** Danuta Szaf-larska; **logogryf:** pieszcz wycieczka; **krzyżówka A-Z:** herbatka; **sztyfrogram:** Ciężliwość – najlepsze lekarstwo.

przyjaciółka
Gucia

recen-
zent

gazy
palny

malarski
statyw
lek na
kaszel

pies
z pol-
skiego
serialu

liczy
koń,
chabeta

góry
w Azji
typ
jachtu

mezczyzna
artyści
z paletami

Coen,
reżyser
z USA

poko-
chała
Filona

zapał,
unie-
sienie

popiera
władzę
ludu

miasto
nad
Białą
Elsterą
(Niemcy)

kończy
walkę
w ringu

alkohol
etylowy

kilimek
belka
na
maszcie

naczynie
na
kwestę

grecki
trunek

model
Kia
stojan

iglaste
lub
mie-
szane

imię
Nielsen,
aktorki

zbrocze
Gie-
wontu

pro-
dukt,
dzieło

metal ziem
rzadkich

wierzba
z
kolkami

świńska
trawa

śnieżny
pagórek

spód
garnka

umiar,
delikat-
ność

rodzaj
kurtki

car ski
dekret

u
psiego
ogona

założył
wawelski
gród

ordynus,
arogant

wał-
czek
w ze-
garku

kole-
żanka
Bołka
i Lolka

nie-
wielka
wyspa
na
rzece

zarto-
bliwe
o
lekarzu

Feliks,
trener
boksu

takt
w zach-
owaniu

kow-
bojska
pętla

imię
Arciuch,
aktorki

kłopot,
kram

odmiana
akor-
deonu

wyrusza
na
połów

duże
naczy-
nie

uko-
chana
Jano-
sika

rysę,
zadra-
panie

stary
lub
mal-
tański

zaliczka,
akonto

oficer
w wojsku
turem-
kim

odmiana
espe-
ranto

sar-
macki
gniew

napój
z zioł

listwa
z
żabkami

rzeczna
głębia

książę
z
Dubaju

boisko
dla lgi
Świątek

krzywo-
nosy
ptak

trudny
wybór

gruby
kij

krótka
moda

pchli
ze
staro-
ciami

obraz
o tema-
tyce
morskiej

czer-
wonak
wśród
ptaków

stolica
Peru

kres
maro-
tonu

lisia
kry-
jówka

egzamin
dojrza-
łości

choroba
oczu

model
Seata

zabawa
po
pachy

Paul,
pio-
senkarz

tlenowy
w
szpitalu

liczna
osada
wioś-
larska

przy-
prawa
ku-
chenna

zamiast
szelek

grecka
bogini
nie-
zgody

miasto
w Bawarii
(anagram:
Iran)

film
z Bogu-
sławem
Lindą

rzadkie
imię
kobiece

kar-
ciany
kolor

łączna
lub
mięś-
niowa

13

22

16

18

12

26

3

23

6

1

7

8

10

20

19

21

25

17

11

15

14

2

9

4

5

24

2

nowiny

nowiny 24.pl

w prenumeracie
z Tele Magazynem

17 777 01 39

TELEMAGAZYN

STULECIE
WIMOTYCH

PLUS
VOD

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą rozwiązanie – myśl Kazimierza Chyły.

ROZWIĄZANIE: NIE SIĘGAJMY NA OŚLEP DO SEZAMU.

eprasa.pl f820b5e625

Sparingowa
środa z testami
nowych
zawodników

TOR, TOP, MJ
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA. W mijającym tygodniu nowych zawodników testowały już wszystkie drużyny w trzeciej i czwartej lidze. Nowych graczy odkryły środowiska sparingi.

Sokół Sieniawa pewnie ograł JKS (3:0) i przy okazji sprawdzał 8 nowych zawodników. Ostatnio do 3-ligowca dołączył rosy obrońca Maksymilian Kielb z Korony II Kielce.

Karpaty Krosno pokonały 8:1 Lechię Sędziszów, a trener Dariusz Liana testował 6 nowych zawodników. 11 nowych zawodników sprawdzał trener KS-u Wiązownica - Waldemar Warchoł w wygranym 6:0 teście z Orłem Przeworsk. Drużynę z Przeworska wzmocnili: Michał Daniel ze Stali Łańcut i Rafał Surmiak z KS-u Wiązownica. W kręgu zainteresowań przeworskiego klubu pozostaje Jakub Drozd z JKS-u Jarosław. Wisłoka Dębica pokonała 8:1 rezerwy Resovii. Klub z Dębicy poinformował, że przygodę na Parkowej kończy Mateusz Surma, który występował w biało-zielonych barwach przez półtora sezonu.

