

Gazeta Krakowska

Poniedziałek
27.10.2025

www.gazetakrakowska.pl

Nr 250 (23 590)
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Zdrowie zaczyna się od wykonania czterech tysięcy kroków dziennie **str. 14**



Wyzwiska i szykany. Biedronka płaci za trwający latami mobbing kasjerki **str. 10-11**

Trwa boom na przetrwanie: od filtrów do wody po luksusowe zegarki **str. 12-13**



TARGI TERRARYSTYCZNE W TARNOWIE
Węże, jaszczurki, pająki i skorpiony opanowały halę Akademii Tarnowskiej **str. 6**



INWESTYCJE BUDOWA INSTALACJI MA RUSZYĆ W 2027 ROKU

Elektrownia Siersza stawia na gaz

Sławomir Bromboszcz
slawomir.bromboszcz@polskappress.pl

Tauron potwierdził, że dzięki uzyskaniu wsparcia z rynku mocy elektrownia Siersza w Trzebini będzie mogła pracować co najmniej do końca 2026 roku.

Elektrownia Siersza, posiadająca dwa bloki fluidalne o mocy 153 MW każdy, pozostaje istotnym elementem systemu elektroenergetycznego i gwarantem bezpieczeństwa energetycznego regionu. W ramach aukcji uzupełniającej na 2026 rok Tauron zawarł umowy mocowe na łączny obowiązek 1 567,434 MW. Kontrakty trafiły do jednostek w elektrowniach Jaworzno, Łagisza, Łaziska oraz Siersza. Cena zamknięcia mieściła się w przedziale 324,72-365,29 zł/kW/rok, co oznacza przychody rzędu 508,98-572,57 mln zł.



Tauron: Elektrownia Siersza stanie się nowoczesnym hubem energetycznym

– Krótkoterminowo jesteśmy teraz po bardzo ważnej decyzji i kluczowej bramce dla elektrowni. Elektrownia uzyskała wsparcie z rynku mocy na rok 2026. To oznacza, że ta wcześniej podjęta w 2021 uchwała, która miała powodować, że elektrownia zamknie się z końcem roku 2025, na szczęście nie wejdzie w życie. Udało nam się to życie przedłużyć – mówi Michał Orłowski, wiceprezes Zarządu ds. Zarządzania Majątkiem i Rozwoju w Tauronie.

Ponadto spółka planuje start w kolejnych aukcjach rynku mocy, które mogą przedłużyć działanie elektrowni aż do końca 2028 roku. Jednak jak podkreślają przedstawiciele Tauronu, po tej dacie wsparcie dla jednostek węglowych nie będzie już możliwe w obecnych ramach prawnych.

Czytaj str. 6

Nr ISSN 2353-6144

Nr indeksu 35015X



Arka pod Tatrami
- hala, która na razie nie służy nikomu **str. 4**

REKLAMA

0011409011

BIG ZDRAP
Wygraj 1 000 000 zł

Koralowa
Wygraj 200 000 zł

CAŁY NARÓD DRAPIE ZDRAPKI

SZCZĘŚLIWA LICZBA 13
Wygraj 234 000 zł

RUBINOWA
Wygraj 214 000 zł

PODARUJ RADOŚĆ WYGRYWANIA

DRAPNIJ NAWET 1 000 000 ZŁ

Zdrapki

LOTTO
Gdy grasz, wszystko gra!

Jutro w Gazecie Krakowskiej Strefa Biznesu

● Polski sport olimpijski wchodzi w etap, którego jeszcze nie było. Kto za tym stoi, jak to zadziała i czy sportowcy na tym wygrają?

Tadeusz Płatek
publicysta



WYSTARCZY CHOPINOWANIA

Konkurs, wiadomo czyj, skończył się jak zwykle wielkim skandalem, to znaczy jury wybrało innych pianistów, niż się wszystkim wydawało. Wszystkim, to znaczy tym, którzy uwielbiają wrzeszczeć w przestrzeni internetowej. Krytyk Adam Rozlach stwierdził nawet, że „przegrał konkurs, przegrał Chopin”, co skłoniło mnie do krótkiej refleksji nt. krytyków w ogóle. Otóż w piątek byłem w katowickim NOSPRze na ciekawym koncercie - grali „przegranymi wygranymi” i „wygranymi przegranymi”, czyli: zwycięzca Eric Lu oraz David Kirkuli, co żadnej nagrody nie dostał, a według wielu - najbardziej mu się należała. Obaj grali super, a Eric Lu nawet momentami lepiej.

Można się było po raz kolejny przekonać, że to, co słyszą krytycy przez komputer, nijak się ma do tego, co dochodzi do widzów w wielkiej sali, na żywo. Kirkuli oczarował mnie szczytami i fantazją, ale mazurkami już niespecjalnie. I nie dlatego, żeby jakieś kiksy robił, po prostu miał takie pomysły, które nie tylko mnie nie zainteresowały, ale nawet znudziły. Trochę te mazurki rozmazał, pokazał je jakby zza zaporowanej szyby. I pewnie słuchając jego samego przez mikrofony, zachwyciłbym się Kirkulim tak, jak słuchając jego występów w Warszawie. Nie zmienia to faktu, że od pierwszej do ostatniej nuty słuchałem go z wielką uwagą, „czym mnie zaraz zaskoczy”. Bo Kirkuli to pianista wybitny, inteligentny, z poczuciem humoru. Taki, z którym chciałoby się pójść na butelkę gruzińskiego wina. Albo dziesięć.

Nie to co z Erikiem Lu - z nim to nie dość, że na żadne wino nie chciałbym iść, to w ogóle bym się bał, czy się zaraz nie przewróci. On jest trochę jak postać z kreskówki. Chudy do tego stopnia, że się kiwa w przód i tył, dochodząc do instrumentu. 81-letni dyrygent Antoni Wit, który wprowadzał go na scenę, miał 81 razy więcej sprężystości w nogach. Usiadł, krzesło pokręcił, zdążyłem pomyśleć, który to raz tego koncertu słucham, ileż można, zaraz mi się ta muza tak przeje, że będę mógł jej słuchać tylko raz na pięć lat. A potem zagrali koncert f-moll, a ja dałem się zahipnotyzować. Zapomniałem, że słucham Chopina. Trwałem, zawieszony w pięknie. Szkoda, żeś pan, panie Rozlach, tego nie słyszał.

TELEFONY

- Numer alarmowy 112
- Pogotowie ratunkowe 999
- Całodobowa Informacja Medyczna 12 661-22-40
- Telefon zaufania 12 413 71 33
- Pogotowie energetyczne - 991, gazowe 992, ciepłownicze 993, wod-kan. 994
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej 12 421 92 82
- Całodobowa Informacja Pacjenta 800 190 590
- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111
- Straż Miejska Kraków 986
- Całodobowa linia wsparcia 800 702 222
- Biuro numerów 118 913

POGODA

DZIŚ

MAX
10°C



MIN
5°C

Wiatr pld.-zach. 28 km/h
Zachmurzenie duże,
po południu możliwe
opady deszczu

JUTRO

MAX
10°C



MIN
6°C

Wiatr pld.-zach. 30 km/h
Zachmurzenie duże,
silny wiatr, możliwe
opady deszczu

ZDJĘCIE DNIA

W niedzielę (26 października) ludowcy z całej Polski zjechali do Wierchosławic, aby oddać hołd swojemu przywódcy.

Zaduszki Witosowe rozpoczęła msza święta w intencji Wincentego Witosa oraz Stanisława Mierzwę. Po nabożeństwie uczestnicy przemaszzerowali na pobliski cmentarz, by oddać hołd działaczom ruchu ludowego. Do Wierchosławic zjechali ludowcy z całego kraju na czele z prezesem oraz wicepremierem i ministrem obrony narodowej - Władysławem Kosiniakiem-Kamyszem.

Paulina Marcinek-Kozioł



FOT. ARTUR GAWLE

ROZMOWA DNIA

Bakteriofagi, które mogą pomóc w walce z nowotworami

Mira Suchodolska
(PAP)

Rozmawiamy z prof. dr hab. Alicją Węgrzyn, dyrektorką Centrum Terapii Fagowych Uniwersytetu Gdańskiego.

Bakteriofagi to wirusy atakujące bakterie. Jak to się dzieje, że mają coś wspólnego z rakiem?

Na pierwszy rzut oka rzeczywiście wydaje się, że to zupełnie inne światy. Bakteriofagi infekują bakterie, a nowotwory są naszymi komórkami, które namnażają się w sposób niekontrolowany. Biotechnologia potrafi czynić cuda. Nauczyliśmy się wykorzystywać te wirusy jako niezwykle precyzyjne narzędzia, żeby bezpośrednio niszczyły komórki rakowe oraz dodatkowo pomagały nam w ich wykrywaniu, diagnozowaniu, a w przyszłości także w leczeniu. Fagi stają się platformami, na których możemy budować rozwiązania wcześniejszej zarezerwowane wyłącznie dla nanotechnologii.

Jak bakteriofagi mogą „zobaczyć” nowotwór?

Klucz tkwi w ich powierzchni. Bakteriofag, np. popularny M13, ma otoczkę złożoną z białek. Dzięki manipulacjom genetycznym możemy sprawić, aby na tej otoczce pojawiły się określone cząsteczki - białka, przeciwciała, znaczniki fluorescencyjne. Tak zmodyfikowany fag potrafi „rozpoznać” białka charakterystyczne dla komórek rakowych i związać się z nimi.

To metoda znana jako phage display, za którą w 2018 roku przyznano Nagrodę Nobla. Dzięki niej możemy wykrywać mutacje i podtypy nowotworów z niezwykłą dokładnością.

Czyli bakteriofagi można traktować jak miniaturowe sondy diagnostyczne. A czy mogą również leczyć?

Tak, choć pośrednio. Od kilku lat coraz więcej wiemy o wpływie mikrobiomu - czyli zestawu bakterii zamieszkujących nasz organizm - na powstawanie i rozwój nowotworów. W obrębie guza żyją całe społeczności bakterii; niektóre z nich pomagają nowotworowi się rozwijać, inne wręcz przeciwnie - mogą go hamować. I właśnie tutaj bakteriofagi wkraczają do akcji. Potrafią selektywnie eliminować tylko te bakterie, które „wspierają” raka, nie niszcząc przy tym bakterii pożytecznych.

A co z wpływem bakteriofagów na układ immunologiczny?

To jeden z najciekawszych aspektów badań. Okazuje się, że bakteriofagi potrafią modułować odpowiedź immunologiczną. Działają przeciwzapalnie - po ich podaniu organizm zwiększa produkcję interleukiny-10, która „uspokaja” nadaktywny układ odpornościowy. W naszym laboratorium pokazaliśmy, że niektóre białka z kapsydu bakteriofaga potrafią niemal całkowicie wygasić silną reakcję zapalną wywołaną bakteryjnym DNA. To



FOT. UNIWERSYTET GDAŃSKI, ALAN STOKI

oznacza, że można by je wykorzystywać do terapii chorób autoimmunologicznych, które dziś potrafią uprzykrzyć życie tysiącom pacjentów.

Bakteriofagi mogą dostarczać leki bezpośrednio do guza?

Tak, to właśnie najbardziej widowiskowe zastosowanie. Dzięki metodzie phage display możemy do faga „przyczepić” cząsteczki leków lub przeciwciał, które rozpoznają konkretne komórki nowotworowe. Gdy taki fag trafi do guza, działa jak koń trojański - dostarcza lek dokładnie tam, gdzie jest potrzebny, nie uszkadzając tkanek zdrowych. To kierunek terapii celowanych, a w przyszłości spersonalizowanych.

Można użyć bakteriofagów do naprawy genów w komórkach nowotworowych?

Można, i naukowcy już nad tym pracują. Możemy stworzyć również tzw. cząsteczki hybrydowe, które łączą elementy fagowe i wirusów eukariotycznych. Takie wektory mogą przenosić więcej materiału genetycznego i są znacznie bezpieczniejsze - nie wywołują silnej reakcji odpornościowej. To może być przyszłość terapii genowych - bezpieczniejsza i skuteczniejsza niż obecne metody.

PRZYRODA

Wciąż rosną!

Wiadomości o końcu sezonu grzybowego okazały się przesadzone. Po minionych deszczach grzyby wciąż owocują, co w naszych lasach sprawdzałem osobiście. Niespełna godzinny spacer i dwa kilogramy grzybów. Wciąż można znaleźć okazałe prawdziwki, podgrzybki, borowiki ceglastopore. Te ostatnie traktowane są przez zbieraczy podejrzliwie, jak wszystkie grzyby, których miąższ po dotknięciu szybko nabiera niebieskiej barwy. Spokojnie, to nie jest osławiony szatan, a niebieska barwa znika podczas gotowania. Za to rydze są doskonale rozpoznawalne i co najważniejsze owocują stabilnie, choć wyszukiwanie ich w opadłych liściach i mokrych trawach wymaga spokoju. Najlepszą rzeczą jaką nas spotka o tej porze roku, jest brak owadów. Kilka dni z temperaturą w okolicy zera stepiło aktywność owadów do minimum. Jeśli nawet zdążyły złożyć jaja na owocnikach, to larwy (zwane robalami czy czerwiem) rozwijają się słabo lub wcale. Praktycznie nie znalazłem ładnego okazu, który musiałbym zdyskwalifikować kulinarnie z powodu „zarobaczenia”. Liczę na początek listopada. Będzie dobry księżyc, mrozów nie widać w żadnej prognozie długoterminowej, jest mokro i wciąż rosną śliczne czerwone muchomorzy. Końcówka sezonu grzybowego może być zaskakująco dobra. Co do zakończenia grzybowej obfitości - wyznaczę go opieńki. Póki co masowo rosnącego grzyba nie spotkałem.

Grzegorz Tabasz

Kraków

150

Tyłu dzieciom zapewni opiekę nowy żłobek, który powstaje przy ul. Jabłonkowskiej w Bronowicach. Budowany jest w technologii modułowej.

PODZIELMY SIĘ CIEPŁEM
Od 7 listopada będzie można składać wnioski w ramach 19. edycji akcji społecznej „Podzielmy się ciepłem”. Jej celem jest wsparcie organizacji pozarządowych w niesieniu pomocy mieszkańcom Krakowa, których działalność

jest ukierunkowana na pomoc osobom ubogim, chorym, osobom z niepełnosprawnościami, seniorom, kombatanom i osobom wykluczonym społecznie. Więcej informacji można uzyskać w krakowskim magistracie: tel. 12 616 60 14, 12 616 78 11.

KRAKÓW

TELEFON

dziennikarza dyżurnego

697 730 318

E-MAIL

redakcja@gk.pl

INWESTYCJE MIESZKAŃCY ZIELONEK I KRAKOWA CZEKAJĄ NA TĘ DROGĘ. JEST NOWY KROK DO II ETAPU BUDOWY

Trasa Wolbromska opóźniona

Barbara Ciry

barbara.ciry@polskapress.pl

Budowa zachodniej obwodnicy Zielonek, czyli druga część Trasy Wolbromskiej, wciąż jest na początkowych etapach przygotowań, ale wreszcie powstaje ważny dokument.

Wojewoda wydał obwieszczenie, w którym informuje o wszczęciu postępowania w sprawie wydania zezwolenia na realizację inwestycji. To ma być dwukilometrowy odcinek drogi od węzła północnej obwodnicy Krakowa znajdującego się w Zielonkach do Trojanowic, wzdłuż drogi wojewódzkiej nr 794.

W Zielonkach mieszkańcy nie mogą się doczekać budowy nowej drogi. Wprawdzie północna obwodnica Krakowa wyprowadziła część ruchu z centrum Zielonek, ale konieczne jest wyprowadzenie ruchu z drogi wojewódzkiej w kierunku Skały i Wolbromia. Pierwszy odcinek tej drogi powstał dwa lata temu, ale to drugi odcinek ma bardziej odciążyć gminę. To trakt nazywany Trasą Wolbromską, ale także zachodnią obwodnicą Zielonek. Poprowadzi ruch od Krakowa z omińnięciem centrum Zielonek.

Mieszkańcy się niecierpliwią, pojawiają się głosy o zaniechaniu inwestycji, ale inwestor - Zarząd Województwa Małopolskiego demuntuje to i wciąż deklaruje wykonanie trasy w całości.

Jak czytamy w obwieszczeniu wojewody małopolskiego Krzysztofa Jana Klęczara, wniosek o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej wpłynął do niego 6 sierpnia br. Jednak dokumenty złożone przez pełnomocnika reprezentującego Zarząd Województwa Małopolskiego wymagały korekty i uzupełnień. Pierwszy raz dokument był skorygowany 18 września, a drugi raz - 2 października.

Po tych uzupełnieniach wynika, że dokumenty są już kompletne. Zostało wszczęte postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na budowę zachodniej obwodnicy Zielonek. Procedura ta trwa od 3 do 6 miesięcy. To oznacza, że inwestycja coraz bardziej się opóźnia. Nawet gdyby jednocześnie prowadzono postępowanie przetargowe, to pierwotne plany zostały przesunięte już o dwa lata. O opóźnieniach było wiadomo od dawna. Z początkiem 2025 r. roczne opóźnienia potwierdziło nam biuro prasowe Zarządu Dróg Wojewódzkich w Krakowie, który prowadzi inwestycję. Teraz opóźnienia są jeszcze większe.

Wójt Zielonek Mirosław Golanek podkreśla, że z nadzieją czeka na realizację drugiego etapu zadania. A fakt wyprowadzania ruchu z dwóch pasów na terenie Krakowa na jeden pas pod urząd gminy w Zielonkach uważa za tymczasowy.

- Kolejne kroki w przygotowaniu inwestycji utwierdzają



Od węzła w Zielonkach ma się rozpocząć budowa drugiego etapu Trasy Wolbromskiej

mnie w przekonaniu, że mimo opóźnień zostanie ona zrealizowana. Przecież z centrum Zielonek ruch musimy wyprowadzić. Obecna droga prowadząca w kierunku Skały jest kompletnie niedostosowana do przyjęcia ruchu z dwupasmowej drogi i węzła, na którym zakończono pierwszy etap prac. Jedynym wyjściem jest dokończenie budowy i wyprowadzenie ruchu w Trojanowicach - zwrócił uwagę Mirosław Golanek, wójt gminy Zielonki.

I etap Trasy Wolbromskiej, czyli odcinek krakowski od ul. Pachocińskiego do węzła na północnej obwodnicy Krakowa w Zielonkach, został otwarty dla ruchu pojazdów pod koniec 2023 roku. To droga o długości 1,2 km, po dwa pasy w obie strony. Ten pierwszy odcinek Trasy Wolbromskiej kosztował 63,6 mln zł. Na jego realizację samorząd wojewódzki otrzymał 40 mln zł unijnej dotacji i prawie 11 mln zł rządowej dotacji, reszta to pieniądze samorządowe.

II etap - od węzła północnej obwodnicy Krakowa w Zielonkach do połączenia z drogą wojewódzką 794 w Trojanowicach - ma mieć długość 2 km, po jednym pasie w obie strony. Początkowo planowano rozpocząć inwestycję w 2024 roku, a zakończenie przewidywano na kwiecień 2026 r. Wiadomo, że budowa znacznie się opóźniła.

Planowano, że inwestycja (II etap) będzie kosztowała najpierw 50 mln zł, potem kwota rosła do około 70 mln zł, a dofinansowanie z Rządowego Funduszu

Rozwoju Dróg ma być w wysokości 35 mln zł - tak zapisano w umowie z lipca 2023 roku. Drugie tyle planowano po stronie samorządu wojewódzkiego. Kwoty rzeczywiste jednak znane będą dopiero po rozstrzygnięciu przetargu.

Projekt budowlany na wykonanie II etapu Trasy Wolbromskiej już jest, ale nie ma jeszcze zezwolenia na realizację. Wszczęcie postępowania przez wojewodę to kolejny ruch do realizacji zadania. Raczej nie ma szans na uzyskanie decyzji jeszcze w tym roku. Prace w terenie rozpoczyna się więc nieco później niż dwa lata od pierwotnie planowanego terminu ich rozpoczęcia.

Po otrzymaniu decyzji ZRID lub w trakcie jej uzyskiwania - co rozważa samorząd wojewódzki - będzie ogłoszony przetarg, a jego rozstrzygnięcie i wyłonienie wykonawcy to kwestia kilku miesięcy. Następnie ruszą roboty budowlane w terenie.

W ramach drugiego etapu prac w terenie planowany jest 2-kilometrowy odcinek nowej drogi po jednym pasie w obie strony. Mają być też dodatkowe jezdnie do obsługi terenów przyległych, dwa wiadukty, most, chodniki, ścieżki rowerowe, do tego rozbudowa skrzyżowań, w tym dwa ronda. Zaplanowano ekrany akustyczne, oświetlenie, kanalizację deszczową, zbiorniki retencyjne i infrastrukturę techniczną.

Cmentarz Batowicki zyska nowe miejsca pochówku. Będzie też skwer

Marcin Banasik

marcin.banasik@polskapress.pl

Na cmentarzu Batowickim utworzone zostaną nowe miejsca pochówkowe - tradycyjne i urnowe. Zmiany na lepsze czekają też nową część cmentarza, na której odbywają się już pochówki.

Cmentarz Prądnik Czerwony jest największym i jednym z najmłodszych cmentarzy komunalnych Krakowa. Pierwszy pochówek odbył się tam w 1966 r. Odgrywa on ważną rolę w zabezpiec-

czeniu sanitarnym miasta, również w przypadku kryzysów takich jak epidemie czy działania wojenne. Powierzchnia nekropolii była wielokrotnie powiększana - aktualnie zajmuje obszar około 41,75 ha. W ostatnich latach została poszerzona o około 9 ha.

W ramach zadania pn. „Rozbudowa cmentarza Prądnik Czerwony - Batowice II” w latach 2021-2022 Zarząd Komunalnych w Krakowie realizował prace przygotowawcze mające na celu zagospodarowanie obszaru o powierzchni 4 ha pod przyszły cmentarz. Roboty obejmowały wyburzenia, niwelację

terenu, oświetlenie i uporządkowanie terenu. Ponadto na obszarze (od północnej strony ul. Powstańców), gdzie wcześniej urządzono miejsca grzebalne, wykonano alejki i źródła. W efekcie utworzono 1100 miejsc pod groby urnowe i 4 tys. miejsc tradycyjnych. Na tej części cmentarza od sierpnia 2021 r. odbywają się już pochówki. Roboty na 9-ha poszerzeniu cmentarza zostały przerwane w 2023 r. ze względu na brak funduszy. Wznowiono je w tym roku dzięki decyzji prezydenta Krakowa i zabezpieczeniu

odpowiedniego finansowania w budżecie miasta.

- Nie mogliśmy przejść obojętnie obok tak ważnej inwestycji. Cmentarz Prądnik Czerwony stanowi gwarancję bezpieczeństwa pochówkowego, a tym samym gwarancję bezpieczeństwa sanitarnego dla miasta. Mimo trudnej sytuacji budżetowej udało nam się wygospodarować środki na kontynuację prac. To odpowiedzialna decyzja - podkreśla prezydent Krakowa Aleksander Myszalski.

W ramach wznowienia inwestycji i zawartej przez Zarząd

komunalnych w Krakowie umowy z wykonawcą na lata 2025-2027 pn. „Rozbudowa cmentarza Prądnik Czerwony - Batowice II” na powierzchni kolejnych 4 ha poszerzenia nekropolii wykonany zostanie zakres robót, który w pełni przygotuje ten teren pod przyszłe pochówki. Zakres obejmie utworzenie m.in.: sieci wodociągowej, infrastruktury komunikacyjnej (alejki), oświetlenia, budynku ogólnodostępnej toalety, kolumbariów na 310 nisz urnowych, kwater grzebalnych na ok. 4 tys. miejsc, zmodernizowa-

nych i uporządkowanych terenów zielonych.

Ponadto obszar ok. 4 ha, gdzie obecnie odbywają się już pochówki, uzupełniony zostanie o zielony skwer, który powstanie w centralnym miejscu tej części cmentarza, wraz z rzeźbami przedstawiającymi powolny proces przemijania życia ludzkiego. Planowane jest też rozmieszczenie długo wyczekiwanej małej architektury w postaci ławek i wykonanie nasadzeń zieleni.

Całkowity koszt prac, szacowany na lata 2025-2027, wynosi ponad 14,5 mln zł.

nasz REGION

Gmina Pleśna dostała unijne dofinansowanie na budowę przedszkola

Robert Gąsiorek
robert.gasiorek@polskapress.pl

Zarząd województwa małopolskiego zatwierdził do dofinansowania ze środków unijnych budowę przedszkola samorządowego w Pleśnej. Dotacja wyniesie 6 mln złotych.

W Pleśnej od wielu lat działa publiczne przedszkole, ale dzieci na co dzień przebywają w starym budynku, który nie spełnia standardów.

- Trzeba by go gruntownie wyremontować lub przebudować - przyznaje Józef Knapik, wójt gminy Pleśna.

Dlatego podtarnowski samorząd zdecydował się wybudować nowy obiekt, który będzie w stanie pomieścić 150

dzieci w sześciu oddziałach. Inwestycja rozpoczęła się w połowie roku. Natomiast w ostatnich dniach władze Małopolski zdecydowały, że inwestycja pod Tarnowem zostanie dofinansowana kwotą 6 mln zł w ramach Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych.

W nowym obiekcie mieścić się będzie również żłobek dla 46 maluchów. Na tę część obiektu już wcześniej samorząd otrzymał dofinansowanie w wysokości 3 mln zł z programu Maluch Plus. - Nie mieliśmy w gminie samorządowego żłobka, a zapotrzebowanie na nie jest - mówi Józef Knapik.

Cała inwestycja związana z budową przedszkola ze żłobkiem ma kosztować niecałe 13 mln złotych. Prace mają potrwać do końca 2026 roku.



Tak ma wyglądać budynek, w którym mieścić się będą przedszkole i żłobek

27 PAŹDZIERNIKA

Imieniny obchodzą: Barnim, Józef, Manfred, Manfredo
1535 - Dotychczasowy biskup płocki Andrzej Krzycki został mianowany arcybiskupem gnieźnieńskim i prymasem Polski
1942 - Z getta krakowskiego do obozu zagłady w Bełżcu wywieziono około 5 tysięcy osób (w tym chorych ze szpitala i dzieci z sierocińca)
2002 - Odbędzie się pierwsza tura wyborów samorządowych



FOT. ARCHIWUM

27 PAŹDZIERNIKA 1991
Odbły się pierwsze po upadku komunizmu w pełni demokratyczne wybory parlamentarne. Do Sejmu weszło 29 ugrupowań, najwięcej mandatów uzyskały: Unia Demokratyczna 62, SLD 60, Wyborcza Akcja Katolicka 49

Arka pod Tatrami – hala, która na razie nie służy nikomu

Łukasz Bobek
lukasz.bobek@polskapress.pl

Zakopiańska arka Noego - tak mieszkańcy Zakopanego i turyści odwiedzający miasto ochrzcili halę lodową Centralnego Ośrodka Sportu. Nie wiadomo, kiedy zostanie oddana do użytku.

Potężna konstrukcja rośnie na terenie COS przy ul. Bronisława Czecha, powyżej stadionu lekkoatletycznego, w miejscu, gdzie dawniej funkcjonował odkryty tor lodowy. Obok są trasy biegowe. Budowla dominuje nad otoczeniem, jest ogromna.

- Widać ją z daleka, z Gubałówki czy z Nosala. Od razu rzuca się w oczy. Niektórzy mówią, że to zakopiańska arka Noego, bo wygląda jak potężny statek - mówi pan Marek, zakopiański kierowca taksówki.

Inni dodają, że hala lodowa COS jest drugim tak rzucającym się w oczy obiektem w Zakopanem. - Najpierw widać koło młyńskie pod skocznia, a potem ten potężny budynek - dodaje pani Irena, turystka z Poznania.

Miały być mistrzostwa, jest kontrola CBA

Hala lodowa miała być przełomem - całorocznym torem dla panczenistów, z bieżnią, ścianką wspinaczkową i zapleczem, która miała przyciągać sportowców z całej Europy. Budowa ruszyła wiosną 2022 roku, ale szybko okazało się, że rzeczywi-



FOT. SZYMON KORTA

Hala lodowa na terenie Centralnego Ośrodka Sportu w Zakopanem. To największy budynek w mieście

stość brutalnie zweryfikowała ambitne plany. W ciągu kilkunastu miesięcy doszło do konfliktu między inwestorem a wykonawcą. Część podwykonawców nie otrzymała wynagrodzenia za wykonane prace. Roboty stanęły, termin oddania do użytku hali oddalił się. Przez to Zakopane straciło możliwość organizacji prestiżowych imprez międzynarodowych: mistrzostw Europy i Pucharu Świata w łyżwiarstwie szybkim.

W październiku br. wiceminister sportu Ireneusz Raś podczas wizyty w Zakopanem zasugerował, że budowę interesują się „różne służby”. Podpytywany przez dziennikarzy dodał, że

„były osoby zainteresowane tym, żeby inwestycja nie była realizowana w tak krótkim czasie, jak można byłoby zrealizować”. Dziś wiadomo, że kontrolę prowadzi Centralne Biuro Antykorupcyjne, a Najwyższa Izba Kontroli zakończyła postępowanie. Pierwotnie hala miała kosztować 90 mln zł i być gotowa w pierwszej połowie 2024 roku.

Hala lodowa miała być całorocznym torem dla panczenistów, z bieżnią, ścianką wspinaczkową i zapleczem, która miała przyciągać sportowców

Potem padała kwota 120 mln zł, następnie 173 mln zł. Dziś wice-minister Raś mówi o kosztach ok. 200 mln zł, a termin oddania obiektu pozostaje niezany.

W tzw. międzyczasie zmieniali się dyrektorzy COS-u w Zakopanem. Po Sebastianie Danikiewicz obowiązki przejął Jakub Dyrz, a od września 2025 roku kierownictwo objęła Bogusława Stępień - członek zarządu powiatu tatrzańskiego. Przy jej boku funkcję wicedyrektora powierzono Janowi Gąsienicy-Walczakowi, byłemu wiceburmistrzowi Zakopanego.

Hala-widmo czy sportowe serce Podhala?

Nowe kierownictwo COS-u ma przed sobą trudne zadanie: przyspieszenie robót oraz odbiór z udziałem służb i nadzoru. Jeśli wszystko się powiedzie, Zakopane znów może wrócić na łyżwiarzką mapę Polski. Jeśli nie, hala lodowa pozostanie symbolem politycznych ambicji, które zerwały się z procedurami, inflacją i zbyt odważnym kalendarzem inwestycyjnym.

Na razie hala lodowa już stała się jednym z najbardziej rozpoznawalnych punktów Zakopanego. Jej monumentalna bryła, widoczna z wielu miejsc w mieście i z okolicznych szczytów, przyciąga uwagę i budzi emocje. Dla jednych to symbol rozwoju, dla innych nieukończony inwestycji, która pochłania kolejne miliony. ©

Prezydent Ludomir Handzel i zastępca Artur Bochenek usłyszeli zarzuty

Alicja Fałek
alicia.falek@polskapress.pl

W piątek, 24 października, przed godz. 20 Prokuratura Europejska potwierdziła PAP, że obaj zatrzymani usłyszeli zarzuty.

„Potwierdzamy, że w tym tygodniu zatrzymano sześć osób, w tym czterech urzędników Urzędu Miasta w Nowym Sączu, którym we wtorek i w czwartek postawiono zarzuty. Ponieważ jest to postępowanie w toku, jest to jedyna informacja, jaką mo-

żemy obecnie przekazać, aby nie narażać na szwank toczącego się śledztwa ani jego wyników” - przekazała PAP rzeczniczka Europejskiej Prokuratury (EPPO) Tine Hollevoet.

Zatrzymanie prezydenta i zastępcy

Przypomnijmy, że do zatrzymania prezydenta Ludomira Handzla doszło 23 października w jego domu ok. 6 rano, a jego zastępcy Artura Bochenka o tej samej godzinie w jego mieszkaniu. Informację o zatrzymaniu prezydentów potwierdził rzecz-

nik prasowy ministra koordynatora służb specjalnych Jacek Dobrzyński, a o śledztwie CBA nadzorowanym przez Prokuraturę Europejską w Nowym Sączu mówi się już od jakiegoś czasu.

Zatrzymanie ma związek z nieprawidłowościami przy przetargu publicznym na organizację i przeprowadzenie kursów i warsztatów w ramach projektu pn. „Rozwój Centrum Kompetencji Zawodowych w Nowym Sączu”. Według ustaleń śledczych w październiku i listopadzie 2024 r. pracownik samorządowy miał przekroczyć



FOT. SADECKA JESEN KULTURALNA

Do zatrzymania prezydenta Ludomira Handzla i jego zastępcy Artura Bochenka doszło 23 października

uprawnienia, ujawniając istotne informacje jednemu z oferentów w celu osiągnięcia korzyści majątkowej. W wyniku tych działań mogło dojść do naruszenia interesu publicznego i wyrządzenia szkody w wysokości ponad 600 tysięcy euro.

„Wracamy do pracy”

„Wracamy do pracy” - informują za pośrednictwem mediów społecznościowych prezydent Nowego Sącza Ludomir Handzel i jego zastępca Artur Bochenek. Zapowiadają również konferencję prasową. ©

Nowa atrakcja Krynicy jest coraz wyższa

Alicja Fałek
alicia.falek@polskapress.pl

Na Górze Parkowej w Krynicy-Zdroju powstaje wysoka na 36 metrów wieża widokowa. Otwarcie zapowiadane jest w przyszłym roku.

Na Górze Parkowej w Krynicy-Zdroju powstaje kolejna atrakcja turystyczna. Grupa PKL przy górnej stacji kolei buduje wysoką na 36 metrów wieżę widokową. Inwestycja przebiega zgodnie z harmonogramem, a kolejne etapy robót są sukcesywnie finalizowane.

