

„Sanatorium miłości”. Teresa z Tarnobrzega
znów w ogniu krytyki po swoim wyznaniu **str. 8**



FOT. „SANATORIUM MIŁOŚCI” TVP 1

Bezpłatne leki dla seniorów:
na liście zabrakło ważnego
preparatu. Co robić?
– str. 10

STRONA
ZDROWIA

JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny
n o w i n y 24.pl

Środa
15.04.2026

Nr 72 (21 779)

www.nowiny24.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Dziś w Rzeszowie
KS DevelopRes
rozpoczyna grę o złoty
medal mistrzostw
Polski **str. 16**

Powiat rzeszowski
inwestuje w edukację
50 milionów złotych
str. 6

Była wójt i jej
zastępca zostali
oskarżeni m.in.
o oszustwa
str. 4

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 3503 62



FOT. CANVA

SPOŁECZEŃSTWO

Ślub po trzydziestce, rozwód
po czterdziestce. Tak żyją Polki i Polacy,
a jak mieszkańcy Podkarpacia? **str. 5**

RZESZÓW

„Maska” przesuwana premierę

Na czerwiec w Teatrze Maska planowano premierę spektaklu „Doktor Dolittle i jego zwierzęta”. Miała zostać włączona w program Wschodu Kultury: Europejskiego Stadionu Kultury i być widowiskiem plenerowym. Jeszcze w kwietniu rozpoczęły się pierwsze przygotowania. Teatr pochwalił się nimi na platformie społecznościowej. Prób do spektaklu jednak nie rozpoczęto i czerwową premierę anulowano. Przyczyną jest nieuzyskanie dofinansowania przez Teatr Maska.

Czytaj str. 3



FOT. FACEBOOK.COM/TEATR MASKA RZESZÓW

Podkarpaccy
seniorzy są bardziej
zadowoleni
z oferty kulturalnej
niż młodzi ludzie
str. 7

„Odbierak”
zatrzymany
przez policjantów.
58-latek został
tymczasowo
aresztowany **str. 6**

RZESZÓW MIELI ŹŁE ZABEZPIECZYĆ ŚLADY NA MIEJSCU WYPADKU

Dotyczące policjantów śledztwo dobiega końca

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Prokuratura Rejonowa Katowice Południe w Katowicach nie zakończyła jeszcze śledztwa w sprawie dwóch policjantów z Rzeszowa. Chodzi o niedopełnienie przez nich obowiązków podczas zabezpieczenia śladów po wypadku.

Do zdarzenia doszło na ul. Rzecha. Nastoletnia Daria, jak co dzień, szła na przystanek autobusowy, aby dojechać do szkoły. Był wczesny grudniowy ranek, wciąż ciemno. Gdy przechodziła przez skrzyżowanie, uderzył w nią samochód. Uderzenie było na tyle silne, że dziewczyna poleciała kilka metrów. Cudem przeżyła, jednak w szpitalu spędziła wiele tygodni. Przeszła kilka operacji. Do dziś mierzy się ze skutkami tego, co wydarzyło się w 2023 roku. Za kierownicą auta siedział Daniel O.

Rodzice Darii nie mogli uwierzyć, gdy do ich domu przyszło pismo z sądu informujące o wyroku w trybie nakazowym. Kierowca został uznany za winnego spowodowania wypadku i otrzymał karę grzywny. Miał wypłacić dziewczynie także nawiazkę. Nie zabrano mu prawa jazdy. Rodzice Darii nie mogli się pogodzić z - ich zdaniem - łagodnym wyrokiem. Zdobyli nagranie z kamery, które opublikowali na platformie społecznościowej. Widać na nim, jak Daria wchodzi na oznaczone przejście dla pieszych, a następnie uderza w nią samochód. Dziewczyna - dosłownie - leci kilka metrów. Samochód co prawda zatrzymuje się po uderzeniu, ale przez chwilę nikt z niego nie wysiada.

