

Już dziś specjalny dodatek **PUPIL ROKU**

● A w nim prezentujemy zwycięzców we wszystkich kategoriach

GAZETA LUBUSKA

Środa,
22.10.2025

www.gazetalubuska.pl

Nr 246 (22.546)
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Po poprzednich pogryzieniach psy z Raculi wracały do domu str. 3



**ВІЙНА В УКРАЇНІ
ВТРАТИ ОКУПАНТІВ**

танків	11278	гелікоптерів	346
літаків	428	БТРів	23436

Kolejna porodówka zniknie z mapy Lubuskiego. Oddziały w Drezdenku zostaną zawieszone str. 6



DREZDENKO

Atak z nożem na policjantów, broń i narkotyki w domu

Dwóch mężczyzn (53- i 36-latek), w których mieszkaniu interweniowali policjanci z Drezdenka, usłyszało w sumie dziewięć zarzutów. Do zdarzenia doszło we wtorek (14.10), ale policja poinformowała o nim dopiero wczoraj.

- Kiedy policjanci przyjechali na miejsce, mężczyźni byli agresywni. 36-latek ruszył na mundurowych, dopuszczając się czynnej napaści. Używając noża, zmuszał funkcjonariuszy do odstąpienia od czynności służbowych oraz naruszył ich nietykalność cielesną. Jak się okazało, chwilę wcześniej 36-latek miał uszkodzić jednemu z mieszkańców samochód oraz strzelać w jego kierunku z broni, która przypominała broń palną - relacjonuje starszy aspirant Tomasz Bartos, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Strzelcach Krajeńskich.

Ostatecznie obaj mężczyźni zostali zatrzymani i przewiezieni do strzeleckiej komendy, gdzie trafili do policyjnego aresztu.

W trakcie przeszukania policjanci zabezpieczyli narkotyki i prawdziwy arsenał. Mowa o kilku jednostkach broni pneumatycznej i czarnoprochowej oraz amunicji, a także łuku bloczkowego i strzałach. 36-latek odpowie za czynną napad na policjantów, posiadanie narkotyków, groźby karalne, uszkodzenie samochodu, oraz narażenie jednego z mieszkańców na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia poprzez oddanie strzałów z niezidentyfikowanej broni. Grozi mu do 10 lat pozbawienia wolności. 53-latek odpowie za wywieranie wpływu na interweniujących policjantów, uprawę narkotyków, groźby karalne, posiadanie amunicji i łuku bloczkowego. Grozi mu 8-letnia odsiadka. **JP**

GORZÓW MIASTO PORĘCZY KREDYT DLA KLUBU

Stal Gorzów uratowana (znów) przed upadkiem

Jarosław Miłkowski
jmiłkowski@gazetalubuska.pl

Kibice żużlowej Stali mogą odechnąć. Radni wczoraj zgodzili się, by prezydent miasta mógł poręczać kredyty do wysokości 4 mln zł. Klub na wzięcie kredytu i spłatę zobowiązań ma jeszcze dziesięć dni.

Jedenaście głosów za, cztery przeciw i trzy wstrzymujące się. Takim wynikiem zakończyło się jedno z bardziej wyczekiwanych w tym roku przez gorzowian głosowań rady miasta. Podczas wczorajszej sesji radni zajmowali się bowiem uchwałą zwiększającą prezydentowi miasta limit poręczeń kredytowych. Dotychczas wynosił on 2 mln zł - od wczoraj jest to 4 mln zł. Właśnie taką kwotę będzie mógł poręczyć Jacek Wójcicki w przypadku kredytu żużlowej Stali Gorzów.

Klub chce wziąć 9 mln zł kredytu. Ponad połowę mają poręczyć prywatni współwłaściciele Stali, natomiast 4 mln zł miasto, które od prawie roku też jest jej akcjonariuszem.

Kredyt jest potrzebny, by klub mógł wyjść na prostą. Jesienią zeszłego roku miał 16,815 mln zł zobowiązań, ale by zasypać dziurę w budżecie, świadomie musiał „przejeść” pieniądze na ten rok. Na koniec sezonu w budżecie zabrakło więc 5,9 mln zł, a do tego klub ma jeszcze około 3 mln zł kredytów wymagalnych w przyszłym roku.

- Czy będzie solidarność poręczycieli, jeśli klub nie spłaci kredytu? - pytał radny Jakub Derech-Krzycki z PO.

- To jest odpowiedzialność solidarna. Każdy poręczyciel odpowiada w granicach swojego poręczenia - odpowiadała skarbnik miasta Agnieszka Kaczmarek.



- W poniedziałek złożymy wniosek, że mamy zamiar jechać w PGE Ekstralidze i wnioskować o licencję na przyszły sezon - mówił wczoraj wiceprezes Stali Patryk Broszko

- Co było powodem problemów finansowych? - pytała z kolei Anna Kozak (PO).

- Taka informacja zostanie przedstawiona w listopadzie - odpowiedział na to prezydent Jacek Wójcicki.

Głos zabrał też Patryk Broszko, wiceprezes klubu. Przyznawał, że brak spłaty zobowiązań klubu oznacza automatyczne wygaśnięcie licencji nadzorowanej na starty w PGE Ekstralidze.

- Musielibyśmy zaczynać od zera, czyli od najniższej ligi. Musielibyśmy również poważnie rozważyć możliwość tego, aby złożyć wniosek o upadłość spółki - mówił Patryk Broszko. Po pozytywnym dla Stali Gorzów głosowaniu na twarzy wiceprezesa Stali widać było ulgę, ale nie euforię.

- To dopiero pierwszy etap starania się o licencję. Przed nami jeszcze kolejne wyzwania, by sprostać procedurze uzyskania kredytu zostały już podjęte. Wszczęliśmy już procedurę, umawiając się, że dookreślimy poręczycieli - mówił w rozmowie z GL wiceprezes Broszko.

- Mam świadomość terminów, że klub musi do końca października wy-

wiązać się z zobowiązaniami wobec ekstraklasy - mówił nam z kolei prezydent Wójcicki. - Na bieżąco będziemy procedować tę sprawę. W pierwszych dniach przyszłego tygodnia będziemy gotowi, żeby ją podpisać - dodawał. Na dziś urzędnicy są umówieni na spotkanie robocze z bankowcami, by ustalić, jakie będą warunki kredytu. - Mam nadzieję, że znajdziemy rozwiązanie, które będzie bezpieczne dla mieszkańców - mówił prezydent Gorzowa. Kredyt ma być wzięty na dziesięć lat.

Spłata zobowiązań przez Stal pozwoli jej otrzymać licencję na start w PGE Ekstralidze w przyszłym sezonie. Czy jednak będzie ona mogła zakontaktować zawodników w pierwszym okienku transferowym (16-20 listopada), jeszcze nie wiadomo.

Nr ISSN 0137-9518

Nr indeksu 350-222



Już jutro w „GL” Pod paragrafem

Jarosław
Miłkowski



JESIEŃ TO SEZON NA RATOWANIE STALI?

- Za rok radni znów będą o tej Stali debatować - napisał mi wczoraj jeden z kolegów, gdy wychodziłem z sesji gorzowskiej rady miasta. W jej trakcie radni zdecydowali się na zwiększenie finansowych uprawnień prezydenta Gorzowa, a de facto na poręczenie 4 mln zł kredytu Stali Gorzów. Tej samej Stali, której dziesięć miesięcy temu ci sami radni też udzielali pomocy. Wówczas poprzez wykup akcji za 2,5 mln zł.

Mówi się, że do trzech razy sztuka. A ja mam nadzieję, że umiłowany przez tysiące gorzowian klub, już trzeci rok z rzędu, jesienią 2026, nie przyjdzie po pomoc. Że w końcu ktoś wpadnie na pomysł, by go profesjonalizować. W jaki sposób?

Dziś w zarządzie Stali są między innymi ludzie prezydenta Gorzowa, jest przedstawiciel banku, w którym ma być wzięty kredyt. A głównym prezesem jest jeden ze sponsorów. Łącznie pięć osób. Pięć osób, ale wśród nich żadnego zawodowego menedżera. Kogoś, kto zajmowałby się tylko i wyłącznie tym, by słupki przychodów i zysków były w Excelu jak najwyższe. A niech zarabia nawet po 50 tys. zł (czy nawet więcej) miesięcznie. Jeśli miałby przynosić klubowi grube miliony - czemu nie!?

Te słowa poniekąd powiedzieli na sesji - i do Jacka Wójcickiego, i do radnych PO - gorzowscy radni PiS.

- Polityczne zabawy z prezydentem w piaskownicy doprowadziły do tego, że w dalszym ciągu nie potraficie znaleźć racjonalnego rozwiązania. Nie potraficie powiedzieć, czy idziemy w dobrą stronę. Widać tylko polityczne utarczki między zapleczem pana prezydenta a klubem Platformy. Do tego doprowadziło upolitycznienie klubu - mówił radny Roman Sondej.

Jeśli polityczne wojenki będą trwać nadal, to za rok okaże się pewnie, że mój kolega ma rację. Że gdy przyjdzie kolejna jesień i skończy się sezon żużlowy, znów będzie sezon na ratowanie Stali.

● 22 sierpnia 1973 r. wydano tzw. „Deklarację upadku demokracji w Chile”. Niecały miesiąc później rozpoczął się pucz gen. Augusto Pinocheta Ugarte.

Byśmy pamiętali o dawnych mieszkańcach naszego miasta

Leszek Kalinowski
Zielona Góra

W Parku Tysiąclecia powstaje lapidarium. O dawnych mieszkańcach miasta przypominać nam będą nagrobne płyty. Znajdowały się one tutaj do lat 60. ubiegłego wieku, kiedy to likwidowano niemieckie cmentarze, a na ich miejscu tworzone parki.

Park Tysiąclecia to dawny cmentarz Zielonego Krzyża. Pochowani zostali na nim znani i zasłużeni mieszkańcy, jak przemysłowiec Georg Beuchelt, właściciel fabryki - do dziś podziwiamy jego mosty w Cigacicach, Gorzowie Wlkp., Wrocławiu czy Tykocinie. Był tu też grób winiarza Eduarda Seidela czy Carla Adolpha Pohlensa - odkrywcy złoża węgla brunatnego w okolicach Zielonej Góry. Poniemiecka nekropolia jeszcze do lat 50. była głównym cmentarzem polskiej Zielonej Góry. Dopiero potem rozpoczęto pochówki na nowym cmentarzu przy ul. Wrocławskiej. Stare nagrobne płyty wyładowały na chodnikach, drogach czy parkingach.

- Tak było w wielu miastach, także w Zielonej Górze. Mieliśmy inną świadomość niż dziś. Nie uważaliśmy, że robimy coś złego. Tu była przecież Polska i niemieckie ślady trzeba było zacierać. Jako dziecko bawiłam się na takich płytach. Dla nas to



FOT. JACEK KATOS

była scena... - wspomina pani Maria. - Teraz się tego wstydzę, ale trzeba pamiętać, że wtedy to były zupełnie inne czasy.

Park otwarto oficjalnie w 1966 roku, z okazji Tysiąclecia Państwa Polskiego. W ostatnich latach jednak coraz głośniej mówiło się o tym, by mieszkańcy nie zapominali, że miejsce ich spacerów było kiedyś cmentarzem. Pojawiła się przed nim informacja o tym tablica. Społecznicy i historycy zwracali też uwagę na to, że potrzebne byłoby lapidarium, w którym zgromadzone by znajdowane w różnych częściach miasta płyty nagrobne.

Jedną z apelujących o stworzenie takiego miejsca była Kamila Domagalska, zastępczyni wojewódzkiej konserwator zabytków. Sześć lat temu, dzięki interwencji policji, udało się odzyskać z internetowej aukcji

nagrobek zielonogórzanki Anny Starsch, pochodzący z 1899 roku. To płyta z marblitu - hartowanego szkła. W 2022 r., podczas pogłębiania i odmulania strumienia Pustelnik, znaleziono stare nagrobki zasłużonych dla miasta diakonów.

Od lat też podejrzewano, że wiele nagrobnych płyt znajduje się na policyjnym placu przy ul. Batorego. Dzięki staraniom społeczników, m.in. Agnieszki Chyrc i Mirosława Krzyżaniaka, w ubiegłym roku odbyło się spotkanie z władzami miasta, w wyniku którego Zakład Gospodarki Komunalnej rozpoczął prace przy ul. Batorego.

- Odkryto płyty nagrobne żołnierzy poległych w czasie I wojny światowej i około 20 nagrobków dawnych zielonogórzan - mówi radna Agnieszka Chyrc.

Społecznicy nie tylko apelowali o stworzenie lapidarium, wystosowali też petycję do rady miasta, którą podpisało około dwustu osób. Miejska komisja wniosków, skarg i petycji zaopiniowała projekt pozytywnie. Pieniądze na lapidarium zostały zabezpieczone. Plany były takie, by miejsce pamięci powstało albo w Zatoniu, albo w Parku Tysiąclecia. Druga koncepcja zwyciężyła, trwającą więc prace niedaleko grobowca Beuchelta.

- Znajdą się tu najciekawsze płyty. To znaczy znanych mieszkańców albo dobrze zachowane, z oryginalnymi zdobieniami np. oznaczającymi datę urodzin i śmierci bez wskazania na wyznanie - podkreśla Agnieszka Chyrc i dodaje, że to będzie też miejsce zabytkowe, turystyczne, pokazujące historię Zielonej Góry.

Pogoda w regionie

Dzisiaj		Czwartek	
DZIEŃ 15°C		DZIEŃ 15°C	
NOC 9°C		NOC 10°C	
Barometr 1003 hPa		Piątek	
Wiatr płd. 14-25 km/h			
Biomet niekorzystny		DZIEŃ 11°C	
		NOC 9°C	
		Sobota	
		DZIEŃ 11°C	
		NOC 4°C	

Uwaga: wystąpią przejaśnienia

FORUM CZYTELNIKÓW

Marcin z Gorzowa:

Ci, co głosowali za zwiększeniem poręczenia, czyli de facto za kredytem dla Stali, powinni ten kredyt poręczyć swoim majątkiem. W zeszłym roku też byli pewni wyjścia klubu na prostą.

Mirosław z Gorzowa:

Brawo, radni. Jest szansa wyjścia przez Stal Gorzów na prostą i powalczenia w przyszłym sezonie o play-offy.

Grzegorz z Gorzowa:

Za rok radni klepną następne dwadzieścia albo dwadzie-

ścia pięć milionów. To samo zrobią za dwa lata, a za trzy gorzowianie pójdą do wyborów i wybiorą tych samych. Aż nie zostanie w Gorzowie nic, dlaczego warto by było jeszcze w nim pozostać.

Tomasz z Gorzowa:

Chociaż tyle dobrego, że prezydent Wójcicki nie wyda zezwolenia na kolejny markecik, tym razem w miejscu stadionu przy Śląskiej.

Barbara z Zielonej Góry:

Cieszę się, że sukcesywnie są remontowane drogi

w Zielonej Górze, że co roku ma być 30 mln zł na ten cel. Ale czy nie warto też pewną pulę pieniędzy przeznaczyć na modernizację chodników? One w wielu miejscach też wymagają gruntownego remontu.

Kornelia z Zielonej Góry:

Widzę, że prezydent miasta promuje się na billboardach: „Budujemy Centrum Onkologii”. Nie podoba mi się to. Po pierwsze, to nie miasto buduje to centrum, tylko szpital, który podlega marszałkowi. Po drugie, to chyba

nie miejsce, by się tak lansować. Owszem, miasto dołożyło 30 mln zł (miasto, czyli my wszyscy, mieszkańcy, a nie prezydent z własnej kieszeni), i to przy 300 mln zł też nie jest jakąś zawrotną sumą.

Tadeusz z Zielonej Góry:

Czy Pogromcy Bazgrołów mogliby się zająć lokomotywą przy dworcu PKP? Jest strasznie zdewastowana i od lat nie ma się tym kto zająć, więc mam prośbę do społeczników. Są bardziej skuteczni niż te wszystkie urzędy czy instytucje.

nasz REGION

KRÓTKO

ZIELONA GÓRA

Tatuując, zbierali na zwierzaki

Ponad 56 tysięcy złotych i kilkaset kilogramów karmy dla psów i kotów z zielonogórskiego schroniska to efekt 5. edycji charytatywnego konwentu tatuażu artystycznego na rzecz bezdomnych zwierząt. Charity Tattoo Convent odbył się 11 października br. w sali kolumnowej urzędu marszałkowskiego.

W zamian za datkę na rzecz zwierząt ze schroniska można było zrobić sobie dowolny tatuaż, przebić uszy lub inną część ciała.

Jak mówią przedstawiciele fundacji Charity Tattoo Convent, uzyskana kwota to ogromny sukces wszystkich: artystów, osób przekazujących vouchery i rzeczy na licytację, zaproszonych gości i muzy-

ków, osób organizujących strefę gastro, wolontariuszy schroniska i ich bazarku, wolontariuszy, którzy przyszli tego dnia ze schroniskowymi psiakami, grafikami, fotografami, twórcami wideo, firmami używającymi sprzęt, goście uczestniczących w konwencie, dziennikarzy oraz organizatorów i prowadzących. Dziękują także urzędowi marszałkowskiemu za ponowne użyczenie sali.

Dodają, że fundacja przygotowuje już kolejne imprezy i akcje - tym razem już nie będzie w nich tatuaży, ale inne atrakcje. Społecznicy i wolontariusze są bowiem aktywni przez cały rok, a potrzeby bezdomnych zwierzątek są duże. Leszek Kalinowski



FOT. JACEK KATOS

KULTURA

Nie żyje Andrzej Kołakowski, bard rodem z Międzyrzecza

Jeden z opozycyjnych pieśniarzy z czasów PRL zmarł w niedzielę, 19 października. Odszedł w 62. roku życia.

Andrzej Kołakowski urodził się 12 sierpnia 1964 r. w Międzyrzeczu. Jak przypominają Instytut Pamięci Narodowej, w maju 1982 roku, jako uczeń, został relegowany ze szkoły za swoją postawę i udział w akcjach solidarnościowych (wraz z czterema kolegami z Liceum Ogóln-

kształcącego w Międzyrzeczu złożył kwiaty pod Pomnikiem Tysiąclecia).

W czasach PRL-u Kołakowski śpiewał piosenki o tematyce historyczno-religijno-społeczno-politycznej. W 1985 r. zajął II miejsce na Ogólnopolskim Przeglądzie Piosenki Autorskiej. Koncertował także w kolejnych dziesięcioleciach. Wydał kilka płyt, m.in. „Kontrrewolucję” czy „Oskarżenia o wierność”. JM

KOSTRZYN NAD ODRĄ Zderzenie na ul. Granicznej. Bus przewrócił się na bok

„Znowu kraksa na niebezpiecznym skrzyżowaniu Sikorskiego i Granicznej (przy hotelu Bastion). Bus leży na boku, właśnie pomagają wydostać się z niego osobom, które je-

chały w środku” – poinformował nas wczoraj Czytelnik. W zdarzeniu uczestniczył bus przewożący pasażerów i samochód osobowy marki Ford. Bus ma na masce napis „Ambulans”, ale formalnie nie jest to karetka pogotowia.



– Busem podróżowały cztery osoby. Jedna z nich została zabrana do szpitala. Gdy poznamy ewentualne obrażenia tej osoby, będziemy wiedzieli, czy zdarzenie to kwalifikujemy jako wypadek, czy jako kolizję – usłyszeliśmy na policji.

FOT. SŁUŻBY W AKCJI KOSTRZYN

Po poprzednich pogryzieniach psy z Raculi wracały do domu

Eliza Gniewek-Juszczak
Zielona Góra

Przy poprzednich atakach na człowieka psy, zamiast na obserwację, wracały do właściciela strzelnicy. Zatrzymane dopiero, gdy stan pogryzionego przez nie pana Marcina był krytyczny.

Trzy psy, które brały udział w ataku na pana Marcina 12 października, przez krótki czas po tej tragedii przebywały w Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt w Zielonej Górze. Okazuje się, że były tam już wcześniej. W 2024 roku po tym, gdy odgryzły mężczyźnie uszy, w 2022 r., gdy pogryzły kobietę i jej córkę oraz kiedy miały trzy miesiące. Przypadków zgłoszeń wałęsających się psów w okolicy MOP Racula miało być więcej.

Po ostatniej akcji psy były łagodne

– Pies, który został do nas przywieziony w niedzielę, 12 października, był w dobrym stanie. Przy badaniu wstępnym nie stwierdziliśmy żadnych większych problemów. Nie mogę mówić o wszystkich szczegółach ze względu na to, że są objęte tajemnicą śledztwa – zastrzega dyrektor Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt w Zielonej Górze Krzysztof Rukojć. Ale dodaje, że pozostałe dwa psy przyjęte we wtorek, 14 października, wykazywały pewne objawy zaniedbania.

– Posiadały pewną niedowagę, ale nie mogę stwierdzić, czy było głodzone. Myślę, że to daleko idąca interpretacja. Trzeba byłoby brać pod uwagę wyniki badań – zaznacza. Zdradza też, że psy były w schronisku bardzo łagodne i nie było z nimi problemów. Zostały przewiezione do specjalistycznego domu tymczasowego, gdzie poddawane są obserwacji.

By odebrać swojego psa ze schroniska, przede wszystkim trzeba udowodnić, że jest się jego właścicielem. Inaczej powinno się dziać, jeśli dochodzi do pogryzienia człowieka.

– Jeśli mamy wiedzę, że pies brał udział w pogryzieniu, ab-



FOT. MICHAŁ KORN

solutnie nie jest możliwe jego wydanie. Przepisy zobowiązują urzędowego lekarza weterynarii, aby w takiej sytuacji obserwować go przez dwa tygodnie – zapewnia Rukojć, który schroniskiem kieruje od lipca tego roku.