Góra Parkowa z wieżą widokową

Cechą charakterystyczną wieży powstającej na szczycie Góry Parkowej w Krynicy-Zdroju będzie przeszklony taras widokowy, z którego turyści będą mogli korzystać przez cały rok. Na sam szczyt budowli będą mogły wejść osoby, które nie boją się wysokości, zaplanowano tam bowiem wykusz ze szklaną podłogą. Podobne atrakcje powodują u turystów wzrost adrenaliny, ale też endorfin, i są prawdziwym hitem.

Wieża wyposażona będzie w windę, która zapewni dostępność dla wszystkich. Na szczyt dostaną się więc rodziny z małymi dziećmi, a także osoby z niepełnosprawnościami i mające problemy z poruszaniem się. Dla chętnych



Zgodnie z założeniami wieża zostanie udostępniona turystom w 2026 roku

nych będzie także zewnętrzna klatka schodowa, dzięki której będzie można dłużej delektować się widokami.

Projekt architektoniczny nawiązuje stylem do lat 30. XX wieku, podkreślając historyczny charakter Góry Parkowej i unikatowy klimat Krynicy-Zdroju. Wagoniki, które transportują turystów w górę i na dół, pracują na tej trasie od 1937 roku. Są to wciąż te same, oryginalne wagony, które przetrwały próbę czasu i - po niewielkiej modernizacji - codziennie wielokrotnie pokonują swoją drogę.

Zgodnie z założeniami wieża zostanie udostępniona turystom w 2026 roku. Grupa PKL konsekwentnie realizuje

kolejne etapy budowy. Już teraz można być pewnym, że ze szczytu będzie można podziwiać malownicze krajobrazy Krynicy, Beskidu Sądeckiego, Jaworzyny Krynickiej, a przy sprzyjającej pogodzie nawet Tatry.

Budowa wieży widokowej to element szerokiego programu rozwoju ośrodka PKL na Górze Parkowej, który w 2027 roku będzie świętować 90-lecie swojego istnienia. Po niedawno otwartej Polanie Muzyki i Światła kolejnym etapem będzie multimedialne centrum podróży w czasie - nowoczesna przestrzeń w budynku B2, prezentująca historię Krynicy-Zdroju i Góry Parkowej.

Zamiast sprzedać, oddali za darmo kamienicę w centrum Wolbromia

Paweł Mocny
pawel.mocny@polskapress.pl

Bracia Jan, Krzysztof, Piotr Starzyńscy i ich siostra Barbara Kasprzak przekazali gminie kamienicę przy ul. Krakowskiej wraz z trzema budynkami. Chcieli ocalić rodzinne miejsce od zniszczenia.

W sierpniu radni Rady Miejskiej w Wolbromiu zdecydowali o wyrażeniu zgody na przyjęcie darowizny na rzecz gminy. Tą darowizną była działka z budynkiem mieszkalno-usługowym oraz trzema budynkami niemieszkalnymi. Chodzi o kamienicę znajdującą się naprzeciwko Urzędu Miasta i Gminy Wolbrom przy ulicy Krakowskiej 4. Sprawa ta została sfinalizowana podpisaniem aktu notarialnego w poniedziałek, 20 października.



Nieruchomość ma prawie 220 metrów kwadratowych

Darczyńcy to panowie Jan, Krzysztof i Piotr Starzyńscy oraz pani Barbara Kasprzak. Rodzeństwo odziedziczyło budynek po rodzicach: Józefie i Marii Haberka. - Nie chcieliśmy, aby tę nieruchomość spotkał ten sam los jak inne niszczone

obiekty. Doszliśmy do wniosku, że najlepszym wyjściem będzie przekazanie nieruchomości władzom miasta, które mogą wykorzystać ją w celu stworzenia czegoś, co zostanie i będzie służyło wszystkim mieszkańcom - podkreślają bracia Starzyńscy.

Nieruchomość ma prawie 220 mkw. Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego gminy działka położona jest na obszarze przeznaczonym pod zabudowę śródmiejską. Jak zapewnił burmistrz Miasta i Gminy Wolbrom, przekazana nieruchomość ma zostać wykorzystana w sposób, który będzie odpowiadał potrzebom lokalnej społeczności.

- Cieszymy się, że dajemy cegiełkę pod budowę czegoś nowego, a pamięć o naszych rodzicach zostanie zachowana - podsumowało rodzeństwo.

REKLAMA

0011418877

Czytanie. buduje więź

na całe życie



Narodowy
Program
Rozwoju
Czytelnictwa
2.0



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach realizacji Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa 2.0 na lata 2021-2025



Ministerstwo
Edukacji Narodowej



BIBLIOTEKA
NARODOWA



Instytut
Książki
©Poland



NARODOWE
CENTRUM
KULTURY

Targi Terrarystyczne w Akademii Tarnowskiej: pajaki, węże, jaszczurki, żaby

Paulina Marcinek-Kozioł
paulina.marcinek@polskapress.pl

W weekend (25-26 października) odbyły się w Tarnowie Targi Terrarystyczne. Można było oglądać największe pajaki świata, węże, jaszczurki i amerykańskie żaby.

Halę sportową Akademii Tarnowskiej w weekend wypełniły egzotyczne zwierzęta. Za interesowani mogli podziwiać m.in. największe pajaki świata, węże, gekony, skorpiony, modliszki, karaluchy, żółwie wodne, amerykańskie żaby i rzekotki oraz wiele innych.

Chętnych nie brakowało, a największe kolejki ustawiały się, aby zobaczyć pytony czy anakondy. Wśród najmłod-

szych furorę robiły zaś... króliki. Podczas targów była także możliwość zakupu terrarium, wyposażenia i skorzystania z porad doświadczonych hodowców. Chętni mogli sobie zrobić nawet tatuaż.

Jak podkreślają organizatorzy, targi są okazją obejrzenia i zakupu zwierząt z różnych zakątków świata. Wielu wystawców prezentuje unikatowe okazy, trudno dostępne w Europie, m.in. anolisy, rzadkie węże i zwierzęta wodno-błotne, ameivy, czyli jedne z najpiękniejszych jaszczurek świata, amerykańskie żaby i rzekotki, wreszcie owady, ptaszki i skorpiony.

Targi były okazją nie tylko do zakupu egzotycznych węży, skorpionów czy pajaków, ale i terrariów do ich przechowywania.



FOT. PAULINA MARCINEK-KOZIOŁ

W hali sportowej Akademii Tarnowskiej egzotyczne zwierzęta były dosłownie na wyciągnięcie ręki

Obwodnica Lisiej Góry będzie o ponad 20 mln złotych tańsza

Robert Gąsiorek
robert.gasiorek@polskapress.pl

Zarząd Dróg Wojewódzkich wybrał wykonawcę obwodnicy Lisiej Góry. Inwestycję za 65,5 mln zł zrealizować ma firma Strabag.

Gdy wiosną 2024 r. ogłoszono przetarg na budowę obwodnicy Lisiej Góry, spodziewano się, że inwestycja szybko dojdzie do skutku. Jednak postępowanie przetargowe przedłużało się. Tłumaczono to dużą liczbą pytań od zainteresowanych firm oraz przeciągającymi się procedurami na realizację inwestycji drogowej (ZRID).

W tzw. międzyczasie nie słabły protesty mieszkańców ulicy Długiej w Lisiej Górze. Sprzeciwiają się inwestycji, która ma być poprowadzona blisko ich domów, a sama ulica ma zostać przecięta estakadą. Pisma, które kierowali do różnych instytucji, nie stały jednak na przeszkodzie inwestycji i we wrześniu tego roku w końcu nastąpił przełom w przetargu. Po otwarciu ofert okazało się, że zgłosiło się do niego aż dwanaście firm.

Najtańszą z nich, wynoszącą ponad 65,5 mln złotych, złożyła firma Strabag. To oznacza, że inwestycja w Lisiej Górze będzie dużo tańsza niż się spodziewano, bo w budżecie województwa małopolskiego na ten cel zabezpieczono ponad 89,5 mln złotych.



FOT. ROBERT GĄSIÓREK

Dzięki inwestycji kierowcy jadący w kierunku Mielca będą omijać centrum podtarnowskiej wsi

- Ofert pracy dla firm jest mniej niż kiedyś i wykonawcy dzięki temu dają niższe ceny. Zrobimy to za mniejsze pieniądze, ale najważniejsze, że ta inwestycja będzie realizowana - podkreśla Ryszard Pagacz, wicemarszałek województwa małopolskiego.

W najbliższych tygodniach ma zostać podpisana umowa z wykonawcą. Tuż po tym firma będzie mogła rozpocząć prace. Za zadanie będzie miała budowę trasy o długości 4,5 km. Jej początek zlokalizowany zostanie w Brzozówce, przy skrzyżowaniu prowadzącym do Lidla. Dalej trasa pobiegnie w kierunku wschodnim,

krańcem terenów inwestycyjnych gminy. Następnie połączy się z drogą wojewódzką 984 tuż przed Starymi Żukowicami.

- Pracujemy nad tym, aby dołączyć do trasy obwodnicy nasze drogi gminne. Przez kilka ostatnich lat robiliśmy koncepcje, projekty, rozpoczęliśmy nawet niektóre budowy, aby nasza obwodnica nie tylko wyprowadzała

Firma Strabag od podpisania umowy z Zarządem Dróg Wojewódzkich będzie miała 30 miesięcy na budowę obwodnicy Lisiej Góry

ruch z gminy, ale żeby stanowiła koło napędowe dla inwestycji na terenie gminy, bo mamy bardzo dużo inwestycji nowych i obwodnica ma w tym pomóc. Robimy plany miejscowe na terenach wokół obwodnicy, żeby mieszkańcy i przedsiębiorcy mogli się rozwijać tam budować - mówi Arkadiusz Mikuła, wójt gminy Lisia Góra.

Podtarnowski samorząd też wyłoży pieniądze ze swojego budżetu na budowę obwodnicy. Zgodnie z planem finansowym inwestycji miałyby to być w sumie ponad 3,7 mln. Na tę kwotę składają się m.in. udziały w kosztach projektowych czy nabycia pod inwestycję prywatnych nieruchomości.

Obwodnica Lisiej Góry jest oczekiwana od wielu lat przede wszystkim przez mieszkańców ulic Jaracza i Mieleckiej. Codziennie tę wąską i krętą trasę pokonują setki samochodów. W godzinach szczytu korkuje się też rondo w centrum Lisiej Góry, gdzie krzyżują się dwie ważne drogi: DK 73 na Kielce oraz DW 984 na Mielec.

- Mieszkańcy ulicy Jaracza i Mieleckiej odetchną. Oni mieszkają po 20-25 metrów od drogi, gdzie w tej chwili przejeżdżają tysiące tirów dziennie - podkreśla Mikuła.

Zwycięzca przetargu na obwodnicę Lisiej Góry od momentu podpisania umowy z Zarządem Dróg Wojewódzkich będzie miał 30 miesięcy na wykonanie inwestycji. ©

Tauron: Siersza stanie się nowoczesnym hubem energetycznym

Sławomir Bromboszcz
slawomir.bromboszcz@polskapress.pl

- Niezależnie od tego, jak długo będziemy produkowali tu energię elektryczną i ciepło z węgla, pracujemy nad tym, żeby mieć hub biznesowy - podkreśla Grzegorz Lot, prezes Tauronu.

Spółka od dwóch lat regularnie spotyka się ze stroną społeczną i samorządowcami, aby wypracować model transformacji, który zapewni przyszłość Trzebinii jako ośrodka przemysłowo-energetycznego. - Scenariusz podstawowy zakłada funkcjonowanie jednostki do 31 grudnia 2028 roku, ale równolegle pracujemy nad konwersją tego miejsca w nowoczesny hub energetyczny oparty na gazie, fotowoltaice i magazynach energii. To będzie świat nowej energii: czystej, elastycznej i konkurencyjnej cenowo - mówi prezes Lot.

Siersza 2.0

Najważniejszym elementem transformacji Sierszy ma być budowa nowoczesnej elektrowni gazowej typu OCGT (Open Cycle Gas Turbine) o mocy od 400 do 600 MW.

- Złożyliśmy wniosek o warunki przyłączenia do sieci gazowej operatora Gaz-Systemu. W przyszłym roku chcemy sfinalizować przygotowanie projektu i podjąć decyzję inwestycyjną - informuje Michał Orłowski.

Budowa może ruszyć w 2027, a uruchomienie jednostki planowane jest na rok 2030. Nowa instalacja ma pełnić funkcję elektrowni szczytowej uruchamianej w momentach nagłego zapotrzebowania na moc, np. gdy spada produkcja z OZE. Równolegle Tauron planuje budowę wielkoskalowych magazynów energii o mocy do 300 MW.

- Widzimy ogromne zapotrzebowanie systemu na magazyny. Będą stabilizowały rynek



FOT. SŁAWOMIR BROMBOSZCZ

Michał Orłowski, wiceprezes zarządu ds. zarządzania majątkiem i rozwoju w Tauronie

i obniżały ceny energii dla odbiorców - podkreśla Orłowski.

Pierwsze inwestycje w magazyny mogą ruszyć już w 2026 roku, nie wymagają bowiem udziału w rynku mocy.

Początkowo rozważano budowę jednostek na biomasę oraz

instalacji do spalania RDF (paliw z odpadów), jednak plany te uległy zmianie. Temat spalania biomasy w Sierszy trafił do kosza, natomiast RDF odłożono na półkę. - Odeszliśmy od scenariusza spalania biomasy ze względu na wysokie nakłady in-

westycyjne (ponad miliard zł) oraz ryzyka surowcowe i regulacyjne. Rynek biomasy jest coraz trudniejszy, a dostępność paliwa coraz bardziej ograniczona. Dlatego poszliśmy w kierunku gazu - tłumaczy Orłowski.

Era węgla się zakończyła

Celem spółki jest przekształcenie Sierszy w nowoczesny, niskoemisyjny kompleks energetyczny, który połączy różne technologie: od gazu, przez fotowoltaikę i magazyny energii, po systemy power-to-heat do produkcji ciepła z nadwyżek energii z OZE. - Era węgla się zakończyła. Ale węgiel jest dziś potrzebny, by przeprowadzić transformację. Przyszłość widzimy w OZE, atomie, elastycznej sieci i magazynach energii. To, co budujemy, musi być zielone, zeroemisyjne i tanie - tylko wtedy ta transformacja będzie miała sens społeczny i ekonomiczny - podkreśla prezes Lot.

Zachowają miejsca pracy

Transformacja Sierszy ma przebiegać bez zwolnień grupowych. Tauron zapewnia, że dla wszystkich pracowników znajdzie się miejsce w nowych strukturach lub przy inwestycjach modernizacyjnych.

- Dzięki zmianom legislacyjnym część pracowników będzie mogła skorzystać z urlopów energetycznych, a pozostali znajdą zatrudnienie przy rozbiorach i nowych inwestycjach - mówi Michał Orłowski.

Związkowcy są zadowoleni z nowego kontraktu na rynku mocy oraz wizji transformacji zakładu. - Elektrownia Siersza nie zostanie zlikwidowana z końcem 2025 roku. Zachowaliśmy miejsca pracy w Trzebinii, zarząd dotrzymał słowa. To ogromny sukces i szacunek dla wszystkich, którzy się do tego przyczynili - mówi Marek Staroń, przewodniczący ZZ „Kontra” w Elektrowni Siersza.

Polacy też potrafią śmiać się z wampirów. „Życie dla początkujących” w kinach



„Życie dla początkujących” – w środku Michał Sikorski z Wadowic

Paweł Gzyl
pawel.gzyl@polskapress.pl

Idzie nowe w polskiej komedii. Już możemy oglądać w kinach „Życie dla początkujących” – pierwszą polską komedię o wampirach. Czy dzieła młodych twórców dorównają dawnym hitom?

Pełnometrażowy debiut Pawła Podolskiego rzuca nowe światło na polskie kino wampiryczne. Oryginalne poczucie humoru w połączeniu z refleksją na temat kruchości życia i brakiem zgody na przemijanie tworzy mieszankę wubochową.

Intrawertyczna Monia (pierwsza główna rola Magdaleny Maścianicy) jest wampirzycą. Zatrudnienie w domu spokojnej starości pozwala jej żywić się pobieraną niezauważenie, w sanitarnych warunkach krwią od zmarłych pacjentów, a kontakty międzyludzkie ogranicza do rozmów z dotkniętymi demencją seniorami. Czuje się bezpiecznie i pewnie mogłaby jeszcze długo tak funkcjonować, gdyby na jej drodze nie stanął pewien śmiertelnik – Czarek (Michał Sikorski).

Chłopak jest pierwszą osobą, która odkrywa sekret Moni, ale nikomu go nie ujawnia. W tym samym czasie w ośrodku zaczyna się dziać się niepokojące rzeczy. Na ciele zmarłych pacjentów zostają znalezione ślady ugryzień. Czyżby Monia zapomniała o środkach ostrożności i postanowiła pójść na całość?

Scenariusz „Życia dla początkujących” napisali Paweł Podolski i Lynn Kucharczyk. Twórcy żartują, iż filmowcy w Polsce unikają kina wampirycznego przynajmniej z dwóch powodów: boją się wampirów i nie chcą się do tego przyznać, a po drugie boją się nocnych zdjęć, bo ekipie chce się spać.

– A co jeśli wampiry są w porządku? I co jeśli to ludzie zachowują się potwornie? – zastanawia się reżyser. – Idąc dalej: jeśli ludzie nie wiedzą, co zrobić z życiem, to co mają powiedzieć średnio ogarnięte wampiry, które zostały przez los skazane na życie wieczne? Do tego w Polsce. Z takich pytań zrodził się pomysł na „Życie dla początkujących” – mówi reżyser.

Dla Michała Sikorskiego (objawienie polskiej komedii z Wadowic) „Życie dla początkujących” ma również osobisty wymiar. – Miałem okazję czytać wcześniej kilka tekstów Lynn Kucharczyk z czasów szkoły filmowej i zagranie w filmie na podstawie jej scenariusza absolutnie było i jest moim marzeniem! – przyznaje aktor. – Tak oryginalny humor to coś, co nie zdarza się często w polskim kinie – podkreśla.

Pierwsze reakcje krytyków na film są wręcz entuzjastyczne. „W polskim kinie od dawna nie było czegoś tak odważnego, oryginalnego i pełnego uroku. „Życie dla początkujących” zaskakuje pomysłem, formą i treścią. Wampiry, które zwykle goszczą na ekranach w horrorach, tutaj stają się bohaterami z krwi i kości – choć z przymrużeniem oka. To nie tylko nietypowa komedia, ale również opowieść o życiu, odwadze i drugiej szansie” – napisała Interia.

„Subtelna komedia o nieśmiałej wampirzycy Moni to wbrew pozorom pozycja skierowana nie do miłośników „Zmierzchu” czy „Drakuli”, ale raczej poprawiającej nastrój „Amelii”. Warto się na niego wybrać, kiedy trafi do kin” – dodaje Twój Styl.

„Życie dla początkujących” można w Krakowie oglądać w kinach Kijów, Kika, Mikro, Pod Baranami, Paradox, Sfinks, Cinema City Bonarka i Galeria Kazimierz.

„Czekając na barbarzyńców” – to już 18. Boska Komedia

Anna Piątkowska
anna.piatkowska@polskapress.pl

Od 4 do 14 grudnia będzie trwać 18. edycja Międzynarodowego Festiwalu Teatralnego Boska Komedia. W Krakowie zaprezentowanych zostanie ponad 30 spektakli.

W tym roku Boskiej Komedii przyświeca hasło „Czekając na barbarzyńców”. – Jest ono inspirowane wierszem Kawafisa, a w pewnym sensie też książką Coetzee „Czekając na barbarzyńców”, wyrażając niepokój współczesności, stan zawieszenia, podziały. Dziś to artyści są barbarzyńcami, którzy idą pod prąd wszelkim oczekiwaniom. Ostatnimi sprawiedliwymi. I jest to światłem w tunelu mrocznej rzeczywistości – tłumaczy Bartosz Szydłowski, dyrektor Międzynarodowego Festiwalu Boska Komedia. – Ta edycja będzie bezcenna, ma przypominać o powinności artystycznej, która ma w niesamowitą siłę inspiracji do tego, by być odważnym.

Ponad 30 spektakli o bardzo różnych smakach, estetykach i tematach, każdy znajdzie coś dla siebie. W tym roku polskie sztuki teatralne oglądało grono selekcionerów: Jacek Cieślak, Agata Skrzypek, Magda Piekarska, Jacek Wakar, Małgorzata Jabłońska i Bartosz Szydłowski.

– Mieliśmy szansę pracować w bardzo różnorodnym i złożonym gronie, dlatego mam nadzieję, że widzowie będą mogli



„Latający Potwór Spaghetti” to jeden ze spektakli prezentowanych podczas tegorocznej Boskiej Komedii

zobaczyć teatralny creme de la creme – mówi Jacek Cieślak.

Tradycyjnie konkurs podzielony został na trzy strefy: Inferno, Paradiso i Purgatorio. W Inferno zmierzy się dziewięć najciekawszych polskich spektakli miniego sezonu: „Dom niespokojnej starości” Teatru Współczesnego w Szczecinie w reżyserii Michała Buszewicza, „Gry wstępne” Wiktora Rubina Teatru Capitol we Wrocławiu, „Latający Potwór Spaghetti” wyreżyserowany przez Mateusza Pakułę dla Łaźni Nowej, „Przemiana” Michała Kmiecika Wrocławskiego Teatru Współczesnego, „Tkocze” Mai Kleczewskiej Teatru Śląskiego w Katowicach, „Ulisses” Michała Borczucha dla Teatru im. Słowackiego w Krakowie, „Wczoraj byłaś zła na zielono” wyreżyserowany przez Annę Augustynowicz w Teatrze Dramatycznym w Warszawie, spektakl Jakuba Skrzywanki „Zamach na Narodowy Stary Teatr. Narodziny narodu” w Starym Teatrze w Krakowie i „Złe zachowanie” Jędrzeja Piaskowskiego i Teatru im. Jarczaka w Olsztynie.

Pośród tych tytułów międzynarodowe jury wybierze zdobywcę statuetki Boskiego Komedianta oraz nagród aktorskich, reżyserskich i scenograficznych. Paradiso w tym roku nie będzie pokazem spektakli studenckich, a prezentacją przedsięwzięć teatralnych młodych twórców. W tej sekcji pokazany zostanie

choćby rapowany spektakl „Pan Tadeusz” Kamila Białaszką w Teatrze Polskim w Poznaniu.

Purgatorio to z kolei nurt skupiający różne formy, oprócz teatru jest tu miejsce na performance i nową choreografię. W tym paśmie zaprezentują się m.in. Lina Lapelyte, Malicho Vaca Szpecht, Katarzyna Kalwat, Michał Zadara. Publiczność zobaczy spektakle z Ukrainy, Chile, Łotwy i Niemiec, a także kilka produkcji skoncentrowanych na tożsamości śląskiej.

Purgatorio to również pięć festiwalowych premier, to spektakl Teatru im. Słowackiego „Wegetariańska” w reżyserii Pawła Miśkiewicza, „Uroczystość”, Małgorzaty Bogajewskiej i Teatru Ludowego oraz „Proces Eligiusza Niewiadomskiego” Bartosza Szydłowskiego i Łaźni Nowej.

Na początek wydarzenie specjalne: polska prapremiera „Roku bez lata” Florentiny Holzinger.

Podczas konferencji zapowiadającej program tegorocznej edycji festiwalu Daniel Wiśniowski, dyrektor Departamentu Marki Kraków, powiedział, że w obliczu trudnej sytuacji finansowej miasta nie przewiduje się cięcia na kulturę. – To najważniejszy festiwal teatralny w tej części Europy – mówił Daniel Wiśniowski. – Boska Komedia na stałe wpisała się w kalendarz najważniejszych imprez kulturalnych Krakowa – dodał, podkreślając, że aż trzy krakowskie spektakle znalazły się w konkursie, co świadczy o znaczeniu scen teatralnych miasta.

Andrzej Szczerski oficjalnie dyrektorem Muzeum Narodowego w Krakowie

Anna Piątkowska
anna.piatkowska@polskapress.pl

Andrzej Szczerski z oficjalnym powołaniem na stanowisko dyrektora Muzeum Narodowego w Krakowie. Na tę informację stary-nowy muzeum czekał od wielu miesięcy.

Konkurs na dyrektora Muzeum Narodowego w Krakowie Andrzej Szczerski wygrał już w lutym tego roku, ale przez kolejne miesiące Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, któremu podlega placówka, nie powołało oficjalnie zwycięzcę na stanowisko. Andrzej Szczerski przez ten czas pełnił obowiązki szefa instytucji.

Dotychczasowy dyrektor MNK był jednym z pięciu kandydatów ubiegających się to o stanowisko. Jak informowało



Andrzej Szczerski i minister Marta Cienkowska

ministerstwo, uzyskał bezwzględną większość głosów komisji konkursowej. Zyskał także poparcie resortu. Jak tłumaczyło nam MKiDN, w kwietniu powołanie przedłużało się z powodu... negocjacji dotyczących kontraktu dyrektora.

Sam konkurs został ogłoszony w październiku ubiegłego roku, a procedura była dwukrotnie przedłużana, dwa tygodnie przed ogłoszeniem wyników zmieniono również skład komisji.

W trakcie konkursu do mediów – także do naszej redakcji – trafił anonimowy list pracowników zarzucających nieprawidłowości w funkcjonowaniu instytucji. Nieoficjalnie mówiło się, że to właśnie powód odwołanej się procedury oficjalnego powołania. Sam Andrzej Szczerski nie chciał komentować anonimowych doniesień.

Oficjalnie drugą kadencję na dyrektorskim stanowisku Szczerski rozpocznie 1 listopada. Potrwa ona pięć lat.

Andrzej Szczerski – historyk i krytyk sztuki – jest absolwentem historii sztuki na Uni-

wersytecie Jagiellońskim, stypendystą zagranicznych uczelni i instytutów badawczych, m.in. Uniwersytetu Oksfordzkiego, Zentralinstitut für Kunstgeschichte w Monachium, Università per Stanieri w Perugii. Uzyskał także stypendia Fundacji Lanckorońskich i Fundacji na Rzecz Nauki Polskiej oraz granty Narodowego Centrum Nauki i Narodowego Programu Rozwoju Humanistyki.

Jest również wykładowcą i kierownikiem muzealnych studiów kuratorskich (2005–2011) w Instytucie Historii Sztuki Uniwersytetu Jagiellońskiego. Wykładał na Uniwersytecie Goethego we Frankfurcie nad Menem (2003) i na Uniwersytecie St. Andrews w Wielkiej Brytanii (2004). Jest autorem wielu publikacji, kuratorem wystaw.

KRÓTKO

PUSZCZA BIAŁOWIESKA

Dlaczego umierają jastrzębie?

Naukowcy z Uniwersytetu w Białymstoku w ramach badań ptaków drapieżnych w Puszczy Białowieskiej oznaczyli nadajnikami GPS ponad czterdzieści jastrzębi i myszolewów. Obserwacje biologów wskazują na wysoką śmiertelność jastrzębi, co może być przyczyną zmniejszającej się ich liczebności w Polsce.

Prowadzący badania dr Paweł Mirski zwrócił uwagę na kilkukrotnie wyższą śmiertelność jastrzębi. - Liczebność jastrzębia w Polsce

spada, a wysoka śmiertelność może być jednym z głównych powodów - podkreślił biolog. Naukowiec wskazał, że analiza przyczyn śmierci drapieżnych ptaków wykazała wyraźny wpływ działalności człowieka.

Pierwsze wyniki badań były prezentowane na kongresie w San Jose (Kostaryka). W najbliższych miesiącach - jak zapowiadają naukowcy - powstaną publikacje omawiające szerzej wyniki projektu.

PAP

LESZNO

Jesienią wszędzie królują dynie



W sobotnie popołudnie na starówce w Lesznie odbył się Dzień Dyni. Przygotowano atrakcje dla najmłodszych. Można było skosztować także dyniowych specjałów. Dynia jest bogata w witaminy oraz minerały, a także błonnik oraz potas. Polska od 2020 r. jest największym producentem dyni w Europie.

ZAKOPANE

Tragedia w Tatrach Wysokich

W sobotę odnaleziono ciało turysty z Węgier, który dzień wcześniej został porwany przez wezbrany potok w słowackich Tatrach Wysokich. W akcji ratowniczej i poszukiwawczej uczestniczyli również ratownicy TOPR z Zakopanego - poinformowała Horska Zachranna Służba (HZS).

Mężczyzna próbował sforsować wezbrany po intensywnych

opadach potok Mała Zimna Woda wypływający z Wielkiego Stawu Spiskiego. Jak relacjonują ratownicy HZS, 41-latek poślizgnął się i wpadł do wody, po czym porwany przez silny nurt zniknął pod jej powierzchnią.

Po piątkowych opadach śniegu w Tatrach ogłoszono pierwszy stopień zagrożenia lawinowego. PAP

WARSZAWA

1 listopada, dzień Wszystkich Świętych, przypada w tym roku w sobotę. Pracownicy, dla których sobota jest dniem wolnym od pracy, muszą dostać dodatkowy dzień wolny. Jego termin ustali pracodawca - przypomniał Główny Inspektor Pracy Marcin Stanecki. - To pracodawca decyduje, kiedy udzieli dnia wolnego od pracy. Może zgodzić się na nasz wniosek, ale nie jest do tego zobowiązany - dodał. PAP

„

Jeśli Polacy mają wolność, to są gotowi i zdolni do robienia rzeczy wielkich

Premier Donald Tusk na konwencji KO

Dwie konwencje partyjne, dwie różne wizje Polski

Dorota Kowalska
Warszawa

W piątek i sobotę odbyła się w Katowicach dwudniowa konwencja PiS. Z kolei na sobotniej konwencji w Warszawie ogłoszono powstanie partii pod nazwą Koalicja Obywatelska.

To koniec Platformy Obywatelskiej, początek Koalicji Obywatelskiej. - Dzisiaj jednoczymy się, ponieważ rozumiemy, że tu nie chodzi tylko o walkę o władzę, o przyszłe wybory. Nie, tu chodzi o absolutnie fundamentalne rzeczy: o to, czy Polska będzie państwem suwerennym i czy Polacy utrzymają wolność uzyskaną w 1989 r. wbrew zagrożeniom, wbrew manipulacjom i naciskom od wewnątrz i z zewnątrz - powiedział premier Donald Tusk, otwierając konwencję Platformy Obywatelskiej.

O zjednoczeniu Nowoczesnej, Inicjatywy Polskiej i PO mówiło się od jakiegoś już czasu, ale też od kilku lat te trzy ugrupowania wystawiały wspólne listy wyborcze, chodziło więc bardziej o formalność. Ostatecznie „zielone światło” w kwestii połączenia miał dać zarząd partii Donalda Tuska w ubiegłym tygodniu.

W sobotę Donald Tusk w pewnym momencie stwierdził, że „chcę powiedzieć kilka słów prawdy”.

- Widzę dziś tutaj nasze koleżanki poseł Filiki, europoseł



FOT. ADAM JANKOWSKI

- Polska będzie bezpieczna, jeśli my będziemy rządzić i wygrywać z tymi, którzy chcą to zrujnować - mówił Tusk

Adamowicz. Wiecie, co czuję, gdy mówię: „mówmy prawdę”. Nie chcemy, by znowu wróciła fala pogardy i nienawiści - zauważył szef rządu.

- My, jako pierwsi po wielu latach w 2023 roku, postanowiliśmy nazywać rzeczy po imieniu. Udało nam się zjednoczyć wielu ludzi. Ci, którzy stają po stronie dobra, nie muszą być bezsilni. Wszyscy znamy i kochamy słowa naszego papieża „zło dobrem zwyciężaj”, ale polityka to nie romantyczny idealizm. Dobro zwycięża zło, ale musi być silne - kontynuował Donald Tusk.

I przekonywał, że gdyby PiS wrócił do władzy, to „fortyfikacje, setki kamer, tysiące żołnierzy i funkcjonariuszy straży granicznej chcieliby postawić na granicy Polski z resztą Europy. Na zachodzie, a nie na wschodzie”.

- Każdy ma czasem tę pokusę, żeby powiedzieć: „co ten Kaczyński chrzani, co się staruszkowi pomyliło”, bo on widzi we Francji głównego wroga. Ktoś by mógł pomyśleć, że coś nie gra. Ale to nie o to chodzi. Zło ma dzisiaj wymiar geopolityczny. Trudno niektórym przyjąć do wiadomości, że tu się toczy

gra bardzo serio. Nie na złośliwości, tylko czy Polska obroni swoją suwerenność i drogę do dobrobytu, którą idzie od ponad 30 lat - mówi premier.

Tusk podkreślił, że bezpieczeństwo naszego kraju budowane jest dziś z państwami bałtyckimi dzięki Tarczy Wschód.

- Polska będzie tak długo bezpieczna, jeśli my będziemy rządzić i wygrywać z tymi, którzy chcą to zrujnować. To, co powiedział Kaczyński i jego akolici, świadczy o tym, że proponują tam kompletną samotność, zimną wojnę z zachodnimi sąsiadami. Nie zlekceważmy tego - powiedział.

Ale też w miniony weekend swoją dwudniową konwencję w Katowicach miało Prawo i Sprawiedliwość.

Spotkanie PiS pod hasłem „Myśląc Polska” miało pokazać, w którą stronę pójdzie Polska po wygranych wyborach przez partię Jarosława Kaczyńskiego. - Ta konferencja programowa rozpoczyna naszą drogę: długą drogę, która powinna zakończyć się finałem w postaci kolejnego już poważnego programu PiS, programu dla Polski. To jest zadanie dziś szczególnie trudne, ponieważ mamy w tym momencie generalny kryzys naszego państwa - wyliczał Kaczyński.

Zarówno przed Koalicją Obywatelską jak i opozycją dwa bardzo ważne lata, więc każda ze stron mobilizuje swoich działaczy i elektorat. PAP

Trzy osoby nie zostaną deportowane z Polski po skandalu na koncercie białoruskiego rapera

Mateusz Bagiński
Warszawa

Po zamieszkach podczas koncertu na Stadionie Narodowym w Warszawie trzech cudzoziemcy nie zostaną na razie deportowani. Złożyli wnioski o ochronę międzynarodową w Polsce.