Wideo oburzyło opinię publiczną, a rzeszowska prokuratura sprzeciwiła się niskiej karze. Wyrok został uchylony, a mężczyzna w październiku 2025 roku - dwa lata po tym, co wydarzyło się na ul. Rzecha - po raz pierwszy stanął przed sądem.



FOT. ARCHIWUM

Kadr z filmu, na którym kamery zarejestrowały wypadek nastoletniej Darii

Prokurator kończy śledztwo
Innemu wątkowi tej sprawy przygląda się Prokuratura Rejonowa Katowice Południe. Jeszcze w styczniu przedstawiono zarzut niedopełnienia obowiązków służbowych dwóm funkcjonariuszom prewencji Komisarzatu Policji I w Rzeszowie. Policjanci jako pierwsi pojawili się na miejscu wypadku, aby zabezpieczyć miejsce zdarzenia do momentu przyjazdu funkcjonariuszy Wydziału Ruchu Drogowego.

- Ten sposób zabezpieczenia, jaki funkcjonariusze wybrali, nie zabezpieczał śladów kryminalistycznych przed ich utratą albo zniekształceniem - mówił w lutym „Nowinom” prokurator Dawid Szulik.

Oprócz tego, jak twierdzi prokuratura, funkcjonariusze nie ustalili danych świadków obecnych na miejscu zdarzenia i zwolnili ich przed przyjazdem funkcjonariuszy Wydziału Ruchu Drogowego.

Co więcej, mieli dopuścić do zmiany położenia pojazdu, którym potrącono 15-latkę.

Prokurator Dawid Szulik planował zakończyć śledztwo w marcu, ale tak się nie stało.

- Czekam na ostatnie dokumenty i zakończę postępowanie - przekazał nam wczoraj zastępca prokuratora rejonowego Katowice Południe.

Po uzupełnieniu dokumentacji prokuratura będzie mogła przygotować akt oskarżenia. Potem sprawa trafi przed oblicze sądu.

Kolejna rozprawa w maju

Od jesieni ubiegłego roku w Sądzie Rejonowym w Rzeszowie toczy się proces, w którym oskarżonym o nieumyślne spowodowanie wypadku na ul. Rzecha jest żołnierz Daniel O. W styczniu sąd przesłuchał nastoletnią Darię oraz biegłego sądowego ds. techniki samochodowej i wypadków drogowych. Dziewczyna zarzekała się, że nie widziała żadnego samochodu, dlatego zdecydowała się wejść na pasy. Daniel O. nie przyznaje się do winy. Następną rozprawę zaplanowano na maj.

©©

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

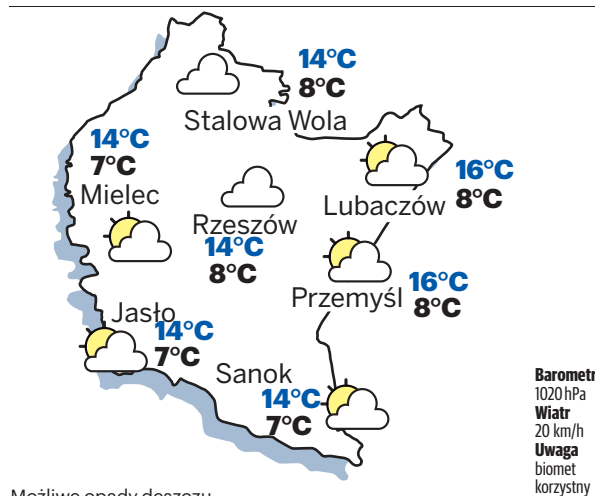
● Mord Belwederski, czyli śmierć żandarma Franciszka Koryzmy należy do tzw. kanonu nigdy niewyjaśnionych spraw II Rzeczypospolitej

Zamów prenumeratę

Nowiny ☎ 12 312 53 88

bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

Pogoda w regionie



Możliwe opady deszczu

15 KWIETNIA 2026

Dziś 105. dzień roku
Do sylwestra pozostało 260 dni.