Nie było specjalnej asysty policji

Jednak taka sytuacja miała miejsce w ubiegłym roku, kiedy psy odgryzły mężczyźnie uszy, trafiły do schroniska i zaraz wróciły do właściciela. Pojawiały się też informacje medialne, jakoby właściciel miał odbierać swoje psy w asyście policji. Jak było naprawdę?

– W zeszłym roku, jeśli dobrze pamiętam (z notatek biura – przyp. red.), właściciel przyszedł sam. W 2022 r. policja została wezwana przez naszego pracownika, ponieważ właściciel nie chciał uiścić opłaty za pobyt zwierząt. W końcu zostały mu wydane – opowiada. Dyrektor informuje, że psy zostały wydane właścicielowi zarówno w 2022, jak i w 2024 r., ale pracownicy nie posiadali informacji, że brały one udział w pogryzieniach. – Nie mieliśmy podstaw do tego, żeby ich nie wydawać – zapewnia. Dodaje też, że z dokumentacji medycznej w schronisku nie wynika, żeby wówczas wykazywały oznaki zaniedbania, co również mogłoby być podstawą ich zatrzymania.

– Kiedy pierwszy raz do nas trafiły, miały trzy miesiące. Były szczeniakami. Mogły pod-

gryzać, ale raczej tak na spokojnie, nie trzeba było używać środków ostrożności, jakichś kagańców. Były trochę większe od innych psów w ich wieku, więc ząbki trochę większe, ale nie było dramatu. Zaczepowałam je, odrobaczyłam. One wymiotowały robakami. I pan odebrał je, jak tylko było to możliwe – opowiada Sylwia Dobek, która wówczas pracowała w schronisku. – Powiedział, że schronisko mu je ukradło, a my jako zadanie zlecone od miasta mieliśmy odławiać biegające wolno psy. Można było przypuszczać, że na MOP-ie ktoś je porzucił. Wcześniej mieliśmy zgłoszenia od klientów pobliskiej stacji paliw, że biegają ludzie dwa duże, dorosłe psy, ale gdy nasi ludzie jeździli na miejsce, to już ich nie było. Potem doszło do dramatu i suka została zabita na trasie S3 – przypomina była pracownica schroniska.

Dyrektor schroniska chce wprowadzić w placówce obowiązek sprawdzania informacji o pogryzieniu człowieka przez psy na policji i ewentualnie w Inspektoracie Weterynarii. – Czyli, jeśli będziecie mieli podejrzenie, że pies brał udział w takim zdarzeniu, będziecie to sprawdzać? – dopytujemy. – Będziemy to sprawdzać z ostrożnością. Nie jest powiedziane, czy uda się to skutecznie zrobić, ale myślę, że jeśli taki wątek pojawi się na policji albo w inspektoracie, to te organy też będą to weryfikować. Będziemy dzwonić, a za telefonem pójdzie też mejl – zapowiada Krzysztof Rukojć.

Podczas wtorkowej konferencji prasowej prokurator okręgowy Robert Kmiecik poinformował, że będzie wyjaśniane np. to, w jaki sposób psy wróciły na teren strzelnicy po zdarzeniu z ubiegłego roku.

Jak policja reagowała na zgłoszenia?

Prokurator Kmiecik zapewnił, że śledczy będą sprawdzać też m.in. to, w jaki sposób zielonogórska policja reagowała na zawiadomienia mieszkańców dotyczące pogryzień.

– Chcemy też w toku postępowania administracyjnego ustalić okoliczności związane z tym, że mieszkańcy Zielonej Góry zawiadamiali urząd miasta i radnych, że sytuacja dotycząca funkcjonowania tej strzelnicy jest skomplikowana i zagraża bezpieczeństwu i życiu mieszkańców korzystających z bezpośredniego terenu przy tej strzelnicy – zapowiedział Kmiecik.

Prokurator zapewnił, że w sprawie są prowadzone intensywne czynności dowodowe. Do śledczych wpływają nowe informacje.

– Wojewódzki komendant policji podjął decyzję o tym, że będąmy ekstrajordynaryjnie postępować, aby w sposób absolutnie bezstronny wyjaśnić wszystkie okoliczności tej sprawy i przesłuchać, z zachowaniem oczywiście prawa do prywatności, osoby, które mają coś do powiedzenia w tej sprawie – powiedział prokurator. – Wiem, że sprawa wzbudza społeczne zainteresowanie, i słusznie. My ze swojej strony będziemy chcieli to wyjaśnić na wielu polach, nie tylko jeśli chodzi o przestrzeń prawnokarną, ale również prawo administracyjne. Przedmiotem tego postępowania są również czynności związane z ustawą o ochronie zwierząt, czyli związane ze znęcaniem się nad zwierzętami – dodał prok. Kmiecik.

Prokurator jeszcze raz apelował do wszystkich, którzy byli świadkami różnych zachowań związanych z funkcjonowaniem strzelnicy w Raculi, o zgłaszanie się do prokuratury lub komendy wojewódzkiej policji i przekazywanie relacji w formie pisemnej lub zeznań.

Basia zginęła potracona na środku pasów. Kierująca autem nie wyraziła skruchy

Eliza Gniewek-Juszczak
Zielona Góra

Do sądu w Zielonej Górze trafił akt oskarżenia o spowodowanie wypadku drogowego ze skutkiem śmiertelnym. Działania śledczych pomogły zakończyć zdjęcia z telefonów gapiów.

– Udało się uzyskać dokumentację fotograficzną od osób, które były na miejscu zdarzenia i udokumentowały w swoich telefonach dosyć ważne elementy związane z tym wypadkiem – powiedział wprost Prokurator Okręgowy Robert Kmiecik na wczorajszej konferencji prasowej.

Nie zgłosiły się dwie kobiety, które były na miejscu i mówiły rodzicom dziewczynki, że „leciała jak piórko” i pytały, czy to dziecko z „naszego osiedla”. Bliscy rozwieszali po okolicy plakaty, apelowali o pomoc do tych kobiet. Dzisiaj prokuratura podkreśliła, że na początku żaden ze świadków nie zgłosił się, aby złożyć zeznania.



Po śmierci dziewczynki obok przejścia dla pieszych paliły się znicze

– Organy ścigania oraz prokuratura nie mogły w sposób dynamiczny prowadzić tego postępowania dowodowego, dlatego, że nie można było ustalić wszystkich świadków. Podjęto na szeroką skalę czynności związane z ustalaniem świadków i wszelkich okoliczności, które byłyby pomocne w drobiazgowym odtworzeniu tego wypadku oraz ustaleniu jego przyczyn – mówił prok. Kmiecik. – Finalnie udało się dzięki pomocy mediów ustalić dane osób, które jechały za, jak się później okazało, spraw-

czynią wypadku – zaznaczył. Prokurator podkreślił, że zgromadzony materiał dowodowy wykazał, że mimo nieznacznej przyczynienia się pokrzywdzonej do zdarzenia, odpowiedzialność za spowodowanie wypadku ponosi kierująca pojazdem.

Śledczy ustalili dokładne miejsce potrącenia – był to środek przejścia dla pieszych i prędkość pojazdu osobowego kierowanego przez podejrzaną, która wynosiła nie mniej niż 61 km/h.

Prokurator mówił o tym, że kobieta kierująca pojazdem spowodowała wypadek m.in. poprzez niezastosowanie zasad ostrożności, poprzez jechanie z nadmierną prędkością i utratę panowania nad pojazdem. To doprowadziło do zdarzenia drogowego i jego tragicznych skutków.

Przypomnijmy, do wypadku doszło 8 października ubiegłego roku na os. Pomorskim w Zielonej Górze. Jak co dzień 14-letnia Basia z Zaboru jechała autobusem ze szkoły

niemal na pętlę na os. Pomorskim. Przechodziła na drugą stronę jezdni i na parkingu koło marketów, zabierali ją do domu rodzice. Tego dnia przyjechali i nie mogli się doczekać córki, dzwonili do niej, a jej telefon już nie odpowiadał.

Dziewczynka w stanie krytycznym została przewieziona do Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze, w którym zmarła następnego dnia. Organy Basi uratowały życie trzech osób.

Podczas śledztwa prokuratura informowała o tym, co wynikało z nagrań. Basia wyszła z autobusu, pomachała koleżance, która szła w inną stronę i skierowała się do przejścia, które znajdowało się tuż obok przystanku. Autobus odjechał na pętlę. Tam zawrócił, a kiedy wracał drugą stroną jezdni, kamery monitoringu nagrały osoby, które czekają na przystanku i są już zwrócone w kierunku miejsca wypadku.

Śledczy uzyskali opinie biegłych z zakresu techniki samochodowej, informatyki śledczej oraz technik wizualnych, dwie

opinie z zakresu rekonstrukcji wypadków drogowych, dwie opinie z zakresu medycyny sądowej, a także szczegółową analizę zapisu z dziewięciu kamer monitoringu autobusu komunikacji miejskiej i analizę danych telekomunikacyjnych.

Kierująca samochodem, który potrącił dziecko nie przyznała się do popełnienia zarzucanego czynu. – Ciekawym jest to, że nie wyraziła skruchy – powiedział prok. Kmiecik. Zaznaczył, że nie chce mówić o tym dokładnie, bo to jest związane z linią obrony przyjętą przez oskarżoną, a sprawa jest już w sądzie. – Jednakże prawda jest taka, że umniejsza w ten sposób swoją winę, wykazując, że nie jest bezpośrednią sprawczynią tego zdarzenia drogowego o tragicznych skutkach – stwierdził.

Oskarżonej grozi od sześciu miesięcy do ośmiu lat pozbawienia wolności. Po tragedii, przejście dla pieszych, na którym Basia odniosła śmiertelne obrażenia, zostało przebudowane, na wzniesione, co ma przyczynić się do zwiększenia bezpieczeństwa przechodniów.

MATERIAŁ INFORMACYJNY PTWP

0411374329

Innowacyjne technologie, maszyny i roboty – za nami targi TOOLEX i ExpoWELDING 2025

6000 uczestników i ponad 150 wystawców z 19 krajów. W trakcie trzech październikowych dni Międzynarodowe Centrum Kongresowe w Katowicach wypełniło się najnowszymi technologiami, sprzętem czołowych producentów maszyn i narzędzi do obróbki metalu oraz ofertą liderów technologii i rozwiązań dla spawalnictwa. Targi TOOLEX i ExpoWELDING w opinii uczestników niezmiennie pozostają doskonałą przestrzenią wymiany doświadczeń i nawiązywania nowych kontaktów biznesowych. Części targowej towarzyszyły konferencje Forum Nowego Przemysłu i Przemysł dla Obronności, które wspólnie tworzą cykl „The Industry of Tomorrow. Przemysł jutra”.

Międzynarodowe Targi Obrabiarek, Narzędzi i Technologii Obróbki TOOLEX oraz Międzynarodowe Targi Spawalnictwa ExpoWELDING to najważniejsze krajowe wydarzenia skierowane do szeroko rozumianych branż obrabiarek, narzędziowej i spawalnictwa, zatrudniających setki tysięcy pracowników i współpracujących z wieloma gałęziami gospodarki. Efekt synergii, który

powstaje dzięki połączeniu dwóch wydarzeń, zapewnia uczestnikom jeszcze lepszą możliwość zgłębienia aktualnych trendów rynkowych oraz poznania najnowszych rozwiązań oferowanych przez wystawców.

Targi TOOLEX i ExpoWELDING tradycyjnie były przestrzenią do dyskusji o przyszłości i wyzwaniach, przed którymi stają sektory przemysłowe. Jednym z najczęściej podejmowanych tematów była rosnąca konkurencja, w tym rozwój rynków azjatyckich prowadzących ekspansję do Europy. Jak podkreślał Tomasz Sroczynski z firmy Antom, poza trudnością w utrzymaniu konkurencyjności przy dużej liczbie nowych podmiotów w branży, wyzwaniem staje się też globalne spowolnienie oraz niepewność na rynku, utrudniające podejmowanie zdecydowanych i strategicznych decyzji inwestycyjnych.

Zdaniem Jarosława Prylaka, szefa działu handlowego Böhler Welding, kluczową szansą na rozwój może okazać się inwestowanie w nowe obszary, takie jak energetyka jądrowa i przemysł zbrojeniowy. Udział w rozwoju sektora energetycznego kreuje się



jako okazja do wzmacniania konkurencyjności, a współtworzenie struktury bezpieczeństwa państwa może okazać się drogą do sukcesu dla wielu przedsiębiorstw w najbliższych latach.

Niedobór wykwalifikowanych kadr to także jedno z wyzwań najczęściej wskazywanych przez reprezentantów branży spawalnictwa.

– Sytuacja na rynku spawalnictwa jest trudna z punktu widzenia pracodawców, ale dobra z perspektywy poszukujących pracy inżynierów spawalnictwa – mówi

prof. Jacek Słania, dyrektor Centrum Spawalnictwa Sieci Badawczej Łukasiewicza - Górnośląskiego Instytutu Technologicznego. – W Polsce istnieje ponad trzysta tysięcy zakładów stosujących technologie spawalnictwa, z czego w ponad siedmiu tysiącach ta technologia jest dominująca. Spawalnicy wciąż brakuje.

Uczestnicy upatrują nadziei w rządowych inwestycjach i regulacjach ułatwiających funkcjonowanie wobec wymogów stawianych przed przedsiębiorcami.

TOOLEX i ExpoWELDING głosem branży

Obecni na targach eksperci i menedżerowie wiodących w swoich specjalnościach firm brali również udział w sesjach Industry Talks.

Wśród poruszanych tematów były panujące na rynku trendy: – Przemysł bardzo podupadł, ten trend wynika z bardzo wysokich kosztów energii i wysokich kosztów pracy – zauważył Andrzej Rudenko. – Obserwujemy trend rozwoju przemysłu obronnego. Bardzo dużo się mówi, bardzo mocno nagłaśnia się politycznie. Ale niestety nakłady finansowe są nadal zbyt małe. Mamy bogate tradycje przemysłu obronnego, ale wciąż jest zadecydowanie zbyt mało inwestycji w tym obszarze.

Przyszłość jest w rękach automatyzacji i digitalizacji, ale zarządzać nimi będzie technologia tworzona przez inżynierów – ocenia Waldemar Jencyk, prezes GROB Polska. – Widzimy automatyzację jako pozytywne zjawisko, które może bardzo przyczynić się do rozwoju.

Duże zainteresowanie i wysoka frekwencja potwierdzają jako pozytywną pozycję targów TOOLEX i ExpoWELDING jako wydarzeń

szczególnych dla polskiego przemysłu.

Tradycyjna forma i możliwości spotkania twarzą w twarz z partnerami i potencjalnymi klientami – to najczęściej wymieniana przez wystawców zaleta targów. Udział w TOOLEX i ExpoWELDING pozwala nie tylko zacieśnić relacje biznesowe, lecz również bywa początkiem nowych kontraktów. Jak zwrócił uwagę Mateusz Ciągło, prezes firmy Venture, przestrzeń wystawiennicza Międzynarodowego Centrum Kongresowego w Katowicach pozwala na prezentację maszyn i ich funkcjonalności w sposób, który nie zawsze jest możliwy w siedzibie firmy.

Wydarzeniami komplementarnymi targów, łączącymi branżowy świat teorii i praktyki były seminarium spawalnictwa pt.: „Innowacyjne technologie spawania nowoczesnych materiałów konstrukcyjnych”, Środowiskowe Seminarium Tribologów, Industry Talks oraz Targi Olejów, Smarów i Płynów Technologicznych dla Przemysłu OILexpo.

Targom towarzyszyły również Forum Nowego Przemysłu oraz konferencja Przemysł dla obronności.

NOWA SÓL MIAŁ BYĆ REMONT, ALE W PLANACH JEST CAŁKIEM NOWA PRZPRAWA

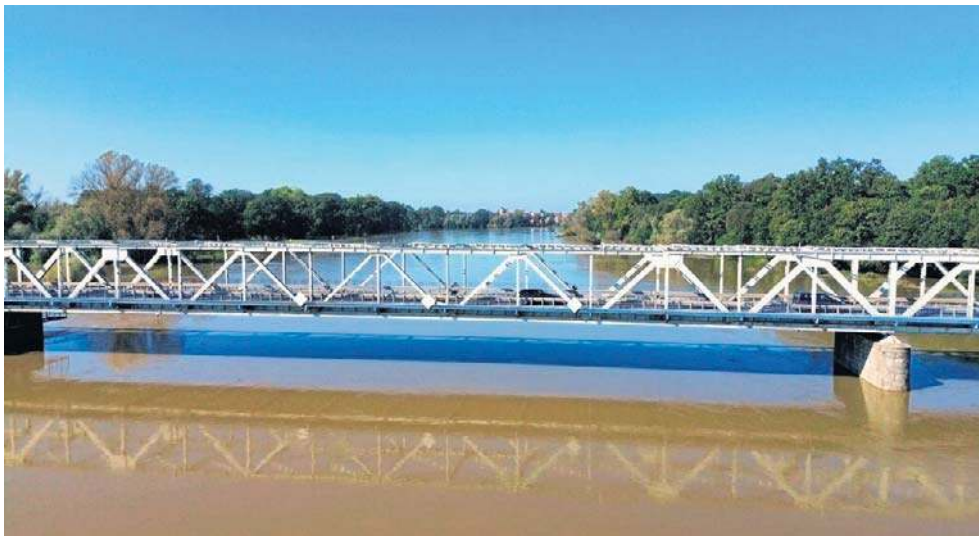
Miasto może dostać miliony na most

Mateusz Pojnar
mpojnar@gazetalubuska.pl

Komitet monitorujący wydawanie unijnych funduszy w Lubuskim przegłosował warunki przekazania pieniędzy na budowę nowego mostu w Nowej Soli. Stary obiekt ucierpiał w powodzi.

- Właśnie zrobiliśmy mały formalny krok w kierunku tego, żeby ta inwestycja doszła do skutku - mówi „Gazecie Lubuskiej” wicemarszałek województwa Grzegorz Potęga. - Cała reszta jej przygotowania jest jeszcze przed nami, mamy dużo formalnych kwestii do pokładania. Po dopełnieniu trzeciego etapu obwodnicy miasta na pewno nowy most byłby bardzo ważny dla Nowej Soli. Oznaczałby też dalszy rozwój nowosolskich firm i pogłębianie kontaktów gospodarczych z regionem Wielkopolski.

Łukasz Rut w Komitecie monitorującym wydawanie środków unijnych w regionie reprezentuje Organizację Pracodawców Ziemi Lubuskiej. Ujawnił



FOT. AJAREK ZASACKI

Po powodzi pojawiły się uszkodzenia przyczółków mostu, które negatywnie wpływają na trwałość obiektu.

w mediach społecznościowych, że w grę wchodzi 82,9 mln zł z Unii Europejskiej. I że Zarząd Dróg Wojewódzkich, który odpowiada za inwestycję, wystąpi o tę kasę w konkursie ogłoszonym w listopadzie.

- Przegłosowaliśmy jednoznacznie warunki przekazania środków na ten cel - dodaje.

Dlaczego budowa, a nie remont?

ZDW rozważał dwie opcje: remont albo zbudowanie nowego mostu. Ale badania wykazały, że podczas ostatniej powodzi została podmyta podstawa istniejącej przeprawy. Stąd decyzja o budowie nowego obiektu.

- Remont nie zmieni sposobu posadowienia - tłumaczy Krzysztof Kocik, wicedyrektor ZDW. - Po drugie, przy remoncie generalnym, który pierwotnie zakładaliśmy, należałoby wybudować drugi most objazdowy równoległy. Koszty całego takiego przedsięwzięcia są porówny-

walne z budową nowego mostu, a teraz dodatkowo zyskujemy nowe posadowienie na kolejne sto lat. Most z wykorzystaniem nowoczesnych materiałów przeniesie dużo większe obciążenia, a droga wojewódzka 315 przez Przyborów niesie za sobą duże natężenie ruchu ciężarowego. Dodatkowo ruch pieszych i rowerzystów będzie wydodrężniony z jezdnii głównej, przez co stanie się bezpieczny.

Wcześniejsza dokumentacja projektowa remontu opracowywana była przed powodzią, która zmieniła sytuację. Po niej pojawiły się uszkodzenia przyczółków, które negatywnie wpływają na trwałość obiektu.

- Remont nie wyeliminuje ich w całości - tłumaczy wiceszef ZDW. - To miało wpływ na naszą ostateczną decyzję. Każda kolejna powódź obnażyłaby coś nowego.

W czasie robót budowlanych przeprawa z jednej strony Odry na drugą nadal będzie możliwa dzięki staremu mostowi.

Nowy zaś ma mieć najwyższą klasę MLC, podobnie jak ten w Miłsku. Czyli będą po nim mogły przejechać wszystkie pojazdy, które poruszają się po drogach publicznych.

Harmonogram

ZDW przygotowuje już program funkcjonalno-użytkowy inwestycji, żeby zlecić projektowanie i budowę. W listopadzie, po ogłoszeniu naboru, złoży wnioszek o dofinansowanie. Jeśli zostanie przyznane, ruszy przetarg.

Po wyłonieniu wykonawcy przyjdzie czas na uzyskanie decyzji środowiskowej i innych decyzji administracyjnych zatwierdzających projekt i budowę, w tym decyzji ZRID.

- Perspektywa finansowa kończy się przed 2032 r., więc jeżeli wszystko pójdzie zgodnie z planem, zdążymy z otwarciem mostu przed setną rocznicą budowy starego obiektu - mówi nam wicedyrektor ZDW.

Pytamy, czy pieniądze z UE wystarczą na całość inwestycji.

- Nasze szacunki wskazują, że tak - odpowiada Kocik.