W sparingu przeciwnik Ekobalowi Stal Sanok (2:2) w Sokole Kolbuszowa Dolna zagrał 21-letni obrońca Arkadiusz Baran (ostatnio KS Wiązownica). Do Kolbuszowej Dolnej wraca obrońca Krystian Bik (ostatnio Wisła Sandomierz). Po wypożyczeniu z Resovii w Sokole zabraknie Marcina Kumorka, którym interesują się Siarka Tarnobrzeg. Sanocką ekipę wzmocni pomocnik Jakub Kloc (ostatnio Karpaty Krosno) oraz bramkarz Dariusz Półkoszek (Ustrzyki Dolne). To raczej nie koniec transferowej ofensywy Stali. ©

Stal kontra Cracovia przy pełnych trybunach



Zespół PGE Stali Mielec w krótkiej przerwie między rozgrywkami znów został mocno przebudowany. Budujące jest to, że nie stracił zaufania podkarpackich kibiców

Marcin Jastrzębski
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | PKO EKSTRAKLASA. Komplet publiczności zasiadzie na trybunach podczas sobotniego meczu PGE Stali Mielec z Cracovią. Początek spotkania o 15.00.

Zespół z Małopolski prowadzi dobrze znany i ceniony na Podkarpaciu trening Jacek Zieliński. Szkoleniowiec z Tarnobrzega w 2010 roku sięgnął z Lechem Poznań po tytuł mistrza Polski. Zieliński pracuje w Cracovii od listopada 2021 roku. W letnim oknie transferowym krakowski zespół był bardzo powściągliwy i być może to będzie jego siłą, bo trenerom w polskich ligach często brakuje kadrowej stabilizacji.

Zapowiadając ten mecz nie da się nie wspomnieć rewolucji kadrowej, jaką przeszła mielecka Stal latem. - Mielec potrzebował wahadłowego mło-

dziejowca na prawą stronę i jestem. Myślę, że Stal to dla mnie dobra opcja. Opcja na rozwój - mówi 18-letni Łukasz Gerstenstein, który przyszedł do Stali ze Śląska Wrocław, który ma na koncie na razie jeden występ na najwyższym szczeblu rozgrywkowym. Nastolatek jest pozytywnie nastawiony. - Kadra jest ustalona, pozostaje nam się zgrać, myślę, że to szybko nastąpi, bo mamy dobrą ekipę. Ambicje mam wysokie, chce rozegrać jak najwięcej minut - zaznacza Gerstenstein. Od młodego zawodnika będzie można wymagać odpowiedzialnej gry. - Mogę też asystować przy golach kolegów - tłumaczy były zawodnik Chojnika Jelenia Góra.

Doświadczeni zawodnicy Stali też są optymistycznie nastawieni. - Dobrze przepracowaliśmy okres przygotowawczy i walczyliśmy o trzy punkty - zapowiada w rozmowie z klubowymi mediami Maciej Do-

mański, pomocnik Stali. Wielu zastanawia się jak będzie wyglądać gra mieleckiej ekipie m.in. w defensywie, bo z grona obrońców z poprzedniego sezonu pozostali jedynie Mateusz Matras, Krystian Getinger i Leandro. Jednym z nowych w tej formacji będzie mający podwójne obywatelstwo (rumuńskie i niemieckie) Marco Ehmann. - Jestem podekscytowany. Jesteśmy mocni, mamy dobry zespół, dobrze czujemy się razem i myślę, że jesteśmy dobrze przygotowani by walczyć o punkty. To jest dla nas najważniejsze. Cieszę się, że wkrótce rozegram pierwszy mecz w Stali i wierzę, że nam dobrze pójdzie - zaznacza Ehmann. Tryduny stadionu przy ul. Solskiego będą pełne. - Zróbcie dobrą atmosferę, bądźcie blisko nas, wspierajcie nas i potem będziemy się dobrze bawić - apeluje do kibiców Ehmann. Transmisja spotkania w Canale+Sport. ©

Jaką Resovię zobaczymy na inaugurację? Czy beniaminek będzie groźny?

Michał Czajka
Twitter: @mczajka999

PIŁKA NOŻNA | FORTUNA 1 LIGA. W niedzielę sezon zaczyna Resovia. Forma rzeszowskiej drużyny jest spórą niewiadomą, a na początek ich formę sprawdzi beniaminek Znicz Pruszków.

W kadrze Resovii sporo się działo latem, ale największym problemem może być fakt, iż podopieczni trenera Mirosława Hajdy nie są jeszcze drużyną zgraną, a raczej zgrywaną, bo ciągle pojawiają się nowi zawodnicy. Tego faktu nie ukrywa sam trener.