Wschód Słońca w Rzeszowie: o godzinie 5.40

Zachód Słońca w Rzeszowie: o godzinie 19.26

Przysłowie na dziś:
Za kwietniem ciepłym idzie maj chłodny.

Imieniny dziś obchodzą:
Anastazja, Cezary, Maksym, Olimpia, Piotr, Sylwester, Teodor i Tytus.

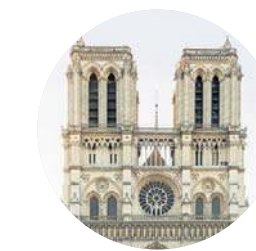
KALENDARIUM

1499

Układ polsko-mołdawski - gospodar Stefan III Wielki przestał być lennikiem króla polskiego Jana I Olbrachta.

1864

Na mocy carskiego ukazu zniesiono pańszczyznę chłopów w Królestwie Polskim. Na ziemiach polskich występowała od XII w.



FOT. WIKIPEDIA

1992

Rozpoczęła się misja polskiego kontyngentu wojskowego w Chorwacji. W szczytowym okresie liczył prawie 1200 żołnierzy.

1970

W rewanżowym meczu półfinałowym Pucharu Zdobywców Pucharów Górnik Zabrze zremisował w Chorzowie z AS Roma 2:2.

2019

Pożar katedry Notre-Dame (nz.) w Paryżu. Zniszczył iglicę i dach pokrywający nawę, chór i transept. Po odbudowie została otwarta w 2024.

Nowe opłaty nad Jeziorem Tarnobrzeskim w 2026 r.

Wioletta Wojtkowiak
wioletta.wojtkowiak@polskapress.pl

Prezydent Tarnobrzega wprowadził nowe stawki opłat za wjazd nad Jezioro Tarnobrzeskie w sezonie letnim 2026.

W poprzednim sezonie w Tarnobrzegu wprowadzono rozwiązania, które miały obniżyć ceny dla zmotoryzowanych za korzystanie z terenów rekreacyjnych nad jeziorem:

- karnety turystyczne (5 wjazdów za 130 zł, 10 wjazdów za 250 zł),
- preferencyjny abonament dla mieszkańców,
- udogodnienia dla osób niepełnosprawnych.

Te elementy pozostają bez zmian także w 2026 roku.

Nadal obowiązuje też zasada promocyjnej opłaty za wjazd - zamiast 100 zł kierowcy zapłacą 30 zł, jeśli uregulują należność od razu, w dniu

wjazdu (gotówką, kartą, Blikiem, przez system mobilny).

Najważniejsza zmiana dotyczy mieszkańców Tarnobrzega. W 2025 roku abonament sezonowy od 1 maja do 30 września kosztował 50 zł. W 2026 roku cena wzrosła do 60 złotych. To oznacza podwyżkę o 10 zł. Choć kwota nie jest duża, to właśnie mieszkańcy - którzy najczęściej korzystają z jeziora - odczują realną zmianę w portfelu.

Pozostałe zasady pozostają takie same lub są korzystne:

- darmowy wjazd dla osób z niepełnosprawnościami, posiadających kartę parkingową i zarejestrowanych w systemie MOSiR,
- 0 zł przez pierwsze 30 minut od wjazdu - to rozwiązanie dla osób, które chcą tylko na chwilę zatrzymać się nad jeziorem,
- utrzymanie cen karnetów dla stałych bywalców.

©©



FOT. WIOLETTA WOJTKOWIAK

Opłaty za wjazd nad Jezioro Tarnobrzeskie obowiązują od 1 maja do 30 września

ZUS zaostrza zasady kontroli zwolnień lekarskich

Magdalena Jach
wydawcy@nowiny24.pl

Od początku tego tygodnia obowiązują duże zmiany, dotyczące zasad korzystania ze zwolnień lekarskich oraz kontroli ich prawidłowego wykorzystywania.