MATERIAL INFORMACYJNY PGE POLSKA GRUPA ENERGETYCZNA S.A.

0011416504

Transformacja energetyczna musi być racjonalna i elastyczna

Transformacja energetyczna nie może być realizowana w oderwaniu od potrzeb gospodarki i społeczeństwa. Zmiany muszą być odpowiedzialne, racjonalne i dostosowane do realiów ekonomicznych - podkreślił uczestniczący w Europejskim Forum Nowych Idei w Sopocie.

Eksperti i przedstawiciele największych firm energetycznych, instytucji finansowych oraz administracji publicznej zgodzili się, że dążenie do neutralności klimatycznej nie może odbywać się kosztem konkurencyjności europejskiej gospodarki. Aby transformacja przyniosła realne korzyści, musi być prowadzona w sposób elastyczny, z poszanowaniem istniejących uwarunkowań rynkowych.

- Zmiany muszą być tak wdrażane, abyśmy w dalszej perspektywie mogli zapewnić relatywnie tanią energię dzięki inwestycjom m.in. w odnawialne źródła. To szansa dla polskiej gospodarki, wykonawców, dostawców i rynku

pracy. Jednak równie istotne jest uwzględnienie bieżących potrzeb społecznych i gospodarczych - zaznaczył Marcin Laskowski, Wiceprezes Zarządu ds. Regulacji PGE Polskiej Grupy Energetycznej.

Prezes Laskowski przypomniał, że strategia PGE ogłoszona w czerwcu 2025 roku zakłada inwestycje o łącznej wartości 235 mld zł do 2035 roku. Z tej kwoty 85 mld zł zostanie przeznaczone na odnawialne źródła energii - głównie morskie farmy wiatrowe - a 37 mld zł na budowę elastycznych mocy gazowych.

- Nasza strategia połączy ambicję i realizm. Zakłada stopniowe odchodzenie od węgla na rzecz odnawialnych źródeł, takich jak energia wiatrowa i słoneczna. Kluczowym elementem pozostaje elastyczność - w momentach wzmożonego zapotrzebowania system będzie wspierany przez źródła gazowe. To gwarantuje bezpieczeństwo energetyczne - wyjaśnił Laskowski.

Dodał, że PGE inwestuje również w rozbudowę i cyfryzację sieci dystrybucyjnej, co ma kluczowe znaczenie dla efektywnego zarządzania energią w przyszłości. Istot-



nym elementem transformacji, jak zaznaczył, jest także modernizacja systemów ciepłowniczych.

- Polska dysponuje jednym z największych systemów ciepłowniczych w Europie. Ponad połowa obywateli korzysta z ciepła z sieci. Do 2050 roku transformacja tego sektora może pochłonąć nawet 500 mld zł. To wyzwanie technologiczne, legislacyjne i finansowe. Dlatego

inwestujemy m.in. w pompy ciepła, kotły elektrodowe, magazyny ciepła, ale też w elastyczne moce gazowe - podkreślił.

Rosnące zainteresowanie zieloną energią potwierdziła Dorota Zawadzka-Stępiak, prezes Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Jak poinformowała, tylko w ramach naboru na dofinansowanie

magazynów energii wpłynęły wnioski na łączną kwotę 28 mld zł, przy planowanej alokacji 4 mld zł.

- To pokazuje ogromne zainteresowanie i potencjał. Do 2030 roku NFOŚiGW przeznaczy na zieloną transformację około 100 mld zł. Ale musimy pamiętać, że same środki publiczne nie wystarczą - kluczowa będzie współpraca z sektorem prywatnym - podkreśliła.

Dorota Jeziorowska z Ministerstwa Energii zapowiedziała, że jeszcze w 2025 roku zaktualizowany zostanie „Krajowy plan na rzecz energii i klimatu”. Równolegle rozpoczną się prace nad nową polityką energetyczną Polski oraz strategią rozwoju ciepłownictwa.

Ważnym uczestnikiem zmian pozostaje Europejski Bank Inwestycyjny, który do końca dekady planuje przeznaczyć około 1 biliona euro na zielone inwestycje. Jednocześnie instytucje unijne coraz mocniej akcentują konieczność zapewnienia konkurencyjności, stabilności cen energii oraz bezpieczeństwa energetycznego.

Transformacja energetyczna to proces nieunikniony, ale musi być prowadzony z rozwagą i w sposób zrównoważony. Kluczowe jest zachowanie równowagi między celami klimatycznymi a potrzebami gospodarki i społeczeństwa. Elastyczność, realizm i współpraca sektora publicznego z prywatnym to fundamenty skutecznych działań. Europa może pozostać konkurencyjna, tylko jeśli zielona energia będzie dostępna, bezpieczna i przystępna cenowo.

DREZDENKO SZPITAL MÓWI O FINANSACH, MIESZKAŃCY O BEZPIECZEŃSTWIE MATEK

Znika kolejna porodówka

Magdalena Marszałek
mmarszalek@gazetalubuska.pl

Powiatowe Centrum Zdrowia planuje czasowo zawiesić działalność oddziałów ginekologiczno-położniczego oraz neonatologicznego. W praktyce oznacza to, że w całym powiecie strzelecko-dreźnieńskim nie będzie miejsca, w którym kobiety będą mogły rodzić dzieci. Decyzja wywołała burzę emocji wśród mieszkańców, a w internecie ruszyła petycja, pod którą podpisują się setki osób.

Zgodnie z decyzją zarządu dreźnieńskiego szpitala od pierwszego listopada dwa powiązane ze sobą oddziały, a więc ginekologiczno-położniczy oraz neonatologiczny, zostaną czasowo zawieszone na sześć miesięcy. Powodem są straty finansowe, spadająca liczba porodów oraz problemy kadrowe, które utrudniają zapewnienie bezpieczeństwa pacjentek i utrzymanie wymaganych standardów opieki.

- Decyzja została podjęta po wnikliwej analizie danych finansowych i organizacyjnych oraz w oparciu o zalecenia niezależnego audytu. Główne przyczyny to drastyczny spadek liczby porodów, niska wycena procedur położniczych oraz konieczność zapewnienia bezpieczeństwa pacjentek przy zachowaniu odpowiednich standardów kadrowych. Podkreślamy, że żaden inny oddział szpitalny nie jest przewidziany do zamknięcia ani zawieszenia. Szpital kontynuuje swoją działalność w pełnym zakresie pozostałych świadczeń, a dla mieszkanki powiatu wciąż dostępna jest opieka ginekologiczno-położnicza w poradniach w Dreźnie i Do-



FOT. POWIATOWE CENTRUM ZDROWIA SZPITAL POWIATOWY W DREZDENCIE

biegniewie - czytamy w oświadczeniu podpisanym przez prezes Agnieszkę Banaszek.

Władze lecznicy podkreślają również, że zawieszenie ma charakter tymczasowy, a jego celem jest stabilizacja sytuacji szpitala i przygotowanie warunków do dalszego funkcjonowania oddziałów w przyszłości.

Odcięcie kobiet od opieki medycznej

Zupełnie inaczej sytuację widzą mieszkańcy powiatu. W ich ocenie zawieszenie działalności oddziałów oznacza pozbawienie kobiet dostępu do podstawowej opieki medycznej, bo dla wielu z nich dreźnieńska lecznica jest jedynym miejscem, gdzie mogą bezpiecznie urodzić dziecko. Najbliższe porodówki znajdują się w Międzychodzie, Barlinku czy Gorzowie. Wszystkie oddalone o kilkadziesiąt ki-

lometrów. W odpowiedzi na decyzję zarządu szpitala powstała petycja w sprawie czasowego zamknięcia oddziałów.

- Decyzja o zawieszeniu porodówki i oddziału noworodków ogranicza realny dostęp do świadczeń medycznych kobiet w ciąży oraz matek z noworodkami w powiecie, a tym samym stanowi naruszenie konstytucyjnego prawa do równego dostępu do usług zdrowotnych. Zmuszenie pacjentek do dojazdów do placówek oddalonych o kilkadziesiąt kilometrów generuje poważne ryzyko dla zdrowia i życia zarówno matek, jak i noworodków, szczególnie w sytuacjach nagłych lub przy komplikacjach porodowych - mówi inicjatorka petycji Joanna Kuciel z Partii Razem.

Pod petycją podpisało się już ponad 450 osób. Jej twórcy zbierają wciąż kolejne podpisy,

wychodząc na ulice w Dreźnie, Starym Kurowie, Trzebieczu i Zwierzynie.

- Ten oddział jest bardzo potrzebny i bardzo dobrze spełnia swoją funkcję.

- Kobiety w naszym mieście i z naszego powiatu powinny mieć dostęp do opieki szpitalnej na oddziałach ginekologii, położnictwa i neonatologii. Chodzi o nasze zdrowie, a w przypadku kobiety rodzącej także zagrożenie życia, naszego i dziecka.

- Oddział porodowy powinien funkcjonować dalej dla dobra ogółu i w trosce o najmniejszych pacjentów oraz ich mamy.

- Chcę aby kobiety w moim mieście miały dostęp do należytej im fachowej opieki zdrowotnej - piszą mieszkańcy.

Szpital liczy porody

Liczba porodów w Dreźnie w ostatnich latach drama-

tycznie spadła. Podczas, gdy jeszcze dekadę temu było ich ponad pięćset siedemdziesiąt, to już w ubiegłym roku poniżej dwustu sześćdziesięciu. W ciągu pierwszych dziewięciu miesięcy tego roku placówka odnotowała ponad sto porodów. Dla władz szpitala to argument za zawieszeniem oddziału, ale dla autorów petycji dowód na brak skutecznego wsparcia rodzin i opieki okołoporodowej w regionie.

- Zamknięcie oddziału położniczego w małym mieście, a jednocześnie jedynego takiego oddziału w powiecie, wysłało sygnał, że władze wycofują się z troski o kobiety, dzieci i całe rodziny w regionach poza dużymi ośrodkami. W dobie kryzysu demograficznego takie działania są nie tylko nieracjonalne, ale też krótkowzroczne. Zamiast reagować likwidacją, władze powinny aktywnie

przeciwdziałać tej tendencji poprzez wspieranie lokalnej opieki okołoporodowej, edukacji prozdrowotnej i programów dla rodzin - tłumaczy Joanna Kuciel.

Konsultacje w sprawie przyszłości oddziałów?

W petycji skierowanej do władz powiatu i województwa autorzy domagają się nie tylko wstrzymania procedury zawieszenia oddziałów, ale także powołania zespołu roboczego w skład, którego weźliby przedstawiciele społeczności lokalnej, personelu medycznego i samorządowcy. Wnoszą również o publiczne konsultacje społeczne w sprawie przyszłości porodówki i utrzymanie ciągłości świadczeń do czasu wypracowania nowego modelu funkcjonowania oddziału.

- Decyzja o zawieszeniu porodówki nie może być podejmowana w oderwaniu od potrzeb mieszkańców. To nie tylko kwestia finansów, ale przede wszystkim wartość życia, zdrowia i poczucia bezpieczeństwa kobiet i dzieci - apelują.

Na razie nie wiadomo, czy protesty mieszkańców przyniosą efekt. Szpital podtrzymuje, że decyzja o zawieszeniu działalności została już podjęta i wynika z twardych danych finansowych. Jedno jest pewne - spór o porodówkę w Dreźnie to coś więcej niż dyskusja o jednym oddziale. To debata o przyszłości lokalnej służby zdrowia, równości dostępu do opieki medycznej i o tym, czy w małych powiatach zostanie jeszcze miejsce na narodziny nowych pokoleń.

Przypomnijmy, że w regionie zamknięto już porodówki m.in. w Kostrzynie nad Odrą (początkowo tylko zawieszono działalność), Ślubicach, Międzyrzecz, Żaganiu i Skwierzynie.

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl


REKLAMA



**RADCA
PRAWNY**
Anna Chomicz
- Marcinek

► ROZWODY
► ALIMENTY
► WYKROCZENIA
► DZIEDZICZENIE
► RODZINNE

Tel. **694 359 670**

0011409028

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Rynek pracy w fazie zwolnienia

Z badania Randstad Monitor Rynku Pracy wynika, że w 2025 roku ponad połowa Polaków (54 proc.) otrzymała podwyżki, jednak ich skala była mniejsza niż we wcześniejszych latach. Największa grupa pracowników (45 proc.) zanotowała wzrost wynagrodzenia w przedziale 5-10 proc., a 29 proc. zatrudnionych otrzymało podwyżkę do 5 proc. To spadek odpowiednio o 3 i 6 p. proc. względem 2024 r. Podwyżki w przedziale 10-20 proc. otrzymało 15 proc. pracowników, co oznacza spadek o 6 p. proc. w ciągu

roku. Z raportu Randstad wynika, że spowolnienie rynku pracy w Polsce od 2023 r. utrzymuje rotację na stabilnym poziomie. W efekcie w ostatnim półroczu pracodawcę zmieniło 19 proc. zatrudnionych, a stanowisko w obrębie firmy 16 proc. Średni czas poszukiwania nowej pracy w Polsce wyniósł w 2025 r. prawie 4,5 miesiąca, co stanowi rekord w historii badania od 2017 r. i oznacza wzrost o 1,5 miesiąca w stosunku do tego samego okresu ubiegłego roku.
oprac. WS|PAP

BRATYSŁAWA

Niedoszły zabójca skazany



Sąd w Bańskiej Bystrzycy skazał Juraja Cintulę, który w maju 2024 roku strzelał do premiera Słowacji Roberta Ficy, na 21 lat więzienia. Sąd uznał, że był to czyn terrorystyczny. Cintula, 72-letni emeryt, został zatrzymany bezpośrednio po oddaniu pięciu strzałów do premiera. W sądzie tłumaczył, że nie chciał zabić polityka.

BRUKSELA

Poprawa na polskich drogach

W Polsce w wypadkach drogowych zginęło w 2024 roku blisko 1,9 tysiąca osób. To nadal wysoki wskaźnik w porównaniu do innych krajów UE, ale Polska odnotowała największy spadek liczby ofiar śmiertelnych na drogach w Unii - o 35 proc. w porównaniu do 2019 r. - wynika z danych Komisji Europejskiej. Ze statystyk opublikowanych przez Komisję wy-

nika, że w całej UE w 2024 roku w wypadkach drogowych zginęło 19 940 osób. Polska, mimo że wciąż znajduje się powyżej średniej unijnej pod względem liczby osób zabitych na drogach na milion mieszkańców (średnia to 45, a w Polsce 52), w ciągu ostatnich pięciu lat odnotowała największą poprawę w całej Wspólnocie.
oprac. WS|PAP

ŁÓDŹ

- Celem zbiórki podczas 34. Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy będzie leczenie chorób przewodu pokarmowego u dzieci, czyli gastroenterologia dziecięca - ogłosił w Łodzi prezes Fundacji WOŚP Jerzy Owsiak. Najbliższy finał WOŚP odbędzie się 25 stycznia 2026 r. Owsiak zapewnił, że dzięki zebranych pieniądзом zostanie zakupiony sprzęt najnowszej generacji.

„

Sprzęt, który będziemy kupować, będzie z pewnością sprzętem najwyższej jakości

Jerzy Owsiak, prezes Fundacji WOŚP

ABW zatrzymała 55 osób. Działały na rzecz Rosji

oprac. Anna Nagel
Warszawa

Rzecznik koordynatora służb specjalnych Jacek Dobrzyński poinformował we wtorek o szczegółach ostatniej akcji, w której służby zatrzymały trzy osoby.

Podczas konferencji prasowej Dobrzyński potwierdził informacje, że w ostatnim czasie funkcjonariusze Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego we współpracy z innymi służbami zatrzymali osiem osób. Dodał, że w ostatnich miesiącach zatrzymali łącznie 55 osób działających na szkodę Polski na zlecenie rosyjskiego wywiadu.

Dobrzyński skupił się na ostatniej akcji ABW, podczas której zatrzymane zostały trzy osoby. - Te osoby zatrzymane to przede wszystkim 21-letni Ukrainiec. Mieszkał tutaj niedaleko, pod Warszawą, pracował w magazynie jako magazynier. Ze wstępnych informacji wynika, że razem ze swoimi kolegami, dwoma innymi Ukraincami, stworzyli pewnego rodzaju szlak, gdzie mieli przysyłać materiały wybuchowe - wyjaśnił.

Jak poinformowała w komunikacie ABW, funkcjonariusze zatrzymali 21-latkę 16 października. Danylo H. prowadził działalność wywiadowczą w Polsce i w Rumunii. Jednocześnie w Rumunii zatrzymano dwóch innych obywateli Ukra-



FOT. KAROLINA MISZTAŁ

Ostatnio zatrzymane osoby „stworzyły pewnego rodzaju szlak”, którym miały przysyłać materiały wybuchowe

iny, którzy ściśle współdziałali z podejrzanym Danylo H.

Do zatrzymania doszło dzięki wspólnym działaniom prowadzonym przez Agencję Bezpieczeństwa Wewnętrznego ze służbami rumuńskimi (SRI), skierowanym przeciwko agresywnej aktywności rosyjskich służb specjalnych.

Prokuratura Krajowa przekazała w komunikacie, że Mazowiecki Wydział Zamiejscowy Departamentu do Spraw Przepięczości Zorganizowanej i Korupcji Prokuratury Krajowej w Warszawie prowadzi w tej sprawie śledztwo dotyczące

działalności obcego wywiadu - Federacji Rosyjskiej - przeciw Rzeczypospolitej Polskiej i państwom sojuszniczym Unii Europejskiej.

Prokurator Mazowieckiego Wydziału Zamiejscowego Prokuratury Krajowej w Warszawie 17 października br. przedstawił Danylowi H. zarzut udziału w działalności obcego wywiadu i przygotowywania aktów sabotażu o charakterze terrorystycznym (chodzi o art. 130 par. 7 i 8 Kodeksu karnego w zw. z art. 65 par. 1 k.k.).

„Według ustaleń śledztwa podejrzany, działając wspólnie

z innymi osobami, realizował zadania zlecone przez rosyjskie służby specjalne, polegające na przygotowaniu i przekazaniu na Ukrainę przesyłek zawierających urządzenia zapalające i substancje chemiczne mogące spowodować pożar lub eksplozję. Przesyłki te zostały przechwycone przez rumuńskie służby jeszcze przed wybuchem” - poinformowała PK.

Według Prokuratury Krajowej „przesyłki te miały ulec samozapłonowi lub eksplozji w czasie transportu. Celem planowanych działań było zastraszanie ludności oraz destabilizacja państw Unii Europejskiej wspierających Ukrainę”.

Jak dodała PK, śledztwo zostało powierzone do przeprowadzenia Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego - II Departamentowi Postępowania Karnego.

Sąd Rejonowy dla miasta stołecznego Warszawy zdecydował o aresztowaniu zatrzymanego na trzy miesiące, a sąd w Rumunii zgodził się na aresztowanie na 30 dni dwóch zatrzymanych w tym kraju.

Dobrzyński, zapytany podczas konferencji o pozostałe pięć zatrzymanych osób, wyjaśnił, że dwie z nich zostały ostatnio zatrzymane w Białej Podlaskiej. Dodał, że w tym przypadku chodziło o rozpracowywanie infrastruktury wojskowej. Dwie kolejne osoby zostały zatrzymane w województwie śląskim.

PAP

Posada dla Szymona Hołowni. Prezydent i rząd łączą wysiłki w staraniach o stanowisko w ONZ

oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Według portalu wyborcza.pl marszałek Sejmu Szymon Hołownia w razie porażki w walce o stanowisko Komisarza ONZ ds. Uchodźców i tak planuje przeprowadzkę do USA.

- Mówienie o Szymonie Hołowni na stanowisku ambasadora RP w USA to zbędne spekulacje, które szkodzą szansom

marszałka Sejmu na objęcie funkcji Wysokiego Komisarza ONZ ds. Uchodźców - powiedział we wtorek wicepremier, szef MSZ Radosław Sikorski.

Prezydent Karol Nawrocki pytany w poniedziałek, czy lider i założyciel Polski 2050 byłby dobrym ambasadorem RP w Stanach Zjednoczonych, odpowiedział, że „z całą pewnością byłby lepszym kandydatem na ambasadora” niż obecnie pełniący te obowiązki Bogdan Klich. To nawiązanie

do nieoficjalnych informacji, jakoby Hołownia zabiegał o taką możliwość w przypadku niepowodzenia w staraniach o stanowisko Wysokiego Komisarza ONZ ds. Uchodźców, na które aplikuje.

Sikorski we wtorek w radiu Rodzina, pytany o słowa prezydenta, odpowiedział, że „szkodzi to szansom marszałka”. Dodał, że jego zdaniem osoby, które spekulują w tej sprawie, próbują „zrobić krzywdę” Hołowni.

- Pracujemy nad tym, aby Polacy obejmowali najwyższe funkcje w systemie międzynarodowym. (...) Ja napisałem już pismo, jest cała kampania na rzecz Szymona Hołowni. On sam wie, jakie są jego szanse, ale trzeba panu Bogu dać szansę - powiedział wicepremier.

Hołownia pod koniec września przekazał, że nie będzie ubiegał się o ponowny wybór na przewodniczącego swojej partii Polska 2050.
PAP

Mieszkańcy Pragi postawili na swoim. Koniec hulajnóg elektrycznych w mieście

oprac. Anna Nagel
Praga

Praga zamierza zablokować od stycznia 2026 r. wypożyczanie hulajnóg elektrycznych przez uniemożliwienie ich parkowania we wszystkich dzielnicach. Decyzję podjęli radni.

Powodem tej decyzji jest długotrwała krytyka ze strony mieszkańców i władz całych dzielnic Pragi, według których źle zaparkowane hulajnogi przeszkadzają przechodniom. Skargi kierowane były pod adresem użytkowników, głównie turystów, którzy zagrażali pieszym niebezpieczną jazdą po chodnikach.