Ponadto w Pruszkowie między słupkami w rzeszowskim zespole zabraknie Branislava Pindrocha, który doznał kontuzji. To mocno skomplikowało sytuację w klubie z Wyspiańskiego, bo latem zdecydowano się pożegnać Pawła Łakotę, który w minionym sezonie dobrze zastąpił Słowaka, gdy ten również był kontuzjowany. Teraz w rzeszowskim zespole zostało już tylko dwóch golkipierów, którym jednak z pewnością brakuje doświadczenia - Nikodem Sujecki i Tadeusz Grabowski. Być może jednak przed niedzielnym meczem rzeszowianie zakontraktują jeszcze jakiegoś bramkarza. Nieoficjalnie mówi się, że Resovia sprawdzała Dorianą Frątczaka (ostatnio zawodnika Wisły Kraków).

Nie do końca również wiadomo, czego spodziewać się po zespole z Pruszkowa, który latem stracił m. in. Macieja Firleja (króla strzelców 2 ligi z minionego sezonu), ale na pewno nie można go lekceważyć.

Jeszcze w piątek Resovia oficjalnie potwierdziła pozy-

skanie obrońcy - został nim Volodymyr Zastavnyi. W poprzednim sezonie był ważnym ogniwem Cosmosu Nowotaniec, z którym wywalczył awans do 3 ligi. Ponadto 32-letni obrońca grał w lidze moldawskiej i ukraińskiej. Z Resovią podpisał kontrakt do czerwca 2024 roku z opcją przedłużenia o kolejne 12 miesięcy.

Kibice rzeszowskiego zespołu na pewno mocno liczą na dobry występ Adriana Łyszczarza, który po stracie Marka Mroza może stać się nowym liderem Resovii.

W ostatnim sparingu przed ligą rzeszowianie wprawdzie wygrali 5:4 ze Stalą Stalowa Wola, ale w tamtym spotkaniu większość drużyny stanowili zawodnicy testowani. Okres przygotowawczy nie był więc zbyt optymistyczny dla Resovii, ale kibicom pozostaje nadzieja, że w trudnych warunkach powstanie drużyna, która w lidze będzie spisywała się dobrze.

Początek niedzielnej meczu o godzinie 15. Transmisja w Polsat Box Go. ©



Czy Rafał Mikulec znów będzie jednym z liderów?

Drugoligowy powrót Stali Stalowa Wola. Pierwszy z serii wyjazdów

Kamil Górniak
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | 2 LIGA. Stal Stalowa Wola po trzech latach przerwy wraca na drugoligowy front. Pierwszym przeciwnikiem zielono-czarnych w wyjazdowym pojedynku będzie GKS Jastrzębie.

Na sobotni mecz kibice w hutniczym mieście czekali od trzech lat. Tyle czasu trwała bowiem walka klubu z Podkarpacem w 3 lidze, aby wywalczyć ponowny awans na trzeci po-

ziom rozgrywkowy w Polsce. W poprzednim sezonie nikt nie stawiał na Stalówkę, bowiem za przeciwnika drużyna ze Stalowej Woli miała naszpikowaną gwiazdami Wieczystą Kraków. Los okazał się jednak łaskawszy dla Stali i to ona mogła cieszyć się z awansu.

Nowa, wyższa liga to zupełnie inny poziom. W Stali doskonale to widzą i w krótkiej przerwie między rozgrywkami dokonano sporej ilości roszad w zespole. Beniaminka 2 ligi opuścili Sławomir Duda, Bartłomiej Olszewski, Arkadiusz Fi-

lipczuk, Michał Furman, Łukasz Konefał, Szymon Grabarz, Mateusz Hudzik, Paweł Kucharczyk, Jakub Lebiada, Wiktor Stępniewski oraz Filip Szyfer. Zdecydowana większość z graczy, która opuściła zielono-czarne szeregi grała niewiele. W ich miejsce trener Ireneusz Pietrzykowski ściągnął Dominika Kościelniaka, Dominika Malugę, Michała Mydlarza, Bartosza Wiktoruka, Łukasza Furtaka, Łukasza Seweryna, Kacpra Chełmeckiego, Oliviera Sukienickiego, Adama Przybka i Tomasza Zielińskiego.

Nowi zawodnicy mają wzmocnić przede wszystkim rywalizację, bowiem jak podkreśla szkoleniowiec Stalówki w rozmowie z klubowymi mediami brakowało mu w rundzie wiosennej przede wszystkim więcej jakości w formacji ofensywnej, stąd też i transfery głównie do środka boiska. Dodatkowo szeregi Stali wzmocnili gracze nie tylko mocni trzecioliigowcy, ale i piłkarze mający w swoim dorobku grę w wyższych klasach rozgrywkowych. Sobotni bój w Jastrzębiu za pewno nie będzie łatwy, ale w poprzednich sezonach Stal również wcale nie miało łatwo, mimo iż mierzyła się z zdecydowanie słabszymi rywalami. Tam jednak gracze przeciwnej drużyny braki techniczne nadrabiali zaangażowaniem i wolą walki.