Najważniejsza zmiana dotyczy sytuacji, w których ubezpieczony może utracić prawo do zasiłku chorobowego. Zgodnie z nowymi przepisami stanie się tak w przypadku, gdy w czasie orzeczonej niezdolności do pracy osoba wykonuje pracę zarobkową lub podejmuje aktywność niezgodną z celem zwolnienia.

Ustawodawca doprecyzował oba pojęcia. Pracą zarobkową będzie każda czynność o charakterze zarobkowym, niezależnie od podstawy prawnej jej wykonywania.

Jednocześnie wyłączono z tej kategorii tzw. czynności incydentalne, czyli działania podejmowane wyjątkowo, w związku z istotnymi okolicznościami, przy czym polecenie pracodawcy nie może być uznane za taką okoliczność.

Z kolei aktywność niezgodna z celem zwolnienia obejmuje wszelkie działania, które mogą utrudniać lub wydłużać proces leczenia i rekonwalescencji. Nie zalicza się do niej zwykłych czynności życia codziennego ani incydentalnych działań wymuszonych istotnymi okolicznościami.



FOT. ARCHIWUM

Kontrolerzy ZUS są uprawnieni m.in. do odbierania informacji od lekarza leczącego osobę na zwolnieniu

- Bez zmiany pozostaje zasada, że okres zwolnienia od pracy powinien być wykonywany na odzyskanie zdrowia i rekonwalescencję. Osoba ubezpieczona nie może w tym czasie wykonywać działań, które zakłóciłyby ten proces. Nie wolno jej podejmować pracy zarobkowej ani aktywności niezgodnej z celem zwolnienia. Wyjątkowo może wykonywać zwykłe czynności życia codziennego lub czynności incydentalne, których podjęcia w okresie zwolnienia od pracy wymagają istotne okoliczności. Jeżeli podejmie takie czynności, będzie to - tak jak dotychczas - weryfikowane i oceniane z uwzględnieniem okoliczności konkretnej sprawy -

wyjaśnia Monika Kiełczyńska z ZUS.

Nowe zasady kontroli L4

Zmiany obejmują również zasady kontroli prawidłowości wykorzystywania zwolnień lekarskich. Kontrola ta polega na sprawdzeniu, czy ubezpieczony korzysta ze zwolnienia zgodnie z jego przeznaczeniem. Nowe przepisy szczegółowo regulują: uprawnienia i obowiązki osób przeprowadzających kontrolę (w tym możliwość legitymowania osoby kontrolowanej), obowiązki osób kontrolowanych, zasady przeprowadzania kontroli, sposób sporządzania protokołu, tryb składania zastrzeżeń do ustaleń kontroli.

Zmieniono przepisy w sprawie kontroli wykorzystywania zwolnień. ZUS jest uprawniony do kontroli zaświadczeń lekarskich o czasowej niezdolności do pracy z powodu choroby i zaświadczeń lekarskich o czasowej niezdolności do pracy z tytułu opieki nad chorym członkiem rodziny. Kontrolowane mogą być również osoby po ustaniu tytułu ubezpieczenia chorobowego.

Nowe przepisy zakładają, że taka kontrola polegać ma na ustaleniu, czy osoba nie podejmuje działań wyłączających ją z prawa do czasowego zwolnienia od pracy. W przypadku osoby pobierającej zasiłek opiekuńczy kontrola ma umożliwić ustalenie, czy poza ubezpieczonym nie ma innych członków rodziny pozostających we wspólnym gospodarstwie, mogących zapewnić opiekę.

Kontrolę prawidłowości wykorzystywania zwolnień od pracy mogą przeprowadzać płatnicy składek i ZUS, ale kontrolerzy z ZUS mogą wylegitymować osobę kontrolowaną w celu ustalenia jej tożsamości. Są też uprawnieni do wstępu do miejsca przeprowadzania kontroli i do odbierania informacji od osoby kontrolowanej, jej płatnika składek oraz od lekarza leczącego. Osoba kontrolowana będzie zobowiązana do udostępnienia kontrolującemu na jego żądanie informacji czy składania wyjaśnień dotyczących kontroli.