Do zamieszek doszło 9 sierpnia podczas koncertu białoruskiego rapera Maksa Korzha na Stadionie Narodowym w Warszawie.

Impreza zakończyła się interwencją służb porządkowych. Zatrzymano łącznie 109 osób po tym, jak część uczestników zaczęła przeszkadzać przez bariery, odpalać race i wdawać się w bójki z ochroną.

W wyniku tych wydarzeń premier Donald Tusk zapowiedział, że Polska wywali z kraju 63 cudzoziemców uczestniczących w burdach - 57 obywateli Ukrainy i sześciu obywateli Białorusi.

Jak poinformowała Straż Graniczna, wobec trzech zatrzyma-

nych - dwóch obywateli Ukrainy i jednego obywatela Białorusi - procedura deportacyjna została zawieszona. Złożyli oni wnioski o udzielenie ochrony międzynarodowej w Polsce. - Z uwagi na złożony przez nich wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej postępowanie o zobowiązanie do powrotu zostało w związku z tym zawieszone - poinformował w rozmowie z nami rzecznik Komendy Głównej Straży Granicznej, podpułkownik Andrzej Juźwiak.

Łącznie 27 cudzoziemców opuściło Polskę: 14 osób zobowiązano do przymusowego powrotu (12 obywateli Ukrainy i 2 obywateli Białorusi), 13 wyjechało dobrowolnie.

Wobec 33 cudzoziemców (32 Ukraińców i jednego Białorusina) dokonano wpisów do wykazu osób niepożądanych na terytorium RP oraz do Systemu Informacyjnego Schengen (SIS) - co oznacza zakaz wjazdu do Polski i innych krajów strefy Schengen.

Dwaj mężczyźni zatrzymani w związku z kradzieżą klejnotów w Luwrze

Karolina Wrońska
Paryż

W związku z kradzieżą klejnotów w Luwrze zatrzymani zostali w sobotę dwaj mężczyźni. Są oni podejrzani o to, że należeli do grupy, która dokonała włamania 19 października.

Francuski dziennik „Le Parisien” podał, że mężczyźni są oni podejrzani o to, że należeli do grupy, która dokonała włamania 19 października. Jednego z mężczyzn zatrzymano na lotnisku Charles de Gaulle.

Mężczyzna ten przygotowywał się do opuszczenia Francji i prawdopodobnie miał udać się do Algierii. Po jego zatrzymaniu ujęto drugiego podejrzanego.

Obaj mężczyźni, w wieku około 30 lat, pochodzą z departamentu Sekwana-Saint-Denis w północno-wschodniej części aglomeracji paryskiej. Są znani policji z powodu poprzednich włamań i uważani za doświadczonych sprawców takich czynów. Według orga-

nów ścigania mogli działać na zlecenie.

Wciąż trwa śledztwo, którego celem jest wykrycie wspólników i całej siatki przestępczej stojącej za rabunkiem, jednak – jak podkreśla „Le Parisien” – aresztowania oznaczają, że dochodzenie przyspieszyło.

Dwóch podejrzanych przewieziono do aresztu podlegającego brygadzie ds. walki z bandytyzmem (BRB) na północnym zachodzie Paryża. Mogą tam pozostać przez 96 godzin. PAP



Luwr jest szturmowany przez tłumy turystów po tym, jak został ponownie otwarty

Handel i wojna w Ukrainie. Trump spotka się z Xi

Oprac. Karolina Wrońska
Kuala Lumpur

Donald Trump w tym tygodniu spotka się z przewodniczącym ChRL Xi Jinpingem, licząc na porozumienie handlowe i pomoc w zakończeniu wojny w Ukrainie.

Donald Trump wyruszył z Białego Domu w piątek w nocy w swoją pierwszą w tej kadencji podróż do Azji Wschodniej i Południowo-Wschodniej. Podczas sześciodniowego tournée odwiedził już Malezję, Japonię i Koreę Południową. Na koniec, w czwartek, 30 października, spotka się w koreańskim Pusan z przewodniczącym Chińskiej Republiki Ludowej Xi Jinpingem. Będzie to ich pierwsza bezpośrednia rozmowa podczas drugiej kadencji Trumpa.

Podczas wizyty amerykańskiego prezydenta w Kuala Lumpur, stolicy Malezji, premierzy Kambodży i Tajlandii, Hun Manet i Anutin Charnvirakul, podpisali „porozumienie pokojowe” w obecności prezy-



Donald Trump przypisuje sobie kluczową rolę w zażegnaniu kryzysu między Tajlandią i Kambodżą, który wybuchł w lipcu tego roku

denta USA Donalda Trumpa. Porozumienie ma na celu zakończenie konfliktu granicznego, który eskalował w lipcu. W wyniku pięciodniowych starć zbrojnych zginęło wówczas co najmniej 48 osób, a setki tysięcy musiało opuścić swoje domy.

Trump przypisuje sobie kluczową rolę w zażegnaniu kryzysu.

– To ekscytujące, ponieważ zrobiliśmy coś, co wielu ludzi uważało za niemożliwe – powiedział Trump podczas ceremonii. W charakterystycznym dla siebie stylu dodał, że mediacje to jego pasja. – Uwielbiam to robić. (...) To coś, w czym jestem dobry – oznajmił.

W poniedziałek Trump odwiedzi z kolei Tokio, gdzie spotka się z nową premier Japonii

Sanae Takaichi oraz zostanie przyjęty przez cesarza Naruhito. Stamtąd we wtorek uda się do Pusan w Korei Południowej, gdzie wygłosi przemówienie do liderów biznesu, spotka się z amerykańskimi żołnierzami oraz z koreańskim prezydentem Li Dze Mjungiem. W ostatnim dniu podróży, w czwartek rano czasu lokalnego, prezydent USA ma spotkać się z przywódcą Chin.

Urzednicy Białego Domu zapowiadali, że oprócz próby doprowadzenia do porozumienia handlowego, Trump poruszy też temat wojny w Ukrainie i chińskich zakupów rosyjskiej ropy naftowej. Sam prezydent mówił w środę, że Xi może mieć duży wpływ na postawę Władimira Putina.

W czwartek Trump zapowiedział też, że wśród najważniejszych tematów ma znaleźć się kwestia przemytu fentanylu i środków chemicznych do jego wytwarzania. Według amerykańskiego przywódcy Chin eksportują narkotyki do Wenezueli, skąd jest transportowany do USA. PAP

REKLAMA

0011413744

SENIORKO, SENIORZE!

Renta Wdowia to średnio 350 zł miesięcznie!*

Renta Wdowia to realne wsparcie dla budżetów domowych milionów Seniorów i Senierek. To możliwość łączenia renty rodzinnej z innym świadczeniem emerytalno-rentowym, np. emeryturą czy rentą z tytułu niezdolności do pracy. To wsparcie zarówno dla Wdów, jak i Wdowców.

Poproś wnuczka o pomoc



Dowiedz się więcej
w najbliższej placówce
ZUS lub zeskanuj kod

Na wypłaty Renty Wdowiej
przeznaczyliśmy już ponad
293,5 mln złotych.

*średnia wysokość świadczenia
Renta Wdowia / dane: ZUS

Biedronka musi zapłacić ponad 30 000 złotych mobbingowanej przez kilka lat kasjerce pracującej w sklepie tej sieci w Wąbrzeźnie – orzekł sąd pracy w Toruniu. Wyrok jest już prawomocny. I jest ewenementem na skalę kraju

Małgorzata Oberlan

Wyzwiska i szykany. Biedronka płaci za mobbing

Niesłusznie krytykowana, ośmieszana, upokarzana i szykanowana przez kierownictwo sklepu kasjerka Biedronki z Wąbrzeźna (Kujawsko-Pomorskie) wygrała batalię z pracodawcą. Na mocy wyroku sądu pracy w Toruniu właściciel tej wielkiej sieci handlowej – spółka Jeronimo Martins – musi kobiecie zapłacić ponad 30 tysięcy złotych.

Składa się na to 25 tys. zł zadośćuczynienia za krzywdy, jakich kobieta doznała wskutek mobbingu oraz 6061 zł odszkodowania. A wszystko to z odsetkami ustawowymi, liczonymi od dnia wniesienia pozwu do sądu (zgodnie z prawem, wyrok podlega wykonaniu z datą uprawomocnienia się i wtedy następuje wypłata pieniędzy).

Mobbing trwał w jednym ze sklepów Biedronki w Wąbrzeźnie. Kasjerka przez kilka lat cierpiała upokorzenia i szykany ze strony swojej przełożonej, aż w końcu przypłaciła to zdrowiem. Potwierdzili to biegli medycy. Szukała pomocy, ale ze strony pracodawcy jej nie dostała. A ten – zgodnie z prawem – odpowiada za przeciwdziałanie mobbingowi w miejscu pracy i ponosi za niego odpowiedzialność.

– Wyrok jest już prawomocny – przekazuje nam sędzia Jędrzej Czerwiński, prezes Sądu Rejonowego w Toruniu.

A to oznacza, że podlega wykonaniu – pieniądze trzeba zapłacić. Suma może nie jest jakaś zawrotna, ale zbieżna z tym, o co wniosła kasjerka. Sam wyrok natomiast jest ewenementem w skali kraju.

Dlaczego?

Mobbing – trudny do udowodnienia. A wygrać z wielkim koncernem jest jeszcze trudniej

W internetowej wyszukiwarce na próżno szukać wyroku w analogicznej sprawie z ostatnich lat. Powody są dwa. Podstawowe.

Po pierwsze, udowodnić w Polsce mobbing przed sądem jest naprawdę trudno. A doma-



Sąd potwierdził. Mobbing miał miejsce w jednym ze sklepów Biedronki w Wąbrzeźnie. Kasjerka przez kilka lat cierpiała upokorzenia i szykany ze strony swojej przełożonej, aż w końcu przypłaciła to zdrowiem

gając się za niego zadośćuczynienia i odszkodowania, dodatkowo udowodnić trzeba związek przyczynowo-skutkowy między tym, czego doświadczało się w pracy, a rozstrojem zdrowia.

Cały ciężar dowodowy w takim procesie leży po stronie pokrzywdzonego pracownika. Najlepiej, żeby dysponował dziennikiem opisującym długotrwałe go szykanowanie, ośmieszanie, nękanie, a także świadkami (jak namówić jeszcze pracujących kolegów?!). A także stosowną dokumentacją lekarską.

Po drugie – wygrać proces pracowniczy z wielką korporacją czy koncernem to wyzwanie. Z jednej strony najczęściej staje wtedy zwykły człowiek wspierany najwyżej przez jednego prawnika. Z drugiej – cała machina, wspierana nierzadko całym sztabem doświadczonych adwokatów czy radców prawnych.

Kasjerce z małego Wąbrzeźna w województwie kujawsko-pomorskim udało się wygrać z wielkim Jeronimo Martins.

Jak to się stało?

W październiku wyrok w jej sprawie, już prawomocny, wraz z bardzo obszernym uzasadnieniem opubli-

kowany został w Portalu Orzeczeń Sądowych – stąd znamy szczegóły historii krzywdy kobiety, ale i procesu. Sąd pracy w Toruniu opowiedział się po jej stronie, bo przekonały go dowody. Oczywiście, ważna była ich ocena – i w tej materii wąbrzeźnianka trafiła dobrze – IV Wydział Pracy i Ubezpieczeń Społecznych Sądu Rejonowego w Toruniu znany jest nie tylko ze swojego profesjonalizmu i wnikliwości, ale i empatii.

Koszmar za kasą

W tym procesie przed sądem pracy zeznawało wielu świadków, w tym – byli i obecni pracownicy Biedronki w Wąbrzeźnie oraz ich przełożeni. Ustalając przebieg wydarzeń i jego skutki, sąd opierał się także na opinii biegłego psychologa i dokumentach.

Co ostatecznie ustalili?

Przez kilka lat kasjerka była upokarzana i zastraszana przez bezpośrednich przełożonych. Szczególnie jednak dokuczała jej zastępca kierownika sklepu – pani A.K. To przez nią pracownica była regularnie wulgarnie wyzywana w obecności współpracowników i klientów, a epitet „tępa” nie należał do najgor- szych.

Kobieta długo musiała znosić nie tylko permanentne złośliwości, ale też ośmieszanie, upokarzanie i nieuzasadnioną krytykę.

Nieuzasadnioną, bo jak podkreślił sąd, bez zarzutu wykonywała swoje obowiązki.

Co jeszcze robiła pani A.K.?

Nagle i celowo zmieniała kasjerce harmonogram pracy bez uprzedzenia. Uniemożliwiała jej wychodzenie na przerwę do toalety, a nawet wymuszała obsługę niesprawnych urządzeń, choćby pieca do wypieku pieczywa.

Wszystko to odnotował sąd.

Nie było tak, że wąbrzeźnianka niczym potulne cięło znosiła te razy. Szukała wsparcia i ratunku u przełożonych, ale jej prośby były bagatelizowane i zbywane – ustalił sąd.

A koleżanki i koledzy z pracy? Niektórzy też cierpieli wskutek zachowań pani A.K., ale bali się reagować.

Inni milcząco lub aktywnie mobberów... wspierali. To mechanizm znany w psychologii, a grono takich wspierających określa się jako „krąg mobbera”.

W końcu udręczona kasjerka podupała na zdrowiu psychicznym tak, że musiała leczyć się u specjalisty. Także – farmakologicznie. Co dość

przerazające w tej historii, nawet wtedy pani A.K. nie dawała jej spokoju – robiła jej zdjęcia na chorobowym...

Po chorobie kasjerka złożyła wniosek o rozwiązanie umowy o pracę z winy pracodawcy – jako przyczynę wskazując mobbing. Nie zrobiła tego osobiście, ale już przez pełnomocnika prawnego.

Była już wtedy silniejsza i postanowiła zaważyć o sobie.

„W oświadczeniu o rozwiązaniu umowy o pracę jako przyczynę wskazała uporczywe i długotrwałe nękanie i zastraszanie, co spowodowało zaniżoną ocenę przydatności zawodowej. Wskazała, że poniżanie i ośmieszanie następowało w obecności pozostałego zespołu współpracowników – odnotował sąd.

Jeronimo Martins uważa, że ma politykę antymobbingową

Takie wypowiedzenie umowy o pracę w wielkiej sieci handlowej musiało poskutkować wszczęciem określonym procedur.

I one faktycznie ruszyły.

Powołano Komisję Antymobbingową, która „znamion mobbingu nie potwierdziła”. Później w sądzie pracy był to je-

den z głównych argumentów prawników spółki Jeronimo Martins.

Pozwana spółka twierdziła też, że „kontrola pracy powódki nie była przejawem mobbingu, była obiektywnie uzasadniona, a wszelkie działania korygujące wynikały z niewłaściwego wykonywania przez powódkę jej obowiązków. Działania przełożonych i współpracowników nie nosiły cech mobbingu” – przekonywali prawnicy JM.

Przed sądem Jeronimo Martins przedstawiło też swoją politykę antymobbingową.

Jest ona faktycznie rozbudowana i daje szansę pracownikom na szukanie pomocy. Jest również dowodem na to, że ten pracodawca przeciwdziała mobbingowi, a przynajmniej konkretnie stara się to czynić (szczegóły tej polityki – w ramce pod tekstem). Jak zawsze jednak w życiu procedury zderzają się z „czynnikiem ludzkim”; nawet najlepsze muszą być po prostu przez ludzi stosowane w praktyce.

„Mimo szeregu dokumentów dotyczących polityki antymobbingowej, nie przyniosła ona żadnych skutków, skoro A.K. (zastępca kierownika sklepu – przyp. red.) przez kilka lat dopuszczała się nieprawidłowych zachowań, a A.W. (wyższa przełożona) je bagatelizowała. Tym bardziej że sytuacje dotyczące takich zachowań nie dotyczyły tylko powódki” – podkreśliła w uzasadnieniu wyroku sędzia Alina Kordus-Krajewska.

W sądzie pracy na korzyść Jeronimo Martins zeznawali: pani A.K., wyżsi od niej rangą przełożeni, ale również niektórzy z pracowników sklepu w Wąbrzeźnie.

Z kolei wersję wydarzeń kasjerki potwierdzili inni pracownicy sklepu (także – byli) oraz członkowie rodziny będący świadkami jej cierpień. Jasna dla sądu była też opinia biegłego medyka, który wskazał na bezpośredni związek przyczynowo-skutkowy między tym, czego kobieta doświadczała latami w pracy, a jej stanem zdrowia.

Wyrok: właściciel Biedronki odpowiedzialny i musi płacić

Proces w tej sprawie prowadziła i wyrok ogłosiła wspomniana już wyżej doświadczona sędzia Alina Kordus-Krajewska z IV Wydziału Pracy i Ubezpieczeń Społecznych Sądu Rejonowego w Toruniu.

Po pierwsze – potwierdziła, że do mobbingu w Wąbrzeźnie doszło. Uznała, że kasjerka doświadczyła w pracy długotrwałego i uporczywego nękania, czyli mobbingu.

Po drugie, wskazała, że pracodawca – nawet jeśli sam nie jest mobberem – w myśl prawa zobowiązany jest mobbingowi przeciwdziałać i ponosi odpo-

wiedzialność, gdy do niego dojdzie.

Po trzecie zaś, sędzia podkreśliła, że wdrożenie polityki antymobbingowej przez Jeronimo Martins problemu nie rozwiązało.

„Sąd miał w sprawie na uwadze, że działania A.K. były długotrwałe. Ich nieprawidłowość nie była subiektywnym odczuciem powódki. Jak ocenili biegli: „... nie stwierdza się u pani (tu: personalia kasjerki) innych przyczyn, w tym osobowościowych, które mogły prowadzić do subiektywnego przekonania, że stała się ofiarą mobbingu. U powódki wystąpiły zaburzenia adaptacyjno-depresyjne. Ich podłożem był przewlekły stres psychologiczny. Jego nasilenie było na tyle silne, że istniała konieczność leczenia psychiatrycznego” – wskazała, uzasadniając wyrok sędzia Alina Kordus-Krajewska.

Jak piszemy na wstępie, ten wyrok się ostatecznie uprawomocnił i Jeronimo Martins zostało zmuszone do zapłaty pokrzywdzonej ponad 30 tysięcy złotych za krzywdy.

Mobberka dwa razy awansowała – podkreślił sąd

Sądowi w trakcie procesu nie umknęło i to, że przez długie lata, gdy kasjerka doświadczała szikan i upokarzania, jej główna mobberka była nie tylko bezkarna, ale wręcz premiowana.

„Niewątpliwie krzywdę powódki potęgował fakt, że A.K. nie tylko nie poniosła konsekwencji za swoje zachowanie, ale jeszcze dwukrotnie awansowała” – podkreśliła sędzia Alina Kordus-Krajewska.

Przez ludzi z niewielkiego miasta, a takim jest Wąbrzeźno, sytuacja komentowana jest krótko. „Zawsze rację mają ci, którzy są przy korycie” – mówią jedni. „Właśnie tacy kierownicy są najbardziej potrzebni szefom, nie tylko w Biedronce” – konstatują smutno drudzy.

Mobbing nie tylko w sklepach. Polak zwykle cierpi po cichu

Jesteśmy jednym z najbardziej zapracowanych narodów w Europie, a jednocześnie – jednymi z najbardziej narzekających na traktowanie w tej pracy.

Aż 24 procent kobiet i 15 procent mężczyzn w Polsce oświadczyło, że doświadczyło mobbingu w pracy – wynika z ubiegłorocznego badania portalu Pracuj.pl. W tym samym badaniu 65 procent osób potwierdziło, że złe traktowanie pracowników to wciąż istotny problem w Polsce – jeśli nie doświadczyli go na własnej skórze, to byli jego świadkami.

Co niepokojące, 71 procent badanych zdecydowało się na tzw. ciche protesty, nie zgłaszając problemu przełożonym lub odpowiednim organom.

POLITYKA ANTYMOBBINGOWA W JERONIMO MARTINS

● „Polityka Antymobbingowa” Biedronki to dokument wewnętrzny określający zasady przeciwdziałania mobbingowi w firmie oraz procedury postępowania w przypadku otrzymania informacji o takich incydentach oraz możliwości ich zgłoszenia do zarządu. ● Złożone skargi są rozpatrywane przez Komisję Antymobbingową, która po przeprowadzeniu postępowania

wyjaśniającego, w tym przesłuchań świadków, organizuje wewnętrzną konsultację w celu podjęcia decyzji o zasadności skargi i dalszym trybie postępowania.

● „Gwarantujemy poufność i ochronę sygnalisty w każdej prowadzonej sprawie, ale także niezależność Komisji Antymobbingowej” – zapewnia firma.

● Biedronka ma także osobną politykę przeciwdziałania dyskryminacji i molestowaniu. Ta z kolei określa wewnętrzne zasady przeciwdziałania dyskryminacji bezpośredniej i pośredniej oraz molestowaniu, w tym seksualnemu. Opisuje procedury zgłaszania takich przypadków oraz wskazuje osoby odpowiedzialne za ich rozpatrzenie.

● „Podobnie jak w przypadku mobbingu Komisja Antymobbingowa jest odpowiedzialna za rozwiązywanie takich spraw. Komisja Antymobbingowa działa niezależnie, a w każdej prowadzonej przez nas sprawie gwarantowana jest poufność i ochrona sygnalisty” – podkreśla firma. (Za: „Raport zrównoważonego rozwoju sieci Biedronka”).

Dlaczego? Często powodem jest brak wiary w skuteczność takiego zgłoszenia.

- A co by mi dała jakaś skarga? Przez pół roku byłem niszczone psychicznie przez brygadzystę: dociążany bezsensownymi zleceniami, wyśmiewany przy innych, złośliwie pozabawiany premii. Reszta brygady udawała, że problemu nie widzi. Zgłosiłem to wszystko kierownikowi działu, ale niczego to nie zmieniło, więc po prostu się zwolniłem – opowiadał nam pan Przemysław, były już pracownik zakładu produkcyjnego w Toruniu (dane do wiadomości redakcji).

Mimo wszystko jednak świadomość tego, czym jest mobbing – wzrosła. I skargi do Państwowej Inspekcji Pracy

jednak płyną – choć w świetle wyżej przytoczonych badań uznać trzeba, że stanowią prawdopodobnie tylko wierzchołek góry lodowej. Jak przekazywał nam inspektor Waldemar Adametz z Okręgowego Inspektoratu Pracy w Bydgoszczy, co roku takich spraw jest blisko 100. Np. w 2023 roku było ich 84, a tylko w pierwszym kwartale kolejnego – już 55. Rok obecny jest podobny.

Skąd jest najwięcej zgłoszeń? Cierpią pracownicy praktycznie we wszystkich branżach, ale najliczniejsze skargi płyną z firm usługowych i z handlu.

Co roku zdarzają też zgłoszenia z placówek oświatowych, służby zdrowia, urzędów i instytucji, produkcji.

Co może inspekcja pracy, a co pozostaje w gestii sądu?

Tu ważna uwaga! PIP w toku prowadzonych przez siebie kontroli nie rozstrzyga kwestii mobbingu.

Mobbing jest zjawiskiem należącym do spraw spornych, natomiast zgodnie z art. 262 Kodeksu pracy spory o roszczenia ze stosunku pracy rozstrzygają sądy pracy. Inspektor pracy ma jedynie możliwość sprawdzenia, czy pracodawca podejmuje działania organizacyjne przeciwdziałające mobbingowi.

- W nielicznych przypadkach inspektorzy pracy przeprowadzają wśród pracowników kontrolowanych firm anonimowe ankiety celem zbada-

nia występowania niepożądanych zachowań, mogących nosić znamiona mobbingu, i jednocześnie wykazania pracodawcy potrzeby podjęcia stosownych działań – objaśnia inspektor Waldemar Adametz.

Podsumowując – skarga na mobbing do PIP może skutkować tym, że inspektorzy pojawią się w danym zakładzie pracy z kontrolą, przeprowadzą ankietę, która potwierdzi lub wykluczy tzw. „znamiona mobbingu” oraz uczulą pracodawcę na problem.

Być może czasem już to poprawi czyjąś sytuację w pracy, ale – jeśli realnie ktoś ucierpiał na zdrowiu i chce za to zadośćuczynienia – pozostaje mu droga sądowa.

©P

MATERIAL INFORMACYJNY TOTALIZATOR SPORTOWY

0011416606

Totalizator Sportowy odważnie stawia na młodych sportowców

Totalizator Sportowy w ubiegłym roku przekazał do Ministerstwa Sportu i Turystyki, a także do Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego łącznie ponad 1,5 mld zł. Dodatkowo podzielił się również swoim zyskiem, aby mocniej wesprzeć sportowców, także tych uprawiających niszowe dyscypliny – powiedział Radosław Kietliński, Doradca Zarządu Totalizatora Sportowego podczas Europejskiego Forum Nowych Idei w Sopocie.

– Dokładnie 19 groszy z każdej złotówki, którą nasi gracze zostawiają w kolekturach czy w internetowym LOTTO na gry liczbowe, trafia na kulturę i sport. To są ogromne kwoty. W zeszłym roku było to ponad 1,5 mld zł, z czego 1,23 mld zł przeznaczono na sport, a 330 mln zł na kulturę – podkreślił Radosław Kietliński.

Dziedzictwo i misja Totalizatora Sportowego Totalizator Sportowy od 1994 roku przekazał do Ministerstwa Sportu i Turystyki

łącznie ponad 18 mld zł, natomiast do Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego – 3,9 mld zł, licząc od 2003 roku.

– Totalizator Sportowy został powołany 70 lat temu, by po II wojnie światowej odbudowywać infrastrukturę sportową w Polsce. Dziś większość obiektów już istnieje. Dlatego skupiamy się na wsparciu celowym – wspieramy drużyny, całe dyscypliny, ligi, ale również indywidualnych sportowców – zaznaczył Kietliński.

Odpowiedzialność i przywilej wspierania talentów

Radosław Kietliński zwrócił uwagę, że Totalizator Sportowy jako spółka Skarbu Państwa posiada nie tylko szczególną odpowiedzialność, ale i przywilej podejmowania decyzji biznesowych z myślą o długofalowych efektach. – W wyjątkowych sytuacjach, gdy widzimy szansę na dobre wyniki, szczególnie na medal olimpijski, możemy odejść od sztywnego patrzenia wyłącznie na ekwiwalent medialny czy marketingowy sportowca – dodał.

Odważne decyzje – historia Aleksandry Mirosław

Taką decyzję Totalizator Sportowy podjął w przypadku Aleksandry Mirosław, której zaoferował długoterminowe wsparcie finansowe. – Zaczęliśmy współpracę z Aleksandrą Mirosław, gdy wspinaczka sportowa była w Polsce dyscypliną niezwykle niszową. W zasadzie nikt o niej nie słyszał, brakowało transmisji w telewizji, a sama zawodniczka była szerzej nieznana. Tymczasem menadżerowie i doradcy zewnętrzni przekonali nas, że to właśnie ona ma potencjał na mistrzynię olimpijską. Podjęliśmy ryzyko, wsparliśmy jej treningi. Radość w dniu, w którym zdobyła złoto olimpijskie, była ogromna – wspomina Kietliński.

Nowa strategia sponsoringowo-partnerska

– Przez ostatni rok pracowaliśmy nad nową strategią sponsoringowo-partnerską. Myśleliśmy o niej od dawna. Równolegle pojawiły się wytyczne Ministerstwa Aktywności Państwowych dotyczące dobrych praktyk sponsoringowych. Staramy się zachować równowagę.



Kluczowe jest wspieranie zarówno młodych talentów z szansą na pierwsze sukcesy olimpijskie, jak i doświadczonych zawodników, którzy wciąż mają „głód” medalowy – wyjaśnił Kietliński.

Również dla amatorów i niszowych dyscyplin

Jak dodał, Totalizator Sportowy nie ogranicza się do sportu wyczynowego – wspiera także sport amatorski i popularyzację ruchu fizycznego. – Uważamy, że to bardzo ważne. Aktywizacja sportowa zwykłych ludzi oraz wsparcie lokalnych klubów sprawiają, że więcej osób zaczyna przygodę ze sportem. To idealna droga do zdrowia. Naszym zadaniem jako spółki Skarbu Państwa jest również

wspierać niszowe dyscypliny. Te rzadko otrzymują środki od sponsorów prywatnych, zwłaszcza na wczesnym etapie rozwoju – zaznaczył Kietliński.

Bezpieczeństwo i stabilizacja dla zawodników

Kietliński podkreślił, że jednym z najważniejszych elementów strategii Totalizatora Sportowego jest zapewnienie sportowcom stabilizacji. – Kluczowe jest, aby młodzi sportowcy mieli bezpieczeństwo finansowe i mogli w pełni skupić się na treningach. W naszej strategii stawiamy na współpracę długoterminową, a nie jednorazowe. Zależy nam na projektach korzystnych dla obu stron – zarówno dla To-

talizatora Sportowego, jak i dla samych zawodników – podsumował.

Totalizator Sportowy – silna marka i odpowiedzialny mecenas

Totalizator Sportowy to jedna z największych i najbardziej rozpoznawalnych polskich spółek. Nieprzerwanie od 70 lat oferuje klientom szeroki wybór produktów gamingowych. Spółka jest właścicielem marki LOTTO i zarządza siecią sprzedaży naziemnej obejmującą ponad 28 tysięcy punktów, jednocześnie oferując gry online. Prowadzi również jedyny legalnie kasyno internetowe w Polsce oraz sieć salonów gier na automatach poza kasynami gry. Spółka pozostaje jednym z filarów finansowania polskiego sportu i kultury. Od 1994 roku z tytułu dopłat do gier liczbowych i loterii pieniężnych przekazała ponad 22 mld zł na te cele. Totalizator Sportowy prowadzi również mecenat w ramach środków własnych. Odpowiedzialną sprzedaż i przestrzeganie najwyższych standardów potwierdza certyfikat Responsible Gaming przyznany przez European Lotteries i World Lottery Association.

Boom na przetrwanie. Co napędza polski survival?

Strach, rozsądek i trochę mody – tak dziś wygląda polski survival. Od filtrów do wody po luksusowe zegarki, od hamaka w lesie po agregat w garażu. Między paniką a przygotowaniem rośnie nowe zjawisko: obywatelska potrzeba poczucia kontroli

Justyna Piasecka-Gabryel



– Przygotowanie to odpowiedzialność. Panika – to koszt – mówi Mateusz Niedbała właściciel sklepu „Woda, Góry, Las”

Sklep „Woda, Góry, Las”, znajdujący się w Poznaniu, wygląda jak gotowa mapa ucieczki w naturę – każdy metr to inny przystanek: woda, ogień, schronienie. Na półkach – filtry do wody, hamaki, batony energetyczne z długim terminem przydatności i lśniące palniki. Za ladą – człowiek, który patrzył na tę branżę dłużej niż trwa niejedna moda. – Prowadzimy sklep od dwudziestu lat – mówi Mateusz Niedbała, właściciel. – Widzieliśmy déjà vu strachu i falę rozsądku. Największy boom przyszedł w marcu 2022 roku, zaraz po wybuchu wojny w Ukrainie.

Piki, które mówią dużo

„Boom” – tak powtarza kilka razy. Najpierw wojna i puste magazyny w całej Europie: apteczki, folie NRC, zapalniczki sztormowe. Później mniejsze trzęsienia: doniesienia o dronach nad Polską, głośne medialne epizody, polityczne zapowiedzi.

– Widzimy wtedy detaliczne zakupy o dużej wartości: jedzenie liofilizowane, apteczki, filtry do wody. Media kształtują rynek informacji, a rynek informacji wprost przekłada się na koszyki – słyszę.

Nie jest to jednak wzrost liniowy.

– Po takich akcjach pojawiają się piki sprzedaży, a potem krzywa opada. Mam nadzieję, że dziś jesteśmy już po tym najwyższym punkcie. Trzy lata od wybuchu wojny ludzie patrzą bardziej z dystansem – stwierdza.

Podobne zjawisko obserwują też platformy sprzedażowe. Jak informuje biuro prasowe Allegro, na początku września zauważono gwałtowny wzrost zainteresowania produktami z kategorii militaria i samoobrona – od plecaków taktycznych, przez kuchenki turystyczne, aż po agregaty prądotwórcze. W niektórych przypadkach liczba wyszukiwań i zakupów wzrosła kilkukrotnie w ciągu jednego dnia, po czym wracała do normy. Największy ruch notowano w południowo-wschodnich województwach.

– Tego rodzaju skoki pojawiają się po każdej głośnej informacji i nie zawsze oznaczają trwały trend – zaznaczają przedstawiciele Allegro.

Ciekawostką jest też to, że obok sprzętu survivalowego w tym samym czasie rosło zainteresowanie... luksusowymi zegarkami i złotą biżuterią.

– Widać, że niektórzy klienci szukają także „bezpiecznych inwestycji” – przyznaje Allegro.

Z drugiej strony dane platformy pokazują, że Polacy coraz częściej wybierają odzież outdoorową i trekkingową – kurtki softshell, buty górskie czy bieliznę termiczną – co po-

twierdza, że moda na przygotowanie łączy się z realnym powrotem do aktywności w naturze.

Co trafia do koszyków?

Jeśli wyobrażacie sobie, że klienci wynoszą z marketów taczki ryżu, jesteście... tylko trochę w błędzie. Dziś hitem jest żywność, która łączy dwa światy: przetrwanie i przyjemność.

– Jedzenie liofilizowane trzyma nawet pięć lat, a smakuje jak w schronisku. Dla turysty tatrzańskiego – kolacja na Rysach; dla rodziny – awaryjny obiad, gdy zabraknie prądu. Nic się nie marnuje – tłumaczy Mateusz.

Wymienia: „kurczak tikka masala”, „bigos”, „mus czekoladowy z wiśniami”, „owsianka z jabłkiem i cyna-

monem”. W tle ktoś dorzuca: „sernik baskijski też jest!”. Brzmi jak menu bistro, a nie arsenał na czarną godzinę. Do tego filtry do wody – „modny temat, ale też kwestia świadomości” – i hamaki. Nie te ogrodowe, tylko lekkie, wytrzymałe, do lasu.