W Stalowej Woli ze spokojem podchodzi do ligi. Nie ma określonego celu, zespół ma po prostu w każdym meczu walczyć o pełną pulę. GKS Jastrzębie w poprzednim sezonie uplasował się na dziesiątej lokacie w drugiej lidze. W prze-

rwie letniej doszło w klubie do zmiany szkoleniowca. Nowym opiekunem ekipy został Piotr Dziewicki. W zespole dokonano właściwie delikatnych korekt, ale większość składu się nie zmieniła. Pierwsze spotkanie w lidze dla Stali będzie to o tyle istotne, że to będzie dla niej taki sprawdzian, co ewentualnie trzeba będzie poprawić przed kolejnymi potyczkami. Zielono-czarnych czekają bowiem aż cztery pierwsze mecze na wyjeździe i dopiero za miesiąc wrócą na swój stadion. ©

ROZMOWA W SIERPNIU ODBĘDĄ SIĘ MŚ W BUDAPESZCIE

Natalia Kaczmarek: Będę walczyć o medale

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

Natalia Kaczmarek zapowiada walkę o medale podczas MŚ w Budapeszcie. O jej planach na najbliższe tygodnie rozmawia Zbigniew Czyż.

Podczas minionego weekendu zadziwiła pani nie tylko polskich kibiców. Dystans 400 metrów pokonała w czasie 49.48 sekund, bijąc jednocześnie własny rekord życiowy i ustanawiając drugi na tym dystansie najlepszy wynik w historii Polski. Szybkiej pobięła tylko Irena Szewińska, która w 1976 roku w Montrealu ułaskala czas 49.28 s. Ten wynik dał pani także kwalifikację na przyszłoroczne igrzyska olimpijskie w Paryżu. Rozpiera panią duma i wielka satysfakcja?

Wiedziałam, że pobicie rekordu Polski nie będzie łatwe. Już wynik z ubiegłego roku był na bardzo dobrym poziomie, a w Chorzowie pobie-

głam jeszcze szybciej o ponad 0,3 sekundy. Fajnie, że się udało.

Mistrzostwa świata odbędą się w dniach od 19 do 27 sierpnia. Jak będzie wyglądał ostatni miesiąc pani przygotowań do najważniejszej w tym roku lekkoatletycznej imprezy?

W piątek wezmę udział w Damentowej Lidze w Monako, potem wystąpię jeszcze w mistrzostwach Polski w Gorzowie (27-29 lipca - przyp. red.). Po tych zawodach nie planuję już żadnych startów, do mistrzostw świata będę się przygotowywała w Karpaczu.

Polscy kibice liczą na medal w stolicy Węgier, a jakie pani stawia sobie cele?

Najpierw chcę awansować do finału, wiem, że stać mnie na to. Praktycznie w każdym starcie udowadniam, że znajduję się w światowej czołówce. W finale wszystko będzie możliwe, czekają mnie trzy bardzo trudne biegi.

W Budapeszcie będzie pani także liderką polskiej sztafety 4 x 400 metrów. „Aniolki Matusińskiego” powalczą na tych zawodach o medal?

Niestety, w tym roku nie startowałam jeszcze razem, ale taka sytuacja zdarzała się już nieraz, dlatego nie stanowi to jakiegoś większego problemu. Nie będzie z nami Justyny Święty-Ersetic i Małgorzaty Hołub-Kowalik, są jednak inne dziewczyny: Ania Kiełbasińska, Iga Baumgart-Witan, Kinga Gacka. Mam nadzieję, że przygotują wysoką formę na mistrzostwa świata i będziemy w stanie walczyć o wysokie miejsce.

Czy jest szansa, że zobaczymy panią w składzie sztafety mieszanej?

Nie widzę takiej opcji. Sztafeta mieszana koliduje ze startem indywidualnym i trzeba będzie skupić się na jednym. Plan minutowy tych biegów powoduje, że nie będzie się ich dało połączyć.

PARTNEREM CYKLU JEST ORLEN

Bartosz Zmarzlik nadal liderem cyklu Speedway Grand Prix

Brytyjczyk Daniel Bewley wygrał żużlowe Grand Prix Szwecji na torze w Malilli, ale Bartosz Zmarzlik umocnił się na prowadzeniu w klasyfikacji Indywidualnych Mistrzostw Świata.

Podczas szóstej rundy tegorocznej rywalizacji o tytuł Indywidualnego Mistrza Świata od początku nie brakowało emocji. Już w swoim pierwszym starcie Bartosz Zmarzlik stoczył zacięty pojedynek z Australijczykiem Jackiem Holderem. Polak próbował wyprzedzić rywala przy bandzie, ale Holder nie zostawił mu tam miejsca i Zmarzlik upadł, uderzając w bandę. Na szczęście trzykrotnemu mistrzowi świata nic się nie stało, ale sędzia zawodów wykluczył go z powtórki trzeciego biegu.