©©

KRÓTKO

RZESZÓW

Przychodzi pisarz do lekarza

Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza na wydarzenie z cyklu Literackie spotkania z profesorem Joanną Rusin - „Przychodzi pisarz do lekarza”. Czwartek! godz. 17, ul. Sokoła 13, wstęp wolny. Dr hab. Joanna Rusin, prof. UR jest pracownikiem naukowym Instytutu Poloni-

styki i Dziennikarstwa UR. To autorka artykułów w czasopiśmie literackich i naukowych oraz książek m.in.: „Aleksander Wielopolski - bohater trudnej legendy”, „Człowiek świętego imienia: legenda Traugutta w piśmiennictwie polskim XIX i XX wieku”.

RZESZÓW

II LO na podium plebiscytu

Zakończył się ogólnopolski plebiscyt „Ponadpodstawowa Szkoła Roku 2026”, organizowany przez portal Wszedukacja.pl. W głosowaniu wzięli udział uczniowie, rodzice, absolwenci oraz sympatycy szkół z całej Polski, oddając łącznie ponad 158 tysięcy głosów. Plebiscyt miał charakter społecznościowy,

a o końcowych wynikach decydowało zaangażowanie lokalnych społeczności szkolnych. Dzięki temu stanowi on cenne uzupełnienie rankingu opartych wyłącznie na wynikach egzaminów. II Liceum im. płk. Leopolda Lisa-Kuli w Rzeszowie zajęło 2. miejsce w ogólnopolskim zestawieniu.

„Maska” zawiesza próby i przesuwuje premierę

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

W czerwcu miała odbyć się premiera spektaklu „Doktor Dolittle i jego zwierzęta”. Rozpoczęły się już prace nad maskami, ale próby zawieszono.

Premierę zaplanowano na 27 czerwca. Miała zostać włączona w program Wschodu Kultury: Europejskiego Stadionu Kultury. Ponad miesiąc temu podczas konferencji prasowej Przemysław Jaszczyk, zastępca dyrektora Teatru Maska ds. artystycznych, zapowiedział, że „Doktor Dolittle i jego zwierzęta” będzie widowiskiem plenerowym. - Wyjdziemy z budynku teatru w przestrzeń miejską. Będzie to spektakl, w którym zobaczymy cały zespół aktorski w dużych maskach zwierzęcych - zapowiedział wówczas.

W kwietniu rozpoczęły się pierwsze przygotowania. Rzeszowski teatr pochwalił się nimi na platformie społecznościowej.



Pracownicy plastyczni nie przerwali pracy i tworzą maski do spektaklu

- Pod czujnym okiem znakomitego scenografa Mateusza Mirowskiego nasi koledzy intensywnie pracują nad najbliższą premierą - plenerowym spektaklem „Zwierzęta Doktora Dolittle” - czytamy pod zdjęciami, na których widać powstające maski.

Prób do spektaklu jednak nie rozpoczęto i czerwcową premierę anulowano. Przyczyną jest nieuzyskanie dofi-

nansowania przez teatr. Jak tłumaczy Przemysław Jaszczyk, miejski teatr ma obowiązek zrealizować jedną premierę rocznie, która jest finansowana z budżetu miasta. Natomiast „Doktor Dolittle” miał być piątą w sezonie i czwartą w roku.

- Na wszystkie pozostałe pozyskujemy pieniądze z zewnątrz i tym razem się nie udało. Pojawiły się nowe okoliczności i nie chcąc zadłużać

teatru, podjęliśmy decyzję o przeniesieniu a nie odwołaniu premiery - wyjaśnia zastępca dyrektora Teatru Maska ds. artystycznych.

Dodaje, że pracownicy plastyczni nie przerwali pracy i tworzą maski. Prawdopodobnie „Doktora..” będzie można zobaczyć w styczniu 2027 roku. Nie będzie to jednak już spektakl plenerowy tylko sceniczny. Będzie go można dzięki temu pokazać więcej razy.