– Biwakowanie na hamakach, ognisko, strefy w Lasach Państwowych do legalnego nocowania – to wraca. Trochę moda, trochę tęsknota za naturą – podkreśla.

Kolejna półka to „energetyka”: powerbanki, latarki, czasem agregaty prądotwórcze. – To oczywiście nie jest sprzęt do mieszkania w bloku, ale na wsi, przy braku zasilania – bywa zbawienny – zaznacza.

Plecak ewakuacyjny nie załatwia sprawy

Na słowa „plecak ewakuacyjny” Mateusz lekko się uśmiecha.

– Kupno plecaka nie załatwia sprawy w całości. Jeśli

ktoś ma rodzinę, to tak naprawdę musi mieć trzy plecaki. I przede wszystkim – umieć ich używać – mówi.

Mit „kupuję set i jestem gotowy” bierze się z napięcia informacyjnego i marketingu.

– Strach napędza zakupy. A emocje są złym doradcą. Zadzajmy sobie pytanie: czego się realnie boimy? I zabezpieczmy właśnie to – wskazuje Mateusz.

Głos rozsądku słychać też w Militaria.pl, gdzie – jak mówi Paweł Juraszek – „klienci działają racjonalnie i zgodnie ze swoimi potrzebami”. Sklepy przygotowują się na wzrosty zainteresowania po medialnych doniesieniach o blackoutach czy dronach, ale, jak podkreśla, „najlepiej kupować i testować sprzęt z wyprzedzeniem, zanim zrobi to tłum”.

Według Juraszka, w zestawie 72-godzinny za niewiel-

kie pieniądze powinny się znaleźć: filtr do wody, krzesiwo, żywność liofilizowana i radio na korbkę. A najpraktyczniejszy produkt do 50 zł? – Nóż z krzesiwem – odpowiada bez wahania.

Z jego doświadczenia wynika, że ludzie kupują sprzęt bardziej z myślą o odpowiedzialności niż panice: – Nie obserwujemy zwiększonej liczby zwrotów. Coraz więcej osób przygotowuje plecaki ewakuacyjne dla siebie i bliskich, a potem sprawdza sprzęt w terenie. Chodzi o to, żeby umieć go używać, nie tylko posiadać.

Co się zatem naprawdę przydaje? Lista brzmi zwyczajnie: dokumenty (także kserokopie) – dyplomy potwierdzające wykształcenie, ale też akty notarialne, gotówka, naładowany powerbank, latarka, woda, apteczka i leki przyjmowane na stałe, spis kontaktów na kartce, małe radio (najlepiej z korbką lub na baterie).

– Wyobraźmy sobie banalną scenę: wychodzisz z plecakiem i... stoisz na przystanku, gdzie tramwaj nie jeździ. Co dalej? Plan rodzinny. Ustalenie miejsca spotkania, sposobu kontaktu przez pośrednika, jeśli sieć padnie. To daje spokój, a spokój daje rozsądek – mówi Mateusz.

Miasto to nie puszcza

Ważny jest kontekst miejska.

– W mieście mamy obronę cywilną, służby, zasoby. To nie będą czasy, jak sto lat temu, że idziemy w las i rozpalamy ogień krzesiwem. Realnie: przez kilka dni trzeba przetrwać w mieszkaniu. Na wsi, inaczej: być może częściej zabraknie prądu, warto pomyśleć o ogrzewaniu, o wodzie, o paliwie – wymienia.

Na pytanie, czy nie lepiej uczyć się rozniecania ognia krzesiwem, pada śmiech.

– To fajna umiejętność, ale z doświadczenia wiemy, że w praktyce ludzie często nie są w stanie tego zrobić nawet w słoneczny dzień. Zapalniczki sztormowe w małym pudełku – to bywa rozsądniejsze. Najprostsze rozwiązania są dobre – podkreśla.

Juraszek z Militaria.pl dodaje: – Nie ma jednego „złotego” elementu plecaka ewakuacyjnego. Wszystko zależy od sytuacji. – Wszynno zestaw przyda się w mieście, inny nad rzeką czy zimą. Ale kluczowe jest jedno: sprzęt trzeba znać i regularnie sprawdzać”.

Panika jest drogą donikąd

Pandemia koronawirusa zostawiła nam mem z papierem toaletowym i – jak się okazuje – pełne baniaki płyn do dezynfekcji. – Do dziś mam cztery i pół litra z pięciolitrowego kanistra – przyznaje sprzedawca. – To nie tędy droga. Lepiej roztować zapasy: mieć trzy ulubione dania w szafce, zjadać i uzupeł-

– STRACH NAPĘDZA ZAKUPY.
A EMOCJE SĄ ZŁYM DORADCĄ.
ZADAJMY SOBIE PYTANIE: CZEGO
SIĘ REALNIE BOIMY? I ZABEZPIECZ-
MY WŁAŚNIE TO – MÓWI MATEUSZ

Budowa i remont domu

PARTNER DODATKU



swissporTON – nowa europejska marka na rynku pokryć dachowych

swissporTON: to europejska marka dachówek ceramicznych i cementowych. Szwajcarska jakość, design i trwałość.

swissporTON to nowa europejska marka dachówek ceramicznych i cementowych oraz wysokiej jakości akcesoriów dachowych należąca do Grupy swisspor. swissporTON zastępuje dotychczasową, cenioną markę CREATON dla dachówek produkowanych przez CREATON Polska i CREATON South East Europe. Zachowuje wszystko, co najlepsze z dziedzictwa CREATON, łącząc teraz szwajcarską jakość, design i trwałość. Jej produkty na dachy skośne tworzą z rozwiązaniami swisspor kompleksowy, wydajny i trwały system dla nowoczesnego budownictwa od jednego dostawcy.

Kompleksowe portfolio produktowe

swissporTON oferuje szeroką gamę dachówek ceramicznych: dachówkę płaską SIMPLA, półpłaską KODA, klasyczne TITANIA i BALANCE oraz inspirowaną historyczną formą RAPIDO, karpiołki KLASSIK Lenti i oryginalną pod względem formy zakładkową HORTOBÁGY.

Dachówki cementowe swissporTON reprezentują cztery sprawdzone kształty: dachówka płaska KAPSTADT, półpłaska KIOTO oraz tradycyjne GÖTEBORG i BREMA.

Portfolio uzupełnia kompleksowa gama wysokiej jakości akcesoriów ceramicznych i cementowych dopasowa-

nych pod względem barwy, kształtu i powłoki do dachówek połączonych, estetycznie wykonanych i zapewniających bezpieczeństwo system komunikacji dachowej oraz ochrony przeciwśnieżnej. W ofercie dostępne są również różne akcesoria ułatwiające estetyczny i precyzyjny montaż dachu, taśmy RBF, membrany BLACK czy estetyczne i wydajne rozwiązania fotowoltaiczne zintegrowane z połączoną dachówką.

Produkcja oparta na naturalnych zasobach

Wszystkie dachówki swissporTON powstają w pięciu nowoczesnych zakładach strategicznie zlokalizowanych

w Polsce (Olkusz, Chojnice, Widziszewo) i na Węgrzech (Lenti I, Lenti II). Ta lokalizacja wynika z dostępu do jednych z najlepszych źródeł gliny na kontynencie, co stanowi fundament wyjątkowej jakości produkowanych wyrobów.

Zakłady wykorzystują zaawansowane technologie produkcji oraz wieloetapowe procesy kontroli jakości odpowiadające rygorystycznym standardom europejskim. Dachówki przechodzą szczególne testy zapewniające długotrwałą niezawodność i estetykę przez dziesięciolecia użytkowania.

Potwierdzeniem tego jest (udzielana na określonych warunkach) jedna z najdłuższych

na rynku gwarancji – do 50 lat w zakresie nieprześlakliwości i mrozoodporności dla dachówek ceramicznych swissporTON.

Nowa marka w Grupie swisspor

Włączenie dachówek ceramicznych, cementowych i akcesoriów na dachy skośne pod marką swissporTON w imponujące portfolio, znanych doskonale energooszczędnych rozwiązań swisspor oddaje innowacyjny charakter produktów i otwartość na nowoczesne rozwiązania technologiczne.

Dla klientów oznacza to kontynuację najwyższych standardów jakości wypraco-

wanych przez trwające blisko 30 lat doświadczenie produkcyjne CREATON Polska, przy jednoczesnym dostępie do szerszej gamy innowacyjnych rozwiązań z imponującą ofertą swisspor – od fundamentów po dach.

Ta kompleksowa oferta pozwala na realizację budynków o najwyższych standardach energetycznych, gdzie każdy element jest zaprojektowany w ramach spójnej filozofii energooszczędnego budownictwa. Różnorodność rozwiązań umożliwia realizację najbardziej wymagających koncepcji architektonicznych przy zachowaniu optymalnych parametrów technicznych.



FOT. SWISSPOR.PL

REKLAMA

0011417414



Nowa marka znanych dachówek
ceramicznych i cementowych



swissporTON.pl

Nowa generacja okien dachowych GREENVIEW. Akustyka na nowym poziomie

Żyjemy w czasach dynamicznych zmian, a zmiany klimatyczne są coraz bardziej widoczne i odczuwalne. Dbłość o środowisko staje się priorytetem, gdyż Ziemia to miejsce naszego życia, które musimy chronić, zarówno dla nas, jak i przyszłych pokoleń. Nowa generacja okien dachowych GREENVIEW z pakietem P50 od FAKRO łączy najwyższe standardy funkcjonalne i estetyczne z dostosowaną do zmieniającego się klimatu energooszczędnością oraz rozwiązaniami zapewniającymi bezpieczeństwo w obliczu gwałtownych zjawisk pogodowych.

Inwestycja w lepszą przyszłość

Inwestycja w okna nowej generacji to krok w stronę lepszej przyszłości. FAKRO, inspirowane filozofią GO GREEN, projektuje swoje produkty z poszanowaniem środowiska. Dzięki nim każdego dnia oszczędzasz energię i obniżasz rachunki.

Innowacyjna konstrukcja z wyższym profilem skrzydła i pakietem trzyszybowym znacząco wpływa na ochronę ciepła, co przekłada się na mniejsze zapotrzebowanie na energię, aby ogrzać poddasze. Pa-

kiet szybowy ma 44mm grubości, dzięki czemu można go głębiej osadzić w konstrukcji skrzydła i w ten sposób całe okno zyskuje lepszą termoizolacyjność. Okno wykonane w technologii thermoPro, a współczynnik przenikania ciepła okien z kołnierzem Thermo jest na poziomie 0,9 W/m²K. Nawiewnik optymalizuje przepływ świeżego powietrza, minimalizując jednocześnie straty ciepła.

Dodatkowym atutem okien GREENVIEW z pakietem P50 o współczynniku izolacji akustycznej R_w sięgającym 40 dB jest bardzo dobre tłumienie hałasu, które zapewnia podwójna folia dźwiękoizolacyjna umieszczona pomiędzy szybami. Komfort miłej ciszy podczas odpoczynku to niewątpliwie nowa jakość życia, którą zapewniają okna dachowe nowej generacji. Ma to wpływ na regenerujący sen i nasze ogólne zdrowie. To również większa swoboda, ponieważ możesz oddawać się swoim pasjom w domu, nie zakłócając spokoju innym. Okna wyposażone są w hartowaną szybę zewnętrzną i laminowaną wewnętrzną klasy P2A, co zwiększa bezpieczeń-

stwo użytkowe, a zastosowany system topSafe podnosi także bezpieczeństwo antywłamaniowe okien.

Nowoczesny design i wyjątkowy wygląd

Zewnętrzna powłoka łatwowymywalna ułatwia utrzymanie okien w czystości, dzięki czemu mamy więcej czasu dla siebie. Okna GREENVIEW to także nowoczesny wygląd. Dolna klamka wpisuje się w obecne designerskie trendy, a atrakcyjny kształt obłachowania, opracowany we współpracy z Politechniką Krakowską, nadaje oknom wyjątkowy nowoczesny wygląd. Standardowy kolor obłachowania Antracyt (RAL7016) dopasowany jest do popularnych pokryć dachowych.

Okna GREENVIEW otrzymały certyfikat Carbon Footprint Approved, co dowodzi, że zostały wytworzone w odpowiedzialny środowiskowo oraz społecznie sposób. Pozwalają stworzyć dom funkcjonujący w zgodzie z naturą, oferując komfort i bezpieczeństwo na co dzień, jednocześnie dbając piękny widok na otaczającą zielen.

www.fakro.pl



Oferowanie ekologicznych i energooszczędnych produktów jest wpisane w DNA firmy FAKRO



Obłachowanie okien dachowych GreenView dostępne jest w trzech kolorach: antracytowym, czarnym oraz szarobrazowym

REKLAMA

0011418679

NOWA GENERACJA OKIEN DACHOWYCH GREENVIEW z pakietem akustycznym

Okna GREENVIEW powstały z pasji tworzenia i zmieniania świata. Przedstawiamy nową generację okien dachowych, które łączą najwyższe standardy funkcjonalne i estetyczne z wysoką energooszczędnością i wyjątkową akustyką.

Okna dachowe GREENVIEW z pakietem P50 o bardzo dobrym współczynniku izolacji akustycznej aż do $R_w = 41\text{dB}$ to cisza na poddaszu kiedy oddajesz się swojej pasji i w chwilach, gdy potrzebujesz odpoczynku.

FAKRO®

swissporPIR Alu – termoizolacja dla nowoczesnego budownictwa

W erze zrównoważonego budownictwa i efektywności energetycznej, wybór odpowiednich produktów izolacyjnych ma kluczowe znaczenie. Na tle innowacyjnych rozwiązań wyróżnia się nowość marki swisspor – swissporPIR Alu, zaawansowany materiał termoizolacyjny rewolucjonizujący projektowanie energooszczędnych budynków.

Czym jest swissporPIR Alu?

swissporPIR Alu to wysokiej jakości płyty izolacyjne z poliizocyjanuranu (PIR) o zamkniętej strukturze komórkowej.

Charakteryzują się wyjątkowo niskim współczynnikiem przewodzenia ciepła (λ) wynoszącym zaledwie 0,022 W/mK, co czyni je jednym z najefektywniejszych rozwiązań izolacyjnych na rynku.

swissporPIR Alu wyróżnia się:

- doskonałymi właściwościami termicznymi,
- wyjątkową odpornością,
- stabilnością wymiarową,
- długą żywotnością oraz
- szeroką gamą zastosowania.

Kluczowe zalety swissporPIR Alu

Wyjątkowa efektywność termiczna – niski współczynnik przewodzenia ciepła pozwala osiągnąć ten sam poziom izolacji przy znacznie cieńszej warstwie materiału w porównaniu do tradycyjnych rozwiązań. W praktyce, 10 cm warstwa swissporPIR Alu może zastąpić nawet 17 cm wełny mineralnej (o współczynniku 0,038 W/mK), zachowując identyczne właściwości izolacyjne.

Maksymalna przestrzeń użytkowa – wysoka efektywność przy niewielkiej grubości przekłada się bezpośrednio na zwiększenie powierzchni użytkowej budynku. W kontekście rosnących cen nieruchomości i ograniczonych przestrzeni miejskich, możliwość zastosowania cieńszych ścian przy spełnieniu surowych norm energetycznych stanowi znaczącą zaletę.

Odporność na wilgoć i trwałość – zamknięta struktura komórkowa zapewnia minimalną absorpcję wody, gwarantując stabilność parametrów izolacyjnych w różnych warunkach atmosferycznych. Materiał zachowuje swoje właściwości



przez cały okres użytkowania budynku, nie degraduje się pod wpływem wilgoci i nie wymaga specjalnych zabezpieczeń przeciwwilgociowych.

Bezpieczeństwo pożarowe – płyty swissporPIR Alu są samogasnące, co oznacza wolny proces spalania w przypadku pożaru. Cechują się również niską emisją dymu i brakiem skroplin w wyniku

działania płomieni, co czyni je bezpiecznym wyborem dla projektów, gdzie kwestie bezpieczeństwa pożarowego są priorytetem.

Zastosowania swissporPIR

► **Taras** – dzięki niewielkiej wadze, małej grubości i niskim współczynnikowi przenikania ciepła, nie trzeba stosować grubej warstwy izolacji dla osiągnięcia satysfakcjonującego efektu ocieplenia. Skutecznie chroni pomieszczenia pod tarasem przed emisją ciepła.

► **Dachy płaskie** – wysoka wytrzymałość na ściskanie sprawia, że materiał doskonale sprawdza się w izolacji takich konstrukcji, umożliwiając tworzenie zielonych dachów czy tarasów użytkowych bez ryzyka utraty właściwości izolacyjnych.

► **Budownictwo pasywne i zero-emisyjne** – wyjątkowe właściwości termiczne czynią swissporPIR Alu materiałem pierwszego wyboru w takim budownictwie, umożliwiając osiągnięcie wymaganych parametrów przy zachowaniu racjonalnych grubości przegród.

► **Zrównoważony rozwój** – długa żywotność, stabilność parametrów i wyjątkowa efektywność energetyczna przekładają się na znaczące oszczędności energii przez cały okres użytkowania budynku, co kompensuje ślad węglowy związany z produkcją materiału.

swissporPIR Alu reprezentuje przyszłość materiałów izolacyjnych w nowoczesnej architekturze – łącząc najwyższą efektywność energetyczną z trwałością, bezpieczeństwem i możliwościami projektowymi. Umożliwia tworzenie smukłych, energooszczędnych i zrównoważonych budynków, stanowiąc odpowiedź na liczne wyzwania współczesnego budownictwa.

Więcej informacji:
www.swisspor.pl

REKLAMA

0011418685

plyty XPS

ocieplenie fundamentu odporne na wilgoć i przemarzanie gruntu

doskonale ocieplenie
 odporność na wilgoć
 wytrzymałość mechaniczna

xps.swisspor.pl



Stawiamy na te rozwiązania, które łączą komfort z estetyką. Wejście do domu ma w sobie coś z wizytówki – tworzy pierwsze wrażenie

Zatrzymują ciepło i przyciągają spojrzenia – aluminiowe wizytówki nowoczesnych domów

Kiedy za oknem robi się chłodniej, a rachunki za ogrzewanie rosną, wielu właścicieli domów boleśnie przypomina sobie o nieszczelnych wejściach. To właśnie okna i drzwi potrafią odpowiadać nawet za 25-30% strat energii potrzebnej do ogrzewania lub chłodzenia budynków.

To realne wartości, które przekładają się na domowy budżet i codzienny komfort. Nic dziwnego, że w ostatnich latach przepisy budowlane stały się pod tym względem bardziej wymagające, a za sprawą rosnącego znaczenia aspektów wizualnych, nowoczesne drzwi muszą dziś łączyć elegancję z energooszczędnością.

„Klienci coraz częściej oczekują od drzwi, że będą nie tylko szczelne i ciepłe, ale też designerskie. Wejście do domu ma coś w sobie z wizytówki. Stawiamy na rozwiązania, które łączą komfort z estetyką: drzwi mogą być jednocześnie praktyczne i efektowne” – mówi Michał Marcinowski, dyrektor rozwoju produktu systemów budowlanych w Aluprof.

Elegancja i technologia w jednym

Wejście do domu coraz częściej staje się ważnym elementem wizualnym budynku. To ono tworzy pierwsze wrażenie, a jednocześnie ma realny wpływ na komfort codziennego życia – chroni przed chłodem, hałasem i nieproszonymi gośćmi.

„Jeszcze kilka lat temu drzwi postrzegano głównie jako element techniczny. Dziś coraz częściej traktujemy je jako część aranżacji domu – coś, co podkreśla charakter całej jego bryły. Aluminium daje tu ogromne możliwości: pozwala na większe przeszklenia, proste formy i wyraziste proporcje, a jednocześnie zapewnia świetną izolację” – mówi Michał Marcinowski.

Właśnie na tym fundamencie powstają rozwiązania Aluprof. MB-79N to propozycja dla osób poszukujących solidnych i energooszczędnych drzwi w atrakcyjnej formie, spełniających wymogi współczesnego budownictwa. MB-86N daje architektom jeszcze większą swobodę – dzięki różnym wariantom izolacyjności można do-

pasować drzwi do indywidualnych potrzeb domu. Z kolei MB-104 Passive jest konstrukcją o najwyższych parametrach termicznych, rekomendowaną nawet do obiektów pasywnych, gdzie ograniczenie strat energii jest priorytetem. Osobną kategorię stanowi MB-86N Pivot Door – efektowne rozwiązanie, które dzięki przesuniętej osi obrotu zamienia wejście w architektoniczną atrakcję, podkreślając prestiż i indywidualny charakter budynku. Za jego pomocą można tworzyć imponujące konstrukcje o wymiarach skrzydła nawet do 2x3,4 m oraz masie do 500 kg.

Nowy standard wejścia

„Dom zaczyna się od drzwi, ponieważ to przez nie codziennie wchodzimy i to one jako pierwsze witają naszych gości. Jeśli łączą elegancję z energooszczędnością, zyskujemy coś więcej niż zwykły element architektury. Zyskujemy poczucie, że nasz dom jest piękny, oszczędny i praktyczny” – podsumowuje Michał Marcinowski.

REKLAMA

0011418665

PIVOT DOOR

Drzwi zewnętrzne z przesuniętą osią obrotu

GRAMY FAIR z NATURA

Szymon Marciniak

www.aluprof.com/dom

Światło Cię Uniesie

Okna, które zmieniają dom



Okna FAKRO | INNOVIEW powstały z połączenia drewna i aluminium, co wpływa na ich wyjątkową trwałość i daje możliwość tworzenia ogromnych przeszkleń. Naturalne drewno zapewnia ciepły klimat wnętrza oraz ponadczasową estetykę, a wysoka energooszczędność obniża rachunki za ogrzewanie. Okna są unikatowe, ponieważ każde wytwarzane jest na indywidualne zamówienie z szeroką możliwością personalizacji.



OKNA | MARKIZY | DRZWI | BRAMY GARAŻOWE

innoview.pl

FAKRO | **INNOVIEW**

Przestrzeń bez granic: jak nowoczesne drzwi panoramiczne otwierają dom na naturę

Rosnąca potrzeba życia w otoczeniu natury sprawia, że drzwi panoramiczne stają się kluczowym punktem każdego projektu domu. Odpowiednio zaprojektowana stolarka może uczynić wnętrze bardziej przestronnym i jaśniejszym. Nowoczesne rozwiązania techniczne i projektowe pozwalają osiągnąć ten efekt, wykorzystując optykę, światło oraz technologię do tworzenia iluzji wizualnych we współczesnych domach.

Więcej niż widok – okno jako rama dla natury

Duże przeszklenia zacierają granice między wnętrzem a otoczeniem, a światło dzienne modeluje przestrzeń, dodając jej lekkości i głębi. Architekci coraz częściej projektują domy tak, by okno stało się centralnym punktem kadru – prawdziwą ramą dla codziennych krajobrazów.

Ważną rolę odgrywają rozwiązania minimalizujące fizyczną obecność konstrukcji. Wąskie profile, ukryte skrzydła i zerowe progi pozwalają architekturze wtopić się w otoczenie. Panoramiczne drzwi rozszerzają salon na taras, a wielkoformatowe przeszklenia nadają aranżacji efekt te-



Drzwi panoramiczne stają się kluczowym punktem każdego projektu domu

atralny. Wrażenie ciągłości przestrzeni wzmacnia wysokiej jakości szkło, które nie zniekształca kolorów ani konturów.

Technologia iluzji – nowoczesne rozwiązania aluminiowe

Aluminiowe rozwiązania o wąskich profilach pozwalają na duże przeszklenia przy zachowaniu sztywności

i izolacyjności. Minimalne konstrukcje, niewidoczne okucia i ukryte mechanizmy sterujące przekładają się na czystą formę i maksymalne doświetlenie wnętrza. Zabudowa ościeżnic i progów pozwala stworzyć efekt jednej powierzchni łączącej wnętrze z tarasem.

Najważniejsze jest dla nas to, żeby architekt nie musiał wybierać między

jakością techniczną a estetyką – mówi Marek Rudyk. – Kiedy projektujemy produkty, szukamy rozwiązań, które umożliwiają pracę światłem i przestrzenią tak, by wnętrze i otoczenie przenikały się naturalnie. Przykładowo, drzwi panoramiczne takie jak MB-Skyline Type R pozwalają tworzyć duże, przesuwne przeszklenia z niemal niewidoczną ramą, co wspiera ten

efekt. Dzięki temu powstają wnętrza, w których technologia pozostaje w cieniu, a pierwszoplanową rolę odgrywa krajobraz – dodaje.

Iluzja z bliska – jak optyka zmienia odbiór wnętrza

Światło kształtuje postrzeganie przestrzeni – refleksy, cienie i przezierność szkła wpływają na nastrój wnętrza bardziej niż jego metraż. Minimalistyczne ramy i duże powierzchnie szkła pozwalają budować głębię bez dodatkowych elementów wystroju. Perspektywa staje się narzędziem projektowym – okno może optycznie poszerzyć pokój, „przedłużyć” salon w kierunku ogrodu albo stworzyć kontrast dla bryły budynku.

Systemy Aluprof, takie jak fasady słupowo-ryglowe czy drzwi podnoszone-przesuwne, pozwalają pracować na dużych płaszczyznach szkła bez utraty parametrów izolacyjnych czy statycznych. Znikają podziały między wnętrzem a zewnątrz – powstają przestrzenie pełne światła, otwarte i zmienne w ciągu dnia. Iluzja zanikania konstrukcji integruje technologię z przestrzenią, a dom zyskuje wymiar, którego nie da się zmierzyć w metrach kwadratowych.

REKLAMA

0011418676

PANUJ NAD KLIMATEM PANUJ NAD KOSZTAMI

DRZWI TARASOWE Z ALUMINIUM

SkyLine

Panoramiczne drzwi przesuwne z ukrytą ramą

ALUPROF
AMBASADOR
Szymon Marciniak

www.aluprof.com/dom

Nowa generacja rekuperacji – energooszczędne centrale Alnor dla wymagających inwestycji

Świeże powietrze, niższe rachunki i większy komfort życia. Nowoczesne budownictwo coraz częściej stawia na rekuperację, która odzyskuje energię i dba o zdrowy mikroklimat w domu. Alnor oferuje centrale wentylacyjne nowej generacji, tworzone z myślą o inwestorach poszukujących sprawdzonych i energooszczędnych rozwiązań.

W dobrze zaprojektowanym domu liczy się każdy detal, również sposób, w jaki oddycha budynek. Tradycyjna wentylacja grawitacyjna usuwa ciepło razem z powietrzem i generuje straty, które podnoszą rachunki. Rekuperacja odwraca ten schemat: odzyskuje energię, zapewnia stały dopływ świeżego powietrza i utrzymuje stabilny mikroklimat we wnętrzu. Taki system sprawia, że inwestycja spełnia wymagania energooszczędności, podnosi komfort mieszkańców i jednocześnie zwiększa wartość nieruchomości.

Centrale Alnor – dopasowane do każdej inwestycji

Centrale rekuperacyjne Alnor są wszechstronne, dlatego znajdują zastosowanie nawet w najbardziej wymagających inwestycjach.

► **Kawalerki i małe mieszkania** – w przestrzeniach, w których każdy centymetr ma znaczenie, najlepiej sprawdzi się **FlatAIR-X**, kompaktowa jednostka z elastycznymi przyłączami, montowana bez rozdzielaczy.

REKUPERACJA CZUĆ KLIMAT.



Alnor oferuje centrale wentylacyjne nowej generacji

Oszczędza miejsce, a jednocześnie zapewnia pełną funkcjonalność rekuperacji.

► **Domy jednorodzinne** – ciszę i niezawodność gwarantuje **BoxAIR**, czyli centrala łącząca elastyczny sys-

tem przyłączy z wydajnym wymiennikiem ciepła. Pracuje dyskretnie i energooszczędnie, zapewniając komfort codziennego użytkowania.

► **Budynki z ograniczoną przestrzenią techniczną** – w takich wa-

runkach najlepiej działa **SlimAIR**, niska centrala o kompaktowych wymiarach, którą można montować w kilku pozycjach. Zapewnia sprawność odzysku ciepła sięgającą 95 procent i bezproblemową pracę nawet przy trudnych warunkach zabudowy.

► **Mieszkania, w których kluczową jest dyskrecja** – tutaj doskonale sprawdza się **MinistAIR**, smukłe urządzenie mieszczące się w szafce lub wnęcie. Gwarantuje stabilny przepływ powietrza i wysoki komfort, pozostając praktycznie niewidoczne.

► **Inwestycje stawiające na design** – tam, gdzie technologia powinna harmonijnie współgrać z aranżacją wnętrza, najlepiej sprawdzi się **FlatAIR**, ultracienka centrala montowana w suficie podwieszanym. Zapewnia skuteczną wentylację i wygodne sterowanie przez aplikację mobilną.

► **Duże domy i prestiżowe realizacje** – w tego typu inwestycjach wymagane są najwyższe parametry, które gwarantuje **PremAIR**. To cen-

trala klasy premium z dużym wymiennikiem ciepła, wysokim sprężem wentylatorów i zaawansowanym systemem sterowania.

Alnor dla wymagających inwestycji

Masz projekt, który wymaga niezawodnych i elastycznych rozwiązań? Centrale Alnor zapewniają energooszczędność, komfort i pewność, że inwestycja spełni najwyższe standardy.

Sprawdź centrale Alnor – rozwiązania stworzone dla wymagających inwestycji.



REKLAMA

0011418678



ZESKANUJ



✉ handlowy@alnor.com.pl
rekuperacja@alnor.com.pl

🌐 rekuperacja.alnor.com.pl
www.alnor.com.pl

PremAIR 350-500



SlimAIR 250-1000



BoxAIR 150-225



MinistAIR 250-350



FlatAIR 80-250



FlatAIR-X 80-125



Modernizacja systemu grzewczego z pompą ciepła

Modernizacja systemu grzewczego nie musi oznaczać kosztownej wymiany całej instalacji. Nowoczesne pompy ciepła pozwalają zastąpić stare kotły i nadal korzystać z dotychczasowych grzejników, zapewniając jednocześnie dobrą efektywność i niższe rachunki.

Wymiana starego kotła na nowoczesną pompę ciepła stała się w ostatnich latach jednym z najczęściej wybieranych sposobów modernizacji domowych systemów grzewczych.

W starszych budynkach najczęściej spotykamy instalacje grzejnikowe, projektowane pod wysokotemperaturowe źródła ciepła (jak konwencjonalne kotły gazowe lub

węglowe). Standardowe pompy ciepła najlepiej współpracują jednak z instalacjami niskotemperaturowymi - im niższa temperatura zasilania, tym wyższa efektywność urządzenia. Nie oznacza to jednak, że współpraca pompy ciepła z układem grzejnikowym jest niemożliwa.

Wysokotemperaturowa pompa ciepła - rozwiązanie dla modernizowanych instalacji

Przy tradycyjnych grzejnikach, niska temperatura zasilania rzędu 40°C może powodować niedogrzaanie pomieszczeń. **Jeśli wymiana starego kotła na pompę ciepła ma się odbyć bez ingerencji w istniejącą instalację grzejnikową, opty-**

malnym wyborem staje się urządzenie wysokotemperaturowe. Takie monoblokowe pompy ciepła, jak Vitocal 150-A czy Vitocal 250-A, są w stanie podgrzewać wodę nawet do 70°C. Oznacza to możliwość kontynuowania eksploatacji dotychczasowych grzejników - bez konieczności ich wymiany na niskotemperaturowe czy przechodzenia na ogrzewanie podłogowe.

Pompy ciepła Vitocal 150-A i Vitocal 250-A zostały zaprojektowane z myślą o projektach modernizacyjnych. Zastosowany w nich system Hydro AutoControl pozwala na pracę bez zewnętrznego zbiornika buforowego. Zintegrowany układ hydrauliczny jednostki we-



Termomodernizacja pozwala zminimalizować rachunki

wnętrznej zapewnia optymalny przepływ wody grzewczej, a energia potrzebna do odszraniania parownika czerpana jest z wbudowanego bufora. Rozwiązanie to pozwala zredukować zapotrzebowanie na miejsce montażu nawet o 60%, co znacznie ułatwia instalację nowego źródła ciepła w zagospodarowanym już pomieszczeniu.

Termomodernizacja - klucz do jeszcze niższych kosztów

Każda pompa ciepła - również wysokotemperaturowa - pracuje ekonomiczniej przy niższych temperaturach. Dlatego przed wymianą źródła ciepła warto obniżyć zapotrzebowanie energetyczne budynku:

docieplić przegrody zewnętrzne, wymienić stolarkę na energooszczędną. Termomodernizacja pozwala w pełni wykorzystać potencjał pompy ciepła i zminimalizować rachunki.

Modernizacja systemu grzewczego z wykorzystaniem pompy ciepła pozwala obniżyć rachunki za energię i uniezależnić się od rosnących cen paliw kopalnych. Wysokotemperaturowe pompy ciepła zapewniają efektywne ogrzewanie we współpracy z istniejącą instalacją grzejnikową. W połączeniu z termomodernizacją budynku i dostępnymi programami wsparcia inwestycja ta staje się jeszcze bardziej opłacalna. **Viessmann.pl**

REKLAMA

0011418682

VIESSMANN

Kompletny system

Odkryj nowoczesne systemy grzewcze marki Viessmann.



SUPER SILENT



CONNECTIVITY



COOLING FUNCTION

viessmann.pl



Urządzenia marki Viessmann są idealnie do siebie dopasowane i tworzą kompletny system grzewczy/chłodniczy sterowany za pomocą jednej platformy. **Viessmann One Base** integruje cyfrowo systemy energetyczne: pompy ciepła, kotły grzewcze, systemy wentylacyjne, magazyny energii elektrycznej oraz instalacje fotowoltaiczne w jedną platformę, tworząc rozwiązania inteligentnego domu.

niać. Zamiast wózka makaronu, który i tak się nie przeje.