Nowy system regulacji, który wejdzie w życie w stycz-

niu przyszłego roku, przewiduje zawarcie umów o parkowaniu na wyznaczonych przez miasto miejscach z podmiotami oferującymi współdzielone samochody i rowery. Praga nie przewiduje natomiast podpisywania takich umów z firmami wypożyczającymi hulajnogi. Tym samym współdzielone hulajnogi elektryczne staną się w praktyce niedostępne. Jeżeli gdzieś się pojawią, będzie można je usunąć za nieuprawnione parkowanie. Nowe przepisy nie będą mieć wpływu na posiadaczy prywatnych hulajnóg.

Prekursorem zmian dotyczących współdzielonych hulajnóg elektrycznych jest dzielnica Praha 1, która zajmuje ścisłe, historyczne centrum stolicy Czech. PAP



Skargi kierowane były głównie pod adresem turystów, którzy zagrażali pieszym niebezpieczną jazdą

Nicolas Sarkozy w więzieniu. Pierwszy raz w historii Francji

oprac. Karolina Wrońska
Paryż

Były prezydent Francji Nicolas Sarkozy jest pierwszym byłym przywódcą Francji, który będzie odbywać wyrok sądowy w zakładzie karnym.

Sarkozy przybył we wtorek do więzienia mieszczącego się w 14. dzielnicy Paryża. Po wejściu do środka był prezydent poddał się formalnościom administracyjnym, jak każdy inny nowo przybyły więzień.

W komentarzu w serwisie X, który opublikował w drodze z domu do więzienia, Sarkozy po raz kolejny zapewnił, że jest niewinny i nie przestanie potępiać „skandalu sądowego” - jak określił swój wyrok. „Nie żądam żadnych przywilejów i żadnej przychylności” - dodał. Wyraził przekonanie, że „prawda zwycięży”.

Adwokaci byłego prezydenta po jego wejściu do więzienia powiedzieli dziennikarzom, że jego uwięzienie to „hańba”. - To tragiczny dzień dla niego, dla naszych instytucji i dla Francji - oznajmił adwokat Jean-Michel Darrois. Wyraził nadzieję, że „sąd apelacyjny przywróci sprawiedliwość”.

25 września sąd pierwszej instancji orzekł wobec Sarkozy'ego karę pięciu lat więzienia w sprawie dotyczącej finansowania jego kampanii wyborczej z 2007 r. przez Libię, rządzoną wówczas przez Muammara Kaddafiego.



Byli więźniowie La Sante twierdzą, że warunki pobytu w tym więzieniu są mimo wszystko surowe i nie ma mowy o żadnych specjalnych udogodnieniach

Sarkozy został oczyszczony z zarzutów o korupcję i ukrywanie sprzeniewierzenia pieniędzy publicznych, ale uznano go za winnego „przestępczej zмовy”, która jest we Francji poważnym przestępstwem - grozi za nie kara do 10 lat więzienia.

Sarkozy, jak każdy inny skazany, może ubiegać się o zmianę sposobu wykonywania kary. W zależności od decyzji sądu może to skutkować dalszą karą w areszcie domowym, noszeniem bransoletki elektronicznej czy też warunkowym zwolnieniem. Ze względu na wiek - ukończone 70 lat - Sarkozy ma

prawo ubiegać się o to już teraz. Zwykle warunkiem jest odbycie przez skazanego połowy wyroku.

Według informacji dziennika „Le Monde” był prezydent trafi do skrzydła QB4, przeznaczonego dla osób wymagających szczególnej opieki. Składa się

Według mediów we Francji ostatnim uwięzionym przywódcą państwa był Philippe Pétain, szef rządu Vichy kolaborującego z Niemcami

ono z 19 cel i posiada wydzielony plac spacerowy. Sarkozy miałby tam również dostęp do siłowni i biblioteki.

Były francuski prezydent zostanie osadzony w jednoosobowej celi o powierzchni 9 mkw. z zakratowanym oknem, wyposażonej w kuchenkę, lodówkę i prysznic, a także telefon stacjonarny z zatwierdzonymi numerami. Może mu przysługiwać prawo do dwóch 45-minutowych widzeń tygodniowo oraz dwóch spacerów dziennie. Wszędzie, gdziekolwiek się uda na terenie więzienia, będzie mu towarzyszył strażnik. PAP

Ograniczone zaufanie służb. Chodzi o Amerykanów

oprac. Karolina Wrońska
Haga

Szefowie holenderskich służb wywiadowczych przyznali w rozmowie z dziennikiem „de Volkskrant”, że Holandia ostrożniej dzieli się informacjami wywiadowczymi ze Stanami Zjednoczonymi.

Holenderskie służby wywiadowcze - cywilna AIVD (Holenderska Służba Wywiadu i Bezpieczeństwa) i wojskowa MIVD (Wojskowa Służba Wywiadu i Bezpieczeństwa) - przyznały, że coraz rzadziej przekazują wrażliwe informacje swoim amerykańskim partnerom, takim jak CIA czy NSA.

- Zdarza się, że pewnych rzeczy już nie mówimy - powiedział dyrektor wojskowego wywiadu Peter Reesink.

Jego cywilny odpowiednik Erik Akerboom dodał, że decyzje o przekazywaniu danych podejmowane są z uwzględnieniem ryzyka politycznego wykorzystania informacji i naruszenia praw człowieka.

Według „de Volkskrant” to pierwszy raz, gdy holenderskie służby otwarcie przyznały, że pogarszający się stan demokracji w USA wpływa na współpracę wywiadowczą. Równocześnie intensyfikuje się wymiana danych z europejskimi partnerami, w tym z Niemcami, Francją, Wielką Brytanią i Polską.

Rosja i Chiny pozostają głównymi zagrożeniami dla bezpieczeństwa Holandii. Co roku dochodzi do dziesiątek cyberataków na holenderskie firmy i instytucje publiczne. PAP

Pierwsza Japonka na stanowisku premiera. Sanae Takaichi chce być jak „Żelazna Dama”

oprac. Anna Nagel
Tokio

Sanae Takaichi, skrajnie prawicowa szefowa Partii Liberalno-Demokratycznej (PLD), została zatwierdzona przez parlament jako pierwsza w historii Japonii kobieta na stanowisku premiera.

Takaichi, 64-letnia zwolenniczka byłego premiera Shinzo Abego i admirałka Margaret Thatcher, obejmuje władzę w trudnym dla kraju momencie. Rządząca niemal nieprzerwanie od 1955 roku PLD utraciła w ostatnich miesiącach większość w obu izbach parlamentu z powodu spadku popularności i skandalu finansowego.

Biografia Takaichi jest nietuzinkowa. Urodzona w prefekturze Nara, w młodości była



Takaichi ma obrać twardy i konserwatywny kurs

perkusistką w zespole heavy-metalowym, pasjonowała się nurkowaniem i szybkimi samochodami - jej ukochana Toyota Supra jest dziś eksponatem w lokalnym muzeum. Zanim w 1993 roku weszła do polityki, ukończyła zarządzanie bizne-

sem na Uniwersytecie Kobe i pracowała jako prezenterka telewizyjna.

Głównym priorytetem nowej premier będzie ożywienie czwartej gospodarki świata i walka z kryzysem demograficznym i rosnącymi kosztami życia.

Takaichi zapowiedziała wzmocnienie japońskiej gospodarki i zwiększenie wydatków publicznych, co rynki finansowe przyjęły z optymizmem, windując we wtorek przed południem tokijską giełdę na rekordowe poziomy.

Nową premier obiecała również powołanie rządu ze „skandynawską” liczbą kobiet. Dotychczas potwierdzono, że po raz pierwszy w historii resort finansów obejmie kobieta - Satsuki Katayama - z którą nowa premier ma zbieżne poglądy w polityce fiskalnej.

Nominacja Takaichi uważana jest za symboliczne przebicie „szklanego sufitu”. Takaichi reprezentuje konserwatywne skrzydło PLD. Sprzeciwia się m.in. zmianie prawa zmuszającego małżonków do noszenia tego samego nazwiska i popiera utrzymanie męskiej linii sukcesji cesarskiej. W ostatnich tygodniach zgłosiła jednak swoją retorykę wobec Chin i powstrzymała się od wizyty w budzącym kontrowersje świątyni Yasukuni.

Jak przekazała agencja Kyodo, rzecznik ministerstwa spraw zagranicznych Korei Południowej oświadczył, że Seul będzie „współpracować z Tokio w celu utrzymania bliskiej komunikacji z nowym gabinetem Japonii i kontynuowania pozytywnego impulsu w stosunkach między Koreą a Japonią”. PAP

PUPIL

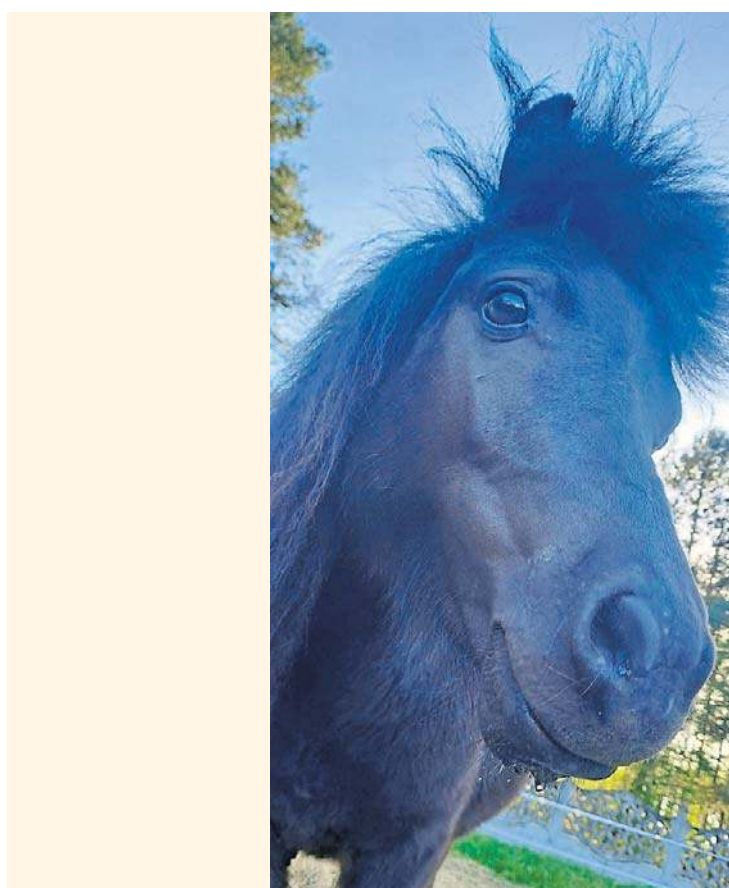
r o k u 2 0 2 5

**Shilla**

Właściciel: Kurek Aleksandra

**Rosa**

Właściciel: Paweł Łobazewicz

**Nico Rio**

Właściciel: Hanna Zimna

Oczy pełne miłości, ogon merda z radości, mrużenie koi stres po ciężkim dniu... My, właściciele pupili, znamy te widoki i uczucia doskonale - i kochamy całym sercem! Domowe zwierzęta to bowiem prawdziwe skarby naszej codzienności. Są z nami w chwilach radości i smutku. Nie pytają o nic, ale dają wszystko - swoją obecność, oddanie i bezwarunkową miłość. To nie tylko towarzysze spacerów, leniwych popołudni i zabaw - to prawdziwi członkowie rodziny, którzy uczą nas troski, odpowiedzialności i cieszenia się z małych rzeczy.

Nasi Czytelnicy co roku mają wspaniałą okazję, aby pokazać, jak bardzo kochają swoje zwierzęta, zgłaszając je do akcji PUPIL ROKU. Miała ona również swoją tegoroczną odsłonę. W ramach plebiscytu tradycyjnie stworzyliśmy wielką, internetową galerię pupili wszelkich gatunków. Zwierzęta stały się też prawdziwymi gwiazdami Facebooka, a także głosowania, w którym to głosujący wybrali najpopularniejsze w skali województwa psy, koty oraz inne zwierzęta.

W największym w Polsce plebiscycie skierowanym do właścicieli zwierząt domowych nie mogło zabraknąć oczywiście rankingów usług, z których na co dzień korzystają opiekunowie pupili. Dlatego - głosami naszych Czytelników - przyznaliśmy tytuły: Weterynarza Roku, Groomera Roku oraz Sklepu Zoologicznego Roku, a także Behawiorysty/Trenera Zwierząt Roku. Pupil Roku 2025 to bowiem doskonała okazja, by wyróżnić najlepszych specjalistów i miejsca przyjazne zwierzętom w naszym regionie.

Tym sposobem powstała mapa sprawdzonych adresów - świetna forma promocji i uznania pracy.

Dziś oddajemy do Państwa rąk dodatek, w którym przedstawiamy zwycięzców poszczególnych kategorii plebiscytu w skali województwa. Na jego strony trafiły zdjęcia psów i kotów, które zdobyły najwięcej głosów w każdym mieście i powiecie oraz pierwsza dziesiątka wśród innych pupili w każdym z województw. Na stronach dodatków przedstawiamy też weterynarzy, groomerów, behawiorystów/trenerów zwierząt i sklepy zoologiczne, które zwyciężyły w tym wyjątkowym plebiscycie.

Ale to nie koniec! Wyczekiwany zwieńczeniem akcji będzie wydanie pięknego albumu „NASZE PUPILE”, w którym znajdą się zdjęcia zwierzątek z całej Polski, ponieważ miała ona charakter ogólnopolski właśnie.

Z radością możemy Państwa poinformować, że prace nad tym albumem idą pełną parą i wkrótce będziemy mogli powiadomić zainteresowanych, że to wspaniałe wydawnictwo ukaże się już po raz czwarty. Poprzednie edycje cieszyły się ogromnym zainteresowaniem, a albumy zawierały przepiękne zdjęcia zwierzątek z całej Polski. Tak samo będzie i w tym roku! Będzie to piękna publikacja na eleganckim papierze, a na stronach tego wyjątkowego, oryginalnego albumu znajdzie się miejsce dla 25 zwierząt z każdego województwa: 10 psów, 10 kotów oraz 5 przedstawicieli innych gatunków.

WETERYNARZ ROKU MIEJSCE I

Jego nadzieja na uratowanie zwierzaka nie wygasa, nawet kiedy jest trudno

Satysfakcjonuje Go to, że ze zwierzętami często udaje się osiągnąć szybciej więź i porozumienie niż z ich właścicielami. - Pracuję z końmi i wykonuję diagnostykę i chirurgię psów i kotów. Niezmiennie jest dla mnie szokiem, ile znaczy w tej pracy nieszablonowość, instynkt, ale i opanowanie i warsztat pracy, który opracowuje się latami - wyznaje. W tym zawodzie cieszy naszego zwycięzcę także skuteczność w działaniu, czyli obserwacja efektów leczenia i to, że



Arkadiusz Klamecki
Gabinet Weterynaryjny Open Vet,
Grabik

kiedy poruszasz się już w ekstremum, to jednak udaje się osiągnąć pożądaną efekt - pacjenta, który był skazany na śmierć, udaje się jednak uratować. - Tylko własny umysł wyznacza ci granice kreatywności w tej pracy. To idealistyczne spojrzenie, ale często da się to realizować kosztem, np. ekonomii - zauważa doktor

Klamecki, dla którego każdy pacjent jest najważniejszy, a porażki traktuje osobiście, stąd ucieczyły Go zaufanie klientów, głosy i nominacja.

MIEJSCE II

Agata Rachwalska
PET - VET Przychodnia Weterynaryjna,
Świebodzin

MIEJSCE III

Marta Barska
Przychodnia Dla Zwierząt,
Gubin

BEHAWIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT ROKU MIEJSCE I

„Szkolimy, nie tresujemy”, czyli próba zrozumienia swojego psiego przyjaciela

Nasza zwyciężczyni w kategorii Behawiorysta/Trener Zwierząt Roku w swoim biznesie KarPeTeam kieruje się mottem: „szkolimy, nie tresujemy”, a słowa te odnoszą się zarówno do zwierząt, jak i samych właścicieli. Beata Karpeta jest behawiorystką na licencji Victorii Stilwell - renomowanej instytucji zajmującej się szkoleniami dla profesjonalistów w branży trenerów psów. Jak dowiadujemy się z oficjalnej strony internetowej KarPeTeam, pani Beata ma za sobą już 20 lat do-



Beata Karpeta
Szkolenie psów KarPeTeam,
Zielona Góra

świadczenia z licznymi certyfikatami i sukcesami w pomocy psom oraz ich właścicielom. Fakt ten potwierdzają opinie o Jej szkole. Klienci podkreślają, że Beata Karpeta jest w stanie wprowadzić u ich psów widoczne zmiany na lepsze po zaledwie kilku spotkaniach. Co więcej, dzięki Jej eksperytyzie, wiedzą już, jak

wzmocnić więź i zrozumienie ze swoim ukochanym czworonogiem. Klienci KarPeTeam czują również, że mogą tu zawsze liczyć na wsparcie.

MIEJSCE II

Iwona Utrata
Ultra-Vet - Szkolenie Psów,
Zielona Góra

MIEJSCE III

Marta Sznajder
Szkolenie Psów boRuta,
Zielona Góra

GROOMER ROKU MIEJSCE I

Co ją motywuje? Różne oczekiwania właścicieli i charaktery ich pupili

Pani Joannie największą radość sprawia codzienny kontakt z psami. Jak mówi, nie wyobraża sobie obecnie innej pracy, gdyż każdy dzień przynosi Jej inne wyzwania. - Zwierzęta mają różne temperamenty, a właściciele oczekiwania. To pozwala się rozwijać, a motywuje mnie widok zadbanego pieska merdającego ogonkiem i zadowolonych klientów. Ale jak to się wszystko zaczęło? Pierwszy pies naszej zwyciężczyni, terier rosyjski Ero, chodził do groomera



Joanna Toporska
Atelier Czworonoga,
Gubin

-Agaty Kopec. Kiedy zaszła w ciążę i zamknęła swój salon, pani Joanna zaczęła go kąpać sama w domu. To wtedy narodził się pomysł, by otworzyć wspólnie z Agatą Kopec salon. - Ona, mając ogromną wiedzę i doświadczenie, wprowadziła mnie w świat groomingu i tak powstał salon Atelier Czworonoga w Gubinie - przywołuje Groomer Roku, dla której tytuł ten na początku wywołał szok. Dziś jest wdzięczna klientom za wyróżnienie i zaufanie.

MIEJSCE II

Katarzyna Kowal
Salon Groomerski Puppy Love,
Kostrzyn nad Odrą

MIEJSCE III

Agata Kopec
Atelier Czworonoga,
Gubin

SKLEP ZOOLOGICZNY ROKU MIEJSCE I

Ponad trzy dekady doświadczenia w branży i wojewódzki sukces

Zwycięski Sklep zoologiczny Pirania jest miejscem z bogatą historią, gdyż już od 36 lat zapopatrują troskliwych właścicieli w różnorodnych produktach niezbędnych dla ich zdrowego rozwoju i dobrego samopoczucia. Sklep jest bardzo aktywny w mediach społecznościowych i, jak twierdzą właściciele, dysponują najbogatszym asortymentem w całym Gorzowie Wielkopolskim, a jeśli zagłębimy się w opinie klientów, możemy mieć pewność, że te słowa są jak najbardziej



Sklep zoologiczny Pirania
Gorzów Wielkopolski,
Mieszka i 13

prawdziwe. Klienci Piranii przedstawiają cały wachlarz różnorodnych potrzeb, na które sklep bezproblemowo odpowiada. Od właścicieli ryb, gadów, aż po psy, koty i króliki - wszyscy mogą liczyć, że znajdą tutaj to, czego szukają. W swoich opiniach podkreślają także fakt, że Sklep zoologiczny Pirania pochwalić może się bardzo miłą, kompetentną i pomocną obsługą, która niejednokrotnie dzieli się z klientami swoją wiedzą.