W 5. biegu Zmarzlik nieco został na starcie, ale jeszcze przed końcem pierwszego okrążenia po zewnętrznej toru wyprzedził wszystkich rywali i bez problemów minął metę jako pierwszy. Kolejny, 11. bieg Polak ukończył na drugim miejscu, ustępując jedynie Fredrikowi Lind-



grenowi, ale zdobył 2 cenne punkty. Podczas 16. wyścigu Zmarzlik rozgrzał publiczność w Malilli niezwykle zaciętym, ale wygranym pojedynkiem z Robertem Lambertem. W ostatnim swoim biegu rundy zasadniczej (18), Polak bez problemów odniósł zwycięstwo, pokonując Martina Vaculika, Patryka Dudka i Jacoba Thorsella, co dało mu awans do półfinału. Warto dodać, że dla zawodnika ORLEN Team był to już 42. z rzędu awans do czołowej ósemki zawodników w turnieju Speedway Grand Prix.

Pierwszy półfinał wygrał Fredrik Lindgren przed Danielem Bewleyem, a z dalszej rywalizacji odpadli Max Fricke i Jack

Holder. W drugim startowali dwaj Polacy: Bartosz Zmarzlik i Patryk Dudek oraz Robert Lambert i Martin Vaculik. Walka o awans do finału była bardzo zacięta i wyrównana. Ostatecznie linię mety jako pierwszy minął Dudek, wyprzedzając Vaculika, Zmarzlika i Lamberta. Tym samym seria ośmiu finałów z rzędu, w których wystąpił Bartosz Zmarzlik została zakończona, ale obrońca tytułu pozostał liderem klasyfikacji generalnej mistrzostw świata. Ostatni, finałowy bieg wygrał Bewley przed Vaculikiem i Dudkiem, natomiast Lindgren został wykluczony za spowodowanie kraksy, przez którą trzeba było powtórzyć wyścig.

„Stefan” znalazł swoje szczęście w Rzepinie

Robert Gorbat
rgorbat@gazetalubuska.pl

PIŁKARSKIE ORŁY. Mateusz Stefanowicz miał okazję zagrać nawet przeciwko Timo Wernerowi i Naby Keicie z RB Lipsk. Sportowo czuje się jednak szczęśliwy w IV-ligowej Ilance Rzepin.

„Stefan”, jak mówią na niego od dzieciństwa, pochodzi z Gądkowa Wielkiego w powiecie sułecińskim. Ma 27 lat. W 2006 roku zaczął przygodę z futbolem z Juwenii Boczków. Potem były na zmianę Polonia Słubice i Ilanka Rzepin, także niemiecki, oberligowy FC Frankfurt nad Odrą. W barwach tej ostatniej drużyny rozegrał sparing z wielkim RB Lipsk. - Przy pełnym stadionie przegraliśmy 0:10 - wspomina. - Grałem przeciwko Timo Wernerowi i Naby Keicie. To było zderzenie z wielkim futbolem.

Nie dali nawet porządnie piłki przyjąć.

Od dwóch lat Mateusz Stefanowicz ponownie występuje w IV-ligowej Ilance Rzepin. Z klubem jest związany tak blisko, że z żoną Paulą oraz córeczkami Nelą i Leą zajmuje... służbowe mieszkanie na stadionie przy ul. Poznańskiej. - Żyje się tu dobrze, ale myślimy o zmianie lokalu. Tu ciągle jest tylko piłka i piłka. Czasem chciałoby się od tego odpocząć - wyznaje.

„Stefan” od zawsze miał smykałkę do strzelania goli. Gdy Ilanka grała jeszcze w III lidze, zdobył dla niej 8 bramek. Od 2021 roku kolejne dwa sezony kończył z dorobkiem 18 trafień. A w rozgrywkach 2022/2023 pokonał bramkarzy rywali aż 34 razy! Kapitalnie udało mu się zwyciężyć, który zakończył z 12 bramkami i tytułem laureata Piłkarskich Orłów nie tylko w Lubuskiem, ale też w całej Polsce.

- Które gole pamiętam najlepiej? Chyba ten na 3:2 z Promieniem Żary w końcówce meczu i dwa trafienia z rzutów wolnych w wyjazdowym spotkaniu z Lubuszaninem Drezdenko - wspomina. - Najlepiej poszło mi w pojedynkach z Budowlanymi Lubsko i Piastem Iłowa. W pierwszym zdobyłem 6, a w drugim 5 bramek.

Mateusz nie jest olbrzymem. Mierzy tylko 174 cm, waży 70 kg. Jego największym piłkarskim atutem jest świetna lewa noga. Prawą zdobył w minionym sezonie tylko 5 goli, a głową 2.