To prosty, zdroworozsądkowy „prepping”: jadamy to, co lubimy i używamy na co dzień, tylko trzymamy niewielki bufor. A liofilizaty? – Świetne jako uzupełnienie. Nic się nie zmarnuje, bo zabierzemy w góry – mówi.

Oprócz strachu jest jeszcze dopalacz paniki: dezinformacja i reklamy „na granicy etyki”.

– Na Facebooku widziałem ogłoszenie: „W Polsce wybuchnie wojna – grzyb atomowy”. Pod spodem link do radyjka na korbkę. Zgłaszaliśmy to do CERT-u. I co? Rozłożyli ręce. Za pieniądze można w legalny sposób napędzać lęk – opowiada jeden ze sprzedawców, Mikołaj.

Mateusz dokłada inną obawę: – Najgorsze byłoby odcięcie internetu. Ludzie mają telefon przy sobie jak wyrocznię. Bez map, bez bankowości, bez komunikatorów – panika murowana. Dlatego uczymy dzieci i... siebie samych podstaw: mapa, kompas, rozkład jazdy bez aplikacji.

Tu pojawia się wątek harcerstwa. – ZHP to kapitalna szkoła samodzielności. W Wielkopolsce jest około piętnastu tysięcy harcerzy. Uczą się rozpałać ogień, czytać azymut, jeździć PKS-em, popełniać błędy i wyciągać wnioski. To daje realną sprawczość – podkreśla Mateusz.



FOT. ROBERT WOŹNIAK

Plecak ewakuacyjny powinien zawierać ten sprzęt, którym potrafimy się posługiwać

Gminy też kupują

Prywatny popyt to jedno, publiczny – drugie. Ostatnie miesiące przyniosły wysyp zapytań ofertowych z gmin.

– Weszły nowe przepisy dotyczące obrony cywilnej, zadania spadły bliżej ludzi – na samorządy. Gminy robią inwentaryzację: ile mamy sal, ile miejsc, ile agregatów, namiotów, śpiworów, nagrzewnic. Zamówienia płyną. Niektóre urzędy dzwonią z prośbą „na już”, b boją się, że zaraz towaru zabraknie – mówią sprzedawcy.

Brzmi jak dobra wiadomość, ale na horyzoncie widać też ryzyko: sezonowość i... spekulacja.

– Po sezonie turystycznym magazyny dystrybutorów są puste. Gmina zamawia sto-dwieście śpiworów, a u dystrybutora leży pięćdziesiąt. Import potrwa. W takich momentach rynek zalewają tanie, słabe jakościowo rzeczy z zawyżonymi parametrami. Ktoś, kto nie siedzi w temacie, łatwo się nabierze. Widzieliśmy to przy covidzie – uważa Mateusz.

Moda kontra odpowiedzialność

Czy więc „szał na survival” to moda? Odpowiedź jest niejednoznaczna – jak prawie wszystko po 2022 roku. Z jednej strony rośnie popularność hamaków, bushcraftowych weekendów „tata i dziecko”, kursów przetrwania.

– To nie jest nowe. To wraca falami. Dziś pewnie mocniej, bo ludzie chcą oddechu od all inclusive i ekranów – słyszę.

Z drugiej – jest realna potrzeba podstawowego przygotowania.

– Nasz czas nie jest spokojny, warto mieć w domu pewne rzeczy i pewne schematy. Ale róbmy to na chłodno. Mamy klientów „panikarzy” i mamy klientów „spokojnych”. Z tymi drugimi rozmawia się o planie, o rotowaniu zapasów, o tym, że lepiej kupować teraz, w ciszy, niż w tłumie, gdy wydarzy się coś głośniego – mówi Mateusz.

Granica między rozsądkiem a przesadą bywa cienka. Krzesiwo i maczeta w miejskim plecaku?

– Brzmi efektownie, ale w mieście ważniejsza będzie kartka z numerami, mała latarka i gotówka. A jeśli ktoś marzy o życiu w lesie – niech najpierw prześpi noc w hamaku na legalnej strefie i sprawdzi, czy to w ogóle dla niego – radzi.

Skąd to wszystko? Może z poczucia chwiejnej epoki. Stan wojenny pamiętają nieliczni, ale jego cień wraca w opowieściach. Pandemia przypomniła, że łańcuchy dostaw potrafią się zatkać. Wojna obok przesunęła gra-

nice wyobraźni. A jednak codzienność – przysłowiowa wizyta w Czerwonaku „miejskim autobusem” – pokazuje, że żyjemy w kraju z infrastrukturą, służbami, zasobami.

– To nie te czasy, by koczować w lasach – mówi Mikołaj. – Jeśli trzeba będzie się ewakuować, są pociągi, są miejsca, są ludzie. Widzieliśmy to, gdy na dworcach w całej Polsce harcerze i wolontariusze prowadzili punkty pomocy. System bywa przeciążony, ale działa lepiej, niż nam się wydaje.

Do sklepu wchodzi pierwszy klient. Ktoś pakuje „kuskus wegański z warzywami”, ktoś pyta o filtr grawitacyjny, ojciec z synem przymierza hamak. Po dwóch dekadach w branży Mateusz patrzy spokojnie na jego klienta.

– Przygotowanie to odpowiedzialność. Panika – to koszt. A moda? Jeśli sprowadza ludzi do lasu i uczy ich samodzielności – niech będzie. Byle bez grzybów atomowych w reklamach – zaznacza.

MINI-PORADNIK NA SPOKOJNE CZASY

- Zaplanuj rodzinny schemat kontaktu i miejsce spotkania.
- Zrób mini-zestaw na 72 godziny w domu.
- Spisz ważne numery na papierze.
- Radio na baterie lub korbkę.

- Myśl kontekstowo – miasto to nie wieś.
- Nie kupuj „magii w plecaku”.
 - Ucz się prostych umiejętności.
 - Uważaj na marketing strachu.



forum
PRZEDSIĘBIORCÓW
MAŁOPOLSKI
edycja 2025

Serdecznie zapraszamy na
24. Forum Przedsiębiorców Małopolski

MAŁOPOLSKI BIZNES JUTRA
zrównoważony, cyfrowy, ludzki

GOŚĆ SPECJALNY:



Paulina Szot
Trenerka i konsultantka w obszarze wystąpień publicznych, mówczyni, konferansjerka, mentorka TEDx.



Jarosław Chojnacki
Broker technologii Europejskiej Agencji Kosmicznej (ESA). Odpowiada za rozwój projektów związanych ze wsparciem sektora kosmicznego w Krakowskim Parku Technologicznym.

**CENTRUM KONFERENCYJNE CKF_13
FABRYCZNA 13, KRAKÓW.**

5 LISTOPADA 2025 R. GODZ. 9.00

ZAREJESTRUJ SIĘ



**UDZIAŁ
BEZPŁATNY
– LICZBA MIEJSC
OGRANICZONA!**

Rejestracja: forumprzedsiębiorcow.pl

ORGANIZATOR:

**POLSKA
PRESS
GRUPA**

PATRONAT MEDIALNY:

DZIENNIK POLSKI
Gazeta Krakowska
**strefa
BIZNESU**

PARTNER
MERYTORYCZNY:

**UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
W KRAKOWIE
1925-2025**

PARTNER REGIONALNY:

MAŁOPOLSKA

PARTNER GŁÓWNY:

Archicom
ECHO GROUP
**WODOCIĄGI
Miasta Krakowa**

PARTNERZY:

wellclinic
Kraków
Business in Małopolska
OKOSPALARNIA KRAKÓW
KSB
Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki
Krajowa Izba Doradców Podatkowych
BGK
KHK
KRAKÓW AIRPORT

Zdrowie zaczyna się od wykonania czterech tysięcy kroków dziennie

Każdy wzrost liczby kroków o 500-1000, co potwierdziły nasze badania, daje korzyści przekładające się na wydłużenie życia i zmniejszenie o 7-15 proc. ryzyka zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych – mówi prof. n. med. Maciej Banach, kardiolog, przewodniczący Polskiego Towarzystwa Lipidologicznego oraz prorektor Collegium Medicum Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

Jaką liczbę kroków średnio każdego dnia powinniśmy wykonać, aby wysiłek przełożył się na korzyści dla naszego zdrowia? Aplikacje telefonach podpowiadają nam, że 10 tysięcy. Natomiast definicja zdrowego stylu życia mówi o co najmniej 5 tysiącach kroków dziennie...

Dostępne badania, w tym wykonane przez nas, jednoznacznie pokazują, że wykonując dziennie co najmniej 4 tys. kroków redukujemy ryzyko zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych, oczywiście zgodnie z zasadą im więcej, tym lepiej. Te 4 tys. kroków to wartość średnia; jednego dnia może to być 3 tys. kroków, kolejnego 5 tys. Nie musi być to jednorazowo przebyty dystans. Dostępne są już także badania, wskazują, że lepsze efekty daje wysiłek związany z pokonywaniem kilku krótszych dystansów. Możemy w ciągu dnia przejść np. trzy odcinki po 1300 kroków.

W jakim tempie powinniśmy maszerować?

Ważne jest aby zmieniać tempo marszu; żeby idąc w równym tempie od czasu do czasu wyraźnie przyspieszyć. Jeśli mamy zaplanowany do przejścia odcinek o długości np. półtora kilometra, to przejdźmy 500 metrów w swoim zwykłym tempie, a kolejne 500 szybciej. Ostatni zaplanowany fragment trasy znowu możemy przejść w swoim stałym tempie. Przyspieszenie tempa odpowiednio angażuje układ sercowo-naczyniowy, powodując



Maciej Banach: – Nie oczekujemy, że poćwiczymy tydzień, dwa i odczujemy pozytywny wpływ wysiłku fizycznego na nasz organizm

wzrost ciśnienia tętniczego, przyspieszenie akcji serca. Nie trzeba biegać, jeśli się tego nie lubi, wystarczy przejść kilkaset metrów w szybszym tempie. Ważne jest, aby wysiłek był regularny i aby było to średnio co najmniej 4 tys. kroków dziennie, pamiętając o stopniowym zwiększaniu tego dystansu. Są to wnioski z badań, które przeprowadziliśmy, opierając się na wynikach obejmujących największą jak dotąd liczbę pacjen-

tów – 230 tys. osób. W badaniach brały udział osoby dorosłe, zdrowe, a wpływ wykonywanego przez nich wysiłku fizycznego obserwowano przez 7 lat.

Czy to znaczy, że osoby wykonujące 10 tys. kroków każdego dnia powinny jednak przyhamować i ograniczyć się do 4 tys. kroków?

Absolutnie nie, wręcz przeciwnie! Chcemy uniknąć takiego nieprawidłowego przekazu

do osób, których aktywność codzienna wynosi średnio 10 tys. kroków i więcej. Korzyści dla zdrowia pojawiają się już gdy wykonujemy średnio 4 tys. kroków dziennie, ale im więcej ich wykonujemy, tym lepiej. Każdy wzrost liczby kroków o 500-1000 kroków, co potwierdziły nasze badania, daje korzyści przekładające się na wydłużenie życia i zmniejszenie o 7-15 proc. ryzyka zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych. Przekaz, że korzyści zdrowotne zaczynają pojawiać się od 4 tys. kroków, jest bardzo ważny dla osób dotychczas nieaktywnych, które na pytanie, ile mają tych kroków robić, otrzymywały odpowiedź 6-7 tysięcy, najlepiej 10 tys. (ok. 8 km), co byłoby dla wielu demotywujące. Teraz mają przekaz: zacznijcie od niewielkiej liczby 4 tys. i starajcie się stopniowo każdego dnia i tygodnia poprawiać.

Im więcej chodzimy, tym lepiej. Ale czy zawsze?

Dostępne badania wskazują, że tę prawidłowość obserwujemy, jeśli wykonujemy średnio do 20 tys. kroków dziennie. Jaki efekt uzyskamy, wykonując powyżej średnio 20 tys. kroków dziennie trudno, jak na razie, powiedzieć, bo takich danych jeszcze nie mamy. Jest to element naszych kolejnych badań, w trakcie których obserwujemy dorosłych mających tzw. ekstremalny wysiłek fizyczny, czyli średnio 20 tys. kroków dziennie. Wykonywanie średnio 20 tys. kroków dziennie nie jest proste, to przecież 16 km i niewiele osób taki dystans pokonuje na co dzień,

chodząc czy biegając. Jestem osobą bardzo aktywną fizycznie, ale średnio powyżej 20 tys. kroków dziennie udaje mi się zrobić najczęściej podczas urlopu, gdy dużo chodzę i zwiedzam. Moja średnia dzienna wartość to ponad 10 tys. kroków. Zwykle średnio 20 tys. kroków dziennie mają osoby, które co 2-3 dzień systematycznie biegają. Wiemy też już, że ekstremalny wysiłek fizyczny, np. tzw. Iron-man czy bieganie przez 24 godziny to raczej pewien styl życia i ma on niewiele wspólnego ze zdrowiem.

Skąd wzięło się 10 tysięcy kroków, które często przywołuje się jako dawkę optymalną dla naszego zdrowia?

Było to określenie użyte marketingowo w 1964 r. przed olimpiadą w Tokio w Japonii. Zagościło, jak widać, w powszechnej świadomości na dłużej i okazuje się, że eksperci od marketingu bardzo się nie pomylili. W naszych badaniach przyjrzelśmy się, jaka średnia liczba kroków daje najlepsze korzyści dla zdrowia w dwóch grupach pacjentów, poniżej 60 roku życia i powyżej 60 roku życia. Okazało się, że u młodszych jest to średnio od 7 do 13 tys. kroków dziennie, a u starszych średnio od 6 do 10 tys. kroków dziennie.

Pacjent, który dotąd się nie ruszał, ma nadwagę i inne choroby współistniejące, żadną miarą tych kilku tysięcy kroków dziennie nie zrobi. Śmiem przypuszczać, że szybko się zniechęci i odpuści sobie spacer. Zgodzi się Pan Profesor ze mną?

Zgadza się. Dla pacjenta może to być bardzo duży wysiłek. Dlatego zalecenia powinny być spersonalizowane, a wysiłek stopniowany. Wspomniane 4 tys. kroków dziennie to 2,5 km. Pójście do pracy, do sklepu i spacer wokół domu wystarczą, aby taką liczbę kroków zrobić. Gdy już wdrożymy się do takiej aktywności – a ważne jest, aby był to wysiłek systematyczny – to w kolejnych tygodniach powinniśmy zwiększać średni dystans o 500-1000 kroków dziennie, w zależności od naszych możliwości. Jak pokazały nasze badania zwiększenie średniej liczby kroków wykonywanej każdego dnia przekłada się na korzyści zdrowotne i wydłużanie życia. Najlepiej oczywiście gdybyśmy wykonywali średnio od 7 do 13 tys. kroków dziennie i do takiej wielkości powinniśmy zwiększać dystans.

Kiedy pacjenci zobaczą pierwsze efekty swojego wysiłku?

Efekty nie pojawią się natychmiast. Nie oczekujemy, że poćwiczymy tydzień, dwa i od-

czujemy pozytywny wpływ wysiłku fizycznego na nasz organizm. To jest długotrwała praca, która powinna stać się naszym nawykiem. Z czasem pacjent zauważy, że ma lepszą kondycję, jest dotleniony, lepiej sypia. Gdy wykona badania, okaże się, że wartości ciśnienia krwi ma niższe, zmniejszy się masa ciała, poprawi się również jego profil lipidowy czy poziom glukozy. Ale na to potrzeba czasu i systematyczności.

My lekarze często popełniamy błąd, zalecając pacjentowi „proszę się ruszać i stosować dietę”. Pacjent wychodzi z gabinetu i wie niewiele więcej niż wcześniej. Lekarz powinien zapytać go o to, jak wygląda jego dzień, jak się odżywia, a potem ułożyć mu taki plan aktywności, aby pacjent był go w stanie zrealizować. Jeśli rozpocznie aktywność od średnio 2-3 tys. kroków dziennie, czyli wyjdzie z domu, przejdzie się po najbliższej okolicy, popatrzy na to, co dotychczas mu umykało i zacznie czerpać przyjemność z ruchu, to na kolejnej wizycie po omówieniu jego dotychczasowej aktywności lekarz może mu ją zwiększyć o kolejny tysiąc kroków. Za kolejne pół roku pacjent będzie mógł robić bez większych problemów średnio 6 tys. kroków dziennie.

Popularny slogan „ruch zastąpi każdy lek, żaden lek nie zastąpi ruchu” jest nadal jak najbardziej prawdziwy?

Tak, ale też musimy powiedzieć pacjentowi, że sam wysiłek fizyczny nie rozwiąże jego wszystkich problemów zdrowotnych. Swoim młodszym kolegom mówię zawsze, aby kilka razy zapytali pacjenta, czy wszystko rozumie. Pacjent ma prawo nie wiedzieć, czasami wstydy się zapytać. Od lekarza musi usłyszeć, że jeśli nie będzie się zdrowo odżywiać, będzie miał nadwagę lub otyłość, palił papierosy, nie będzie kontrolował swojego ciśnienia krwi, stężenia cholesterolu i nie będzie przyjmował przepisanych przez lekarzy leków, to nawet regularny wysiłek fizyczny nie wydłuży jego życia. Zdarza się, że pacjent skarży się lekarzowi, że robi dziennie 6 tys. kroków, a nie chudnie. Bardzo często jest to pacjent, z którym lekarz nie porozumiał o tym, jak wygląda jego dieta i nie wy tłumaczył, że sam ruch nie wystarczy, aby mieć dobre wyniki.

Wysiłek fizyczny, regularne spacerowanie to jeden z elementów zdrowego stylu życia, na który składają się wymienione przeze mnie wcześniej składniki, a wszystkie razem powinny być środkami do poprawy samopoczucia fizycznego i psychicznego.

MAGAZYN

SPORTOWY24

27.10.2025

Wisła Kraków wygrała kolejny mecz, pokonała u siebie ekipę z Rzeszowa. Lider I ligi musiał się sporo natrudzić, by podtrzymać dobrą passę STR. 17



FOT. WOJCIECH MATUSIK

Pod naporem Wisły Stal łatwo nie pękła

Ekipa „Słoni” odrobiła straty i zdobyła punkt. Cracovia prowadziła, ale została z niczym STR. 16

Na taki mecz w I lidze Puszcza długo czekała. W II lidze Hutnik wreszcie się przełamał STR. 17-18

Letnie skoki w Grand Prix dobiegły końca. Najlepszym z Polaków był 18-letni debiutant STR. 21

SPORTOWY24.PL

Ekstraklasa piłkarska Porażka „Pasów” w Szczecinie na własne życzenie

Cracovia nie potrafiła dobić rywala

Jacek Żukowski
jacek.zukowski@polskapress.pl

„Pasy” nie utrzymały prowadzenia i przegrały, tracąc gola na wagę porażki w 89 minucie.

Pogoń Szczecin	2 (0)
Cracovia	1 (1)

Bramki: 0:1 Stojilković 29, 1:1 Grosicki 61, 2:1 Mukaira 89.
Pogoń: Cojocar - Ali (60 Huja), Wahlqvist, Keramitsis, Koutris - Ulvestad, N'Diaye, Pozo (46 Juwara), Greenwood - Grosicki (85 Przyborek), Molnar (76 Mukairu).
Cracovia: Madejski - Sutalo, Henriksson, Wójcik - Piła, Klich (72 Al-Ammari), Maigaard (85 Praszelik), Perković - Kakabadze (56 Aleksić), Minczew (73 Hasić) - Stojilković (85 Zahiroleslam).
Sędziowie: Paweł Raczkowski (Warszawa) oraz Adam Kupsik (Poznań), Adam Karasiewicz (Wrocław). **Widzów:** 20 149.

Trener Cracovii Luka Elsner uznał, że lepsze jest wrogiem dobrego, dlatego nie zmienił ani jednego zawodnika w składzie w porównaniu ze zwycięskim meczem z Rakowem.

Ten mecz wywoływał spore emocje na długo przed pierwszym gwizdkiem. Podgrzewał je głównie właściciel Pogoni Alex Haditaghi, prowokując rywali. Pełny stadion, wrogowie Cracovii zachęcał gospodarzy do zdominowania rywala. Iszczecinianie tak zaczęli, „usiedli” na przyjeźdnym. A obrońcy „Pasów” musieli od pierwszej minuty uważać na Kamila Grosickiego. Goście dość szybko się otrząsnęli i zaatakowali. Byli jednak skutecznie blokowani. Ale w 11 min Martin Minczew znalazł trochę przestrzeni, ale zwał z strzałem i w końcu uderzenie nie było mocne. Valentin Cojocar nie miał kłopotów z obroną. Cracovia zaczęła grać szybciej, bez przyjmowania piłki i od razu były tego efekty. Raz Minczew



Filip Stojilković zdobył jednego gola, a mógł co najmniej jeszcze drugiego

wypuścił w bój Filipa Stojilkovića, te doszedł do piłki, ale strzelał po ziemi słabo.

W 29 min kapitalną centrę posłał w pole karne Dominik Piła, piłkę uderzał głową Mauro Perković - Cojocar odbił futbolówkę, ale dopadł do niej lis pola karnego - Stojilković i z 3 m zdobył gola. Już 7 w tym sezonie. Pazernie chciał zwiększyć swój stan konta bramkowego i po chwili znów zatrudnił rumuńskiego bramkarza Pogoni. Nadal był w „cugu” Szwajcar i znów wdarł się w „16” rywala, ale został powstrzymany.

Niebawem żółta kartka został ukarany Otar Kakabadze, a że była to czwarta kartka, będzie pauzował w kolejnym meczu. „Pasy” były cały czas w ataku. Przed kapitalną szansą stanął Mateusz Klich, ale nie zdecydował się na natychmiastowy strzał i w końcu został zablokowany. Ale Cracovia grała bardzo dobrze - w 43 min na bramkę gospodarzy szarżował Stojilković, ograł Husseina

Aliego, ale powstrzymał go odważnym rzuceniem się pod nogi Cojocar.

W dobrej połowie Cracovia oddała aż 10 strzałów, z czego aż 7 celnych wobec tylko 1 gospodarzy.

- Mielismy sytuację, udało się jedną skończyć - mówił w przerwie Dominik Piła. - Pogoń zostawia trochę przestrzeni, otwierając się możliwości ataku, ale musimy uważać, bo Pogoń też jest groźna.

W drugiej połowie oba zespoły trochę pofolgowały. Cracovia była skupiona na działaniach obronnych i czekała na szansę w kontrataku. Ale w 61 min Pogoń doprowadziła do remisu. Po rzucie rożnym krakowianie wybili piłkę, dopadł do niej na 13 m Grosicki i mocnym strzałem doprowadził do remisu. Od razu zareagowała Cracovia - po centrze Perkovića główkował Minczew - nad bramką.

Marian Huja w odpowiedzi też główkował po podaniu Gro-

sickiego - nad poprzeczką. Mecz się zaostrzył, w przepychance uczestniczyło kilkunastu zawodników, skończyło się na żółtych kartkach dla Linusa Wahlqvista i Oskara Wójcika. W 79 min znów o mało co Pogoń nie zaskoczyła „Pasów” - uderzał Huja, wysoko nad bramką.

Obaj trenerzy chcieli jeszcze zintensyfikować grę zmianami. Jeden z nich - Milan Aleksić uderzał ale obok słupka. W Pogoni za to rezerwowi przysłużyli się do zwycięskiej bramki - po dograniu Musy Juwary, Fredrik Ulvestad nabił strzałem głową Paula Mukairę i Madejski był bez szans.

- Ciężko skomentować ten mecz, zegralismy dobrze, ale przegrywamy - mówi trener Cracovii. - Stworzyliśmy dużo sytuacji, szczególnie w I połowie. Do przerwy mieliśmy okazję, by wynik był wyższy niż 1:0, nie wykorzystaliśmy jednak tego, a otwarliśmy drzwi Pogoni, by wróciła do tego meczu - podumował Elsner. ©©

„Słonie” zatrzymały się w drodze ku przepaści

Piotr Pietras
sport@polskapress.pl

EKSTRAKLASA PIŁKARSKA.
Bruk-Bet Termalica nadal pozostaje w strefie spadkowej, ale przerwał pasmo porażek (cztery przegrane mecze z rzędu).

Bruk-Bet Termalica	1 (0)
Zagłębie Lubin	1 (0)

Bramki: 0:1 Rocha 49, 1:1 Ambrosiewicz 59 karny.
Bruk-Bet Termalica: Chovan - Isik, Kopacz, Putiwcew (75 Kasperkiewicz) - Boboc (68 Fassbender), Ambrosiewicz (85 Trubeha), Guerrero (75 Strzałek) (85 Kurzawa), Hilbrycht (75 Jakubik) - Kubica, Zapolnik.
Zagłębie: Burić - Ławniczak, Nalepa, Jakuba - Corluka, Reguła (68 Szymt), Kocaba, Makowski (85 Michalski), Dziwiatowski (68 Radwański), Lucić (70) - Rocha (76 Kossidis).
Sędziowali: Marcin Kochanek (Opole) oraz Michał Obukowicz (Warszawa) i Maciej Kosarzcki (Opole). **Widzów:** 2515.

Trener „Słoni” Marcin Brosz na mecz z Zagłębiem do bramki desygnował Adriana Chovana, dla którego był to ligowy debiut w rozgrywkach ekstraklasy. Szkoleniowiec niecieczan trafił w przysłowiową „dziesiątkę”, gdyż Słowak, szczególnie w pierwszej połowie, znakomicie spisywał się między słupkami, kilkakrotnie ratując zespół Bruk-Betu Termaliki przed stratą bramki.

Pierwszą znakomitą okazję do zdobycia gola przyjezdni mieli w 11 min, gdy po koszmarnym błędzie Bartosza Kopacza w sytuacji sam na sam z Chovanem znalazł się Leonardo Rocha. Portugalczyk zbyt daleko wypuścił sobie jednak piłkę i bramkarz „Słoni” zdołał wybić ją na aut. Chwilę później kapitalną okazję na otwarcie wyniku miał Luka Lucić, który starał się przelobować bramkarza gospodarzy, ale Chovan końcami palców odbił futbolówkę. Gdy wydawało się, że to Zagłębie obejmie prowadzenie, w 22 min kapi-

talnym uderzeniem w „okienko” popisał się Igor Strzałek. Po chwili okazało się, że pomocnik Bruk-Betu Termaliki był na spalonym i sędzia gola nie uznał. Ostatnią znakomitą okazję do zdobycia gola w pierwszej odsłonie miał Rocha, ale i tym razem bramkarz „Słoni” obronił „główkę” rywala.

Po zmianie stron niecieczanie odważniej ruszyli do ofensywy, ale szybko zostali skontrowani. Do dalekiego podania z głębi pola w polu karnym gospodarzy doszedł Marcel Reguła, wygrał pojedynek z Artemem Putiwcewem i wyłożył piłkę do wbiegającego w pole karne Rochy, który strzałem do pustej bramki dał gościom prowadzenie.

Niecieczanie nie załamali się stratą gola i nadal starali się niepokoić rywali. Bardzo bliski szczęścia w 54 min był Krzysztof Kubica, który strzelając z 10 metrów minimalnie chybił. Sędzia wskazał wtedy na rzut rożny, gdyż kontakt z piłką miał jeszcze Nalepa. Po chwili do akcji wkroczyli sędziowie VAR, którzy po długiej analizie naklonili arbitra głównego do ponownego obejrzenia w/w sytuacji i ten po analizie wydarzeń na monitorze zmienił decyzję dyktując rzut karny dla niecieczan. Arbitr uznał bowiem, że piłka miała kontakt z ręką Nalepy. Do piłki podszedł Maciej Ambrosiewicz i pewnym uderzeniem pod poprzeczkę doprowadził do remisu, zdobywając swojego pierwszego gola w ekstraklasie.

W 70 min po faulu Lucicia na Morganie Fassbenderze arbiter podyktował kolejny rzut karny dla niecieczan. Po chwili zmienił jednak swoją decyzję, dyktując dyńerz ut wolny tuż z za linii pola karnego. Za w/w przewinienie ukarał Lucicia żółtą kartką, która była jego drugim napomnieniem w tym meczu i lubinianie musieli kończyć mecz w osłabieniu. Miejscowi nie potrafili jednak wykorzystać tego faktu. ©©

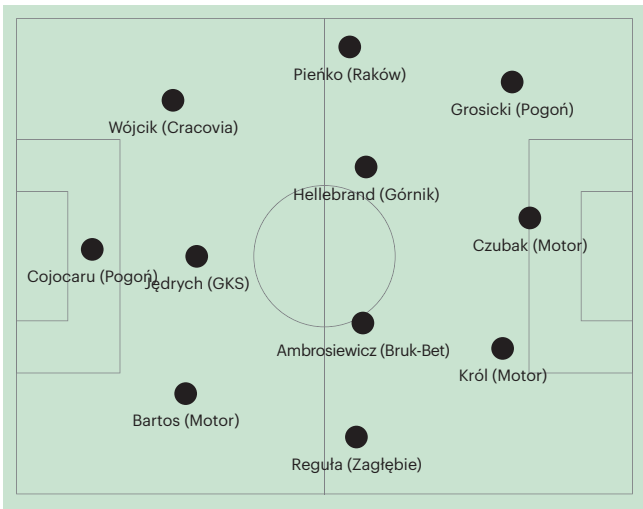
13. KOLEJKA – WYNIKI EKSTRAKLASY

Motor Lublin - Widzew Łódź 3:0 (1:0), Król 41, Czubak 46, 51;
Arka Gdynia - Piast Gliwice 2:1 (2:1), Kocyła 1, Jakubczyk 8 - Jirka 45+5 k.;
GKS Katowice - Korona Kielce 1:0 (0:0), Milewski 76;
Raków Częstochowa - Lechia Gdańsk 2:1 (1:1), Diaby-Fadiga 30, Pińko 78 - Bobcek 33;
Górnik Zabrze - Jagiellonia Białystok 2:1 (1:1), Hellebrand 15, Pozo 87 samob. - Imaz 10
Legia Warszawa - Lech Poznań - po zamknięciu

numeru. **Dziś:** Radomiak - Wisła Płock (19).

Najlepsi strzelcy:
8 goli - Imaz (Jagiellonia), **7 goli** - Bobcek (Lechia), Czubak (Motor), Ishak (Lech), Stojilković (Cracovia).
Następna kolejka (31.10 - 3.11): Bruk-Bet Termalica - Katowice (pt. 18), Piast - Korona (pt. 20.30), Górnik - Arka (n. 12.15), Lech - Motor (n. 14.45), Jagiellonia - Raków (n. 17.30), Widzew - Legia (n. 20.15), Wisła - Pogoń (n. 18), Cracovia - Zagłębie (pn. 20.30). **(ŻUK)**

JEDENASTKA 13. KOLEJKI



13. KOLEJKA – TABELA EKSTRAKLASY

1. Górnik Zabrze	13	26	8-2-3	21-11
2. Jagiellonia Białystok	12	24	7-3-2	24-15
3. Cracovia	12	21	6-3-3	21-14
4. Wisła Płock	11	21	6-3-2	15-8
5. Korona Kielce	13	19	5-4-4	16-12
6. Lech Poznań	11	19	5-4-2	20-18
7. Zagłębie Lubin	12	17	4-5-3	25-18
8. Raków Częstochowa	12	17	5-2-5	14-16
9. Pogoń Szczecin	13	17	5-2-6	20-23
10. Widzew Łódź	13	16	5-1-7	20-20
11. Legia Warszawa	11	15	4-3-4	14-12
12. Radomiak	12	15	4-3-5	22-22
13. Arka Gdynia	13	15	4-3-6	9-20
14. Motor Lublin	12	14	3-5-4	16-21
15. GKS Katowice	13	14	4-2-7	17-24
16. Lechia Gdańsk	13	10	4-3-6	22-29
17. Bruk-Bet Termalica Nieciecza	13	10	2-4-7	17-25
18. Piast Gliwice	11	7	1-4-6	10-15

Lechia zaczęła sezon z -5 pkt (kara za zaległość finansowe)

I liga piłkarska Wisła męczyła się ze Stalą. Miała też sporo szczęścia Łatwo nie było, ale jest kolejne zwycięstwo

Bartosz Karcz
bartosz.karcz@polskapress.pl

Wisła Kraków pokonała Stal Rzeszów 2:1, ale nie było to dla lidera I ligi łatwe spotkanie. Piłkarze „Białej Gwiazdy” o wynik musieli drzeć do ostatnich sekund.

Wisła Kraków	2 (1)
Stal Rzeszów	1 (0)

Bramki: 1:0 Ertlthaler 4, 2:0 Rodado 69, 2:1 Darwish 75.
Wisła: Letkiewicz - Giger, Biedrzycki, Grujcić, Lelieveld (46 Krzyżanowski) - Carbo (73 Ornić), Igbekeme - Kuziemka (57 Duarte), Duda (73 Bozić), Ertlthaler - Rodado (82 Kawala).
Stal: Waniwskyj - Warczak (46 Synoś, Krasowski, Wachowiak - Sławiński, Łysiak, Thill (80 Kucharski) - Łyczko (66 Wolski), Junior (66 Kądziołka), Masiak (73 Darwish).
Sędziował: Tomasz Wajda (Żywiec).
Widzów: 18 221.