MIEJSCE II

Sklep zoologiczny Reksio
Sulęcín,
Witosa 2B

MIEJSCE III

Kakadu zoo
Zielona Góra,
Szosa Kisielińska 22 B

PUPIL ROKU



Emma
Właściciel: Bartosz Troczka, Gorzów Wielkopolski



Shilla
Właściciel: Kurek Aleksandra, Zielona Góra



Maniek
Właściciel: Ewa Zinek, powiat gorzowski



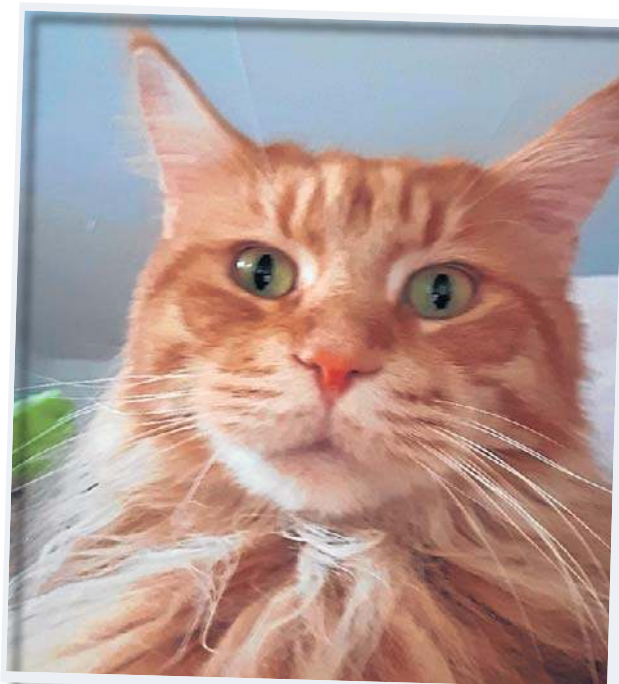
Gosia
Właściciel: Aleksandra Jodłowska, powiat krośnieński



Lucyfer
Właściciel: Wiktoria Danyluk, powiat międzyrzecki



Czarus
Właściciel: Kamila Gawlik, powiat nowosolski



Diego
Właściciel: Sylwia Cugier, powiat strzelecko-drezdenecki

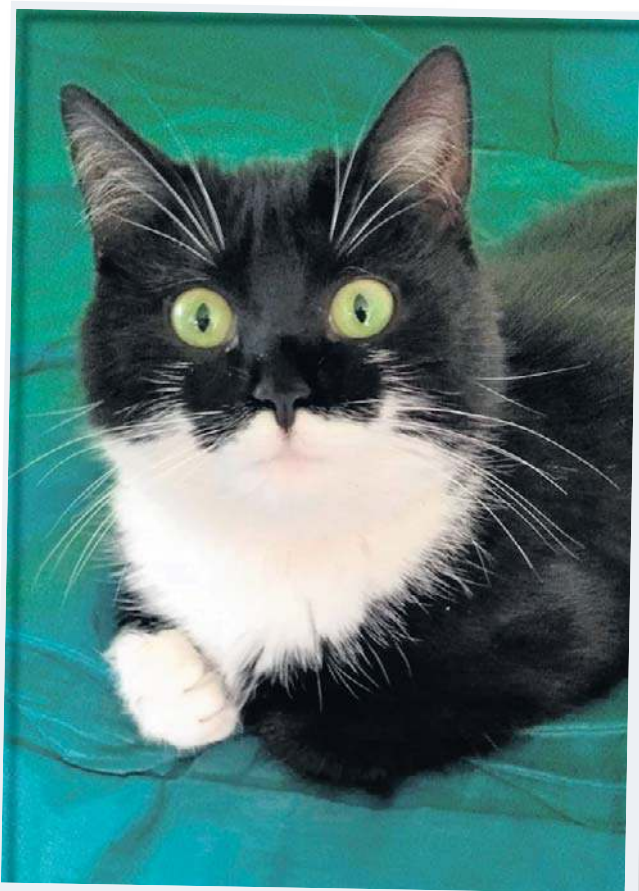


Bezi
Właściciel: Grażyna Buchajczyk, powiat sulciński



Aksi
Właściciel: Dorota Baranowska-Mikos, powiat słubicki

PUPIL ROKU



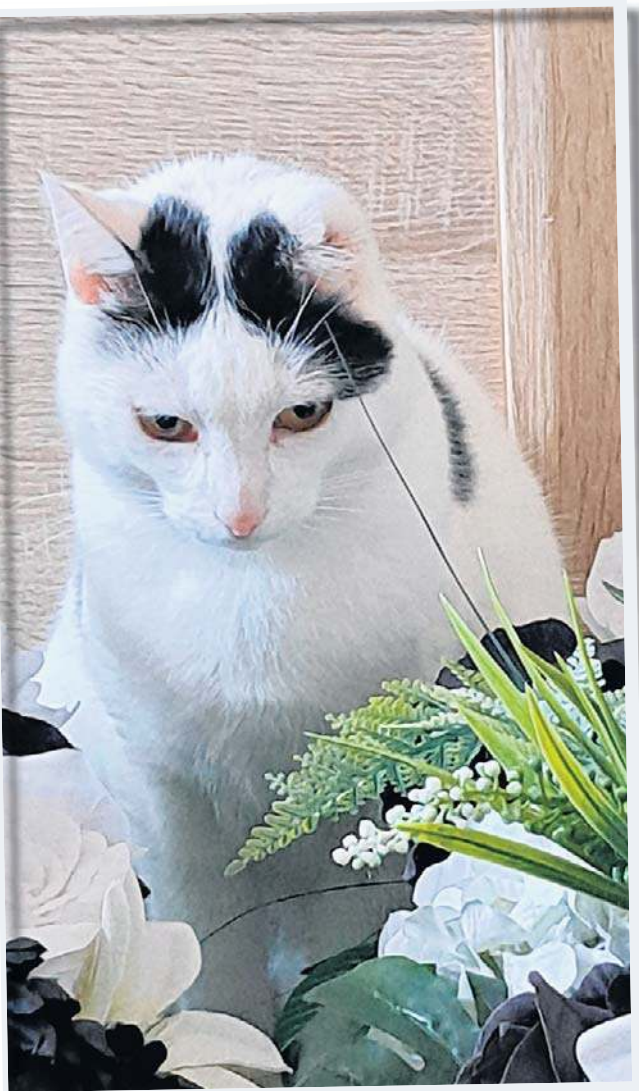
Pola
Właściciel: Karolina Stebelska, powiat wschowski



Myszka
Właściciel: Katarzyna Kowalska, powiat zielonogórski



Kiciunia
Właściciel: Monika Bielak, powiat żarski



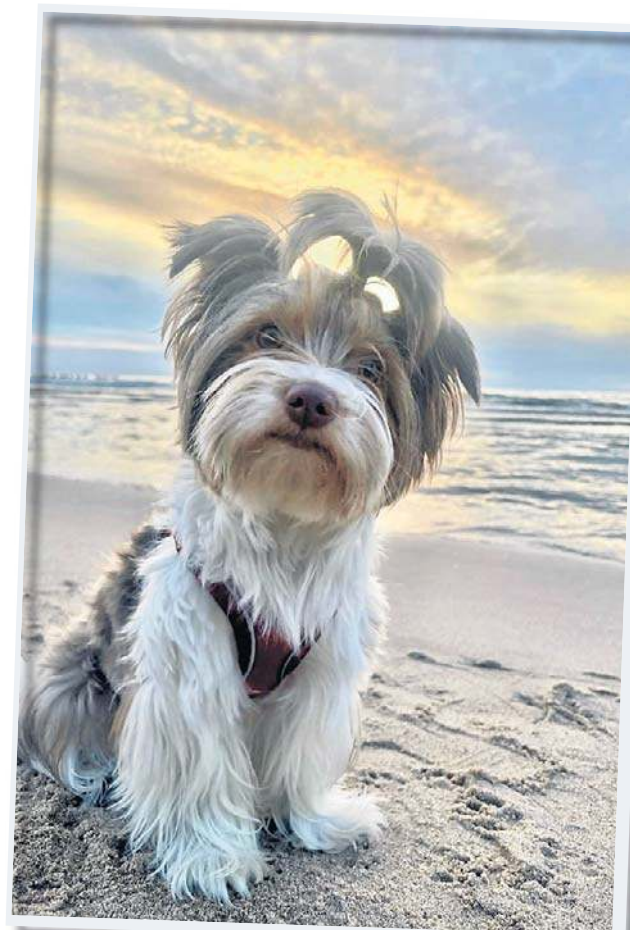
Duszka
Właściciel: Małgorzata Sztubecka, powiat żagański



Majlo
Właściciel: Nikola Kańduła, Zielona Góra



Jackson
Właściciel: Eugeniusz Zaszczerzyński, powiat świebodziński



Nessie
Właściciel: Julia Tarlecka, Gorzów Wielkopolski

PUPIL ROKU



Rico
Właściciel: Małgorzata Pawlak, powiat gorzowski



Basco
Właściciel: Natalia Bakalarczyk Grabowska, powiat krośnieński



Diego
Właściciel: Karolina Kaczorowska, powiat sulęciński



Karmel
Właściciel: Oliwia Story, powiat międzyszecki



Ragnar
Właściciel: Natalia Wysoczańska, powiat nowosolski



Abi
Właściciel: Ewelina Koza, powiat strzelecko-drezdenecki

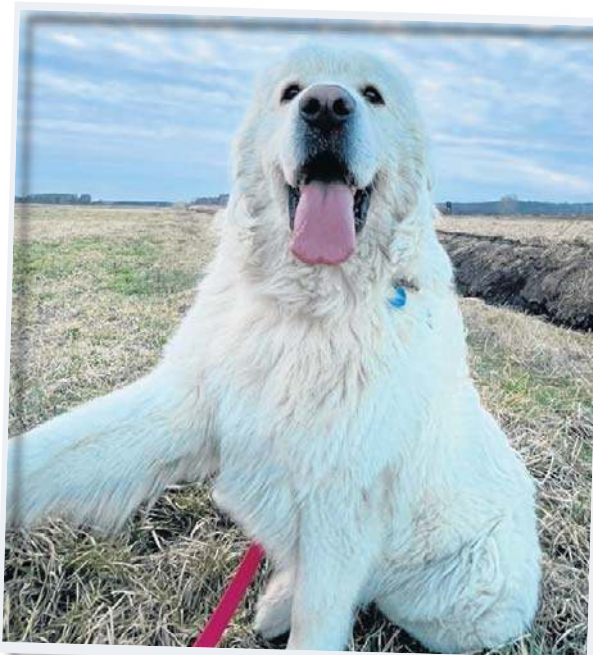


Tulia
Właściciel: Paulina Jóźwiak, powiat słubicki

PUPIL ROKU



Maniek
Właściciel: Patrycja Kowalczyk, powiat wschowski



Jack
Właściciel: Sebastian Data, powiat zielonogórski



Nico Rio
Właściciel: Hanna Zimna



Tosia
Właściciel: Angelika Janas, powiat żagański



Rosa
Właściciel: Paweł Łobazewicz, powiat świebodziński



Demon
Właściciel: Wioletta Bzik, powiat żarski



Kiki
Właściciel: Julia Paluszek

PUPIL ROKU



Kai
Właściciel: Sandra Józków-Frac



Fifi
Właściciel: Wioletta Mucha



Węzół
Właściciel: Klaudia Świętochowska



Milcik
Właściciel: Alan Grabski



Zosia
Właściciel: Stec Piotr



Pascal
Właściciel: Amelia Sroka



Furas
Właściciel: Karolina Więch



Cycuś
Właściciel: Magdalena Bober

Podróż zaczyna się od Twojej strony

stronapodrozy.pl



strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Wszystko, co trzeba wiedzieć o nadciśnieniu

Samodzielny pomiar ciśnienia krwi to bardzo ważny element leczenia i profilaktyki chorób układu sercowo-naczynio-

wego. Niestety, wielu pacjentów bagatelizuje zalecenia lekarzy i tego nie robi. Jak skutecznie kontrolować ciśnienie krwi, przy jakich wynikach pomiaru trzeba wszcząć alarm, czym grozi nadciśnienie i niedociśnienie - tego dowiesz się z naszego poradnika.

ZA TYDZIEŃ:

- Pierwsze objawy udaru mózgu. Symptomy, których nie można bagatelizować. Kiedy wezwać pogotowie?
- Co jeść, żeby nie zachorować na COVID-19? Dieta antywirusowa



FOT. GETTYIMAGES.COM

Na osteoporozę chorują nie tylko starsze panie. Nie daj się jej złamać

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka-zuk@stronazdrowia.pl

Osteoporoza to choroba, która osłabia kości i zwiększa ryzyko ich złamań, często prowadząc do poważnych powikłań, takich jak niepełnosprawność, a nawet śmierć.

Osteoporoza jest chorobą kości, w której dochodzi do stopniowego ubytku ich masy. Nazywane też zrzesotnieniem kości, schorzenie prowadzi do osłabienia ich struktury. Konsekwencją jest zwiększenie podatności na patologiczne złamania, które najczęściej dotyczą trzonów kręgowych, kości udowej i ramiennej, a także dystalnej (końcowej) części przedramienia. Dochodzi do nich pod wpływem mikro-urazów np. przy upadku.

Jak rozpoznać niepokojące symptomy

Objawy osteoporozy mogą nie być odczuwane, jednak istnieją pewne dolegliwości i zmiany, które mogą wskazywać na postępujący proces zrzesotnienia kości.

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy. Prowadzi to m.in. do zmniejszenia siły uścisku dłoni, co zaobserwowano w badaniach kobiet po menopauzie. To grupa szczególnie narażona na szybki rozwój osteoporozy, gdyż niekorzystny hormonalny. Na potencjalny ubytek masy kostnej w szczęcie może z kolei wskazywać recesja dziąseł. U pacjentów, którzy mają ten problem, widoczna staje się coraz większa część zębów, a ich odsłonięte szczyłki stanowią przyczynę nadwrażliwości zębów. Jeżeli osłabione i kruche stają się paznokcie, które nie są malowane ani narażane na działanie czynników niszczących ich płytkę, stanowi to ważny sygnał do zbadania gęstości kości.

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się



FOT. FREEPIK

Osteoporoza to najczęstsza choroba kości, która dotyka ok. 2,5 miliona Polaków, najczęściej po 50. roku życia

ciała, tj. zmniejszenia się wzrostu. Choć zjawisko to zachodzi naturalnie z wiekiem, znaczne zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgow. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem.

Zaawansowana osteoporoza prowadzi do złamań kompresyjnych nawet kilku kręgow naraz, a także kości także w obrębie klatki piersiowej, co prowadzi do jej zapadnięcia i często powoduje problemy oddechowe. Widoczne jest zaokrąglenie się pleców i powstanie garba, który sam w sobie wywołuje bóle górnych i dolnych odcinków kręgosłupa.

Złamania osteoporotyczne dotyczą aż 30 proc. kobiet oraz 8 proc. mężczyzn po 50. roku życia. W przypadku osób star-

szych upadki należą do najpoważniejszych przyczyn utraty sprawności. Znacznie przyspieszają proces starzenia się i zwiększają prawdopodobieństwo śmierci.

- Upadki seniorów, w których dochodzi do urazów, są jedną z głównych przyczyn niepełnosprawności i piątą co do częstotliwości przyczyną zgonów u osób po 75 r.ż. - podkreśla dr hab. prof. nadzw. Marek Żak, specjalista fizjoterapii i autor raportu „Upadki osób starszych - przyczyny i następstwa” Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

Trzeba pamiętać, że masa kostna to kapitał, który zbieramy na początku życia, by potem korzystać z niego w razie niedoborów

Zadbaj o dietę i dobrze się prowadź

Niedobór wapnia i witaminy D w organizmie to najpoważniejsze czynniki ryzyka osteoporozy. Tę pierwszą warto suplementować. A jeśli chodzi o wapń, trzeba zadbać o prawidłową dietę, bogatą w mleko i przetwory mleczne, w tym sery twarogowe, jogurty, kefir i maślanki. Sery pleśniowe również są znakomitą źródłem tego składnika mineralnego, natomiast serki topione są bardzo ubogie w wapń.

Do zrzesotnienia kości prowadzi też nasilona ucieczka wapnia z kości m.in. pod wpływem kwasotwórczej diety czy przyjmowania niektórych leków, np. sterydowych.

By zminimalizować ryzyko wystąpienia choroby, istotny jest także styl życia, jaki prowadzimy. Regularna aktywność fizyczna może nam pomóc, nato-

miast palenie papierosów, nadużywanie alkoholu, otyłość, siedzący tryb życia czy niedożywienie są w stanie nam zaszkodzić, znacząco zwiększając ryzyko wystąpienia osteoporozy.

Do poważnych czynników ryzyka choroby należą również wczesna menopauza (przed 40. r.ż.) i wystąpienie złamania biodra u jednego z rodziców.

Densytometria prawdę ci powie

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza ich gęstości, nazywana densytometrią. Badanie kości jest zalecane dla osób po 40. r.ż., u których osteoporoza występowała rodzinie - wszystkich kobiet po 50. roku życia - mężczyzn po 55. roku życia.

Przeciwwskazania do wykonania badania densytometrycznego: ● ciąża ● padaczka ● okres 2 dni od badania z użyciem środka kontrastowego, np. tomografii komputerowej z kontrastem ● wykonanie w ostatnim roku badania RTG lub rezonansu magnetycznego ● osłabienie po chorobie ● aktywne infekcje oddechowe, w tym ich objawy takie jak gorączka i katar.

Trzeba pamiętać, że masa kostna to kapitał, który zbieramy na początku życia, by potem korzystać z niego w razie niedoborów. W młodym wieku komórki kostne tworzone są szybciej, niż ulegają degeneracji. Tempo to z czasem zwalnia i jeszcze przed ukończeniem 18 lat u większości kobiet uformowane jest ok. 90 proc. masy kostnej. Maksimum osiągnięte jest natomiast do 30. roku życia.



FOT. MIKOŁAJ OPATOWSKI

W Polsce znajduje się 47 uzdrowisk oferujących relaks pośród pięknej natury, a także kuracje w sanatorium

10 najlepszych uzdrowisk w Polsce. Jest nowy ranking

Emil Hoff
emil.hoff@stronazdrowia.pl

Redakcja Magazynu Travelist, specjalizującego się w krajowej turystyce, rozstrzygnęła konkurs na najlepsze polskie uzdrowiska. Niżej Top 10 uzdrowisk, które wytypowali internauci.

1. Busko-Zdrój, woj. świętokrzyskie; 22 proc. głosów

Busko zachwyca kuracjuszy i turystów przede wszystkim klimatem: jest tu bardzo słonecznie i ciepło, nawet jesienią i zimą klimat jest łagodniejszy niż w innych miejscach.

2. Muszyna, woj. małopolskie; 17 proc. głosów

Pięknie położona nad Popradem miejscowość oferuje oryginalne atrakcje: ogrody sensoryczne, zaprojektowane tak, by działały na wszystkie zmysły, nie tylko wzrok i powonienie.

3. Krynica-Zdrój, woj. małopolskie; 14 proc. głosów

Krynica ma aż 200 lat tradycji uzdrowiskowych, co widać w jej pięknej architekturze i szerokiej ofercie atrakcji. Widoki z Jaworzyny krynickiej zapierają dech w piersiach.

4. Kołobrzeg, woj. zachodniopomorskie; 11,5 proc. głosów

Słynie ze swoich solanek, borowiny i plaż. To w ogóle jeden z ulubionych kurortów Polaków, chętnie wybierany na letnie wakacje i urlopy.

5. Świnoujście, woj. zachodniopomorskie; 10,3 proc. głosów

Zachwyca piękny Park Zdrojowy i jedna z najlepszych plaż na polskim wybrzeżu. Panuje tu

kosmopolityczna atmosfera za sprawą gości z Niemiec i Skandynawii.

6. Nałęczów, woj. lubelskie; 9,75 proc. głosów

W samym miasteczku można podziwiać zabytkowe wille, a okolica doskonale nadaje się na spacer wśród lasów i malowniczych wąwozów.

7. Polanica-Zdrój, woj. dolnośląskie; 9,63 proc. głosów

Szczególnie pięknie jest tu wiosną i latem, gdy rozkwitają magnolie i rododendrony w parku zdrojowym. Latem w Teatrze Zdrojowym można oglądać spektakle, racząc się wodą ze słynnego źródła Wielka Pieniawa.

8. Szczawnica, woj. małopolskie; 8 proc. głosów

Poza wszystkimi innymi atrakcjami, Szczawnica to doskonałe miejsce dla osób lubiących aktywny wypoczynek. Z uzdrowiska można ruszyć w Pieniny, spłynąć Dunajcem na flisackiej tratwie lub udać się na szlaki Beskidu Sudeckiego.

9. Szczawni-Zdrój, woj. dolnośląskie; 7,2 proc. głosów

Miejscowość u stóp Gór Wałbrzyskich słynie przede wszystkim z pięknej, zabytkowej pijalni wód mineralnych. Spacerując po tym pawilonie, można się poczuć jak w czasach księżnej Daisy.

10. Kudowa-Zdrój, woj. dolnośląskie; 6,7 proc. głosów

Kudowa oferuje oryginalne atrakcje, jak słynna Kaplica Czażek i Szlak Ginących Zawodów.

Co oznaczają liczby w pomiarze ciśnienia? Tych wartości nie powinny przekraczać

Marta Siesicka-Osiak
marta.siesicka-osiak@polskapress.pl

Lekarz zlecił ci kontrolowanie ciśnienia, a ty nie wiesz nawet, co oznaczają liczby w pomiarze ciśnienia? Wszelkie wątpliwości związane z tym zagadnieniem rozwiewa nasz poradnik.

Pomiar ciśnienia tętniczego składa się z dwóch wartości - górnej i dolnej - wyrażonych w milimetrach słu pa rtęci (mmHg). Wyświetlają się one na ekranie ciśnieniomierza automatycznego. Wartość górna oznacza ciśnienie skurczowe, natomiast dolna odnosi się do ciśnienia rozkurczowego. Zazwyczaj na wyświetlaczu jest też trzeci parametr, który pokazuje twój puls.

Co oznacza pierwsze i drugie ciśnienie?

● Ciśnienie skurczowe - to ciśnienie panujące w tętnicach w momencie skurczu mięśnia sercowego, widoczne jako wartość górna;

● Ciśnienie rozkurczowe - to ciśnienie mierzone w tętnicach, gdy serce się rozluźnia, przedstawione jako wartość dolna.

Pamiętaj, aby zawsze wykonać 2 pomiary w odstępie ok. 1-2 minut i zapisać średnią. Ciśnienie mierz dwa razy dziennie o stałej porze, najlepiej rano i wieczorem. Wyniki zapisuj w jednym miejscu np. w dzienniczku lub aplikacji i zabieraj ze sobą na kontrolę do lekarza.

Ważna jest także pozycja, w jakiej mierzysz ciśnienie. Do prawidłowego zmierzenia ciśnienia krwi zaleca się podparcie ramienia na blacie i założenie



FOT. FREEPIK

Na nadciśnienie tętnicze wg szacunków na świecie choruje już jedna na trzy osoby

mankietu tak, aby jego środkowa część znajdowała się na wysokości serca. Mimo to w praktyce stosuje się niestandardowe pozycje np. z ramieniem opartym na kolanach lub bez podparcia z ręką swobodnie opadającą wzdłuż boku. W taki sposób ciśnienie mierzą nawet lekarze czy pielęgniarki w gabinecie podczas wizyty. Okazuje się, że przez nieprawidłową pozycję możesz zawyżyć swoje ciśnienie krwi nawet o 9 mmHg.