- Moim piłkarskim wzorem jest starszy o 3 lata brat Maciej. Kiedyś grał w pomocy w II-ligowym GKS Katowice. Zawsze go podglądałem. Uczył mnie, jak szybko zagrywać piłkę, dryblować i strzelać bramki - wyznaje „Stefan”. - A w Ilance najlepiej rozumiem się w tej chwili z moim szwagrem Andrzejem



Mateusz Stefanowicz z córeczkami: 3-letnią Nelą i 6-miesięczną Leą. Mieszkają w Rzepinie i są tutaj szczęśliwi

Pawłowskim. On gra na „dziesiątkę” i doskonale wie, jakie piłki mi dogrywać - dodaje.

Mateusz nie ma już wielkich ambicji piłkarskich. Po ostatnim sezonie zgłosiła się po niego Polonia Słubice, lecz do transferu nie doszło.

- Zostaję w Ilance - twierdzi z przekonaniem. - Drużyna jest coraz lepsza, zaczynamy po cichu mówić o awansie do III ligi. Jeśli nadal będzie nam tak dobrze szło, jak w wiosennej rundzie, a ja będę zdrowy, to może w następnym sezonie strzelę 40 goli? To byłoby coś!

„Stefan” przez cztery dni w tygodniu pracuje w sklepie internetowym we Frankfurcie nad Odrą. Z językiem nie ma problemów, bo zatrudnia się u zachodnich sąsiadów już siódmy rok. - Wielka kariera już raczej nie dla mnie. Najlepsze lata minęły. Teraz stawiam na rodzinę - podsumowuje. ©



Ranking



Patronat Honorowy



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

Partner Strategiczny



Partner Merytoryczny



Patronat Medialny

TVP SPORT

TVP INFO

SPORT

www.sportowy24.pl

Żuźlowcy Texom Stali jadą do Daugavpils po wygraną. Zrobią to pierwszy raz?

Marek Bluj
m.bluj@nowiny24

ŻUŻEL | 2 LIGA. Żuźlowcy Stali Rzeszów jeszcze nigdy do tej pory nie wygrali na Łotwie z Lokomotivem. Teraz jednak jadą do Daugavpils z mocnym postanowieniem przełamania tej złej passy.

Choć do zakończenia rundy zasadniczej jeszcze dosyć daleko, to rywalizacja w drugiej lidze nabiera coraz większych rumieńców. W czołowej czwórce, która wystąpi w play-off mogą jeszcze nastąpić zmiany. Wciąż otwarte jest pytanie, który zespół - z Daugavpils, Tarnowa, a może z Piły - jako czwarty wystąpi w play-off? Rzeszów, Opole, Gniezno to pewniacy.

Texom Stal zajmuje drugie miejsce w tabel. Żurawie mają punkt mniej od prowadzącego Kolejarza Opole i jeden mecz od opolan rozegrany mniej. Po tej kolejce mają ogromne szanse wskoczyć na pierwszą pozycję i nie oddać jej już do końca sezonu zasadniczego.

Stalowcy są faworytem niedzielnego spotkania. W pierwszym meczu rzeszowianie rozbili Łotyszy 62:27. - Wiemy z kim tak wysoko przegraliśmy. Postaramy się mocnemu Rzeszowowi przeciwstawić się u siebie... - powiedział wówczas trener Nikola Kokin, od lat związany z Lokomotivem. Nie może on w starciu ze Stalą skorzystać z zawieszono na 30

dni przez Speedway Control Bureau Nicka Morrisa, który odmówił poddaniu się badaniu antydopingowemu i został wykluczony z zawodów na Wyspach. Wobec tego liderem „Lokomotywy” będzie Steven Worrall wspierany przez Kevin Juhla Pedersena oraz rodzimych żuźlowców.

Żurawie mają świadomość, że czeka ich w niedzielę trudna przeprawa, ale są przygotowani na twardą walkę o dwa duże punkty meczowe oraz bonusu.

Nie tylko w awizowanym składzie ekipy gospodarzy nastąpiły zmiany w porównaniu do pierwszego meczu. Także goście dokonali kilku roszad. Pojadą Krystian Pieszczyk i Anże Grmek. Na pozycjach 7. i 8. znajdują się zapewne Mateusz Majcher i Bartosz Curzytek.

Będzie to przedostatnie spotkanie wyjazdowe Texom Stali w rundzie zasadniczej. Początek o 15 polskiego czasu.

OPTIBET LOKOMOTIV DAUGAVPILS - TEXOM STAL RZESZÓW

Lokomotiv: 9. Steven Worrall; 10.7; 11. Kostas Puodžius; 12. Kevin J. Pedersen; 13. Jewgienij Kostygow; 14.7; 15. Ernest Matiuszonok; 16. Darni Kolodinski. Trener Nikola Kokin.

Texom Stal: 1. Marcin Nowak; 2. Peter Kildemand; 3. Krystian Pieszczyk; 4. Rafał Karczmarsz; 5. Jacob Thorsell; 6. Anże Grmek; 7.7; 8.7. Menedżer Paweł Piskorz.

Daugavpils - niedziela, godz. 15. **Sędziuje:** Paweł Palka. **W pierwszym meczu:** 62:27.