Wisła mecz otworzyła już w 4 min gdy Maciej Kuziemka podał w pole karne do Juliusa Ertlthaler, a ten znalazł miejsce do dodania strzału, którym pokonał Światosława Waniwskyja. Krakowianie mieli prowadzenie, ale nie mieli przygniatającej przewagi. Popelniali też błędy. W 12 min np. Angel Rodado tak wycofywał piłkę, że wystawił ją Jonathanowi Juniorowi i ten znalazł się w sytuacji sam nasam z Patrykiem Letkiewiczem. Bramkarz Wisły obronił. Dwie minuty później Wisła mogła śmiało pokarać Stal za tę niewykorzystaną sytuację, bo



FOT. WOJCIECH MATUSIK

Angel Rodado strzelił wczoraj drugiego gola dla Wisły

wyszła z kontrą. W jej końcowej fazie Maciej Kuziemka został jednak zablokowany. Kolejne minuty nie były jakiegoś porywającego. Wisła ustawiła się w średniej obronie, czekała na Stal, by po przejęciu zaskoczyć jakimś atakiem. Brakowało jednak dokładnego ostatniego podania pod bramką rzeszowian. Ale itak okazje były. Nie wykorzystali ich Kacper Duda i Angel Rodado. Po przerwie atakowała głównie Stal, ale krakowianie dobrze ustawiali się w obronie. W 60 min Oliwier Sławiński minął w polu karnym Marca Carbo. Była walka wręcz, zawodnik Stali się przewrócił. To-

masz Wajda najpierw kazał grać dalej, ale po analizie VAR wskazał na jedenasty metr. Z rzutu karnego strzelał Jonathan Junior, ale jego strzał obronił Patryk Letkiewicz. Po chwili sędzia nakazał jednak powtórkę, bo bramkarz Wisły za wcześniej oderwał nogi od linii bramkowej. Sytuacja była niecodzienna, bo Juniora nie było już na boisku. Piłkę ustawił zatem Sebastien Thill i... przestrelał. A po chwili gola strzeliła Wisła, bo Rodado huknął z szesnastu metrów popodaniu Dariusza Grujcica. Koniec emocji? Nic z tych rzeczy, bowiem w 75 min świetnie w polu karnym Wisły zachował

się rezerwowy Saif Darwish i Stal złapała kontakt. Niewiele później Marko Bozić zdobył bramkę na 3:1, dobijając strzał Rodado, ale jego euforię ostudził sędzia dopatrując się zagrania ręką. A później mieliśmy minuty, które przy Reymonta dłużyły się niemiłosiernie. Ostatecznie Wisła nie dała odebrać sobie wygranej.

Inne mecze: Stal Mielec - Miedź Legnica 1:2 (1:0), Domański 35 - Córdoba 69, Kościelny 75; GKS Tychy - Chrobry Głogów 0:1 (0:1), Grić 18; Odra Opole - Ruch Chorzów 1:1 (0:1), Spychała 52 - Kolarz 7; Pogoń Siedlce - ŁKS Łódź 3:1 (1:1), Dzieciol 45, Demianiuk 61, Flis 86 karny - Mokrzycki 17; Polonia Warszawa - Polonia Bytom 2:1 (0:0), Gnase 61, Dadok 63 - Kwiatkowski 47; Śląsk Wrocław - Górnik Łęczna 3:0 (1:0), Banaszak 32, Samiec-Talar 52, 68 - Deja 90+1. Dzisiaj: Wiczyzta Kraków - Pogoń Grodzisk Wlkp. (19).

1. Wisła Kraków	14	35	42-12
2. Śląsk Wrocław	14	27	25-20
3. Chrobry Głogów	14	25	21-13
4. Wiczyzta Kraków	13	23	28-17
5. Pogoń Grodzisk Maz.	13	22	27-19
6. Polonia Bytom	14	21	20-16
7. Stal Rzeszów	14	20	23-25
8. Pogoń Siedlce	14	19	20-16
9. Odra Opole	14	19	14-15
10. ŁKS Łódź	14	18	22-22
11. Ruch Chorzów	14	18	20-22
12. Miedź Legnica	14	18	20-28
13. Polonia Warszawa	14	17	21-24
14. Puszcza Niepołomice	14	14	14-17
15. GKS Tychy	14	12	20-30
16. Stal Mielec	14	11	18-30
17. Górnik Łęczna	14	10	17-28
18. Znicz Pruszków	14	10	16-34

14. kolejka (2-31): Chrobry - Wisła (nd. 14:30), Miedź - Wiczyzta (nd. 20:15), Puszcza - Stal M. (pn. 18:45). (BK) © ©

Puszczy wreszcie wyszły stałe fragmenty gry

Jacek Żukowski
jacek.zukowski@polskapress.pl

I LIGA PIŁKARSKA. Puszcza szły nęła ze stałych fragmentów, w tym sezonie jednak one nie funkcjonowały. Do meczu w Pruszkowie.

Znicz Pruszków	1 (0)
Puszcza Niepołomice	1 (1)

Bramki: 0:1 Przybyłko 17, 0:2 Kasolik 69, 0:3 Barczak 84.
Znicz: Misztal - Ochronczuk (87 Pawlik), Koprowski, Jach, Konieczny - Sokół, Borecki (77 Mak), Plewka, Proczek (67 Karol) - Bąk (76 Nadolski), Majewski (67 Valencia).
Puszcza: Perchel - Barczak, Kasolik, K. Stępień, Przybyłko - Iwao (90+1 Francois), Kanach (46 Walski), Nascimento (87 Mroziński), Stec, Cholewiak (90+1 Korczakowski) - Simon (87 Basse).
Sędziował: Piotr Idzik (Poznań).

Trener Puszczy Tomasz Tułacz w stosunku do przegranego meczu z Wisłą Kraków 0:3 dokonał



FOT. X PUSCZA NIEPOŁOMICE

Filipe Nascimento i Norbert Barczak

aż pięciu zmian w wyjściowym składzie. To efekt tego, iż mówił, że zabrakło odwagi jego podopiecznym w tamtym spotkaniu. Teraz zmiennicy mieli zmienić ten stan rzeczy. Szkoleniowiec „Żubrów” mówił też, że jego podopieczni nie mogą zdobyć bramki w tym sezonie porzucenie rożnym..

A więc... zdobyli! I to dwie (a w sumie wszystkie gole padły po stałych fragmentach). Po centrze z kornera Kacper Przybyłko najlepiej zachował się pod bramką i uderzył głową. Gospodarze od razu ruszyli do ataków. W 21 min Dominik Konieczny uderzył z dystansu i Michał Pechel, który opuścił ostatnie cztery mecze (był rezerwowym), spisał się należycie. A nie było to łatwe, bo przy stałe padającym deszczu strzały z daleka były groźne. Puszcza grała ostrożnie, mając korzystny wynik. Tuż po wznowieniu gry niepołomiczanie mogli stracić gola, ale wybili piłkę sprzed linii bramkowej. Z kolei w 50 min Michał Walski zdobył bramkę po podaniu Christophera Simona ze skrzydła, ale był spalony. Z kolei Simon był bliski powodzenia 5 min później gdy strzelał po ziemi z kilkunastu metrów, ale trafił w słupek! Potem piłka „zatańczyła” na linii bram-

kowej, ale jej nie przekroczyła. W 60 min kolejny raz piłka wpadła do bramki Znicza po strzale Kosei Iwao, ale znów był spalony. A minutę później po rzucie wolnym w wykonaniu Norberta Barczaka mógł gola dobyć Simon, ale jednak nie doszedł do piłki. Wreszcie jednak „Żubry” dopięły swego - Konrad Kasolik. Porzucie wolny Cholewiak świetnie wyłożył piłkę z lewego skrzydła na 5 m do Konrada Kasolika, a ten spokojnie strzelił do siatki. Tak więc znów stały fragmenty gry przyniósł Puszczy powodzenie. A to jeszcze nie był koniec... W 84 min Barczak wykonywał rzut rożny i wkręcił piłkę do bramki! W doliczonym czasie gry sędzia podyktował rzut karny dla gospodarzy za zagranie Przybyłki. Piłkę na 11 m ustawił już Dominik Sokół, ale sędzia postanowił sprawdzić sytuację na VAR-ze i odwołał „jedenastkę”. © ©

PIŁKA NOŻNA III liga

CRACOVIA II - WISŁA II KRAKÓW 0:1 (0:0)
Bramka: 0:1 Tokarczyk 84 karny.
Cracovia II: Golonka - Walszek (87 Stróził), Mustafajew (67 Tabisz), Sowiecki (87 Stróził), Jodłowski, Biedrzycki (87 Polak) - Thiago, Skoczylas (67 Wierzbicki) - Kaczor (77 Królak).
Wisła II: Cziczkan - Chmiel (Skala, Woś, Wiśniewski - Staszak (90+4), Szywacz (85 Sarga) - Baranowski (85 Gap), Sukiennicki (54 Molenda), Olejarka (63 Ziarko) - Tokarczyk.
Sędziował: Dorian Skwara (Łódź). **Widzów:** 450.

Rzut karny tuż przed końcem meczu przesądził o wygranej Wisły II Kraków w wyjazdowym meczu z Cracovią II. Złotego gola dla „Białej Gwiazdy” zdobył pewnym strzałem Karol Tokarczyk z 11 metrów.

III-ligowe derby rezerw krakowskich klubów zgromadziły całkiem liczną publiczność w ośrodku treningowym Cracovii w Rącznej. Na trybunach zasiadło kilkuset widzów. W sektorze gości pojawił się natomiast... jeden kibic. Sam mecz miał różne fazy, choć przede wszystkim mieliśmy dużo walki w środku pola. Pierwsza gola mogła strzelić Wisła to wyjątkowego, bo w 18 min Tokarczyk zobaczył, że bramkarz Cracovii wyszedł daleko przed bramkę i starał się go przełobować. Piłka przeleciała jednak nieznacznie obok słupka.

Kolejne szanse miały „Pasy”. Konkretnie Mateusz Skoczylas. Najpierw strzelił jednak w Antona Cziczkan, a w drugiej sytuacji, nawet lepszej, z pola karnego uderzał obok bramki. To był okres, gdy Cracovia przycisnęła mocniej. Kilka razy zakotłowała się w polu karnym Wisły, a dobrą okazję w tym fragmencie meczu miał jeszcze Dawid Kaczor. Znów jednak Cziczkan był na miejscu i obronił strzał piłkarza Cracovii II.

Wisła potrafiła odpowiedzieć jeszcze przed przerwą strzałami z dystansu Wiktora Szywacza oraz Oliviera Sukiennickiego. Obie te próby były jednak niecelne i tak naprawdę nie stanowiły większego zagrożenia dla „Pasów”.

W drugiej połowie długo niewiele się działo. Tempo też nie było specjalnie wysokie. W końcówce mieliśmy już jednak duże emocje, gdy w zamieszaniu podbramkowym faulowany był w polu karnym Tokarczyk. Po chwili sam ustawił piłkę i pewnym strzałem pokonał bramkarza.

Cracovia próbowała jeszcze odrobić stratę, wrzucała piłkę w pole karne Wisły, ale nie była już w stanie doprowadzić do remisu. „Biała Gwiazda” kończyła mecz w dziesiątkę, bo czerwona kartka dostał w doliczonym czasie gry Wiktor Staszak. Dla Wisły II ta wygrana miała dodatkowe znaczenie, bo trzy zdobyte punkty pozwoliły jej opuścić strefę spadkową. (BK)

NAPRZÓD JĘDRZEJÓW - WIŚLANIE SKAWINA 1:2 (1:0)
Bramki: 1:0 Przybysławski 43, 1:1 Radwanek 58, 1:2 Woyna-Orlewicz 77.
Naprzód: Nowak - Przybysławski, Jas, Szczurowski (58 Stanos), Papka, Piskorz, Krzywiecki, Bażan, Krzeszowski, Kośmider (Durda).
Wiślanie: Pietruszewski - Morawski, Kołodziej, Zięba - Stachera (70 Banik), Wiszniewski, Żołądź (62 Gądek), Kron (85 Jania) - Sowa (70 Woyna-Orlewicz), Gut (85 Bociek) - Radwanek.
Sędziował: Michał Grabowski (Małkowice).
Widzów: 150.

Wiślanie Skawina wrócili na zwycięski szlak i zrobili swoje, choć przegrywali. W nagrodę są znów na pozycji lidera bowiem wpadkę na własnym boisku zaliczył dotychczasowy przodownik KSZO Ostrowiec Świętokrzyski.

Po pauzie za kartki wrócili już do składu Pietruszewski i Radwanek do trenerowi Jackowi zwiększyło pole manewru.

Wyrównana pierwsza połowa meczu zakończyć się remisem, ale do wybitej przez obrońców piłki dopadł Pietruszewski i strzelił z 25 m. Pomógł mu wiatr i piłka poleciała pod poprzeczkę. Goście jednak nie dali za wygraną - najpierw w zamieszaniu podbramkowym do remisu doprowadził Radwanek, a następnie szalę na korzyść zespołu ze Skawiny przechylił Woyna-Orlewicz, pakując futbolówkę do siatki z 5 m. Wiślanie w drugiej części gry już przeważali i mogli zdobyć więcej bramek - uderzał Gądek, ale Nowak wybił piłkę, Banik natomiast trafił w boczną siatkę. (ŻUK)

Inne mecze: Avia Świdnik - Star Starachowice 1:1 (1:0), Zawadzki 45+1 - Mich 40; Czarni Polaniec - Sokół Kolbuszowa Dolna 2:0 (0:0), Ortiz 61, Kafel 89; KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski - Chelmska Chelmska 1:3 (1:0), Czajkowski 32 - Derkacz 60, Kiezbak 67, Korbecki 81; Podlasie Biała Podlaska - Sparta Kazimierza Wielka 2:0 (0:0), Wnuk 60, Kosieradzki 75; Pogoń-Sokół Lubaczów - Świdnicanka Świdnik 3:1 (1:0), Chromych 23, Mazurek 51, Bielienda 90 - Poleszak 60; Siarka Tarnobrzeg - Stal Kraśnik 1:0 (0:0), Mróz 53; Wisłoka Dębica - Korona II Kielce 2:3 (1:1), Feret 38, Pania 51 - Kowalski 16, Nojszewski 78, Kuzera 85.

1. Wiślanie Skawina	14	29	27-23
2. Avia Świdnik	14	27	29-19
3. KSZO Ostrowiec Św.	14	26	22-14
4. Chelmska Chelmska	14	25	22-17
5. Siarka Tarnobrzeg	14	24	27-19
6. Pogoń-Sokół Lubaczów	14	23	24-14
7. Podlasie Biała Podl.	14	23	26-23
8. Wisłoka Dębica	14	22	22-17
9. Star Starachowice	14	22	20-16
10. Cracovia II	14	21	22-25
11. Korona II Kielce	14	20	25-25
12. Czarni Polaniec	14	19	22-23
13. Stal Kraśnik	14	16	22-20
14. Naprzód Jędrzejów	14	15	17-24
15. Wisła II Kraków	14	13	21-33
16. Świdnicanka Świdnik	14	12	22-27
17. Sokół Kolbuszowa D.	14	7	11-25
18. Sparta Kazimierza W.	14	7	16-33

15. kolejka (31.10): Wisła II - Siarka (pt. 12), Wiślanie - Wisłoka (pt. 14), Chelmska - Cracovia (pt. 18). (BK) © ©

II liga piłkarska Nowohucianie zremisowali, a powinni byli wygrać

Hutnik przełamał się przed derbami z Wisłą

Artur Bogacki
artur.bogacki@polskapress.pl

W 14. kolejke Hutnik Kraków podzielił się punktami z Zagłębiem Sosnowiec. Obie strony miały w tym meczu szansę na zwycięstwo.

Hutnik Kraków	0
Zagłębie Sosnowiec	0

Hutnik: Damian Hoyo-Kowalski - Holuj, Daniel Hoyo-Kowalski, Gandziarowski, Kielis - Guerrier (57 Rzepka), Urbańczyk, Prusiński (87 Szablowski), Jopek, Sowiński - Śliwa (57 Ikwuła).
Zagłębie: Kabała - Chęciński, Matras, Pawłowski, Gryszkiewicz - Pawlusiński (68 Dziedzic), Skóra (90 Snopczyński), Broniewski (68 Wasiluk), Gogół (64 Rakels), Roenberg (64 Boruch) - Szykauka.
Sędziował: Tomasz Marciniak (Płock).
Widzów: 500.

Hutnik do tego spotkania przystępował po czterech kolejnych porażkach w lidze i z miejsca spadkowego w tabeli. Zagłębie natomiast nabrało rozpędu (pomogła zmiana trenera, którym został Wojciech Łobodziński), w sześciu ostatnich kolejkach odniosło 5 zwycięstw. W tej sytuacji wcześniejsze starcie tych zespołów w tym sezonie - w Pucharze Polski 5 sierpnia, w którym krakowianie wygrali u siebie 3:0 - nie miało znaczenia. Po pierwszej połowie więcej szans na zwycięstwo trzeba było dać gościom. Robili lepsze wrażenie w ofensywie, mieli konkretniejsze okazje. Szybko



FOT. ANNA KACZMARZ

W meczu Hutnika z Zagłębiem była walka, zabrakło goli

mogli objąć prowadzenie, bo po faulu Daniela Hoyo-Kowalskiego na Miłoszu Pawlusińskim dostali karnego. Tyle że Jauhienij Szykauka zmanował „jedenastkę”, uderzył obok bramki (12 min). W odpowiedzi Kacper Prusiński sprawdził czujność bramkarza strzałem z półwoleja z pola karnego (14 min). A była to jedyna solidna sytuacja Hutnika przed przerwą. Zagłębie natomiast jeszcze kilka razy postraszyło. W 23 min po strzale Linusa Roenberga i rykoszecie piłka musnęła poprzeczkę. Po chwili Damian Hoyo-Kowalski pewnie

złapał futbolówkę po kolejnym uderzeniu. Roenberg następną okazję miał w ostatniej akcji I połowy, jego strzał w zamieszaniu bramkarz obronił. Drugą połowę lepiej zaczęli goście, nie wykorzystali jednak szansy. Potem znacznie groźniejszy był Hutnik. W 55 min blisko gola był Mateusz Sowiński, w swoim stylu wypracował sobie okazję, ale minimalnie przestrelili. W 67 min uderzył Kacper Rzepka, lecz prosto w ręce golkipera. W 75 min Prusiński z rzutu wolnego z 17 m kosztownie spudłował. Po chwili przepięknego gola mógł zdobyć Rzepka. Strzelił

„przewrotną”, bramkarz Zagłębia sięgnął nisko lewą ręką. Mateusz Kabała podobnych „cudów” dokonał jeszcze dwukrotnie: w 90 min po uderzeniu Karola Szablowskiego i 90+5 min Sowińskiego (oba w dalszy róg). - Bajki nie będę opowiadał, że było to wybitne spotkanie z naszej strony, bo było po prostu słabe. Z plusów - to, że nie przegraliśmy - nie krył trener gości Wojciech Łobodziński. - Chciałbym pochwalić zespół gospodarzy, naprawdę wyglądali bardzo fajnie. Piłkarze Hutnika byli w końcówce bliżej zwycięstwa, nie uzyskali go, ale z remisu też mogą być częściowo zadowoleni. W ten sposób bowiem zakończyli złą passę w lidze. Do środowego derbowego spotkania 1/16 finału Pucharu Polski z I-ligową Wisłą Kraków (godz. 13) będą mogli przystąpić w lepszych nastrojach. - Na pewno było to dobre spotkanie w naszym wykonaniu - mówił trener Krzysztof Świątek. - Z jednej strony jest to dla nas ważny krok po ostatniej serii. Musimy to docenić, wiadomo, w jak trudnej sytuacji byliśmy przed tym meczem, mieliśmy lekkie ubytki kadrowe, dodatkowo mieliśmy za sobą serię porażek. Z drugiej strony mieliśmy bardzo dużo dobrych momentów, klarownych sytuacji, brakowało centymetrów, żeby piłka wpadła do bramki. ©

Podhale Nowy Targ, czyli mistrzowie remisów w II lidze

Maciej Zubek
redakcja@polskapress.pl

II LIGA PIŁKARSKA. Zawodnicy Podhala Nowy Targ w dalekich Chojnicach wywalczyli punkt po bezbramkowym remisie z miejscową Chojniczanką.

Chojniczanka Chojnice	0
NKP Podhale Nowy Targ	0

Chojniczanka: Primel - Goliński, Juchymowicz, Bykow (70 Tkocz) - Bąkiewicz, Guilherme, Olejnik (59 Żywicki), Shibata (59 Szczepanek), Eizenchart (80 Gutowski) - Sabala, Kozina (80 Kamiński).
Podhale: Styrzula - Salak, Vosko, Michota - Cielemecki (69 Hamed), Vaclavik, Purcha (60 Lipień), Pena, Chojceki, Rubis (60 Mikołajczyk) - Kurzeja (90 Giel).
Sędziował: Błażej Syropiatko (Szczecin).

Spotkanie toczyło się głównie pod dyktando gospodarzy, ale m.in. świetna dyspozycja broniącego bramki Podhala Macieja Styrzuli uchroniła nowotarzan od porażki. Już w 7 min miejscowi mogli objąć prowadzenie - po świetnym podaniu Bąkiewicza Eizenchart znalazł się w doskonałej sytuacji, ale z kilku metrów posłał piłkę nad poprzeczką. Chwilę później Sabala nieczysto trafił w futbolówkę po wysokim podaniu z głębi pola, a uderzenie Juchymowicza pewnie obronił Styrzula. Później jeszcze Kozina uderzył z dystansu, jednak jego strzał został zablokowany, a futbolówka po dobitce Guilherme minęła światło bramki. Najbliżej gola był ponownie Sabala, który dostał piłkę jak na tacy, ale uderzył bardzo nieprecyzyjnie.

To nie było jednak tak, że tylko gospodarze atakowali. „Górale” też potrafili zagrozić rywalowi. W jednej z nielicznych kontr Cielemecki oddał mocny strzał, po którym piła zmierzała do siatki, lecz w ostatniej chwili z interwencją, niemal na linii bramkowej, zdążył obrońca Goliński.

Po przerwie obraz gry niewiele się zmienił, Chojniczanka nadal częściej atakowała. Najlepszą okazję miała w 49 min, gdy Kozina stanął sam przed Styrzulą - bramkarz Podhala uratował zespół świetną interwencją. Po chwili piłka po dobitce „zatańczyła” na linii, ale ostatecznie nie wpadła do bramki „Górali”. W 82 min Kamiński nie zdołał przyjąć futbolówki w idealnej pozycji do strzału. W doliczonym czasie gry gospodarze jeszcze raz mocno przycisnęli - najpierw blokowany był Żywicki, a piłka po potężnym uderzeniu Guilherme minęło cel. Podhale próbowało odgryzać się kontrami. W końcówce dwukrotnie uderzał Vaclavik. W pierwszej próbie piłka przeleciała nad poprzeczką, drugi strzał również nie znalazł drogi do siatki.

Inne mecze: GKS Jastrzębie-Podbeskidzie Bielsko-Biała 2:2 (1:1), Tomal 35, Bykowski 90+4 - Gach 24, Klisiewicz 70; **KKS 1925 Kalisz-Słask II Wrocław 1:2 (0:0),** Andruszko 78 - Wojtczak 88, Schierack 90+4; **Rekord Bielsko-Biała - Olimpia Grudziądz 2:2 (0:2),** Ryś 50, Świdzki 77 karny - Kaczmarek 5, Mas 13; **Świt Szczecin - ŁKS Łódź 3:1 (2:0),** Ropski 28, Rogala 39, Lebedyński 48 - Kabziński 86; **Sokół Kleczew - Stal Stalowa Wola 1:1 (1:0),** Kubaik 45+2 - Kukułowicz 69. Mecz **Resovia - Unia Skierniewice** zakończył się po zamknięciu wydania.

1. Olimpia Grudziądz	14	28	30-19
2. Warta Poznań	14	26	23-17
3. Unia Skierniewice	13	25	26-15
4. Podhale Nowy Targ	14	23	15-11
5. Zagłębie Sosnowiec	14	22	19-19
6. Resovia Rzeszów	13	21	20-14
7. Świt Szczecin	14	21	25-24
8. Stal Stalowa Wola	14	20	27-22
9. Sandecja Nowy Sącz	14	20	22-23
10. Rekord Bielsko-Biała	14	19	20-21
11. Śląsk II Wrocław	14	18	24-22
12. Podbeskidzie B.-B.	14	18	20-23
13. Sokół Kleczew	14	16	25-25
14. Hutnik Kraków	14	16	22-23
15. KKS 1925 Kalisz	14	16	14-17
16. Chojniczanka	14	15	20-26
17. ŁKS Łódź	14	8	12-25
18. GKS Jastrzębie	14	4	10-28

15. kolejka (21): Podhale - Hutnik (n. 13), Olimpia - Sandecja (n. 19:30). **(BK) ©**

Sandecja sprawiła niespodziankę i zatrzymała Wartę

Marcin Wójtowicz
redakcja@polskapress.pl

II LIGA PIŁKARSKA. Sandecja zremisowała z Wartą Poznań. W Nowym Sączu goście odrobili straty.

Sandecja Nowy Sącz	1 (0)
Warta Poznań	1 (0)

Bramki: 1:0 Wolsztyński 75, 1:1 Wojcinowicz 89.
Sandecja: Jeleń - Słaby, Pleśnierowicz, Kubista (56 Kolbon), Skalecki - Ziętek, Talar, Kłos (56 Pietraszkiewicz), Ogorzały - Brenkus (66 Oure), Piszczek (66 Wolsztyński).
Warta: Przybylak - Zalewski (68 Rychert), Lepczyński, Wojcinowicz, Awdiejew - Stefaniak, Dziedzic (56 Waluś), Kumoch, Niedzielski (56 Steblecki) - Szymanek, Smoczyński (46 Stanek).
Sędziował: Szymon Łężny (Namysłów).
Widzów: 6077.

Sądząc po ostatniej obniżce formy zwolnili trenera Łukasza Mierzejewskiego, jego obowiązki tymczasowo przejął były piłkarz



FOT. SZYMON KORTA

Sandecja w tym sezonie wywalczyła 20 punktów

tego klubu Jan Frohlich. Jego zadaniem było uporządkować grę drużyny. Udało mu się to, bo w meczu przeciwko Warcie, która wygrała 7 ostatnich spotkań, zespół zaprezentował się poprawnie i sprawił niespodziankę. W 8 min Przemysław Skalecki i Wiktor Kłos po zagranii

z wolnego nie zakończyli sytuacji strzałem. Po chwili Wojtech Kubista uderzył zza „16”, lecz piłka minęła cel. W 29 min Talar otrzymał dalekie podanie z własnej połowy, zagrał na lewo do Leona Ziętka, ten strzelił z pola karnego, ale Szymon Zalewski wybił piłkę na róg. W 31 min Karol Dziedzic nie trafił w sędzią bramki; w 43 min po uderzeniu Michała Smoczyńskiego Mateusz Jeleń pewnie wyłapał futbolówkę. Po zmianach w przerwie meczu Sandecja zagrała jeszcze lepiej. Chociaż tę odsłonę wspólnie mogła rozpocząć Warta. W 51 min Mateusz Stanek, będąc 5 m przed bramką, źle przyjął piłkę i spudłował. W 62 min Daniel Pietraszkiewicz przeprowadził rajd prawą stroną, podał do Filipa Piszczka, ale ten się pogubił. Goście grali z kontry, lecz obrona gospodarzy nie pozwo-

liła im na wiele. W 68 min Kamil Kumoch uderzył wysoko nad bramką, w 73 min Tomasz Wojcinowicz strzelił mocno, ale miejscowi obrońcy zablokowali to uderzenie. W 75 min padła wreszcie bramka dla Sandecji. Po dośrodkowaniu z rzutu rożnego najlepiej do piłki wyskoczył Rafał Wolsztyński i z bliska trafił do siatki. Piłkarze z Poznania protestowali, utrzymując, że zawodnik zagrał ręką, jednak arbitrowi nie zmienił decyzji. Gospodarze po zdobyciu gola długo kontrolowali przebieg meczu. Warta się odkryła i Sandecja mogła ją skarcić. W 78 min Simeon Oure strzelił z linii pola karnego, Leo Przybylak wykazał się kunsztem. W 89 min sędzia nie wpuścił na boisko już opatrzonego piłkarza Sandecji. Pogubieni gospodarze nie zablokowali dośrodkowania i Wojcinowicz głową pokonał Jelenia. ©



FOT. MACIEJ ZUBEK

Podhale jest niewygodną drużyną dla II-ligowych rywali, choć najczęściej mecze beniaminka kończą się remisami

Grabara bohaterem „Wilków”

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Kamil Grabara obronił rzut karny, a jego Wolfsburg w Bundeslidze ograł na wyjeździe HSV 1:0.

Pierwsza część spotkania zbliżała się ku końcowi, gdy Konstantinos Koulierakis sprokurował rzut karny dla gospodarzy. Piłkę na jedenastym metrze ustawił Ransford Konigsdorfer. Po jego uderzeniu reprezentant Polski wykazał się jednak znakomitą wyczuciem, obronił, a żaden z partnerów niefortunnego strzelca nie był w stanie skutecznie poprawić.

Sytuacja miała miejsce przy prowadzeniu „Wilków” 1:0. W 15 min Adam Daghim poradził sobie z byłym graczem Radomiaka Luką Vuskoviciem, a następnie ładnym uderzeniem wpakował piłkę do bramki. Dzięki dobrej postawie Grabary, który oprócz obronionego rzutu karnego zanotował kilka innych udanych interwencji, wspomniany gol dał przyjezdnym trzy punkty.

To pierwsza wygrana zespołu dowodzonego przez



FOT. IMAGO/BERND FEIL /M.I.S./EAST NEWS

Kamil Grabara w sobotę po raz pierwszy w bieżącym sezonie zachował czyste konto w meczu ligowym

Paula Simonisa od dwóch miesięcy. Wcześniej jedyne w bieżącym sezonie zwycięstwo drużyna odniosła na inaugurację rozgrywek - z Heidenheimem na wyjeździe.

- Jestem dumny z drużyny, która dobrze zareagowała po ostatnich niepowodzeniach - mówił po spotkaniu opiekun Wolfsburga, który szczerze przyznał, że jego podopieczni

w sobotę wcale nie byli lepsi od rywala.

Bardzo długo z zamykającą tabelę Borussia Moenchengladbach meczyli się Bayern Monachium. I to mimo faktu, że przeciwnik od 19 min musiał grać w osłabieniu, bo czerwoną kartkę za brutalny faul zobaczył Jens Castrop. Grający w dziesiątkę gospodarze skupiali się na defensywie i dość długo uda-

wało im się utrzymać wynik remisowy. Duża w tym zasługa Bawarczyków, którzy w pierwszej części gry zdecydowanie zbyt rzadko zagrażali rywalowi.

Podopieczni Eugena Polanskiego pękli w 64 min, a autorem gola był Joshua Kimmich. Kilka minut później podwyższył Raphael Guerreiro. Kontanktowego gola mógł strzelić Kevin Stoecker w 75 min, ale z rzutu karnego trafił w słupek. Kilka chwil później mistrz kraju trafił po raz trzeci i było po zabawie. ©©

BUNDESLIGA

8. kolejka: Werder Brema - Union Berlin 1:0 (Grull 72), **Hoffenheim - Heidenheim 3:1** (Aslani 18, Lemperle 45+2, Kramarić 63 - Schimmer 75), **HSV - Wolfsburg 0:1** (Daghim 15), **Eintracht Frankfurt - St. Pauli Hamburg 2:0** (Burkardt 36, 56), **Borussia Moenchengladbach - Bayern Monachium 0:3** (Kimmich 64, Guerreiro 69, Karl 81), **Augsburg - RB Lipsk 0:6** (Diomande 10, Cardoso 18, Nusa 22, Baumgartner 38, Ouedraogo 56, Lukeba 65), **Borussia Dortmund - Koeln 1:0** (Beier 90+6), **Bayer Leverkusen - Freiburg 2:0** (Poku 22, Tapsoba 52; czerwona kartka: Lienhart, Freiburg, 74), **Stuttgart - Mainz 2:1** (Fuhrich 45+4, Undav 79 - Amiri 41).

Prowadzi Bayern (24 pkt) przed RB Lipsk (19) i Stuttgartem (18). Ostatnia jest Borussia M. (3).

„Lewy” ciągle w cenie i na liście życzeń potentatów

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Wprawdzie w El Clasico (Real Madryt - Barcelona 2:1) Robert Lewandowski nie zagrał z powodu kontuzji, ale polski goleador wciąż wzbudza ogromne zainteresowanie.

Mimo 37 lat na karku Robert Lewandowski nadal jest cenionym napastnikiem, którego chciałyby widzieć w swoich szeregach markowe kluby.

Obecny sezon najpewniej będzie ostatnim „Lewego” w barwach Barcelony. Trzyletni kontrakt automatycznie został przedłużony na kolejny, obecny sezon, ale wątpliwe, by „Blaugrana” zatrzymała Polaka na kolejną kampanię.

Lewandowski wprawdzie chciałby na dłużej zapuścić korzenie w stolicy Katalonii, zwłaszcza że w Barcelonie znakomicie czuje się jego żona Anna, rozwijająca tam swój biznes w branży fitness, ale „cules” będą chcieli odświeżyć środek

ataku i postawić na młodego, perspektywicznego snajpera.

„Lewy” jednak nadal pozostaje łakomym kąskiem na rynku transferowym i kilku potentatów już ostrzy sobie zęby na kapitana reprezentacji Polski. Cristiano Ronaldo miał wskazać Polaka jako swojego partnera w Al Hilal Rijad. Chętnie zatrudniłby go w Atletico Madryt argentyński trener Diego Simeone.

Hiszpański portal fichajes.net doniósł natomiast o zainteresowaniu „Lewym” przez Manchester United.

LA LIGA

10. kolejka: Valencia - Villarreal 0:2 (Moreno 45, Comensana 57), **Athletic Bilbao - Getafe 0:1** (Mayoral 75), **Espanyol - Elche 1:0** (Romeo 47), **Girona - Real Oviedo 3:3** (Stuani 64, 90 karny, Ounahi 83 - Vinas 38 karny, Rodon 57, Carmo 90+7), **Real Sociedad - Sevilla 2:1** (Oyarzabal 19 k., 36 - Gudelj 30), Real Mallorca - Levante 1:1 (Maffeo 79 - Etta Eyang 22), **Real Madryt - Barcelona 2:1** (Mbappe 22, Bellingham 43 - Lopez 38; czerwona kartka: Pedri, Barcelona 90+10). Prowadzi Real Madryt - 27 punktów przed Barceloną - 22 punkty. Tabele zamykają Girona i Real Oviedo - po 7 punktów. ©©

Mistrz Francji wrócił na zwycięski szlak

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Po dwóch remisach w Ligue 1 mistrz kraju (i triumfator Ligi Mistrzów) PSG odniósł zwycięstwo, pokonując na wyjeździe Brest 3:0.