Jakie jest idealne ciśnienie krwi?

● Prawidłowe ciśnienie krwi według najnowszych wytycznych wynosi 120/80 mmHg, co oznacza, że:

● ciśnienie skurczowe (górna liczba) powinno być mniejsze niż 120,

● ciśnienie rozkurczowe (dolna liczba) powinno być mniejsze niż 80.

Podwyższone ciśnienie skurczowe, przekraczające wartość 130 mmHg, wskazuje na zwiększone obciążenie ścian naczyń krwionośnych. W takiej sytuacji serce musi włożyć więcej wysiłku, aby pompować krew do organizmu.

Badania pokazują, że podwyższone ciśnienie skurczowe (górne) jest silniej powiązane z występowaniem zawału serca i udaru mózgu niż rozkurczowe. Jednak podwyższone ciśnienie rozkurczowe (dolne), przekraczające 80 mmHg także świadczy o zaburzeniu pracy układu krwionośnego. Jego nieprawidłowe parametry mogą być

pierwszym zwiastunem wystąpienia chorób układu sercowo-naczyniowego.

Skąd bierze się wysokie ciśnienie?

Problem nadciśnienia dotyka już ponad 10 milionów Polaków. Jedną z głównych przyczyn jego występowania jest starzenie się organizmu. Dlaczego? Ponieważ wraz z wiekiem nasze naczynia krwionośne stają się sztywniejsze, a to powoduje wzrost ciśnienia krwi.

Pozostałe czynniki sprzyjające podwyższeniu ciśnienia to m.in.: ● uwarunkowania genetyczne ● cukrzyca choroby nerek ● zaburzenia hormonalne ● przyjmowanie niektórych leków ● otyłość i nadwaga ● niewłaściwa dieta bogata w sól.

Jeśli chcesz w naturalny sposób zapobiegać rozwojowi nadciśnienia zadбай o zmianę stylu życia. Rzuć palenie, ogranicz spożycie alkoholu, kontroluj wagę, wprowadź odpowiednią dietę - sprawdź się dieta DASH lub dieta śródziemnomorska i pamiętaj o aktywności fizycznej (co najmniej 150 minut ćwiczeń o umiarkowanej intensywności tygodniowo).

Czy niskie ciśnienie zagraża życiu?

Nie należy lekceważyć także zbyt niskiego ciśnienia krwi, mówimy o nim, gdy skurczowe ciśnienie krwi wynosi poniżej 90 mmHg, a rozkurczowe poniżej 60 mmHg. Skontaktuj się z lekarzem, jeśli twoje ciśnienie spadło poniżej tych wartości,

a jednocześnie obserwujesz u siebie takie objawy jak: ● zawroty głowy ● omdlenie ● nagłe zmęczenie ● nudności ● zaburzenia widzenia.

Niskie ciśnienie krwi występujące w sposób ciągły i niedające niepokojących objawów nie jest stanem zagrażającym zdrowiu. Choć jednak kardiologzy przyjmują, że niedociśnienie samoistne jest mniej niekorzystne dla pacjenta niż nadciśnienie, z badań naukowych wynika, że wcale nie jest ono obojętne dla zdrowia.

U osób z przewlekłym niedociśnieniem tętniczym, które najczęściej ma podłoże genetyczne, wykazano mniejszą elastyczność tętnic w porównaniu z osobami o normalnym ciśnieniu krwi. Powoduje to spowolnienie przepływu krwi i jest właściwym powodem spadku jej ciśnienia. W rezultacie tkanki organizmu są mniej dotlenione, co w późniejszym wieku może powodować szereg dolegliwości i zmian chorobowych.

Natomiast niedociśnienie ortostatyczne zagraża nie tylko zdrowiu, ale i życiu pacjenta. Oprócz tego, że często wywołuje omdlenia, może też nasilać niedokrwienie serca przy chorobach układu krążenia.

Powodem do niepokoju jest również niskie ciśnienie w ciąży, szczególnie jeśli przyszła mama miała wcześniej ciśnienie w normie. Może to wskazywać na osłabienie, a nawet wewnętrzny krwotok i powinno być jak najszybciej skonsultowane z lekarzem.

Nie lekceważ zmęczenia i bólu brzucha! Rak trzustki może imitować inne choroby



Rak trzustki jest stosunkowo rzadkim nowotworem, niestety, charakteryzuje się wysoką śmiertelnością. Szansa na 5-letnie przeżycie w momencie postawienia diagnozy wynosi tylko ok. 11 proc

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Rak trzustki nawet dla lekarzy stanowi zagadkę. To jeden z najbardziej podstępnych i najgroźniejszych nowotworów. Zwykle nie daje objawów bardzo długo lub są one niespecyficzne.

Śmierć Anny Przybylskiej w wieku zaledwie 36 lat 9 lat temu wstrząsnęła Polską. Walka uwielbianej aktorki z rakiem trzustki wywołała tzw. „efekt Przybylskiej” – z jednej strony gwałtownie wzrosła świadomość na temat tego podstępного nowotworu, z drugiej pojawił się ogromny lęk i potrzeba wiedzy o wczesnym wykrywaniu. Pierwsze objawy raka trzustki u Przybylskiej były na tyle niespecyficzne, że trudno je było jednoznacznie powiązać z chorobą.

Aktorka zawsze prowadziła zdrowy tryb życia, dbała o dietę swoją i swojej rodziny, a także regularnie poddawała się badaniom profilaktycznym. Jej tata zmarł na raka trzustki, dlatego zawsze bała się tej choroby. Los chciał jednak inaczej i ta piękna kobieta została w bardzo krótkim czasie wyniszczona przez tę samą podstępną i niezwykle groźną chorobę.

Pierwsze objawy raka trzustki u Anny Przybylskiej pojawiły się dużo przed wykryciem nowotworu. Aktorka

przez długi czas skarżyła się na zmęczenie i nawracające bóle żołądka. Z tego powodu pogorszyło się również jej samopoczucie i zachorowała na depresję. Te wczesne objawy nowotworu nie były jednak specyficzne i trudno było podejrzewać tak ciężką chorobę. Szczególnie, że wyniki badań również były dobre. Sama Ania w wywiadach bagatelizowała pierwsze symptomy i tłumaczyła je stresem, nadmiarem pracy i obowiązków przy dzieciach.

Wyjątkowo podstępny nowotwór

Rak trzustki nawet dla lekarzy stanowi zagadkę. To jeden z najbardziej podstępnych i najgroźniejszych nowotworów. Zwykle nie daje objawów bardzo długo lub są one niespecyficzne, zależne od lokalizacji guza, co utrudnia diagnozę. Często wykrywany jest on więc dopiero w zaawansowanym stadium, gdy usunięcie guza jest już niemożliwe. Lekarze nie wiedzą także, dlaczego jest on tak groźny, że zwykle nie da się go leczyć i czemu aż do tego stopnia wyniszcza organizm w bardzo krótkim czasie znacznie dotkliwiej niż inne rodzaje nowotworów.

Dobra wiadomość jest taka, że jest to rzadki nowotwór, jednak mimo to w Polsce co roku umiera na niego ponad 5 tys. osób. Dodatkowo szansa na 5-

letnie przeżycie w momencie postawienia diagnozy wynosi tylko ok. 11 proc. Wczesne objawy są bardzo mylące i mało charakterystyczne. Są to właśnie, tak jak w przypadku Przybylskiej zmęczenie, bóle żołądka, brak apetytu, chudnięcie i depresja.

Inne objawy raka trzustki to: żółtaczka, brak apetytu, uczucie

przelewania w brzuchu, ból w dolnej części pleców, nudności, wymioty, wzdęcia, odbijanie, biegunki na zmianę z zaparciami, nietolerancja glukozy, zakrzepowe zapalenie żył.

Ryzyko rozwoju raka trzustki wzrasta wraz z wiekiem. Czynniki ryzyka są również: palenie papierosów, brak aktywności fizycznej, otyłość, nadużywanie alkoholu, cukrzyca, przewlekłe zapalenie trzustki, wrodzone zespoły nowotworowe, czynnik genetyczny.

Organ specjalnej troski

Trzustka pełni niezwykle ważne funkcje w organizmie, wśród których można wymienić: ● wydzielanie insuliny, czyli hormonu obniżającego stężenie glukozy we krwi ● wydzielanie glukagonu, który przez rozkład glikogenu w wątrobie prowadzi do zwiększenia poziomu cukru we krwi ● wydzielanie soku trzustkowego oraz enzymów trawiennych ● wydzielanie glukagonu, który przez rozkład glikogenu w wątrobie prowadzi do zwiększenia poziomu cukru we krwi ● wydzielanie soku trzustkowego oraz enzymów trawiennych. Jest przy tym bardzo wrażliwa i przez długi czas nie daje objawów o niedomaganiach, które prowadzą (poza rozwojem nowotworów) m.in. do rozwoju insulinooporności i cukrzycy typu 2, a także ostrego zapalenia trzustki.

WARTO WIEDZIEĆ

Na liście wrogów trzustki pierwsze miejsce zajmują tłuszcze, takie jak:

pełnotłuste produkty mleczne, smażone potrawy, tłuste przekąski (np. chipsy), produkty o wysokiej zawartości tłuszczu (np. majonez). Tłusta dieta powoduje, że trzustka musi pracować ciężiej. Trzustce nie służą także słodkie i napoje gazowane. W badaniu opublikowanym w „Annals of Epidemiology” sugeruje się, że słodkie, przetworzone węglowodany mogą być szczególnie powiązane z rakiem trzustki. Z kolei badanie, które ukazało się w czasopiśmie „Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention”, wykazało związek między słodkimi napojami gazowanymi a rakiem trzustki.

Nawet milion Polaków może zmagać się z trudno gojącymi się ranami. Eksperci alarmują: antybiotyki nie są rozwiązaniem

Ingrid Hintz-Nowosad
ingrid.hintz-nowosad@polskapress.pl

W Polsce nawet do miliona osób może żyć z ranami, które nie chcą się goić. Eksperci kampanii „Rany pod kontrolą” ostrzegają, że problem będzie narastał, jeśli nie zmienimy podejścia do problemu.

Jak podkreślają specjaliści, niegroźna rana – np. po skaleczeniu, oparzeniu czy drobnym zabiegu – powinna goić się samoistnie. Coraz częściej jednak proces ten zostaje zaburzony przez zakażenie opornymi bakteriami, co prowadzi do powstania tzw. rany przewlekłej. Taka rana wymaga specjalistycznego leczenia i może prowadzić do poważnych powikłań, w tym amputacji, a nawet zagrożenia życia.

– Wielu pacjentów przez miesiące, a nawet lata, bezskutecznie próbuje leczyć rany. Często stosują przestarzałe metody lub nieodpowiednie preparaty – mówi prof. Tomasz Banasiewicz, przewodniczący Rady Ekspertów kampanii „Rany pod kontrolą”.

Antybiotyki? Tylko w ostateczności

Eksperci alarmują, że ponad 70 proc. zakażeń ran w Polsce leczonych jest ogólnoustrojowo – najczęściej antybiotykami. Tymczasem w wielu przypadkach są one niepotrzebne lub nieskuteczne, a ich nadużywanie przyczynia się do rozwoju antybiotykooporności.

– Antybiotyk nie działa na zakażenia miejscowe i coraz częściej jest nieskuteczny. To nie jest cudowny lek, jak kiedyś sądzono – tłumaczy prof. Banasiewicz.

Zamiast tego eksperci rekomendują regularne stosowanie antyseptyków, które skutecznie ograniczają namnażanie bakterii i zmniejszają ryzyko infekcji.

Problem zaczyna się już w POZ

Dr Przemysław Lipiński, prezes Polskiego Towarzystwa Leczenia Ran, zwraca uwagę, że pacjenci z ranami często trafiają do lekarza POZ i od razu otrzymują receptę na antybiotyki – bez wcześniejszej diagnostyki.

– To schemat, który trzeba zatrzymać. Każda niepotrzebna antybiotykoterapia to realny ryzyko dla kolejnych pacjentów – podkreśla dr Lipiński.

Co gorsza, wielu pacjentów sięga po antybiotyki na własną rękę, zanim skonsultuje się z lekarzem. To przyczynia się do rozwoju bakterii opornych na leczenie, których eliminacja staje się coraz trudniejsza.

Zgodnie z aktualnymi wytycznymi, decyzja o włączeniu antybiotyku powinna być poprzedzona:

- oceną mikrobiologiczną rany,
- odpowiednim przygotowaniem jejłożyska,
- wdrożeniem leczenia miejscowego (np. antyseptyką),
- obserwacją cech infekcji miejscowej.

Eksperci podkreślają też konieczność szkoleń dla personelu medycznego i farmaceutów. Z badań kampanii wynika, że tylko co trzeci farmaceuta zna nowoczesne opatrunki, a wiedza o produktach do oczyszczania ran i leczenia przeciwdrobnoustrojowego jest niewystarczająca – również wśród pielęgniarek.

Co dalej?

- Eksperci apelują o:
- wprowadzenie jasnych procedur i algorytmów leczenia ran,
 - stworzenie interdyscyplinarnych zespołów specjalistów,
 - refundację kluczowych procedur, takich jak oczyszczanie ran czy diagnostyka mikrobiologiczna,
 - certyfikację personelu zajmującego się leczeniem ran.

– Musimy zmienić system leczenia ran, zanim będzie za późno – podsumowuje dr Lipiński.



Zamiast antybiotyków, na trudno gojące się rany eksperci rekomendują regularne stosowanie antyseptyków

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DIETA KETO. CZY TO JEST ZDROWE?**Dieta ketogeniczna – skąd się wzięła?**

Dieta ketogeniczna (keto) to skuteczna dieta odchudzająca, ale pod warunkiem ścisłego przestrzegania zasad dotyczących posiłków. Choć nie jest do końca bezpieczna, nieprzerwanie znajduje zwolenników. Dieta została opracowana przez dr Russella M. Wildera w Klinice Mayo w latach 20. XX w. jako kuracja lecznicza dla dzieci z padaczką. Zainteresowanie metodą osłabło wraz z wynalezieniem leków przeciwpadaczkowych, jednak ostatnio wróciło.

Na czym to polega?

Dieta ketogeniczna to jadłospis o bardzo niskiej dawce węglowodanów, gdzie można jeść jedynie produkty najuboższe

w ten składnik odżywczy. Ponieważ dieta keto wymaga jednocześnie spożycia dużych ilości tłuszczu, zawierające go produkty powinny być uwzględniane w każdym posiłku i przekasce. Dzięki specyficznemu składowi dieta ketogeniczna wprowadza organizm w stan ketozy. Energia pozyskiwana jest wtedy z niepełnego trawienia tłuszczów, a dokładniej – z ketonów, które są produkowane z tłuszczów w wątrobie. Powoduje to intensywne spalanie tkanki tłuszczowej, jak również zmiany w metabolizmie, które niwelują uczucie głodu i sprzyjają leczeniu niektórych chorób. Należy jednak pamiętać, że związki ketonowe, nazywane też ciałami ketonowymi, które powstają na skutek diety ketogenicznej, nie są obojętne dla zdrowia. Ich nadmierne nagromadzenie ma szkodliwe skutki, dlatego zaleca się, by keto dietę stosować tylko wra-

zie konkretnych wskazań i pod opieką lekarza. Dietę ketogeniczną stosuje się zwykle przez 2-4 tygodnie, a maksymalnie do 3 miesięcy. Na diecie ketogenicznej można jeść produkty takie, jak: mięso – czerwone i drobiowe, szynka, bekon, kiełbasa, tłuste ryby morskie – śledź, makrela, sardynka, łosoś, jaja – najlepiej od kur z wolnego wybiegu lub ekohodowli, wzbogacone w kwasy tłuszczowe omega-3, pełnotłusty nabiał – pełnotłuste naturalne sery dojrzewające, mozzarella, feta, kwaśny pełnotłusty jogurt, kwaśna śmietana, orzechy i pestki – migdały, orzechy włoskie, laskowe, ziemne, pestki dyni, słonecznika, nasiona chia, siemię lniane, masło – prawdziwe, najlepiej z mleka

krów karmionych trawą, zdrowe oleje roślinne – oliwa z oliwek extra virgin, olej z awokado, olej kokosowy, awokado – w postaci świeżej lub jako pasta guacamole, warzywa liściaste – sałaty, cykorię, kapusty, jarmuż, szpinak, warzywa niskokaloryczne – pomidory, ogórki, cukinia, papryka, seler naciowy, cebula, czosnek, szparagi, brukselka, brokuł, kalafior, grzyby, zioła i przyprawy korzenne – wszystkie, naturalne – bez dodatków wzmacniających smak.

Przykładowy jadłospis:**● PONIEDZIAŁEK**

Śniadanie: jajecznica na bekonie z pomidorem.

Obiad: sałatka z kurczakiem, sałatą, oliwą i serem feta.
Kolacja: łosoś pieczony w masle ze szparagami.

● WTOREK

Śniadanie: omlet z serem kozim, pomidorem i bazylią.
Obiad: koktajl migdałowy z masłem orzechowym, kakao i stewią.
Kolacja: klopsiki z warzywami i serem cheddar.

● ŚRODA

Śniadanie: koktajl kokosowy z migdałami i truskawkami.
Obiad: sałatka z krewetek z awokado i oliwą.
Kolacja: kotlet wieprzowy z parmezanem i sałatką z brokułu.

● CZWARTEK

Śniadanie: omlet z awokado, papryką, cebulą i przyprawami.
Obiad: garść orzechów i łodygi selera naciowego z pastą guacamole z pomidorami.
Kolacja: kurczak nadziewany serkiem kremowym z pesto

i mieszanka sałat z oliwą.

● PIĄTEK

Śniadanie: bezcukrowy jogurt z masłem orzechowym, kakao i stewią.
Obiad: wołowina podsmażana na oleju kokosowym z mieszanką warzyw w stylu chińskim.
Kolacja: burger bez bułki z bekonem, jajkiem sadzonym, sałatką i serem.

Obiad: kawałki serów i wędlin oraz orzechy.
Kolacja: biała ryba usmażona z jajkiem i szpinakiem na oleju kokosowym.

● SOBOTA

Śniadanie: omlet z szynką, pomidorem, papryką i cebulą.
Obiad: kawałki serów i wędlin oraz orzechy.

Kolacja: biała ryba usmażona z jajkiem i szpinakiem na oleju kokosowym.

● NIEDZIELA

Śniadanie: jajecznica z bekonem i grzybami.
Obiad: burger bez bułki z sosem guacamole, salsa oraz sałatką i serem.

Kolacja: stek wołowy, jajko w koszulce i mała sałatka.

Wirusy lubią jesień i zimę, broń się

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka-zuk@polskapress.pl

Istnieje skuteczna i prosta metoda ochrony przed drobnoustrojami: dokładne mycie rąk. Choć to codzienny nawyk, jego efektywność zależy od właściwej techniki. Czy wiesz, jak to robić?

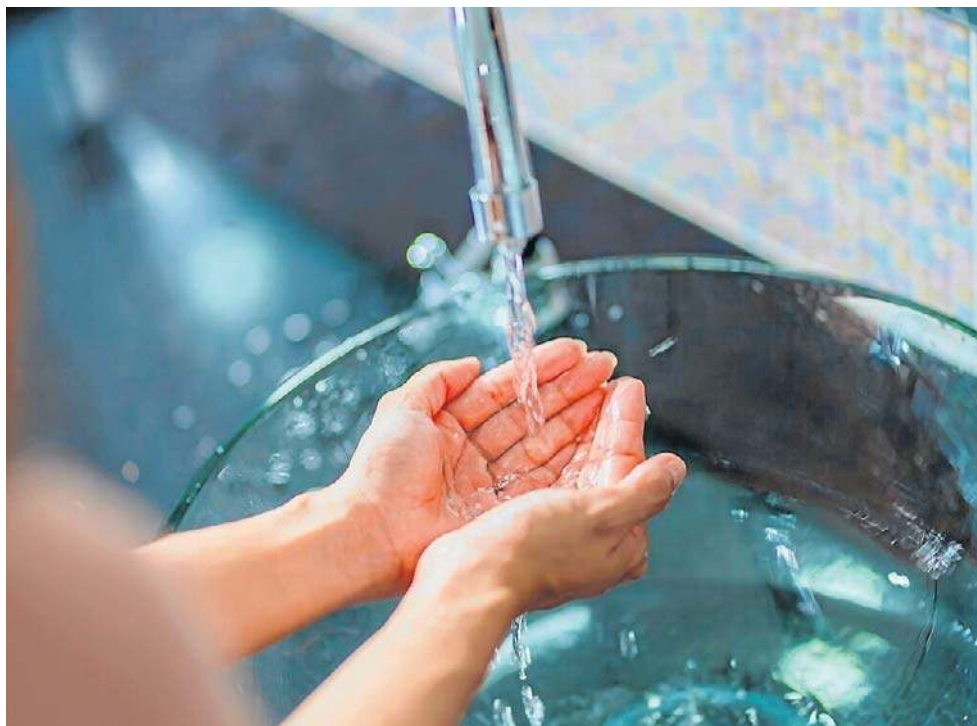
Mycie rąk jest ważne, ponieważ chroni przed chorobami zakaźnymi, nazywanymi chorobami brudnych rąk. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) zaleca także mycie dłoni jako skuteczną metodę ochrony przed zakażeniem koronawirusem wywołującym COVID-19, a także innymi wirusami.