Pozostałe mecze 11. rundy: Metalika Recyling Kolejarz Rawicz - OK Bedmet Kolejarz (s. 14); Opole; Enea Polonia Piła - Grupa Azoty Unia Tarnów (n. 16.30). ©



Texom Stal Rzeszów rozjechała w pierwszym meczu Lokomotiv Daugavpils 62:27, a Jacob Thorsell ustanowił nowy rekord toru, który wynosi 54,64 sek.

PIĘKA RĘCZNA | LIGA CENTRALNA

Handball Stal Mielec z dwójką nowych zawodników

Handball Stal Mielec ogłosiła nazwiska dwóch nowych zawodników. Pierwszy z nich to Jakub Kowalik (na zdjęciu), który jest wychowankiem klubu MKS Pałac Młodzieży Tarnów, a w kolejnych wielu latach był zawodnikiem SPR-u Tarnów. Drugim transferem do klubu jest 24-letni bramkarz — Oleksii Novikov, wychowanek ZTR-u Zaporozże. Na Ukrainie grał również w zespole ZTR Burevisnik.



FOT. HANDBALL STAL MIELEC

PIĘKA NOŻNA | 3 LIGA

Nowy w KS-ie Wiązownica

Nowym bramkarzem zespołu z Wiązownicy został Mateusz Zając, który ostatnio grał w Unii Tarnów. Dla 27-latkę to kolejny klub na Podkarpaciu, wcześniej grał w Sieniewie i w Jarosławiu.

KRÓTKO

**PIĘKA NOŻNA | 1 LIGA****Piknik i prezentacja zespołu Stali Rzeszów**

Stal Rzeszów zaprasza w piątkowe popołudnie na Stadion Miejski. Na obiekcie przy ul. Hetmańskiej odbędzie się Piknik rodzinny połączony z prezentacją pierwszoligowej drużyny, która w poniedziałek inauguruje sezon 2023/2024. Na miejscu czekać będzie m.in. stadionowy catering, strefa zabaw FlyPark Rzeszów, konkursy z nagrodami, spotkanie z piłkarzami na trybunie. Będzie także okazja zakupu w kasach biletowych kartonów i biletów na mecze Stali oraz gadżetów w Sklepie Kibica.

Program imprezy (godziny orientacyjne): 17:00 - otwarcie bram (możliwość skorzystania z cateringu i strefy rodzinnej); 18:00 - oficjalny początek pikniku (m.in. konkursy z nagrodami!); 18:30 - prezentacja drużyny; 19:00 - spotkanie z piłkarzami; 20:00 - zakończenie imprezy.

SPORTOWY ROZKŁAD JAZDY BIEG:

W USTRZYKACH DOLNYCH: V Międzynarodowe Mistrzostwa Bieszczad Nordic Walking 2023 i Bieg Górski (s. 11).

W MUNINIE: IV Bieg Czterolistnej Koniczynki (s. 18).

PIĘKA NOŻNA

PKO Ekstraklasa: PGE Stal Mielec - Cracovia (s. 15)

Fortuna 1 liga: Znicz Pruszków - Resovia (n. 15); Stal Rzeszów - Odra Opole (pon. 18)

2. liga: GKS Jastrzębie - Stal Stalowa Wola (s. 18)

Imprezy rekreacyjno-sportowe

Piknik rodzinny w Rzeszowie (Stadion Miejski „Stal”, pt. 18)

Puchar Wójta Gminy Świlcza (Stadion LKS Mrowlanki Mrowla (s. od. 12; mecz finałowy 17)

Finały turnieju piłkarskiego o Puchar Burmistrza Boguchwały (Stadion Gromu Mogielnica, n. od 14.30; finał 18)

Piknik sportowo-rekreacyjny w Przeworsku (Stadion Miejski s.: 15: mecze dzieci; 16 i 18: mecze o Puchar Burmistrza Przeworska)

75 lat LKS Brzeźnica (Stadion LKS Brzeźnica, mecz piłki nożnej, s. 15)

Oficjalne otwarcie skateparku w Jedliczu (s. 13)

ŻUŻEL

PGE Ekstraliga: For Nature Solutions KS Apator Toruń (pt. 18)

2 Liga: Optibet Lokomotiv Daugavpils - Texom Stal Rzeszów (n. 15)

©

Miecz „Aniołów” wisi nad Cellfast Wilkami

Marek Bluj

m.bluj@nowiny24.pl

ŻUŻEL | PGE EKSTRA LIGA. Dziś Cellfast Wilki Krosno zmierzą się w Toruniu z Apatorem. Jeżeli przegrają, a nikt nie daje im szans na korzystny wynik, ich degradacja będzie już przesądzona.