Marokański obrońca i jednocześnie kapitan PSG Achraf Hakimi dał paryżanom prowadzenie na Stade Francis-Le Ble w Breście w 29 min po podaniu Portugalczyka Vitinhy i podwyższył na 2:0 dziesięć minut

później przy asyście Gruzina Chwiczky Kwaraczelii. Były to pierwsze bramki Hakimiego dla PSG w bieżącym sezonie. Wcześniej zaliczył jedynie trzy asysty.

Wynik ustalił francuski napastnik Desire Doue w 6 minucie doliczonego czasu gry po podaniu rodaka Warrena Zaire-Emery'ego.

- Jestem niezwykle zadowolony z występów Hakimiego, Marquinhosa, Nuno, Pacho, Vitinhy i Zabarnyiego. Jestem naprawdę szczęśliwy, bo mam do dyspozycji niesamowitych

zawodników - zauważył trener PSG Luis Enrique. ©©

LIGUE 1

9. kolejka: Lens - Olympique Marsylia 2:1 (Edouard 23 karny, Pavard 53 samob. - Greenwood 17), **Monaco - Toulouse 1:0** (Salisu 3), **Brest - PSG 0:3** (Hakimi 29, 39, Doue 90+6), **Paris FC - Nantes 1:2** (Chergui 15 - El Arabi 2, Abline 38), **Lille - Metz 6:1** (Igarnane 24, Correia 34, 53, Perraud 64, Andre 82, Haraldsson 90+3 - Sane 90+5), **Angers - Lorient 2:0** (Petter 16, Cherif 59), **Auxerre - Le Havre 0:1** (Toure 47), **Stade Rennes - Nice 1:2** (Ait Boudlal 67 - Diop 38, Clauss 45+1). Prowadzi PSG (20 pkt) przed Lens (19) i Olympique M. (18). Tabele zamyka Metz (2 pkt).

Fatalna passa Liverpoolu. Czwarta porażka z rzędu

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Trwa kiepska seria mistrza Anglii. Broniący tytułu Liverpool doznał czwartej ligowej porażki z rzędu i piątej w ostatnich sześciu meczach.

Zespół z Anfield przegrał w 9. kolejce na wyjeździe Brentfordem 2:3. Po udanym meczu Ligi Mistrzów w środę tygodnia, gdy Liverpool rozgromił na wyjeździe Eintracht Frankfurt aż 5:1, kibice mistrza Anglii musieli po raz kolejny przełknąć gorycz ligowej porażki. W pierwszej połowie sobotniego meczu gruzińskiego bramkarza Giorgiego Mamedashwilego pokonali reprezentant Burkina Faso Dango Ouattara w 29 min oraz Niemiec Kevin Schade w 45 min.

Tuż przed przerwą, w piątej minucie doliczonego czasu gry pierwszej odsłony, stratę zmniejszył Węgier Milos Kerkez i goście przegrywali 1:2. Po zmianie stron gospodarze powiększyli przewagę w 60 min po trafieniu z rzutu karnego Brazylijczyka Igora Thiago. Wynik spotkania ustalił na 120 sekund przed końcem Mohamed Salah. Dla Egipcjanina był to pierwszy gol od 17 września, gdy trafił do bramki w meczu Ligi Mistrzów przeciwko Atletico Madryt.

Czwarta porażka komplikuje sytuację Liverpoolu w kontekście walki o obronę tytułu, a kryzys wydaje się być coraz bardziej wyraźny, choć nic go nie zapowiadało. Podopieczni holenderskiego trenera Arne Sloty na początku sezonu prezentowali mistrzowską formę: wygrali pięć pierwszych meczów ligowych i pokonali wspomniane Atletico w LM oraz Southampton w Pucharze Anglii. Od momentu tego ostat-

niego zwycięstwa, które odnieśli 23 września, ich bilans to pięć porażek przerwanych wygraną z Eintrachtem.

W innych sobotnich meczach 9. kolejki Premier League Manchester United wygrał u siebie 4:2. Niespodziewanym wiceliderem został Sunderland, który pokonał na wyjeździe Chelsea Londyn 2:1. Gospodarze szybko objęli prowadzenie po голу już w 4 min Argentyńczyka Alejandro Garnacho, ale potem do bramki trafiali już tylko rywale The Blues. W 22 min wyrównał Francuz Wilson Isidor, a decydujący cios zadał Chelsea w trzeciej minucie doliczonego czasu gry 20-letni Marokańczyk Chemsidine Talbi.

Trzeciej z rzędu ligowej porażki doznał West Ham Łukasza Fabiańskiego. Zespół polskiego golkipera tym razem uległ na wyjeździe drużynie Leeds 1:2. Bramki dla gospodarzy zdobywali Aaronson w 3 min i Rodon 12 minut później. Honorowe trafienie dla gości zaliczył w 90 min Fernandes. Ostatnie ligowe zwycięstwo West Ham odniósł niemal dwa miesiące temu, gdy pokonał na wyjeździe Nottingham Forest 3:0. ©©

PREMIER LEAGUE

Wyniki 9. kolejki: Leeds - West Ham 2:1 (Aaronson 3, Rodon 15 - Fernandes 90), **Chelsea - Sunderland 1:2** (Garnacho 4 - Isidor 22, Talbi 90+3), **Newcastle - Fulham 2:1** (Murphy 18, Bruno 90 - Lukić 56), **Manchester United - Brighton 4:2** (Cunha 24, Casemiro 34, Mbemmo 61, 90+6 - Welbeck 74, Kostasoulas 90+2), **Brentford - Liverpool 3:2** (Outtara 5, Schade 45, Thiago 60 - Kerkez 45+5, Salah 89), **Arsenal - Crystal Palace 1:0** (Eze 39), **Aston Villa Birmingham - Manchester City 1:0** (Cash 19), **Bournemouth - Nottingham Forest 2:0** (Tavernier 25, Kroupi 40), **Wolverhampton - Burnley 2:3** (Larsen 42 karny, Munetsi 45+4 - Fleming 14, 30, Forster 90+5), **Everton - Tottenham 0:3** (Van der Ven 19, 45+6, Sarr 89). Prowadzi Arsenal (22pkt) przed Bournemouth (18), ostatni jest Wolverhampton (2).

Pierwszy gol Adama Buksy w Serie A

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Adam Buksa zdobył pierwszą bramkę we włoskiej Serie A, a jego Udinese pokonało Lecce 3:2.

Polak mecze z reguły zaczyna na ławce i nie inaczej było teraz. Trener Kosta Runjajic tym razem dał mu jednak zagrać aż 45 minut, a zawodnik odwzajemnił się trafieniem w końcówce. Po dobrym podaniu wbiegł z piłką w pole karne, minął jednego z rywali i trafił do siatki.

Mniej powodów do zadowolenia miał Piotr Zieliński, który wraz z Interem Mediolan gościł w Neapolu, na stadionie swojego poprzedniego klubu. Polak wszedł w 32 min, zmieniając kontuzjowanego Henricha Mchitariana, a przywitały go gwiazdy kibiców. Po zakończeniu meczu ani on, ani jego koledzy nie mieli powodów do radości. Spotkanie zakończyło się ich porażką (1:3).

Po raz pierwszy od miesiąca w Serie A zagrał Nicola Zalewski, zagrał 90 minut, a jego Atalanta Bergamo zremisowała na wyjeździe z Cremonese 1:1. ©©

SERIE A

8. kolejka: Milan - Pisa 2:2 (Leao 7, Athekame 90+3 - Cuadrado 60 k., Nzola 86), **Parma - Como 0:0**, **Napoli - Inter Mediolan 3:1** (De Bruyne 33 k., McTominay 54, Anguiss 67 - Calhanoglu 59 k.), **Udinese - Lecce 3:2** (Karlstroem 16, Davis 37, Buksa 89 - Berisha 59, Ndri 90+6), **Cremonese - Atalanta Bergamo 1:1** (Vardy 78 - Cresciniani 84), **Torino - Genoa 2:1** (Sabelli 63 samobój, Maripan 90 - Thorsby 7), **Sassuolo - Roma 0:1** (Dybala 16), **Verona - Cagliari 2:2** (Gagliardini 23, Orban 59 - Idrissi 77, Felici 90+2), **Fiorentina - Bologna 2:2** (Gudmundsson 73, Kean 90+4 k. - Castro 25, Cambiagli 52). Prowadzi Napoli (18 pkt) przed Romą (18) i Milanem (17), ostatnia jest Genoa (3).

Tym razem bez wygranej

Bartosz Karcz, Roman Kieroński
redakcja@polskapress.pl

EKSTRAKLASA KOSZYKAREK.
Contimax MOSiR Bochnia
doznał pierwszej porażki
w sezonie po trzech wygranych z rzędu. Wisła nie sprostała faworytowi z Gorzowa Wilkp.

WISŁAKRAKÓW - KSSEENEA AJP GORZÓW WIELKOPOLSKI 45:73 (5:27, 12:13, 16:21, 12:12)
Wisła: T. Williams 15, J. Williams 12, Stasiuk 7, Niemojewska 3, Żukowska 0 oraz Krupa 5, Gbiorczyk 3, Cykowska 0, Mielczar 0.
KSSE Enea AJP: Owusu 13, Hurt 12, Kloska 9, Telenga 8, Reid 7, oraz Stasiak 11, Szymbkiewicz 8, Steblecka 4, Kuczyńska 1, Gertchen 0, Lebiecka 0.
Sędziowali: Tomasz Tybor, Jakub Adameczek oraz Michał Pogon. **Widzów:** 400.

Wiślaczki nie były faworytkami. I od samego początku było to widać. Przyjezdne w pierwszej kwarcie zmiotły Wisłę z parkietu. Ta długo miała zaledwie dwa punkty na koncie. Nawet jeśli druga kwarta była już bardziej wyrównana, to i tak utrzymywała się stała i wyraźna przewaga Gorzowa i tak było już do samego końca tego jednostronnego meczu.

PIŁKA NOŻNA IV, V liga

IV LIGA

MKS Trzebinia - Puszcza Niepołomice 0:0, Poprad Muszyna - Glinik Gorlice 2:2, Dalin Myślenice - Okocimski Brzesko 1:1, Orzeł Ryczów - BKS Bochnia 3:2, Watra Białka Tatrzańska - Hutnik II Kraków 5:3, Lubań Maniowy - Kalwariańska Kalwaria Zebr. 2:1, Garbarnia Kraków - Pćimianka 2:2, Metal Tarnów - Limanovia 0:3, Wieczysta II Kraków - Unia Tarnów 5:2, pauzował Beskid Andrychów.			
1. Beskid Andrychów	15	37	38-17
2. Orzeł Ryczów	15	35	30-15
3. Wieczysta II Kraków	15	28	48-25
4. Lubań Maniowy	15	28	26-12
5. BKS Bochnia	15	26	31-18
6. Garbarnia Kraków	15	24	27-18
7. Limanovia	16	24	29-37
8. Poprad Muszyna	15	23	28-20
9. Kalwariańska Kal. Zeb.	15	21	32-24
10. Dalin Myślenice	15	21	23-23
11. Glinik Gorlice	15	20	25-20
12. Watra Białka Tatr.	14	20	26-30
13. Unia Tarnów	16	19	24-35
14. Okocimski Brzesko	15	18	23-27
15. Metal Tarnów	15	16	13-33
16. Puszcza II Niepołom.	15	12	18-30
17. Pćimianka	14	12	22-31
18. Hutnik II Kraków	15	10	21-36
19. MKS Trzebinia	16	3	7-40

V LIGA

Grupa zachodnia: Radziszowianka - Brzezina Osiek 2:1, Błękitni Modlnica - Orzeł Myślenice 7:4, Orzeł Piaski Wielkie - Tempo Białka 1:0, Jutrzenka Giebułtów - Kmita Zabierzów 5:0, Chełmek - Raba Dobczyce 1:2, Niwa Nowa Wieś - Victoria 1918 Jaworzno 3:1, Unia Oświęcim -

MBZAGŁĘBIE SOSNOWIEC - CONTIMAX MOSIRBOCHNIA 96:63 (22:12, 25:17, 28:27, 21:7)
Zagłębie: Taylor 22, Tadić 18, Reese 17, Burliga 10, Niedźwiecka 3 oraz Pyka 8, Krach 5, Kozik 5, Jankowska 4, Micek 3, A.Kuczyńska 1.
Contimax: Wdowiuk 17, Jones 15, Walczak 14, Jols 8, Jarzab 4 oraz Ossowska 4, Bukowczan 1, Golas 0, Zajac 0, Cabała 0.
Sędziowali: Robert Mordal, Bogna Podkowińska i Jolanta Mikulska.

Grające bez kontuzjowanych Darii Dubniuk oraz Martyny Marcinkowskiej podopieczne trenera Artura Włodarczyka były bez szans z rywalkami występującymi w europejskich pucharach. Sosnowiczanki pewnie wygrały pierwszą kwartę, a pod dwóch bardziej wyrównanych powiększyły przewagę w czwartej. Dobardziej korzystnego rezultatu nie wystarczyła dobra gra Marty Wdowiuk (17 punktów i 15 zbiórek) oraz mającej także double-double - Martyny Walczuk (14 punktów i 10 zbiórek) i zdobywczyni 15 punktów Britney Jones. Wygrała pewnie drużyna mająca zdecydowanie „dłuższą ławkę”. ©©

Inne mecze: Energa Toruń - Enea AZS Politechnika Poznań 67:83, IKS Słęża Wrocław - Islands Wichos Jelenia Góra 104:52, VBV Gdynia - AZS UMCS Lublin 68:76. Mecz Artego Bydgoszcz - SKK Polonia Warszawa jutro.

Świt Krzeszowice 0:2, Legion Bydlin - Sokół Kocmyrzów 2:2.			
1. Victoria Jaworzno	13	31	39-17
2. Błękitni Modlnica	13	30	40-25
3. Niwa Nowa Wieś	13	25	28-19
4. Radziszowianka	13	25	26-20
5. Sokół Kocmyrzów	13	21	33-28
6. KS Chełmek	13	19	29-26
7. Orzeł Piaski Wielkie	13	18	12-19
8. Świt Krzeszowice	13	17	17-24
9. Tempo Białka	13	16	32-24
10. Kmita Zabierzów	13	16	29-27
11. Orzeł Myślenice	13	15	23-39
12. Unia Oświęcim	13	14	17-23
13. Jutrzenka Giebułtów	13	14	25-22
14. Legion Bydlin	13	11	19-27
15. Brzezina Osiek	13	11	18-32
16. Raba Dobczyce	13	10	13-28
Grupa wschodnia: Polan Żabno - Poprad Ryto 1:1, Bruk Bet Termalica II Nieciecza - Gród Podegrodzie 6:0, LKS Szafłary - Nowa Jastrzębka-Żukowice 1:1, Wolania Wola Radziszowska - Szreniawa Nowy Wiśnicz 5:0, Błyskawica Proszówki - Sokół Słopnice 2:3, Dunajec Nowy Sącz - Tarnovia 0:4, Wisła Czarny Dunajec - Turbacz Mszana Dolna 1:1, Kolejarz Stróże - Jordan Jordanów 0:0.			
1. Bruk-Bet Termalica II	13	34	56-7
2. Wolania Wola Rzędz.	13	28	39-8
3. Poprad Ryto	13	26	27-18
4. Gród Podegrodzie	13	25	28-21
5. Wisła Czarny Dunajec	13	21	36-23
6. Turbacz Mszana Dolna	13	21	33-25
7. Polan Żabno	13	18	18-20
8. Dunajec Nowy Sącz	13	17	22-24
9. Kolejarz Stróże	13	16	11-15
10. Sokół Słopnice	13	16	20-29
11. Tarnovia	13	13	22-34
12. Jordan Jordanów	13	13	23-36
13. Szreniawa N. Wiśnicz	13	13	14-39
14. Nowa Jastrzębka-Żuk.	13	11	14-17
15. LKS Szafłary	13	9	19-37
16. Błyskawica Proszówki	13	7	23-52
(ŻUK)			

Hokej Unia Oświęcim straciła fotel lidera

Cracovia zweryfikowana

Jacek Żukowski, Jerzy Zaborski
sport@polskapress.pl

Comarch Cracovia nie potrafi nawiązać walki z najlepszymi, z kolei Unia Oświęcim dała się zaskoczyć Jastrzebiu.

GKS KATOWICE - COMARCH CRACOVIA 7:2 (4:1, 2:1, 1:0)
Bramki: 1:0 Pasiut (Lundegard, Fraszek) 4, 1:1 Maki (Valtola, Jaskiewicz) 9, 2:1 Wronka (Lundegard, Fraszek) 11, 3:1 McNulty (Dupuy, Varttinen) 13, 4:1 Dawid (Lundegard, Chodor) 14, 5:1 McNulty (Michalski) 23, 5:2 D. Kapica (Karjalainen) 24, 6:2 Michalski (Hoffman, Hofman) 39, 7:2 Andersson (Varttinen, McNulty) 60.
Cracovia: Lipiainen (15 Klimowski) - Noworyta, Kruczek, Gumiński, Bezwiński, Mocarski - Jaskiewicz, Michalski, Karjalainen, Montgomery, D. Kapica - Jaracz, Hansson, Sterbenz, Valtola, Maki - Kapa, Dziurdzia, Konarski, Ślusarek.
Sędziowali: B. Suski, M. Gąsienica-Makowski.
Kary: 8 - 10 min. **Widzów:** 1300.

Dwa mecze w ciągu dwóch dni i dwie dotkliwe porażki krakowian, straconych w sumie 12 goli. W piątek uległy u siebie GKS-owi Tychy, w niedzielę przegrały w Katowicach. Mistrz i wicemistrz Polski pokazały „Pasom” miejsce w szyku. GKS Katowice to jeden z dwóch zespołów z którym w tym sezonie wygrała Comarch Cracovia (oprócz STS-u i Sanok). Wygrała w Krakowie po karnych. Kto liczył na niespodziankę, za jaką należałoby uznać jakąkolwiek zdobycz „Pasów” srodz się zawiodł. Krakowianie już w pierwszej tercji zostali odarci ze złudzeń. Strata czterech goli, w tym dwóch w odstępie nieco ponad minuty podłamała gości. Po tym голу nastąpiła zmiana bramkarza. „Pasy” odpowiedziały tylko raz, gdy na trafienie Pasiuta, dość szybko odpowiedział Maki po podaniu Valtoli. Najładniejsze było trafienie na 4:1 zdobyte przez Dawida strzałem w „okienko”. Na początku II tercji oba zespoły wykorzystwały grę w prowadze



FOT. LUCYNA NENOW

O wyniku meczu w Katowicach zadecydowała wysoko przegrana przez „Pasy” pierwsza tercja

i dołożyły po голу. Gospodarze mieli dobry wynik i mogli grać spokojnie - pod koniec tej tercji podwyższyli prowadzenie do czterech trafień. Trzecia tercja nie mogła już niczego zmienić.

JKH GKS JASTRZĘBIE - UNIA OŚWIECIM 2:0 (0:0, 1:0, 1:0)
Bramki: 1:0 Sihvonen (Forsberg, Bagin) 25, 2:0 Forsberg (Sihvonen) 60.
Unia: Tyczyński - Morrow, Scarlett; Kasperlik, Rac, Peresunko - Djukow, Makela; Partanen, Galant, Ahopelto - Florczak, Soederberg; Petrasz, Olsson Trkulja, Kusak - Mościcki, Matthews; Ziober, Krzemień, Prusak.
Sędziowali: K. Kozłowski, M. Polak. **Kary:** 12 - 10 min. **Widzów:** 300.

Unia Oświęcim po spektakularnych zwycięstwach nad mistrzem Polski, GKS Tychy we własnej hali i wicemistrzem Polski w Katowicach, nie sprostała JKH GKS Jastrzębie. To druga porażka oświęcimian w tym sezonie z jastrzębianami. Czy można mówić już o kompleksie tego zespołu? Pierwsza tercja w czeskiej Karwinie, gdzie jastrzębianie mają bazę meczową wobec remontu własnej hali, nie zapowiadała strzeleckich fajerwerków w wy-

konaniu podopiecznych Roberta Kalabera. Kasperlik w pojedynku sam na sam minimalnie chybił. Na początku drugiej odsłony oświęcimianie grali z przewagą jednego zawodnika. Nie potrafili tego zamienić na gola. Tymczasem po zakończeniu kary po podaniu zza bramki, do siatki trafił Sihvonen. Między 43 a 50 min oświęcimianie trzykrotnie grali z przewagą, ale nie potrafili tego udokumentować golami. Na minutę przed końcem Kalaber wezwał Tyczyńskiego do boksu, ale ten manewr przyniósł gola... jastrzębianom.

Inne mecze, piątek: Comarch Cracovia - GKS Tychy 1:5, Energa Toruń - GKS Katowice 5:4, Zagłębie Sosnowiec - Polonia Bytom 5:2, **niedziela:** Polonia - STS Sanok 7:2, GKS Tychy - Zagłębie 1:3, Energa - JKH 2:3 po dogr. ©©

1. Zagłębie Sosnowiec	14	32	63-30
2. JKH GKS Jastrzębie	14	28	41-28
3. Unia Oświęcim	14	27	54-34
4. Energa Toruń	15	26	66-50
5. GKS Katowice	14	25	40-34
6. Polonia Bytom	15	23	46-37
7. GKS Tychy	14	22	46-36
8. Comarch Cracovia	14	9	33-65
9. STS Sanok	14	0	23-98

(ŻUK)

Początek alpejskiego PŚ, Maryna Gąsienica-Daniel 17.

Jacek Żukowski
jacek.zukowski@polskapress.pl

NARCIARSTWO ALPEJSKIE. Jak zwykle w w austriackim Soelden, jak to ma miejsce w ostatnich latach zaczął się nowy cykl Pucharu Świata.

Najlepsze alpejki i alpejczycy rywalizowali w pierwszych zawodach w slalomie gigantycznym. Na lodowcu Rettenbach pokazywali swoje umiejętności. W gronie startujących mieliśmy jedyną naszą przedstawicielkę - Marynę Gąsienicę-Daniel, dla której giganty jest ko-

ronną konkurencją. Na zmrozonej, wręcz zlodowaciałej trasie Gąsienica-Daniel po pierwszym przejeździe zajmowała odległe, 20. miejsce, ze stratą ponad 3 sekund do prowadzącej Austriaczki Julii Scheib. Reprezentantka gospodarzy wytrzymała ciśnienie i obroniła pozycję liderki także w drugim przejeździe, całą konkurencję kończąc z czasem 2.16.51 min. Wyprzedziła Amerykankę Paulę Molzan - strata 0,58 s oraz Szwajcarkę Larę Gut-Behrami - strata 1,11 sek. Gąsienica-Daniel nieco lepiej zaprezentowała się w drugim przejeździe i popra-

wiała się o trzy lokaty, plasując się ostatecznie na 17. miejscu ze stratą 2,76 s do zwyciężczyni. 31-lletnia zakopianka po raz trzeci w karierze punktowała w Soelden - przed rokiem była tu 25., a przed dwoma laty - 13. W niedzielę na tej samej trasie rywalizowali mężczyźni. Wygrał Szwajcar Marco Odermatt. Następne zawody PŚ odbędą się w połowie listopada w fińskim Levi. Gąsienica-Daniel wystartuje natomiast dopiero pod koniec listopada w amerykańskim Copper Mountain. ©©

Krótko

Przełamanie wiślaków
Po czterech porażkach z rzędu Centralnej Lidze Juniorów U-19 Wisła Kraków przełamała się i pokonała Polonię Warszawa 2:1 (1:1). Bramki: Stareńczak 28, Wierniuk 54 samob. - Czechowski 34. (BK)

Porażka wieliczanek
W 5. kolejce I ligi siatkarek Solna Wieliczka przegrała u siebie z KSG Warszawa 0:3 (13:25, 23:25, 17:25). To trzecia porażka w sezonie, zajmuje 8. miejsce w tabeli. (ART)

Remis z Holandią
Reprezentacja Polski kobiet w piłce nożnej zremisowała bezbramkowo w towarzyskim meczu w Gdańsku z Holandią. (AIP)

Wygrana z Litwą
Reprezentacja Polski w rugby pokonała w meczu wyjazdowym w Szawlach Litwę 41:8 (29:3) w swoim pierwszym w sezonie 2025/2026 meczu Rugby Europe Trophy. (AIP)

Sport w telewizji
Poniedziałek, 17.30 Polsat Sport 1, siatkówka, TAURON Liga: ŁKS Łódź - Radomka; **18.55 Canal + Sport 5**, p. nożna, ekstraklasa: Radomiak - Wisła Płock; **18.55 TVP Sport**, p. nożna, I liga: Wieczysta Kraków - Pogoń Grodzisk Maz.; **20.30 Polsat Sport 1**, siatkówka, TAURON Liga: Chemik Police - BKS Bielsko-Biała; **20.55 Canal + Sport**, piłka nożna, liga hiszpańska: Real Betis - Atletico Madryt. (ŻUK)

Lotto
Piątek, 24.10. Multi Multi, 14: 2, 6, 8, 10, 20, 22, 23, 29, 31, 40, 56, 57, 60, 61, 62, 65, 66, 67, 68, [80]; **Multi Multi, 22:** , 3, 4, 5, 6, 10, 11, 12, 15, 16, 21, 35, 38, 41, [45], 55, 56, 73, 74, 77, 80; **Kaskada, 14:** 3, 4, 6, 8, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23. **Kaskada, 22:** 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 16, 19, 20, 21, 24. **Ekstra Pensja:** 8, 11, 26, 28, 29 + 4. **Ekstra Premia:** 1, 2, 7, 14, 35 + 2. **Mini Lotto:** 1, 5, 15, 26, 36. **Eurojackpot:** 12, 13, 27, 42, 43 + 3, 4. **Sobota, 25.10. Multi Multi, 14:** 3, 6, 11, 20, 28, 36, 37, 41, 42, 43, [45], 49, 51, 54, 55, 65, 67, 69, 76, 77. **Multi Multi, 22:** 4, 9, 10, 13, 19, 21, 24, 31, 36, [37], 40, 42, 53, 57, 61, 63, 66, 67, 70, 74. **Kaskada, 14:** 1, 2, 3, 5, 6, 8, 13, 17, 20, 21, 23, 24. **Kaskada, 22:** 3, 4, 5, 7, 8, 12, 15, 16, 18, 19, 22, 23. **Ekstra Pensja:** 13, 23, 24, 31, 33 + 1. **Ekstra Premia:** 2, 7, 22, 26, 34 + 2. **Mini Lotto:** 3, 7, 8, 30, 33. **Lotto:** 11, 20, 21, 27, 39, 46. **Lotto Plus:** 4, 8, 19, 23, 28, 33. **Niedziela, 26.10. Multi Multi, 14:** 1, 2, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 23, 29, 33, 55, 60, 61, 65, [67], 70, 73, 77, 79. **Kaskada, 14:** 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 21

Mistrzowie za debiutantem

Łukasz Konstanty
lukasz.konstanty@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Ryoyu Kobayashi wygrał w sobotę ostatni indywidualny konkurs Letniego Grand Prix. W Klingenthal 8. lokatę w debiucie zajął Kacper Tomasiak.

Podstawowe pytanie, jakie polscy kibice zadawali sobie przed sobotnią rywalizacją, brzmiało: jak poradzi sobie wśród gwiazd debiutujący w zawodach tej rangi Tomasiak? Młokos dobrze wypadł w seriach próbnych, był też najlepszym z Biało-Czerwonych w piątkowych kwalifikacjach (9. miejsce). Wydawało się więc, że premiera w wykonaniu 18-latka powinna być udana, o ile w najważniejszych momentach nie dopadnie go trema.

Zwycięzca tegorocznej klasyfikacji generalnej Letniego Pucharu Kontynentalnego najwyraźniej ze stresem potrafi sobie świetnie radzić, dobrą dyspozycję z treningów potwierdził bowiem w pierwszej serii konkursu. Uzyskał 132 metry i na półmetku plasował się na znakomitej, 6. pozycji. W finałowej części zawodów popłynął co prawda krócej, uzyskując 126 metrów, ale wystarczyło to do tego, by zawody zakończyć na 8. miejscu. A to był najlepszy rezultat spośród wszystkich naszych skoczków.

- Nie miałem oczekiwań wynikowych przed Klingenthal. Generalnie całe lato mogę zaliczyć na bardzo duży plus, ale jest jeszcze trochę do poprawy przed zimą - skromnie swoje ostatnie osiągnięcia przed kamerą Eurosportu ocenił Tomasiak.



Doświadczony Kamil Stoch w zawodach w Klingenthal musiał uznać wyższość m.in. Kacpra Tomasiaka

Po pierwszej serii o wysokim miejscu mógł myśleć także Kamil Stoch, który skoczył 130,5 metra. Pplasował się na 7. pozycji, a do Tomasiaka tracił zaledwie 0,7 pkt. Drugi skok był już jednak nieudany - tylko 116 metrów zepchnęło trzykrotnego mistrza olimpijskiego na 20. miejsce.

- Chciałem iść na maksą i zrobić wszystko z pełną energią, ale w konsekwencji znów się usztywniłem za progiem. Niby wszystko było OK, ale nie dałem się wynieść, co kosztowało mnie jakieś piętnaście metrów - ocenił swoją finałową próbę trzykrotny złoty medalista olimpijski.

Dla Stocha sobotni konkurs był ostatnim występem w Letnim Grand Prix, jeśli chodzi o zmagania indywidualne (zapowiedział, że po sezonie zakończy karierę). Na szczęście na horyzoncie pojawił się Tomasiak, który daje nadzieję, iż wraz z odejściem starych mistrzów nie skończy się pasmo polskich sukcesów.

- Kacper skacze bardzo dobrze już od połowy lata. Mieliśmy wspólne treningi i po jednym opadła mi szczeka. Ruszaliśmy z tych samych rozbiegów, a on mi dokładał po pięć metrów. Jeszcze wtedy sądziłem, że ma za duży kombinezon

- żartował po sobotnich zawodach Stoch, dodając, iż młodzieniec zaimponował mu przede wszystkim spokojnym podejściem do zawodów.

W finałowej serii wystąpili jeszcze dwaj Polacy. Dawid Kubacki, który na półmetku był trzynasty, ostatecznie uplasował się na 19. lokacie (uzyskał 120,5 i 124 m). Z kolei Piotr Żyła (126 i 130 m) zakończył zmagania „oczko” wyżej. Do trzyczestki nie awansowali natomiast Paweł Wąsek oraz Aleksander Zniszczoł.

W niedzielę w Klingenthal Stoch i Tomasiak wystąpili w konkursie drużyn mieszanych. Wraz z Anną Twardos i Nicole Konderlą-Juroszek sklasyfikowani zostali na 7. pozycji.

Wyniki konkursu indywidualnego: 1. Ryoyu Kobayashi (Japonia) 270,2 (144 i 134 m), 2. Philipp Raimund (Niemcy) 262,9 (131 i 136 m), 3. Domen Prevc (Słowenia) 258,3 (135 i 134 m)... 8. Kacper Tomasiak 233,1 (132 i 126 m), 18. Piotr Żyła 215,1 (126 i 130 m), 19. Dawid Kubacki 213,8 (120,5 i 124 m), 20. Kamil Stoch 213,6 (130,5 i 116,5 m), 35. Paweł Wąsek 92,6 (116 m), 44. Aleksander Zniszczoł 82,5 (114,5 m).

Klasyfikacja końcowa LGP: 1. Raimund 490 pkt., 2. Sakutarō Kobayashi (Japonia) i Niklas Bachlinger (Austria) po 391... 5. Stoch 319, 7. Kubacki 306, 11. Maciej Kot 211, 12. Żyła 200, 21. Zniszczoł 120, 57. Tomasiak 32, 58. Wąsek 30.

Wyniki konkursu drużyn mieszanych: 1. Japonia (Nozomi Maruyama, Ren Nikaido, Sara Takanaishi, R. Kobayashi) 888,9, 2. Słowenia (Nika Vodan, Anze Lanisek, Nika Prevc, D. Prevc) 882,0, 3. Norwegia (Anna Odine Stroem, Kristoffer Eriksen Sundal, Heidi Dyhre Traserud, Halvor Egner Granerud) 838,1... 7. Polska (Nicole Konderla-Juroszek, Tomasiak, Anna Twardosz, Stoch) 683,5. ©P

Iga Świątek po raz piąty powalczy w WTA Finals

Jacek Kmiecik
jacek.kmiecik@polskapress.pl

TENIS. Zwińczeniem sezonu w kobiecym tenisie będzie turniej WTA Finals w Rijadzie (1-8 listopada) z udziałem ośmiu najlepszych zawodniczek, w tym Igi Świątek.

W finałach WTA wystąpią także: Aryna Sabalenka (Białoruś), Coco Gauff, Amanda Anisimova, Madison Keys, Jessica Pegula (wszystkie USA), Jasmine Paolini (Włochy) i Jelena Rybakina (Kazachstan).

Ta ostatnia udział w imprezie w Rijadzie zapewniła sobie „rzutem na taśmę” w azjatyckich turniejach w minionym tygodniu. Gdy już jej się to udało, wycofała się z Pan Pacific Open WTA 500 w Tokio w półfinale z powodu rzekomego bólu pleców. Dzięki temu zyskała więcej dni na regenerację i przygotowanie się do występu w stolicy Arabii Saudyjskiej.

Tenisistki w Rijadzie na korcie twardym w arenie Uniwersytetu Króla Sauda rywalizować będą w dwóch grupach po cztery zawodniczki. Do najwyższej rozstawionych - Sabalenki i Świątek - dobrane zostaną pozostałe uczestniczki finałów. Losowanie grup zaplanowano na wtorek.

Przez pierwsze sześć dni turnieju każda zawodniczka spotka się z pozostałymi trzema ze swojej grupy. Do półfinału awansują po dwie czołowe z każdej z nich. O finał zagrają

najlepsza zawodniczka z grupy A z drugą z grupy B i odwrotnie.