Do chorób „brudnych rąk” zaliczane są:

- biegunka rotawirusowa,
- bakteryjne zatrucia pokarmowe, w tym salmonellozy,
- wirusowe zapalenie wątroby typu A, tzw. „żółtaczka pokarmowa”
- grypa,
- choroby jamy ustnej (afte) i bakteryjne zapalenie jamy ustnej),
- choroby pasożytnicze.

Lepiej zapobiegać niż leczyć

W ciągu dnia dotykamy rękoma przedmiotów i powierzchni, na których znajdują się bakterie, wirusy czy chorobotwórcze grzyby. W ten sposób drobnoustroje przenoszą się na dłonie i za ich pośrednictwem dostają się w okolice twarzy, w tym ust, nosa i oczu.



Zalecana częstotliwość mycia rąk to co najmniej raz na godzinę, a szczególnie trzeba zadbać o nie w określonych sytuacjach – zwłaszcza przed kontaktem z jedzeniem oraz przy dotykaniu niehigienicznych powierzchni i przedmiotów

Twarzy dotykamy nawet kilkanaście razy w ciągu godziny, tymczasem błony śluzowe to najłatwiejsze drogi zakażenia. Choć nie wszystkie patogeny są szkodliwe, lepiej zapobiegać, niż leczyć potencjalne infekcje. Aby uniknąć ewentualnych chorób, można ograniczyć kontakt z zanieczyszczonymi powierzchniami, co jest jednak mało realne. Są to m.in. klamki drzwiowe, produkty spożywcze w sklepie, poręcz w środkach komunikacji miejskiej, kierownica samochodu, tele-

fon, blaty stołów w lokalach gastronomicznych, przyciski do windy, klawisze bankomatu, myszka do komputera. Zarazki przekazujemy sobie również w bezpośrednich kontaktach z innymi osobami, np. poprzez wymianę pieniędzy podczas zakupów czy przywitanie się przez uścisk dłoni.

Instrukcja mycia i dezynfekcji rąk

Aby higiena dłoni faktycznie zmniejszyła ryzyko zachorowania, istotna jest częstotliwość,

dobór środka myjącego, czas mycia oraz precyzja ruchów.

Prawidłowe mycie rąk powinno trwać minimum pół minuty i składać się z konkretnych etapów. Nie bez znaczenia jest również rodzaj środka, którego używamy do dezynfekcji.

Ręce najlepiej myć za pomocą wody i mydła. Najbardziej polecane jest mydło w płynie. Korzystając z mydła w kostce, należy najpierw opłukać je pod bieżącą wodą z zalegających na powierzchni drobnoustrojów.

Oto instrukcja mycia i dezynfekcji rąk krok po kroku. Większość etapów powinna składać się 5 ruchów tam i z powrotem

1. zmocz dłonie i nanieś porcję mydła,
2. pocieraj o siebie wnętrza dłoni,
3. pocieraj wnętrzem jednej dłoni o grzbiet drugiej – i na odwrót,
4. spleć ręce i pocieraj przestrzenie międzypalcowe,
5. zegnij palce, zahacz o siebie dłonie i pocieraj,
6. złap dłonią kciuk i pocieraj ruchem obrotowym, po czym zmień dłonie,
7. złoż razem opuszki palców i pocieraj o wnętrze drugiej dłoni,
8. namydl oba nadgarstki,
9. opłucz dłonie pod bieżącą wodą,
10. osusz dłonie czystym ręcznikiem.

Czym myć ręce?

Jeśli czas mycia rąk wynosi min. 30 sekund (można ćwiczyć z zegarkiem), pozwala na pozbycie się 99 procent mikroorganizmów z powierzchni dłoni. Zminimalizowanie liczby drobnoustrojów o 99 procent to całkiem sporo. Oznacza to, że spośród 100 000 zarazków na dłoni pozostało ich ok. 1000.

Płynem do dezynfekcji bądź żelem antybakteryjnym o dobrym składzie warto posłużyć się, gdy nie ma możliwości umycia rąk wodą. Taki środek warto mieć przy sobie np. w opakowaniu o małej pojemności.

Płyn do dezynfekcji to jednak nie to samo co żel antybakteryjny z drogerii. Podstawową różnicą jest skuteczność obu preparatów. W przypadku żeli antybakteryjnych deklarowana skuteczność niszczenia drobnoustrojów sięga 90-99 procent, natomiast płyn do dezynfekcji pozwala pozbyć się nawet 99,99 procent zarazków. Z pozoru wartości niewiele się różnią: jednak żel antybakteryjny jest 100-krotnie mniej skuteczny niż płyn do dezynfekcji.

CZY WIESZ, ŻE**Telefony komórkowe brudniejsze niż deski klozetowe**

Telefon komórkowy towarzyszy nam przez cały dzień. Wiele osób korzysta z niego nawet podczas wizyty w toalecie. Badania słowackich naukowców z 2018 roku dowiodły, że telefony komórkowe mogą być nawet 6 razy bardziej zanieczyszczone niż... deska klozetowa. Brzmi drastycznie? A jednak! Na naszych „komórkach” bytują bakterie, wirusy, grzyby i inne mikroorganizmy, których obecności często nawet nie podejrzewamy. Wszystko dlatego, że urządzenia te są nieustannie dotykane, często brudnymi rękami, i rzadko trafiają do porządnego czyszczenia.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?

Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

ZIELONA GÓRA al. Niepodległości 25
czynne pon.-pt. 8.00-15.00
tel. 510 026 976
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

NASZE BIURA OGŁOSZEŃ

GORZÓW WLKP. ul. Sikorskiego 111 (Park 111, II p.)
czynne pon.-pt. 8.00-16.00
tel. 510 026 986
e-mail: bog.gazetalubuska@polskapress.pl

SŁUBICE ul. T. Kościuszki 6/1
czynne pon.-pt. 8.30-16.30
tel. 95 75 80 760
e-mail: bos@gazetalubuska.pl

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI
• mieszkania - sprzedam
• mieszkania - kupię
• mieszkania - do wynajęcia
• mieszkania - wynajmę
• mieszkania - zamienię
• domy - sprzedam
• domy - kupię
• domy - do wynajęcia
• domy - wynajmę
• domy - zamienię
• lokale użytkowe - sprzedam
• lokale użytkowe - kupię

• lokale użytkowe - do wynajęcia
• lokale użytkowe - wynajmę
• lokale użytkowe - zamienię
• działki, grunty - sprzedam
• działki, grunty - kupię
• gospodarstwa
• garaże
• pośrodkstwo
• inne
• bank stancji
HANDLOWE
• AGD
• RTV

• elektronika, komputery
• telefony
• car audio
• antyki
• kolekcjonerstwo, sztuka
• jubilerstwo
• filmy, muzyka
• foto, książki
• instrumenty muzyczne
• lombardy
• sport i rekreacja
• maszyny urządzenia
• materiały budowlane
• materiały opałowe

• tekstylia, odzież
• dla dziecka
• meble
• inne
MOTORYZACJA
• samochody osobowe
• ciężarowe, dostawcze
• busy autobusy
• rolnicze
• przyczepy, naczepy
• zabytkowe
• uszkodzone, rozbite
• motocykle
• części i akcesoria

• zamienię
• motofinanse
• motousługi
• inne

FINANSE BIZNES

• kredyty, pożyczki
• usługi finansowe
• usługi prawne
• biura rachunkowe
• ubezpieczenia
• oferty
• inne

NAUKA

• szkoły
• kursy/szkolenia

• języki obce
• korepetycje
• inne

PRACA

• zatrudnię
• urzędy pracy
• szukam pracy
• inne

ZDROWIE

• apteki
• pomoc całodobowa
• chirurgia
• ginekologia
• interna
• neurologia

• pediatria
• psychologia
• psychiatria
• stomatologia
• urologia
• inne specjalizacje
• przychodnie, kliniki
• laboratoria
• zabiegi
• opieka
• sprzęt medyczny
• uroda
• inne

USŁUGI

• agd rtv foto
• budowlano-remontowe

• instalacyjne
• biurowo - projektowe
• komputerowe
• krawiectwo
• montażowe
• ogrodnicze
• porządkowe
• przeprowadzki
• reklamowe
• stolarskie
• radio taxi
• transportowe
• rozrywka
• uroczystości
• zabezpieczające
• inne

TURYSTYKA
• agroturystyka
• kraj
• świat
• biura podróży
• obozy i kolonie
• wycieczki
• przewozy
• inne

ZWIERZĘTA

• lecznice
• usługi
• inne

MATRYMONIALNE

• różne

KOMUNIKATY
ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA

GASTRONOMIA

• dania na telefon
• usługi
• inne

ROLNICZE

• maszyny rolnicze
• ogrodnictwo
• płody rolne
• zwierzęta hodowlane
• inne

TOWARZYSKIE

USŁUGI KAMIENIARSKIE

USŁUGI POGRZEBOWE

REKLAMA

0011419153

**Nadleśnictwo Kłodawa**

Skarb Państwa Państwowe Gospodarstwo Leśne
Lasy Państwowe Nadleśnictwo Kłodawa

ogłasza zatwierdzony przez Dyrektora Generalnego Lasów Państwowych wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży – pustostan - w trybie przepisów art. 40a ustawy z dnia 28.09.1991 r. o lasach (Dz. U. z 2025 r. poz. 567).

Lp.	Nadleśnictwo Obręb leśny Oddział i pododdział	Nazwa obrębu ewidencyjnego Gmina Adres nieruchomości	Numer ewidencyjny działki Numer KW Pow. działki (m²)	Rodzaj zabudowy i sposób zagospodarowania
1	Kłodawa Kłodawa 438 I	Santoczno Kłodawa Brzozowa 4 66-415 Kłodawa	392 GW1G/00075909/2 1025	Budynek mieszkalny, jednorodzinny z budynkiem gospodarczym. Pustostan.

O kupno lokalu niezasiedlonego – pustostanu - mogą ubiegać się pracownicy i byli pracownicy Lasów Państwowych, spełniający warunki określone w ust. 9 art. 40a ustawy o lasach. Zamiar nabycia niezasiedlonego lokalu mieszkalnego pracownicy i byli pracownicy Lasów Państwowych, o których mowa w art. 40a ust. 9 ustawy o lasach, mogą zgłaszać w Nadleśnictwie Kłodawa, w formie pisemnego wniosku, w terminie jednego miesiąca od dnia ogłoszenia wykazu. Do wniosku załącza się oświadczenie o przysługującym pierwszeństwie wraz z dokumentami uprawniającymi do obniżenia ceny tj. dokumenty potwierdzające okres zatrudnienia w Lasach Państwowych oraz innych jednostkach, o których mowa w art. 40a ust. 6 ustawy o lasach; propozycję sposobu spłaty należności, a w szczególności ilość rat, w jakich zostanie spłacona należność. Wartość nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży, do uzyskania w Nadleśnictwie Kłodawa. Szczegółowe zasady i warunki sprzedaży regulują przepisy art. 40a ustawy z dnia 28 września 1991 r. o lasach (Dz. U. z 2025r. poz.567) oraz rozporządzenia Ministra Środowiska z dnia 1 października 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad i trybu sprzedaży lokali i gruntów z budynkami mieszkalnymi w budowie oraz kryteriów kwalifikowania ich jako nieprzydatne Lasom Państwowym, a także trybu przeprowadzania przetargu ograniczonego (Dz. U. z 2013 r., poz. 1206). Dodatkowe informacje dot. nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży można uzyskać w siedzibie Nadleśnictwa Kłodawa, adres: ul. Gorzowska 31, 66-415 Kłodawa, tel. 95 727-97-30 od godz. 7:30 do 15:30 w dni robocze.

REKLAMA

0011406804

INFORMATOR POGRZEBOWY

AD PATRES (J. Mądry) przewóz zmarłych całą dobę, bezgotówkowa organizacja pogrzebów, Zielona Góra, ul. Wrocławska 68, tel. **68-3208517, 601760685.**

PRO MORTE Gorzów Wlkp. ul. Żwirowa 19E, tel. **95-7810083**
Organizacja Pogrzebów, Pogotowie Pogrzebowe 24 h

MIEJSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY Zielona Góra, Masarska 13, tel. **68-3202235, 68-3202232**, przewóz zwłok, kompleksowa obsługa pogrzebów **601798365** całą dobę.

KAMIŃSCY Zielona Góra, ul. Kościelna 4, Zyty 19, tel. **693 424 440; 68-3230509** oraz Polkowice ul. Spokojna 1; Legnica ul. Chojnowska 7; Szprotawa ul. Kościuszki 31A przewóz zmarłych 24 godz., kompleksowa organizacja pogrzebów oraz transmisja pogrzebu online.



AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Kondolencje i nekrologi

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

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA



Usługi

MONTAŻOWE

OKNA, bramy drzwi, roletki,
naprawy okien, montaż PlastMat. Tel.
68 470 19 70, Wrocławska 35.

OKNA, rolety, roletki. Montaż-
serwis- naprawa. Ptasia 32/7B, tel.
535 530 555

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny
rolne. Tel. 535135507.

Komunikaty

GENERALNA Dyrekcja Dróg
Krajowych i Autostrad Oddział
w Zielonej Górze zaprasza na
SPOTKANIE INFORMACYJNE
w sprawie: Opracowania projektowego
etap I STEŚ-R - BUDOWA OBWODNICZY
SŁUBIC W CIĄGU DROGI KRAJOWEJ
NR 31. Słubicki Miejski Ośrodek
Kultury, ul. 1 Maja 1, Słubice,
05.11.2025 r. (Środa) o godz. 16:00
Szczegółowe informacje na stronie:
dk31-slubice-stes.gddkia.gov.pl

0011419547

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci długoletniego pracownika Elektrociepłowni „Zielona Góra” S.A., naszej Koleżanki

Wandy Korzyniewskiej

Jej profesjonalizm, życzliwość i pozytywne nastawienie były dla nas zawsze wzorem do naśladowania.
Na zawsze pozostanie w naszej pamięci.

Rodzinie i Bliskim Zmarłej

składamy wyrazy głębokiego współczucia.
Zarząd i pracownicy
Elektrociepłowni „Zielona Góra” S.A.

Tak naprawdę człowiek jest sam w swoim życiu



Katarzyna Figura w „Pytaniu na śniadanie” o tym, że jej dzieci dorosły i zaczęły samodzielne życie Fot. Anna Kaczmars

Z ŻYCIA GWIAZD

Sebastian Karpiel-Bułecka pokazał dzieciom góry
Lider muzycznego zespołu Zakopower i Paulina Krupińska wychowują dwoje dzieci.
Piosenkarz wykorzystał wolną niedzielę, by pokazać im górskie szlaki. Na Instagramie Karpiela-Bułecki znalazły się zdjęcia z rodzinnej wyprawy. „Taka to była niedziela. Nie ma to jak w Kościelisku”.

Agnieszka Hyży odpoczywała za granicą
Prezenterka opublikowała na Instagramie fotografie z rodzinnych wakacji w ciepłych krajach, z udziałem 12-letniej córki Marty, która wzrostem prawie dogoniła mamę. „Sen nocy paźdzernikowej. Mama i córka. Patrzę na nią... na moją małą, coraz większą!” – podpisała Hyży relację.

Katarzyna Skrzynecka jest dużą szczęściarą
Aktorka odwiedziła niedawno „Dzień dobry TVN” wraz ze swoją 13-letnią córką Aliką. Pretekstem była rozmowa o wspieraniu pasji nastoletnich dzieci. Okazało się, że Alika ma bujną wyobraźnię przestrzenną i tworzy pomyślowe projekty plastyczne. – Myślę, że jestem dużą szczęściarą, bo Alisi charakter jest bezkonfliktowy i jakimś cudem omijamy tzw. trudny wiek buntu. Myślę, że mamy pod tym względem obydwie bardzo podobne charaktery – powiedziała aktorka. (GZL) Fot. Anna Kaczmars



W TELEWIZJI



Pociągiem przez starożytny Egipt
BBC Earth, 17:35
Profesor antropologii Alice Roberts odkrywa sekrety jednej z najstarszych cywilizacji. I robi to w nietypowy sposób: poruszając się pociągami. Przygodę rozpoczyna od poszukiwania śladów Kleopatry w Aleksandrii.

Sługi boże
Kino Polska, 20:00
Młoda Niemka rzuca się z wieży kościoła. Prowadzący śledztwo komisarz Warski (Bartłomiej Topa) nie jest zachwycony, kiedy do sprawy zostaje przydzielona policjantka Ana Wittesch (Julia Kijowska). Wkrótce przybywa także wysłannik Banku Watykańskiego, dr. Kuntz. Co łączy samobójstwo studentki, śledztwo Any i przyjazd Kuntza?

Filip
TVP Kultura, 20:00
Frankfurt 1943 rok. Filip (Eryk Kulm), będąc w sercu nazistowskich Niemiec, ukrywa żydowskie pochodzenie i beztrudno korzysta z uroków życia. Jednak gdy wojna zaczyna zbierać krwawe żniwo wśród najbliższych mu osób, ten misternie zbudowany świat, który go otacza, rozpływa się jak domek z kart.

Czas – podróż przez tysiąclecia
TVP Historia, 20:05
Autorzy pokazują, jak zmieniło się ludzkie postrzeganie i mierzenie czasu oraz jak różne narody, kultury i przekonania zmieniały nasze interpretacje czasu.

KRZYŻÓWKA NR 163

- Poziomo:**
3) druga pod względem wielkości wyspa świata,
10) alkaloid w liściach herbaty,
11) używka w krajach tropikalnych,
12) Księżyc dla Ziemi,
14) polarne zjawisko na niebie,
15) obejmuje locję i nawigację,
16) mityczni greccy bohaterowie,
19) mieszanina związków chemicznych,
23) miasto w Afganistanie jak wiązanie przy narcie,
27) ... Ono, żona Johna Lennona,
28) zwolennik jednej partii,
29) żartobliwie o świętoszku,
30) mebel dla urzędnika,
33) drąg z hakiem, obracak,
37) amator hucznej zabawy, birbant,
38) wybrzyk chuligana, wyskok,
39) kablów lub telewizyjny,
40) tkanina z wełny zgrzebnej,
41) średniowieczny kronikarz,
Pionowo:
1) oddarty kawałek materiału,
2) pióra i puch pokrywające ptaka,
3) trzonek narzędzia, rączka,
4) serial telewizyjny z rolą Leszka Lichoty,
5) barwny kuzyn wróbla,
6) serial komediowy z Franią Maj,
7) wyrażenie bez sensu, bzdura,
8) pomieszczenie pod dachem,
9) świeci najjaśniej w gwiazdozbiórze Orła,
13) sztuczny język międzynarodowy,



- dowy,
17) specjalista od moralności,
18) nie pion i nie poziom,
20) puszki rogowe krasuli,
21) ... Polk, aktor z serialu „Ojciec Mateusz”,
22) skrzyżowanie o ruchu okrężnym,
24) wykonuje podwodne prace,
25) stolica Jordanii ze świątynią Herkulesa,

- 26) imię Lipnickiej, polskiej piosenkarki,
30) potocznie o prasie podziemnej,
31) mieszkańcy Taszkentu,
32) podobny do galaretki,
34) cienki płat blachy,
35) jednokołowy wózek na budowie,
36) przestrzeń pozaziemska, wszechświat.

ROZWIĄZANIE NR 162

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Odważnie podejmij decyzję. Horoskop dzienny wróży, że intuicja będzie Ci sprzyjać. Korzystaj z tego, ale unikaj pośpiechu i gniewu.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój okaże się Twoją siłą. Nie daj się sprowokować. Horoskop na dziś zapowiada, że wieczorem czeka Cię miłe zaskoczenie...
Baran (21.03 - 19.04)
Wiele się wokół Ciebie wydarzy. Horoskop dzienny na środę radzi słuchać uważnie innych ludzi. Między wierszami padną ważne słowa.

Byk (20.04 - 20.05)
Domowe sprawy wysuną się na pierwszy plan. Horoskop dzienny zapowiada, że wzruszenie przyniesie Ci wewnętrzny spokój oraz ulgę.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Zaufaj sobie. Ktoś doceni Twoje starania. Horoskop na dziś zapowiada, że możesz zabłysnąć – pozwól sobie na większą odwagę.
Rak (22.06 - 22.07)
Szczegóły będą miały dzisiaj znaczenie. Nie lekceważ intuicji. Horoskop dzienny na środę mówi, że wskaże Ci właściwy kierunek.

Lew (23.07 - 22.08)
Znajdź równowagę między sercem a rozsądkiem. Horoskop dzienny zapowiada, że ktoś bliski będzie potrzebował Twojego zrozumienia.
Panna (23.08 - 22.09)
Przeszłość zapuka do Twoich drzwi. Zmierz się z nią spokojnie. Horoskop na dziś wróży, że nowe początki nadejdą szybciej, niż sądzisz.
Waga (23.09 - 22.10)
Energia będzie Cię rozpierać! Zrób coś spontanicznego, ale horoskop dzienny na środę radzi także pamiętać o złożonej obietnicy.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Cierpliwość zaprocentuje. Nie trać wiary w siebie. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że Twoje starania już wkrótce dadzą owoce.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Pomysł, który narodzi się w Twojej głowie, może odmienić przyszłość. Horoskop na dziś to wskazówka, by zapisać go, zanim uleci z myśli.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Uczucia będą dominować. Nie bój się mówić, co czujesz. Horoskop dzienny na środę wróży, że szczerość zbliży Cię do właściwej osoby.