To mecz 13. kolejki PGE Ekstraligi. Sądny piątek dla beniaminka „Anioły” wystąpią w pełnym składzie, ze świetnie dysponowanym Patrykiem Dudkiem i wracającym po kontuzji Wiktoorem Lampartem. Są zdecydowanym faworytem. Pojadą, aby przypieczętować sobie miejsce w play - off. Wszystko, własny tor, dobra forma, mocny skład i możliwość definitywnego zapewnienia sobie udziału w fazie play-off, przemawia za gospodarzami.

Ekipa z Krosna wystąpi bez Krzysztofa Kasprzaka, który przechodzi rehabilitację po zerwaniu więzadeł w kolanie. Nie ma go kto zastąpić. Wilki, aby podtrzymać matematyczne szanse na zachowanie miejsca w elicie muszą w Toruniu, co najmniej zremisować, aby zgnać dwa punkty - za remis i bonusu, bo w pierwszym spotkaniu u siebie pokonały toruński zespół 50:40. To nie wszystko, dwie i pół godziny później Unia Leszno musiałaby przegrać na swoim torze z niepokonaną, ale osłabioną brakiem Pawlickiego



FOT. CELLFAST WILKI KROSNO

Dziś w Toruniu Cellfast Wilki Krosno rozegrają ostatni już mecz wyjazdowy w historycznym dla nich sezonie 2023

Spartą Wrocław. Za dużo tych terminantów, ale walczyć trzeba, choć wiary pewnie może już brakować. W dodatku wataha słabo spisuje się na obcych torach. Na wyjeździe tylko raz przekroczyła barierę 40 punktów. Nawet w tej sytuacji trudno wierzyć w cuda. Znosi się na jednostronny pojedynek.

Jedziemy na - w tym momencie - stosunkowo trudny teren. Widoczne jest odrodzenie Patryka Dudka, w ogóle oblicze toruńskiej drużyny jest zupełnie inne niż w poprzedniej fazie sezonu. Podejmujemy rękawicę, walczymy mimo osłabienia, ale część drużyn w trakcie sezonu też była osłabiona. Teraz nas spotkał pech. Musimy sobie z tym ja-

koś poradzić. Zauważalny jest wzrost formy naszych juniorów. To cieszy, może w tym aspekcie zbudujemy sobie jakąś przewagę, która może być istotna dla ostatecznego wyniku. Nie tracimy wiary - powiedział Michał Fina, menedżer Wilków.

APATOR TORUŃ - CELLFAST WILKI KROSNO
Apator: 9. Robert Lambert; 10. Paweł Przedpełski; 11. Patryk Dudek; 12. Wiktor Lampart; 13. Emil Sajfutdinow; 14. Mateusz Affelt; 15. Krzysztof Lewandowski. Trener Robert Sawina.

Wilki: 1. Jason Doyle; 2. Mateusz Świdnicki; 3. Lars Skupień; 4. Vaclav Milik; 5. Andrzej Lebediew; 6. Krzysztof Sadurski; 7. Miłosz Duda. Menedżer Michał Fina.

Toruń - dziś, g. 18. **Sędzia:** Paweł Słupski.

W pierwszym meczu 50:40 dla Wilków.

Na żywo: Eleven, C+online; Unia Leszno - Sparta Wrocław (dziś, 20.30, Eleven, C+online). ©

Najszybciej rozpoczną mielczanki

Marek Bluj

m.bluj@nowiny24.pl

SIATKÓWKA. Asseco Resovia, Developres Bella Dolina, i Ita Tools Stal Mielec nie ogłosiły jeszcze pełnych składów swoich kadr na sezon 2023/24, ale plany przygotowań mają już gotowe.

Dziś kolejną nową zagraniczną gwiazdę ma oficjalnie ogłosić Asseco Resovia. Jej nazwisko może być dla wielu kibiców zaskoczeniem, ale poczekajmy na komunikat klubu. Wiadomo,

że resoviacy przygotowania do sezonu ligowego i w Lidze Mistrzów rozpoczną 24 sierpnia. Dzień wcześniej mają zaplanowane pierwsze po wakacjach spotkanie w klubie. W programie ładowania akumulatorów m.in. udział w bardzo mocno obsadzonym turnieju w Lublinie, ale nie tylko.

Developres Bella Dolina zaprosił zawodniczki na pierwsze spotkanie i pierwszy trening 7 sierpnia. - Mamy już wszystko ustalone. Przywitamy teraz nowe zawodniczki, które przyjadą do klubu, a po-

tem ogłosimy plan przygotowań, który jest już dopięty na ostatni guzik - powiedział Nowinom Marek Pieniążek, wiceprezes Zarządu, dyrektor zarządzający KS Developres.

Z pewnością w weekend poznamy nazwisko kolejnej zawodniczki, która podpisała kontrakt na występy w barwach „Rysic”.

Także Ita Tools Stal Mielec jeszcze skrywa nazwisko zagranicznej przyjmującej. Mielczanki przygotowania do sezonu rozpoczną już 31 lipca w Mielcu. ©