Pula nagród w WTA Finals jest bardzo wysoka. Rok temu było w niej aż 15,25 milionów dolarów. Triumfatorka WTA Finals 2024, Gauff, zarobiła 4,8 mln dolarów, co jest rekordową premią w kobiecym tenisie. Gdyby nie jedna porażka w grupie, zgarnęłaby 5,16 mln USD. W tym roku pula nagród WTA Finals jest jeszcze większa - 15,5 mln dolarów!

Świątek w imprezie kończącej tenisowy sezon zagra już po raz piąty z rzędu. 24-letniej obecnie raszyniance udało się raz wygrać w 2023 roku, gdy zawody odbywały się w Cancun w Meksyku. W finale Polka pokonała wówczas Pegulę 6:1, 6:0. W turnieju straciła zaledwie 20 gemów, najmniej od przywrócenia systemu każdy z każdym w 2003 r. Dzięki zdobyciu tytułu odzyskała wówczas 1. lokatę w rankingu WTA, kosztem Sabalenki.

Zwycięstwo Piter

Katarzyna Piter w parze z Janice Tjen z Indonezji zostały mistrzyniami w grze podwójnej turnieju WTA 250 w chińskim Kantonie. W finale pokonały Eudice Chong z Hongkongu i En Shuo Liang z Tajwanu 3:6, 6:3, 10-5 w godzinę i 23 minuty. Piter zdobyła swój piąty tytuł w grze podwójnej, Tjen pierwszy. Tenisistki zyskały 250 punktów rankingowych i 13 200 USD nagród pieniężnych. ©P

MATERIAL INFORMACYJNY HONEST MEDIA

Złote Kolce 2025 dla Marii Żodzick i Maksymiliana Szweda

Skoczkini wzwyż, wicemistrzyni świata z Tokio, Maria Żodzick oraz specjalizujący się w biegu na 400 metrów Maksymilian Szwed zostali laureatami tegorocznej edycji rankingu Złote Kolce, organizowanego od 1970 roku przez Polski Związek Lekkiej Atletyki i obecnie Przegląd Sportowy. Odkryciem roku został wybrany Maciej Megier, najlepszym trenerem Paweł Wyszzyński.

W czwartkowy wieczór Superauto.pl Stadion Śląski ponownie wypełnił się gwiazdami lekkiej atletyki. Tym razem przybyli oni jednak nie w sportowych strojach, a w eleganckich wieczorowych kreacjach. Powód był wyjątkowy – uroczysta Gala ORLEN Złote Kolce Śląskie 2025, podczas której wręczono nagrody w organizowanym od 1970 roku przez Polski Związek Lekkiej Atletyki oraz

obecnie Przegląd Sportowy rankingu Złote Kolce. Wyróżnienie wśród kobiet zdobyła wicemistrzyni świata w skoku wzwyż, zawodniczka białostockiego Podlasia, Maria Żodzick.

– Bardzo mi przyjemnie tutaj być. Dziękuję za to wyróżnienie. Jest to dla mnie motywacja do dalszej pracy. Dziękuję trenerowi i całemu sztabowi, który mnie wspierał i pomagał – przyznała, odbierając nagrodę Żodzick.

Najlepszym polskim lekkoatletą sezonu 2025 został z kolei Maksymilian Szwed. Zawodnik klubu AZS Łódź imponował w minionych miesiącach na bieżni. W rywalizacji na 400 metrów zdobył halowe wicemistrzostwo Europy, bijąc przy okazji rekord kontynentu do lat 23. Latem wywalczył medal podczas europejskiego czempionatu zawodników w wieku 20, 21 i 22 lat oraz był podporą reprezentacyjnej sztafety między innymi



Hubert Trościanka podczas Gali Orlen Złote Kolce Śląskie 2025" FOT. PZLA

mi podczas mistrzostw świata i drużynowych mistrzostw Starego Kontynentu.

– W tym roku startowałem 32 razy na 400 metrów. Wydaje mi się, że to był najcięższy sezon w moim życiu. Było dużo imprez, nakładających się na siebie. Było wiele momentów, kiedy chciałem zrezygnować. Pomimo tych ciężkich chwil, chciałbym

podziękować moim rodzicom i najbliższym, że w tych momentach byli ze mną. Dziękuję też mojemu trenerowi Krzysztofowi Węglarskiemu. Bez niego nie byłoby tych medali i tej nagrody. Kiedyś oglądałem taką galę tylko w telewizji, dziś odbieram na niej najważniejszą nagrodę. To pokazuje, że warto walczyć do końca – podkreślił Szwed.

Sukces Maksymiliana Szweda jest pierwszym triumfem przedstawiciela biegu na 400 metrów w rankingu Złotych Kolców od sezonu 2006, kiedy nagrodę zdobył Daniel Dąbrowski. Z kolei triumf Marii Żodzick jest historyczny – nigdy wcześniej Złote Kolce nie trafiły w ręce przedstawicielki skoku wzwyż. Za sukcesem zawodniczki stoi też trener Paweł Wyszzyński, uznany szkoleniowcem roku w polskiej lekkiej atletyce. Głównym sponsorem gali było Województwo Śląskie, a partnerami Toyota Okęcie i 4F. Rozdano nagrody również w innych kategoriach, m.in. odkrycie roku, trener roku czy wydarzenie roku.

Gala Orlen Złote Kolce Śląskie 2025 - podsumowanie głównych nagród Złote Kolce

1. Maria Żodzick
2. Pia Skrzyszowska
3. Natalia Bukowiecka
4. Anita Włodarczyk i Anna Wielgosz

5. Katarzyna Zdziebło

1. Maksymilian Szwed

2. Jakub Szymański
3. Filip Rak
4. Maciej Megier
5. Paweł Fajdek

Trener roku: Paweł Wyszzyński

Odkrycie roku: Maciej Megier

Nagroda specjalna Przeglądu Sportowego im. Macieja Petruczenki: Hubert Trościanka

Paralekkoatleta: Faustyna Kotłowska

Mecenas polskiej LA: Ministerstwo Sportu i Turystyki

Sponsor roku: Orlen

Wydarzenie roku: Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej

Partner medialny: TVP Sport

Przyjacieli polskiej LA: Roman Sabaj

Obiekt roku: Superauto.pl

Partner infrastruktury lekkoatletycznej: superauto.pl

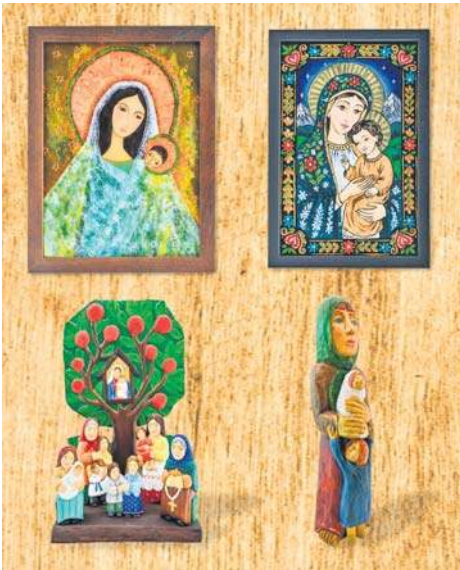
Sponsorzy PZLA: 4F, Nestle, Polanik, Toyota Okęcie, Tryumf, Business Travel Club, LUX MED

0011421533

Macierzyństwo – wystawa pokonkursowa

Opowieści o macierzyństwie znajdziemy w literaturze, sztuce i tradycji. Z tematem macierzyństwa spotykamy się w religiach i życiu codziennym; w sacrum i profanum. Są historie oficjalne i intymne, osobiste, często głęboko skrywane. Radosne i tragiczne. Wszelkie. Macierzyństwo jest także tematem przewodnim tegorocznego konkursu na malarstwo na szkło i rzeźbę w drewnie ogłoszonego przez Centrum Kultury Rodzimej w willi Czerwony Dwór w Zakopanem.

W 2025 roku odbyła się już czwarta edycja konkursu, obecnie noszącego imię Eweliny Pęksowej (1923 - 2015) najbardziej znanej zakopiańskiej malarki na szkło, znakomitej ambasadorki malarstwa na szkło w Polsce, ale także za granicą. Najważniejszą zaletą jest otwarta formuła konkursu. Jedynym wyłączeniem jest posiadanie wyższego wykształcenia artystycznego oraz członkostwo w Związku Artystów Plastyków. Nie ma ograniczenia do „ludowego” charakteru twórczości, co zachęca wszystkich realizujących się w pracy artystycznej. Nie ma także ograniczenia terytorialnego. Do konkursu zgłaszają się w przeważającej części mieszkańcy regionu, ale odnotowujemy także uczestników z innych części Polski; nawet z północy kraju. W kolejnych edycjach uczestniczy coraz więcej artystek i artystów. Ideą tegorocznego konkursu było pobudzenie inwencji twórczej oraz rozszerzenie współpracy z twórcami nieprofesjonalnymi, a w zakresie tematyki popularyzacja tradycyjnego modelu rodziny, tradycji chrześcijańskich przedstawień Matki Boskiej z Dzieciątkiem, kobiety – matki obecnej w tradycji ludowej ze wszystkimi aspektami macierzyństwa. W konkursie wzięło udział 79 osób. W kategorii rzeźba w drewnie 16 osób przedstawiło 25 rzeźb, zaś 63 osoby przygotowały 95 obrazów. Zgodnie z regulaminem każdy z autorów mógł zaprezentować dwie prace. Oceniano je indywidualnie, chociaż w wielu przypadkach koniecznością była wspólna ocena; prace uzupełniały się, tworzyły spójną opowieść.



Tegoroczny konkurs przyniósł wiele nagród i wyróżnień, co świadczy o wysokim poziomie przedstawionych prac, a zarazem o niezwyklej różnorodności propozycji artystycznych. Zapewne każdy widz dostrzeże w prezentowanych na wystawie pokonkursowej pracach coś innego, nowego, własnego. Zawsze temu oglądowi powinna towarzyszyć duma, że wokół żyje tak liczne grono osób wrażliwych na sztukę, zakochanych w tradycji regionu i twórczo ją interpretujących. To wielka wartość. Podziękowania za wsparcie należą się Ministerstwu Kultury i Dziedzictwa Narodowego za dofinansowanie projektu w ramach programu Narodowego Centrum Kultury „EtnoPolska 2025”. Wystawa czynna jest w godzinach działalności Centrum Kultury Rodzimej w willi Czerwony dwór do 17 stycznia 2026.

Wójt Gminy Oświęcim

informuje

o trwającej procedurze udziału społeczeństwa w postępowaniu w sprawie wydania decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach dla przedsięwzięcia pod nazwą „Budowa Magazynów Energii o mocy do 1 GW i pojemności do 3,0 GWh wraz z infrastrukturą towarzyszącą w obrębie Poręba Wielka, Gmina Oświęcim, proj. Poręba Wielka BESS” na działkach o numerach ewidencyjnych 900/21, 900/94 obręb Poręba Wielka, gmina Oświęcim. Postępowanie zostało wszczęte 6 października 2023 r. na wniosek firmy Elektrownia PV 71 Sp. z o.o., ul. Puławska 2, 02-566 Warszawa.

Organem właściwym do wydania decyzji w sprawie jest Wójt Gminy Oświęcim. Organami właściwymi do wydania opinii i dokonania uzgodnień są: Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Krakowie, Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Oświęcimiu i Państwowe Gospodarstwo Wodne Wody Polskie, Zarząd Zlewni w Krakowie.

Wszyscy zainteresowani mają prawo do zapoznania się z dokumentacją sprawy, w tym z:

- wnioskiem o wydanie decyzji,
- raportem o oddziaływaniu przedsięwzięcia na środowisko,
- postanowieniami Wójta Gminy Oświęcim wydanymi w toku postępowania,
- stanowiskiem organów opiniujących

oraz mają prawo do składania uwag i wniosków.

Uwagi i wnioski można składać do Wójta Gminy Oświęcim, w formie:

- a. pisemnej (papierowo): Urząd Gminy Oświęcim, ul. Zamkowa 12, 32-600 Oświęcim
- b. pisemnej za pomocą środków komunikacji elektronicznej, bez konieczności opatrzenia pism bezpiecznym podpisem elektronicznym:
 - e-PUAP – adres skrytki: /p361lsea7j/SkrytkaESP
 - e-doręczenie – adres skrytki: AE:PL-36257-75529-ERTAF-14
 - e-mail – adres powietrze@gminaoswiecim.pl
- c. ustnej do protokołu (ul. Zamkowa 12, 32-600 Oświęcim, pokój numer 27).

Uwagi i wnioski można składać w terminie 30 dni, od 27 października 2025 r. do 27 listopada 2025 r. Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Wójt Gminy Oświęcim. Uwagi i wnioski złożone po upływie terminu zostaną pozostawione przez rozpatrzenia.

AUTOREKLAMA

strefa
AGRO

Grunt to biznes.

strefaagro.pl



REKLAMA

0011420737

Gmina Miejska Kraków

Prezydent Miasta Krakowa informuje, że na tablicach ogłoszeń w budynkach Urzędu Miasta Krakowa przy placu Wszystkich Świętych 3-4 i przy ul. Kasprowicza 29, a także w Biuletynie Informacji Publicznej Miasta Krakowa zostały podane do publicznej wiadomości następujące wykazy dotyczące nieruchomości stanowiących własność Gminy Miejskiej Kraków:

od 27 października 2025 r. do 16 listopada 2025 r.

- przeznaczonej do ustanowienia na okres 10 lat na rzecz ORLEN Spółka Akcyjna z siedzibą w Płocku odpłatnego użytkowania obejmującego zabudowaną działkę ewidencyjną nr 76/1 o pow. 0,0725 ha położoną w obr. 51, jednostka ewidencyjna Nowa Huta, na os. Kolorowym 9F w Krakowie, celem prowadzenia stacji paliw.

od 27 października 2025 r. do 17 listopada 2025 r.

- przeznaczonych do oddania w dzierżawę, na czas nieoznaczony, w trybie bezprzetargowym, obejmujące:
 1. część działki nr 142/13 obr. 57-Podgórze przy ul. Aleksandry na cele: miejsca postojowe, fragment dojścia i dojazdu do posesji przy ul. Aleksandry 36a (dojście, droga dojazdowa), dojście i dojazd do posesji przy ul. Aleksandry 36a i 36b (dojście, droga dojazdowa) oraz zieleń przydomowa; część działki nr 59/3 obr. 107-Podgórze przy ul. Osikowej na cele: dojście, droga dojazdowa i zieleń przydomowa; część działki nr 72/2 obr. 103-Podgórze przy ul. Zarzyckiego na cele: dojście, droga dojazdowa i zieleń przydomowa; udział wynoszący 1/2 w części działki nr 72/2 obr. 103-Podgórze przy ul. Zarzyckiego na cel dojście, droga dojazdowa, 5 pozycji na wykazie;
 2. część działki nr 457/7 obr. 12-Podgórze przy ul. Zamoyskiego; działkę nr 194/19 obr. 52-Podgórze przy ul. Prokocimskiej; działkę nr 40/7 obr. 17-Podgórze przy ul. Koszykarskiej; na cel: zieleń przydomowa, 3 pozycje na wykazie;
 3. część działki nr 128/2 obr. 11-Śródmieście przy ul. Starowiślniej, na cele: teren związany z funkcjonowaniem budynku mieszkalnego (podwórze), zadaszone wejście do lokalu użytkowego (dojście), miejsce pod pojemniki na odpady do obsługi lokalu użytkowego (skład/magazyn) oraz zadaszona, blaszana wiata z klimatyzatorami (urządzenie zwiększające użyteczność funkcjonowania obiektu), 1 pozycja na wykazie;
 4. części działek nr 35/34 obr. 51-Nowa Huta na os. Kolorowym, nr 155/1 obr. 47 na os. Wandy, nr 248 obr. 50-Nowa Huta na os. Górali, na cel: warstwa dociepleniowa (mieszkalny wraz z zabudowaniami i urządzeniami związanymi z funkcjonowaniem obiektu mieszkalnego), 4 pozycje na wykazie.

od 27 października 2025 r. do 17 listopada 2025 r.

- obejmujący lokal mieszkalny nr 16 z pomieszczeniem przynależnym usytuowany w budynku przy ul. Grochowskiej 26, przeznaczony do sprzedaży – na rzecz najemcy – w trybie bezprzetargowym wraz z udziałem w nieruchomości gruntowej, stanowiący załącznik do Zarządzenia Prezydenta Miasta Krakowa nr 2482/2025 z dnia 20 października 2025 r.
- obejmujący lokal mieszkalny nr 14 z pomieszczeniem przynależnym położony w budynku przy ul. Grochowskiej 26 w Krakowie, przeznaczony do sprzedaży w trybie bezprzetargowym – na rzecz najemców – wraz z udziałem w nieruchomości gruntowej, stanowiący załącznik do Zarządzenia Prezydenta Miasta Krakowa nr 2465/2025 z dnia 20 października 2025 r.

od 27 października 2025 r. do 16 listopada 2025 r.

- udział 1005/12384 części w nieruchomości składającej się z działki ewidencyjnej nr 340 o pow. całkowitej 1045m² obręb 49 jednostka ewidencyjna Nowa Huta, przeznaczony do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na podstawie art. 37 ust. 2 pkt 9 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r. poz. 1145, 1222, 1717, 1881, z 2025 r. poz. 1077, 1080).

od 28 października 2025 r. do 17 listopada 2025 r.

- wykaz nieruchomości oznaczonych jako działka ewidencyjna nr 351/119 o pow. 32 m², obręb 55, jednostka ewidencyjna Podgórze, położona przy ul. Jerzmanowskiego, przeznaczona do sprzedaży w drodze bezprzetargowej jej użytkownikom wieczystym.

REKLAMA

0011420526

STAROSTA TARNOWSKI
UAB.6740.11.6.2025.MW

Tarnów, 22 października 2025 r.

OBWIESZCZENIE

Starosta Tarnowski działając na podstawie art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r. poz. 311)

z a w i a d a m i a

że na wniosek Zarządu Powiatu Tarnowskiego – reprezentowanego przez Pana Pawła Karkutę, zostało wszczęte w dniu 7.08.2025 r. postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej obejmującej **rozbudowę drogi powiatowej 1393/K Ciężkowice – Jastrzębia - Zdonia w km 14+137- 14+182 w miejscowości Słona wraz z rozbiorą mostu w km14+157 i budową przepustu w km 14+ 157**, na działkach nr 46, 230, 38, 219 /1(219), 222/1 (222), 222/2 (222), 231/1 (231), 231/2 (231), 298/1 (298) **obręb 0017 Słona, gm. Zakliczyn**

(W odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstanie w wyniku zatwierdzenia projektu podziału, w nawiasie podano numer działki przed podziałem).

Wyżej wymieniona inwestycja obejmuje między innymi:

- rozbudowę drogi powiatowej 1393/K,
- rozbudowę systemu odwodnienia drogi,
- budowę umocnień koryta potoku Słonianka,
- rozbiorę istniejącego mostu stałego
- prowadzenie przez wody potoku Słonianka przepustu z blachy falistej o przekroju zamkniętym, łukowo-kołowym

Zgodnie z art. 49 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2024 r. poz. 572 t.j.) doręczenie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

W tej sprawie poczynawszy od dnia ukazania się obwieszczenia, można zapoznać się z aktami sprawy, oraz zgłaszać ewentualne uwagi w siedzibie Starostwa Powiatowego w Tarnowie, ul. Narutowicza 38, w Wydziale Urbanistyki, Architektury i Budownictwa - pokój 104, w godzinach od 7⁰⁰ do 14⁰⁰.

Niniejsze obwieszczenie Starosty Tarnowskiego podlega zamieszczeniu w prasie lokalnej, na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Gminy Zakliczyn i Starostwa Powiatowego w Tarnowie, na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Zakliczyn ul. Rynek 32, 32-840 Zakliczyn oraz w Starostwie Powiatowym w Tarnowie, ul. Narutowicza 38, 33-100 Tarnów.

Z up. STAROSTY

/-/

mgr inż. Agnieszka Jeleń
Dyrektor Wydziału

Urbanistyki, Architektury i Budownictwa

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 508 26 26 84, 797 607 880
Przez internet: www.ogloszenia.polskapress.pl
E-mail: aneta.jagus@polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń: Kraków, Zabłocie 43a

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

Syndyk ogłasza konkurs na sprzedaż udziału 1/2 w spółdzielczym własnościowym prawie do lokalu mieszkalnego, nr księgi wiecz. KR31/00024085/5. Przed złożeniem oferty należy zapoznać się z regulaminem konkursu (do wglądu u syndyka- ul. Lubicz 27/57, Kraków) Oferty wraz z wpłatą wadium 12.500,00 zł należy składać do 30.10.25r. do godz.:10.00. Tel.: 690 898 230.

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTA skupujemy 888-025-123

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

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

ibo.polskapress.pl

Praca

ZATRUDNIĘ

FIRMA zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

KIEROWCĘ kat. C+E (może być emeryt) w transporcie międzynarod. Możliwość przyuczenia. 602-798-826

Niemiecka firma zatrudni do regipsów. 0049 170 540 50 90.

Zatrudnimy pracowników Belgia przefabrykaty betonowe od 15 do 18 euro netto od zaraz, 668-878-340

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Matrymonialne

KAWALER 51 lat, rencista, majątny, pozna życiową partnerkę Panne, najlepiej Miss Polski w wieku 20-30 lat. Stan wolny. Czekam na miłość. Adam z Oświęcimia, tel. 730-244-629.

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI, 881-934-948

REKLAMA

0011422053

Wójt Gminy Sękowa

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Sękowa i na stronie internetowej www.sekowa.pl podano do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży w trybie przetargowym położonej w miejscowości Sękowa. Szczegółowe informacje można uzyskać pod nr tel. 18/3519060 lub w **Urzędzie Gminy Sękowa**.

REKLAMA

0011420735

SKARB PAŃSTWA

Prezydent Miasta Krakowa informuje,

że na tablicach ogłoszeń w budynkach Urzędu Miasta Krakowa przy placu Wszystkich Świętych 3-4 i przy ul. Kasprowicza 29 oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Miasta Krakowa i w Biuletynie Informacji Publicznej Województwa Małopolskiego – zostały podane do publicznej wiadomości następujące wykazy dotyczące nieruchomości stanowiącej własność Skarbu Państwa, w dniach: **od 27 października 2025 r. do 17 listopada 2025 r.**

wykaz stanowiący załącznik do Zarządzenia Prezydenta Miasta Krakowa nr 2462/2025 z dnia 20 października 2025 r. dotyczący nieruchomości gruntowej stanowiącej własność Skarbu Państwa położonej w Krakowie przy ul. Josepha Conrada oznaczonej jako działki ewidencyjne o nr: 8/6 o powierzchni 0,0036 ha i 8/14 o powierzchni 0,0226 ha, obręb 41, jednostka ewidencyjna Krowodrza przeznaczonej do korzystania na cel: miejsca postojowe.

REKLAMA

0011419495



AGENCJA
MIENIA
WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Krakowie

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1145) podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń w biurze Oddziału przy ul. Montelupich 3 w Krakowie (I piętro) został wywieszony wykaz nieruchomości położonej w **Krakowie przy ul. Mierzei Wiślanej 6C** przeznaczonej do najmu w trybie bezprzetargowym na czas nieoznaczony:

LP.	Miejsce postojowe nr	Powierzchnia użytkowa (m²)	4	062	12,50
1	035	12,50	5	092	12,50
2	038	12,50	6	093	12,50
3	060	12,50	7	094	12,50

Dodatkowe informacje można uzyskać w biurze OR AMW Kraków przy ul. Montelupich 3 (I piętro pokój nr 38) lub pod numerem telefonu 12/211-40-56.

Oddział Regionalny w Krakowie
31-155 Kraków • ul. Montelupich 3
Tel.: +48 12 211-40-24 • Fax: +48 12 211-40-05
e-mail: marketing.krakow@amw.com.pl • www.amw.com.pl

3234457/00



Wyrazy współczucia i szczerze kondolencje

**Panu Senatorowi RP
Wiktorowi Durlakowi,**
rodzinie i najbliższym,

z powodu śmierci taty

śp

Władysława Durlaka

składa

*Barbara Bartuś
Poseł na Sejm RP*

REKLAMA

0011405087

KARAWAN GRUPA
FIRM POGRZEBOWYCH
TRADYCJE OD 1981 ROKU

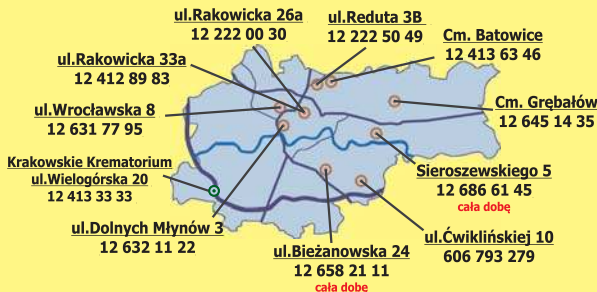


CAŁĄ DOBĘ
12 411 11 11
12 658 21 11

www.karawan.pl

również w
Niedziele i Święta

Kompleksowe Usługi Pogrzebowe



REKLAMA

0011420076

ZAWIADOMIENIE

Burmistrz Miasta Chrzanowa zawiadamia, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Chrzanowie, Aleja Henryka 20 oraz na stronie internetowej Urzędu www.chrzanow.pl w zakładce obrót nieruchomościami – zbycie nieruchomości – wykazy nieruchomości przeznaczonych do zbycia, w dniach od 27.10.2025 r. do 17.11.2025 r. wyklada się do publicznego wglądu wykaz dotyczący nieruchomości przeznaczonych do zbycia. Wykaz dotyczy:

- nieruchomości obejmujących działki oznaczone w ewidencji gruntów i budynków jednostka ewidencyjna Chrzanów - miasto, obręb Chrzanów nr 6302 o pow. 0,5011 ha, 6303 o pow. 0,4386 ha, 6128 o pow. 0,0920 ha, 6129 o pow. 0,0944 ha, 6131 o pow. 0,0507 ha i 6031/5 o pow. 0,1155 ha, przeznaczonych do zbycia w drodze zamiany,
- nieruchomości obejmujących działki oznaczone w ewidencji gruntów i budynków jednostka ewidencyjna Chrzanów - obszar wiejski, obręb Plaża nr 491/49 o pow. 0,1622 ha, 3457/3 o pow. 0,0046 ha, 560/17 o pow. 0,0131 ha, 491/3 o pow. 0,0298 ha, 491/4 o pow. 0,0220 ha oraz 355/28 o pow. 0,0002 ha, przeznaczonych do zbycia w drodze darowizny.

aktualnie
z całej Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

Czasy, gdy Wiśniewski rozrzucił pieniądze na prawo i lewo, dawno minęły

Michał Wiśniewski w Pomponiku Fot. Katarzyna Baksalary



Z ŻYCIA GWIAZD

Agata Rubik dba o strój córki

Celebrytka wrzuciła do internetu zdjęcie swojej 16-letniej córki w czarnym topie z dużym dekoltem i krótkiej spódnicy. „To akurat strój festiwalowy, większość dziewczyn i kobiet była w samym bikini. Już to kiedyś pisałam, że do kościoła czy szkoły tak nie chodzi” – podpisała fotografię.

Marina Łuczenko-Szczesna nie dała mężowi odpocząć

W najnowszym wywiadzie dla „Vivy” piosenkarka zdradziła, że to ona przekonała swego męża, aby po zakończeniu współpracy z Juventusem dołączył do FC Barcelona. – Wiem, że Wojtek był zmęczony i chciał odpocząć, ale uważałam, że to nie był jego czas na emeryturę – wyznała.

Doda pracuje nad swoim temperamentem

Kiedy piosenkarka udzielała wywiadu serwisowi Jastrząb Post podczas gali Kobieta Roku Glamour 2025, doszło do małej awantury. Kilukrotnie zakłócanie rozmowy przez gości eventu wyraźnie wytrąciło artystkę z równowagi. – To niewiarygodne. Ku*wa, unbelievable. Szkol. Po co oni przychodzą na takie imprezy, skoro nie znają podstawowych zasad savoir-vivre'u, zachowania się na galach? To brak szacunku – powiedziała. Na koniec stwierdziła: Ja pracuję nad swoim temperamentem. Zrobiłam ogromny progres.



W TELEWIZJI



Zajazd. Będzie się działo

Stopklatka, 18:55
Tomasz i Wioletta oraz ich wchodzące w dorosłość dzieci, Dominika i Patryk, wspólnie prowadzą rodzinny zajazd. To nie tylko hotel – to centrum życia lokalnej społeczności. Krzyżują się tu losy jego właścicieli, gości oraz okolicznych mieszkańców, odśladując barwną mozaikę ludzkich historii. Emisje codziennie o 18:55.

Człowiek: historia ewolucji

BBC Earth, 19:45
Podróż w czasie przez historię ludzkiego gatunku. Jak homo sapiens zdominowali świat i jak do tego doszło? W oparciu o najnowsze sekwencjonowanie DNA, dowody z wykopalisk oraz dane uzyskane przy wykorzystaniu najnowocześniejszych narzędzi twórcy programu składają w całość niezwykłą historię człowieka.

To: Witajcie w Derry

HBO, 20:00
Akcja osadzona w roku 1962, w miasteczku Derry w stanie Maine, śledzi losy grupy przyjaciół, odśladując początki tajemniczego bytu, który przybiera swoją przerażającą postać – morderczego klauna Pennywise.

Nazywano ich wikingami

Planete+ HD, 23:00
Wikingowie stali się ważnymi postaciami kultury masowej, bohaterami niezliczonych książek, filmów i seriali, w których przedstawiani są jako okrutni wojownicy. Czy poza napadaniem na sąsiadów nie mieli innych zajęć?

KRZYŻÓWKA NR 165

Poziomo:
3) Winnetou to ... Apaczów,
6) ludowy zwyczaj witania wiosny,
11) sznurki do wiązania,
12) podstawowa jednostka kąta płaskiego,
13) krępowały kończyny aresztanta,
14) pszczoła lub szerszeń,
15) system rozgrywek piłkarskich,
16) domena Rogera Federera i Sereny Williams,
17) zwrotka żartobliwej piosenki,
18) moda naszych dziadków,
19) siarkowy lub chlebowy,
21) dawne porwanie panny,
23) świąteczny dzień w judo, izmie,
26) buduje piec kaflowy,
27) liche utwór poetycki,
30) miasto nad Wartą u ujścia Kłodawki,
31) prawy dopływ Czarnej Nidy,
34) napój bogów na Olimpie,
38) brytyjska stolica nad Tamizą,
39) osesek w stadninie koni,
40) córka Tantala zamieniona w skałę,
41) warzywa w zalewie octowej,
42) sztuka pięknego pisania.

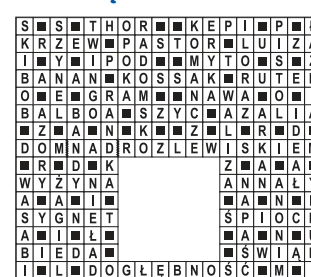
Pionowo:
1) stan prawny instytucji,
2) w parze z Hercegowiną,
3) olimpijska lub dziecięca,
4) „Wielka ... w chińskiej dzielnicy”, film akcji,
5) katolickie święto poświęcone zmarłym,
6) więzień przy wiosłach,



7) imię Lipnickiej, polskiej piosenkarki,
8) 1/4 meczu koszykówki,
9) dzielność wykazana w walce,
10) sposób wystawiania się,
20) rodzaj spinki do włosów,
22) składnik ropy naftowej,
24) „... dezerterów”, komedia filmowa,
25) gwarny plac targowy,
28) owad żerujący w mące,

29) stała opłata urzędowa,
31) regulator chodu zegarka,
32) dowcipne słowo, zręczny zwrot,
33) stan obfitości, luksus,
35) kontynent leżący na półkuli północnej,
36) sproszkowany tytoń do kichania,
37) mech porastający skały i pnie drzew.

ROZWIĄZANIE NR 164



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Energia będzie Cię dzisiaj wręcz rozpierać. Horoskop dzienny radzi działać odważnie, ale słuchać również intuicji i unikać pośpiechu.
Ryby (19.02 - 20.03)
Czas zadbać o siebie. Odetchnij, odpocznij, zrób coś miłego. Horoskop na dziś mówi, że Twój organizm potrzebuje równowagi.
Baran (21.03 - 19.04)
Spotkasz kogoś, kto zmieni Twój sposób myślenia. Rozmowy będą miały moc. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi słuchać uważnie.

Byk (20.04 - 20.05)
Dom i rodzina będą dziś najważniejsze. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że ciepło, bliskość i wspólne chwile przyniosą spokój.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Zabłyśniesz, gdziekolwiek się pojawisz. Zaufaj sobie. Horoskop na dziś wróży, że Twoja pewność siebie stworzy wiele nowych drzwi.
Rak (22.06 - 22.07)
Drobne zmiany w rutynie przyniosą wielkie efekty. Nie bój się improwizować. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że da to dobre efekty.

Lew (23.07 - 22.08)
Równowaga między sercem a rozumem będzie kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o relacje oraz harmonię.
Panna (23.08 - 22.09)
Emocje będą silne, ale nie uciekaj od nich. Horoskop na dziś mówi, że to, co zrozumiesz, odmieni podejmowane przez Ciebie decyzje.
Waga (23.09 - 22.10)
Czeka Cię przygoda lub nowe wyzwanie. Zrób pierwszy krok. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że los sprzyja odważnym.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Cierpliwość popłaci. Choć droga długa, horoskop dzienny zapowiada, że każdy wysiłek dziś przybliży Cię do upragnionego celu.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Twoje pomysły będą powszechnie akceptowane. Nie bój się mówić, co myślisz. Horoskop na dziś wróży, że inni czekają na inspirację.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Intuicja Cię nie zawiedzie. Wsłuchaj się w sny i znaki. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że część z nich zainspiruje Cię do działania.