PIŁKA NOŻNA SZLAGIEREM DZISIEJSZYCH MECZÓW W LIDZE MISTRZÓW BĘDZIE STARCIE W STOLICY HISZPANII

Hit w Madrycie i szansa Polaków

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl**Dzisiaj absolutnym hitem w 3. kolejce fazy ligowej Ligi Mistrzów będzie starcie Real Madryt - Juventus FC.**

Ponadto rewelacyjnie spisujący się azerski Karabach Agdam z polskim bramkarzem zagra w hiszpańskim Bilbao, a Atalanta Bergamo o godz. 21.00 rozpocznie swoje spotkanie z czeską Slavią Praga. Nicola Zalewski po kontuzji uda, której nabawił się jeszcze we wrześniu, w ostatni weekend wrócił już do kadry meczowej ekipy z Serie A i najprawdopodobniej w środowy wieczór również znajdzie się wśród rezerwowych. Czy Polak dostanie szansę gry w drugiej połowie? W dużej mierze będzie to zależać od wyniku spotkania w Bergamo.

Z polskiej perspektywy ciekawie będzie już o godz. 18.45, bo właśnie wtedy rozpocznie się mecz Athletic Bilbao - Karabach Agdam. Zespół z Azerbejdżanu po dwóch kolejkach niespodziewanie ma na swoim koncie komplet punktów i tylko 2 stracone gole. Sporą zasługę w tym ma polski bramkarz Mateusz Kochalski, którego Michał Probiez dwukrotnie powoływał do reprezentacji Polski, a ostatnio w mediach pojawiały się informacje o zainteresowaniu Polakiem ze

strony niemieckiej Borussii Dortmund.

Zostając przy polskich wątkach, włoska Atalanta Bergamo o godz. 21.00 rozpocznie swoje spotkanie z czeską Slavią Praga. Nicola Zalewski po kontuzji uda, której nabawił się jeszcze we wrześniu, w ostatni weekend wrócił już do kadry meczowej ekipy z Serie A i najprawdopodobniej w środowy wieczór również znajdzie się wśród rezerwowych. Czy Polak dostanie szansę gry w drugiej połowie? W dużej mierze będzie to zależać od wyniku spotkania w Bergamo.

Hitem dzisiejszych meczów w Lidze Mistrzów będzie natomiast starcie w stolicy Hiszpanii, gdzie Real Madryt podejmie Juventus FC. Specjalizująca się w tych rozgrywkach ekipa Królewskich, poza wpadką z Atletico Madryt, zarówno w lidze, jak i w Europie, idzie jak burza. Natomiast Stara Dama przechodzi ostatnio przez spory kryzys. Ekipa ze stolicy Piemontu w ostatnich sześciu spotkaniach zano-



Specjalizująca się w rozgrywkach Ligi Mistrzów ekipa Królewskich - poza wpadką z Atletico Madryt - zarówno w lidze, jak też w Europie idzie dotąd jak burza

towała pięć remisów i porażkę.

Bardzo ciekawie może być również we Frankfurcie, gdzie tamtejszy Eintracht zmierzy się z angielskim Liverpooliem. Pierwsi nie wygrali trzech ostatnich meczów, natomiast

The Reds mają na swoim koncie cztery porażki z rzędu. To największy kryzys, odkąd drużynę przejął Arne Slot. Wynik spotkania we Frankfurcie wydaje się wielką niewiadomą. Niestety wszystkie środowe

spotkania Ligi Mistrzów będzie można oglądać wyłącznie na płatnych kanałach z oferty Canal+ zarówno w telewizji, jak i w internecie. TVP Sport pokazało wtorkowy mecz Arsenal FC - Atletico Madryt. ©©

Środowe mecze 3. kolejki fazy ligowej Ligi Mistrzów:

godz. 18.45 Athletic Bilbao - Karabach Agdam
Transmisja: Canal+ Extra 2
Komentarz: Piotr Laboga, Jakub Kręcidło
godz. 18.45 Galatasaray Stambuł - FK Bodo Glimt
Transmisja: Canal+ Extra 3
Komentarz: Szymon Przedpełski, Michał Żyro
godz. 21.00 Real Madryt - Juventus FC
Transmisja: Canal+ Extra 1
Komentarz: Michał Mitrut, Tomasz Lipiński
godz. 21.00 Eintracht Frankfurt - Liverpool FC
Transmisja: Canal+ Extra 2
Komentarz: Przemysław Pelka, Michał Gutka
godz. 21.00 Bayern Monachium - Club Brugge
Transmisja: Canal+ Extra 3
Komentarz: Kamil Kania, Michał Trela
godz. 21.00 AS Monaco - Tottenham Hotspur
Transmisja: Canal+ Extra 5
Komentarz: Rafał Dębiński, Rafał Nahorny
godz. 21.00 Sporting Lizbona - Olympique Marsylia
Transmisja: Canal+ Extra 6
Komentarz: Adam Zakrzewski, Michał Bojanowski
godz. 21.00 Atalanta Bergamo - Slavia Praga
Transmisja: Canal+ Extra 7
Komentarz: Żelazna Żyżyńska, Leszek Orłowski
godz. 21.00 Chelsea FC - Ajax Amsterdam
Transmisja: Canal+ 360
Komentarz: Krzysztof Marciniak, Adam Szala

Maroko to już potęga światowego futbolu. Ma złoto mundialu U-20

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W 2005 roku Argentyna, z Leo Messim w składzie, po raz piąty w historii sięgnęła po mistrzostwo świata U-20, a za rewelację turnieju uznano Maroko. Teraz to ono jest mistrzem.

Marokańczycy 20 lat czekali na powrót do tej imprezy, a jadąc na nią do Chile, nie ukrywali swoich dużych ambicji. Z Albicelestes, którzy czekają na złoto 18 lat, spotkali się w finale w Santiago.

Na boiskach Chile za jednego z głównych faworytów do triumfu uchodzili Argentyńczycy, podrażnieni „tylko” drugim miejscem w tegorocznym kontynentalnym czempionacie. W nim dali się wyprzedzić Brazylii, którą rozgromili w pierwszej rundzie 6:0.

Naszpikowany wschodzącymi gwiazdami futbolu zespół Diego Placente (jako zawodnik mistrz świata U20 1997) pogubił się w grupie finałowej, dał sobie w głupi sposób wydrzeć wygraną z Canarinhos (1:1, mimo prowadzenia) i gdy potrzebował wysokiego zwycięstwa z Paragwajem uległ sensacyjnie niższej notowanemu rywalowi 2:3.



Zespół Ouahbiego w grupie mistrzostw w Chile pokonał Hiszpanię i Brazylię, potem wyeliminował Koreę Południową, USA, w półfinale po karnych Francję, a w finale 2:0 Argentynę

Argentyna z nieobecnymi na mundialu w Chile Franco Mastantuono (dziś Real Madryt) i Claudio Echeverrim (Bayer Leverkusen, na wypożyczeniu z Manchesteru City) nie poradziła sobie z rolą murowanego faworyta. Już bez tych dwóch wschodzących gwiazd światowego futbolu miało się to powtórzyć parę miesięcy później.

Seniorzy Albicelestes w ostatnich latach kolekcjonują trofea - w 2022 roku sięgnęli po mistrzostwo świata, dwa razy wy-

grali Copa America (2020, 2024) i dołożyli do tego Finalissima (3:0 z Włochami).

Po seniorskim mundialu w Katarze Achraf Hakimi, czołowy prawy obrońca świata, gwiazda Paris SG, był szczęśliwy z udanego startu Lwów Atlasu, zwycięzonego miejscem tuż za podium, ale nie ukrywał, że apetyt Marokańczyków rośnie.

Kraj stawia na futbol, na szkolenie, czołowe kluby mogą się pochwalić znakomitymi akademiami, wielu zawodników

szkoli się w najmocniejszych europejskich ligach.

- Chcę być mistrzem świata - mówi Hakimi, mając na myśli seniorski futbol. W międzyczasie zapisał się w kronikach, sięgając z olimpijską kadrą po brąz na igrzyskach w 2024 roku we Francji. Lwy Atlasu postawiły się w półfinale Hiszpanom, wcześniej w grupie pokonały Argentynę, w ćwierćfinale USA aż 4:0, a w boju o brąz Egipt 6:0.

Hakimi nie narzekał na zmęczenie, zasuwiał jak maszyna

i cieszył się jak dziecko z medalem. Minął rok i świętował awans do finałów Mistrzostw Świata 2026 w imponującym stylu, a już w trakcie mundialu U-20 w Chile z drużyną narodową pobił rekord - 16 zwycięstw z kolei (7 w eliminacjach MŚ, 6 w eliminacjach Pucharu Narodów Afryki, 3 w grach towarzyskich), a tę serię można jeszcze powiększyć. Na ostatnim zgrupowaniu zawodnicy Walid Regragui kibicowali już wspólnie ekipie U-20, która zadziwiła w Chile. Mohamed Ouahbi trenerki wyuczył się w Anderlechcie Bruksela, zarządził nawet akademią Fiołków i bez wahania skorzystał z oferty z Maroka, kraju swoich przodków.

Spadła na niego krytyka po „zaledwie” wicemistrzostwie Pucharu Narodów Afryki U-20 2025 (w finale z RPA 0:1), ale na tym turnieju doszliфовali wiele kwestii i do Chile jego zespół udał się fantastycznie przygotowany i zmotywowany. W składzie Marokańczycy mieli zawodników z klubów m.in. angielskich, francuskich, włoskich, hiszpańskich, portugalskich, holenderskich.

- Gdy my w 1983 roku ogrywaliśmy Wybrzeże Kości Słoniowej na mundialu w Meksyku Afryka wyróżniała się siłą fi-

zyczną, widać było potencjał u zawodników, ale jeszcze panował chaos. Teraz w Maroku jest technika, organizacja, tak zwany team spirit - mówi Roman Gruszecki, brązowy medalista MŚ U-20 1983, wtedy piłkarz Stali Mielec, dziś trener Pogoni Staszów, wnikliwy obserwator młodzieżowych mundialów.

Zespół Ouahbiego w grupie w Chile pokonał Hiszpanię i Brazylię, potem wyeliminował Koreę Południową, USA, w półfinale po karnych Francję, wykreował gwiazdy, ale dwie największe - napastnik Yassir Zabiri (Famalicao) i skrzydłowy Othmane Maamma (Watford) największy popis dały z Argentyną, przysłuchając się już nie zmieniał.

Oscar Dertycja w Argentynie, potem to przełożyli na rywalizację seniorów. Dwaj najlepsi piłkarze MŚ U-20 w Chile - Maamma i Zabiri nie są bez szans pójść w ślady Hakimiego, Bono, El Nesryi, a może i z nimi razem zdobędą dla Maroka medal najważniejszego mundialu. Na razie jednak ich kraj szaleje ze szczęścia i czeka na Puchar Narodów Afryki 2025 zaplanowany na grudzień i styczeń w... Maroku. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

KRÓTKO

PIŁKA WODNA

Ekipa Stilonu GKPW-59 Gorzów celuje w medal MP U-17
Waterpoliści Stilonu GKPW-59 Gorzów zajęli drugie miejsce w pierwszym turnieju zasadniczej rundy mistrzostw Polski U-17. Podczas zawodów w Szczecinie podopieczni trenera Piotra Diakonowa pokonali Alfę Gorzów 14:6 i Szkołę Gortata Waterpolo Poznań 12:5 oraz przegrali z miejscową Arkonią 13:22. Druga z gorzowskich drużyn, Alfa, przegrała dodatkowo z Arkonią 16:23 i ze Szkołą Gortata Waterpolo 10:14.

TENIS STOŁOWY

Druga wygrana Gorzovii na pierwszoligowych stołach
Pingpongiści Prosty Domów Gorzovii Gorzów w 4. kolejce rozgrywek I ligi mężczyzn wysoko i łatwo pokonali we własnej hali UKSTS Ósemkę Białystok 8:2 (Kacper Petaś 2,5, Dawid Kosiński i Radosław Żab-ski po 2, Kamil Dziadek 1,5 pkt.). Na uwagę zasługuje bardzo dobra gra lidera Gorzovii - Petasia, który dotychczas rozstrzygnął na swoją korzyść wszystkie osiem pojedynków i jest liderem ligowego rankingu. Gorzowianie plasują się w tabeli na 4. miejscu z dorobkiem 4 pkt.

TENIS STOŁOWY

Ekstraklasa kobiet wznowi w niedzielę rozgrywki
W ekstraklasie kobiet Palmiarnia ZKS Zielona Góra podejmie w niedzielę KTS Eneę Siarkopol Tarnobrzeg. Mecz w małej hali WOSiR w Drzonkowie rozpocznie się o godz. 16.00. (rg, rk)

FUTSAL

W Lubuskiem był rozgrywany międzypaństwowy, towarzyski turniej męskich drużyn futsalowych. W poniedziałkowym meczu w Arenie Gorzów Serbia pokonała Holandię 3:2 (1:1); Dorde Rosić 2 (6, 36 min), Lazar Marinković (35 min) – Ayoub Boukhari (14 min), Lucas Ramos van Barneveld (38 min). Ostatnie, wtorkowe spotkanie Polska - Holandia zakończyło się już po zamknięciu tego wydania GL. Jego wynik podamy jutro.



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

TENIS

Paweł Miętrkiewicz z Nafty Zielona Góra zdobył wraz z Tadeuszem Kruszelnickim (Ziębicki Klub Tenisowy) srebrny medal w grze debłowej podczas 30. halowych mistrzostw Polski w tenisie na wózkach.

Młoda Stal dominuje! Zakończyła sezon dwoma cennymi triumfami

Jarosław Miłkowski
jmiłkowski@gazetalubuska.pl

MINI ŻUŻEL. Zawodnicy MX Plast Stali Wawrów byli w sezonie 2025 dominatorami. W sobotę do worka z sukcesami dołożyli drużynowe mistrzostwo Polski, a w niedzielę Michał Głębocki wywalczył Puchar Polski.

Zawodnicy MX Plast Stali Wawrów, bo pod taką nazwą występują w tym roku mini żużlowcy Stali Gorzów, to prawdziwi dominatorzy. W ostatnich miesiącach wywalczyli Drużynowy Puchar Ekstraligi i złoto w mistrzostwach par. Oprócz tego sięgali po indywidualne triumfy. Marcel Zwierzyński został mistrzem Polski i zdobył Pucharu Ekstraligi. Z kolei Michał Głębocki to aktualny brązowy medalista mistrzostw świata oraz mistrzostw Polski.

Drużynowe zmagania obserwował sam Bartosz Zmarzlik!

W miniony weekend najmłodsi stalowcy dorzucili do worka z sukcesami kolejne medale i puchary.

Pierwszy był w sobotę. Na mini torze w podgorzowskim Wawrowie odbył się finał drużynowych mistrzostw Polski. A do zwycięstwa młodych stalowców natchnął sam Bartosz Zmarzlik. Sześciokrotny indywidualny mistrz świata przyjechał do Wawrowa, gdzie



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

W sobotę Wawrów odwiedził Bartosz Zmarzlik, który miał prezent dla każdego zawodnika

jesienią 2002 roku jako siedmiolatek (!) kręcił pierwsze żużlowe „kółka”.

Przynajmniej raz w roku staram się tutaj przyjechać. Na obiekt, na którym się wychowałem i na którym stawiałem pierwsze żużlowe kroki. Lubię przyjeżdżać do Wawrowa - mówił w sobotę „Gazecie Lubuskiej” sześciokrotny indywidualny mistrz świata.

Pod względem sportowym sobotni finał zaczął się od mocnego uderzenia stalowców. Żółto-niebiescy wygrali podwójnie trzy pierwsze swoje wyścigi, a że w jednym z nich pokonali najgroźniejszych konkurentów, czyli ekipę z Torunia,

już w połowie zawodów było jasne, że tylko katalizm może im odebrać złote medale.

Najpierw wygrał losowanie, potem triumfował na torze

W niedzielę z triumfu w finale Indywidualnego Pucharu Polski cieszył się natomiast Głębocki. Miał trochę szczęścia. O jego awansie do finałowego biegu zdecydowało bowiem losowanie. Poza tym pierwsze podejście do wyścigu zakończyło się krasą dwóch zawodników. W powtórcie stalowiec wystrzelił jednak spod taśmy i pomknął po... swoje ostatnie zwycięstwo na mini torze. 6

października skończył bowiem 13 lat i wiosną przyszłego roku będzie podchodził do egzaminu na licencję na dużym torze na motocyklu z silnikiem o pojemności 500 cm sześć, ale z tzw. zwężką.

Jestem bardzo zadowolony, bo nie były to łatwe zawody. Teraz przechodzimy na wyższy level, czyli 500R. I oby tam szło jeszcze lepiej niż na mini torze - mówił młody stalowiec.

Podobnie jak on, w weekend z mini torem pożegnało się też dwóch zawodników Falubazu Junior Zielona Góra - Marcel Czyżniewski i Kajetan Jarosiewicz. „Czyżyk” ma już za

sobą pierwsze zawody i pierwsze biegowe zwycięstwa na dużym torze.

Weekendowe zawody nie były ostatnimi w tym sezonie w Wawrowie. W sobotę o 16.00 odbędzie się tu bowiem Derby Piknik Żużlowy z udziałem zawodników Stali i Falubazu.

Parada weekendowych zwycięzców

Wyniki sobotniego finału DMP: 1. MX Plast Stal Wawrów - 26 pkt.: Oliwier Szymczak 2+1 (2*, -, 0, -), Emilian Różecki 3 (3, -, -, 0), Michał Głębocki 11+1 (2*, 3, 3, 3), Marcel Zwierzyński 10+2 (3, 2*, 3, 2*), 2. KS Toruń - 22 pkt.: Szymon Kazaniecki 8, Sawin Turowski 8, Nikodem Przedpeński 6, 3. MKMZ Rybki Rybnik - 18 pkt.: Bartosz Bartkowiak 11, Maja Jona 1, Kacper Wołyniec 2, Mikołaj Bula 4, 4. Polonia Bydgoszcz - 17 pkt.: Aleksander Feter 9, Jakub Kuszewski 6, Felix Górniak 2, 5-6. AS Akademia Lipno - 16 pkt.: Kacper Nycz 5, Jakub Nowakowski 3, Filip Rojewski 8, 5-6. Cemex Speedway Rędziny - 16 pkt.: Marcel Pawłowski 6, Nikodem Martyniak 2, Kajetan Jarosiewicz 8, 7. Unia Leszno - 11 pkt.: Leon Ptak 7, Bruno Cieśla, Szymon Frąckowiak 4.

Wyniki niedzielnej finału IPP: 1. Głębocki - 10 (2, 3, 2, 3) + 1. miejsce w finale, 2. Turowski - 10 + 2. miejsce w finale, 3. Kazaniecki - 10 + 3. miejsce w finale, 4. Bartkowiak - 12 + wykluczenie w finale, 5. Zwierzyński - 10 (3, 2, 3, 2), 6. Marcel Czyżniewski (Falubaz Zielona Góra) - 9 (3, 0, 3, 3), 7. Jarosiewicz (Falubaz) - 7 (1, 3, 3, 0), 8. Pawłowski - 7, 9. Różecki - 6 (2, 2, 1, 1), 10. Rojewski - 5, 11. Feter - 5, 12. Ptak - 5, 13. Przedpeński - 4, 14. Szymczak - 4 (2, 2, 0, 0), 15. Kuszewski - 4, 16. Martyniak - 4, 17. Nycz - 3, 18. Wołyniec - 3, 19. Jona - 2, 20. Górniak - 0, 21. Eryk Dera (Falubaz) - 0 (w, 0), © ©

W Gorzowie panie pokażą swoje wdzięki, zaś panowie napną bicepsy

Magdalena Marszałek
mmarszalek@gazetalubuska.pl

KULTURYSTYKA, FITNESS. W najbliższy weekend w Gorzowie zaprezentują się w prestiżowych zawodach sylwetkowych najlepsi zawodnicy i zawodniczki z całego kraju.

Hala Centrum Edukacji Zawodowej i Biznesu przy ulicy Warszawskiej 46 w Gorzowie zamieni się w arenę, na której mięśnie ze stali spotkają się z artystycznym ruchem i perfekcyjną formą. W najbliższy weekend odbędą się tu trzy ważne imprezy.

Organizatorzy spodziewają się blisko trzystu zawodników. Wśród nich będą najmłodsi miłośnicy ruchu oraz doświadczeni sportowcy, którzy od lat budują swoje sylwetki i reputację na scenie.

Dla wielu uczestników gorzowskie zawody są nie tylko rywalizacją, ale również spełnieniem marzeń o reprezentowaniu naszego kraju na arenie międzynarodowej. Zwycięzcy poszczególnych kategorii o-



FOT. MAGDALENA MARSZAŁEK

Gorzowska publiczność może liczyć w hali CEZiB na efektowne występy oraz atmosferę sportowej rywalizacji

trzymają medale i puchary oraz kwalifikacje do mistrzostw Europy i świata - mówi Halina Kunicka, organizatorka imprezy. - To znakomita okazja, by zobaczyć z bliska, jak wiele pasji i wysiłku kryje się za każdą z tych dyscyplin. Dla młodych ludzi może to być inspiracja do rozpoczęcia własnej przygody z aktywnością fizyczną.

Program zawodów, piątek:

Godz. 15.30-20.00 - Mistrzostwa Polski Dzieci i Młodzieży w Fitness Akrobatycznym, Artystycznym i Tanecznym.

Sobota:

Godz. 09.30-14.00 - Mistrzostwa Polski Dzieci i Młodzieży w Fitness Akrobatycznym, Artystycznym i Tanecznym.

Niedziela:

Godz. 09.00-14.00 - Mistrzostwa Polski Juniorów i Weteranów w Kulturyście i Fitness; 14.00-15.00 - przerwa; 15.00-16.30 - Mistrzostwa Polski Juniorów i Weteranów w Kulturyście i Fitness; 16.30-19.00 - Grand Prix Polski w Kulturyście i Fitness. © ©