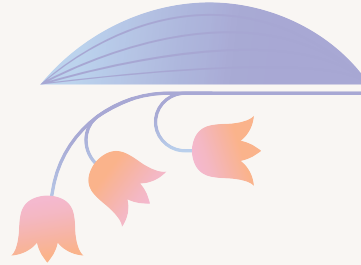
Jak przekazuje Marzena Kłeczek - Krawiec, rzeczniczka prezydenta Rzeszowa, Estrada Rzeszowska, która organizuje ESK, miała zapłacić jedynie za pokaz spektaklu podczas festiwalu, a nie za jego produkcję.

W teatrze przygotowują już kolejny spektakl. - Zaczynamy wcześniej próby do premiery jubileuszowej - mówi zastępca dyrektora.

Podczas tegorocznej edycji Międzynarodowego Festiwalu Teatrów Ożywionej Formy Maskarada, Teatr Maska zaprezentuje rzeszowskiej publiczności „Wesele” Stanisława Wyspiańskiego. ©©

REKLAMA

0011509399



Wiosenny Puls Seniora

Spotkajmy się 22 kwietnia 2026 roku w auli A1 Uniwersytetu Rzeszowskiego, kampus Rejtana

Z uwagi na ograniczoną liczbę miejsc obowiązuje rejestracja pod numerem telefonu **510 026 862**, od poniedziałku do piątku w godzinach 9–15, lub SMS-em, podając imię i nazwisko osoby rezerwującej oraz ogólną liczbę osób deklarujących uczestnictwo.

Gościem wiosennego forum będzie **Dariusz Kordek**
– aktor teatralny, musicalowy i filmowy, prezenter telewizyjny, konferansjer, piosenkarz - artysta o wszechstronnym talencie.

zarejestruj się
nowiny24.pl/forum-seniora

FORUM seniiora

ORGANIZATOR

nowiny
nowiny24.pl

n NOWINY24.PL

PARTNER GŁÓWNY

 Uniwersytet Rzeszowski

PATRON

ZUS ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

PATRONI HONOROWI

 WOJEWODA PODKARPACKI

 MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO

NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia
Podkarpacki Oddział Wojewódzki w Rzeszowie

 Konrad Fijołek
Prezydent Miasta Rzeszowa

 RDK
Rzeszowski
DOM KULTURY

PARTNERZY

TEZEUSZ.pl
Drugie życie książek

 zielarnia
LAWENDA

 itaRes

 Audika

 PALACOWY
CATERING

PATRONAT MEDIALNY

TVP info

TVP3
RZESZÓW

 Polskie Radio
RZESZÓW

Nowy basen w Boguchwale na finiszu. Ma być gotowy na lato

wute
w.trawka@nowiny24.pl

Postępują prace przy budowie nowego basenu - wykonawcy kończą instalacje i przygotowują teren pod kolejne etapy inwestycji.

- Nieka żelbetowa została już wylana. Trwają prace nad zagospodarowaniem terenu, ostatnie instalacje, za chwilę położenie kostki brukowej, później uszczelnianie niecki i wyłożenie jej specjalną folią - poinformo-

wał Wiesław Kąkol, burmistrz Boguchwały. - Mamy nadzieję, i taki jest plan, że wszystko na sezon letni będzie gotowe i będziemy mogli korzystać z nowego basenu i całego kompleksu, który już jest.

Kompleks basenów systematycznie się rozwija. Po wybudowaniu wartego 1,6 mln zł wodnego placu zabaw, władze gminy postanowiły zainwestować w basen o wymiarach 20x8 m i głębokości od 1,2 do 1,5 m. Do tego plaża ze sztuczną nawierzchnią, dodatkowe ławki i pergole.



Basen o wymiarach 20x8 m będzie miał od 1,2 do 1,5 m głębokości

FOT. SCREENFACEBOOK.COM/KAKOL.WIES

23-letnia kobieta zginęła porażona prądem

opr. LUKS
l.solski@nowiny24.pl

Podczas towarzyskiego spotkania młoda kobieta wspięła się na słup wysokiego napięcia. Mimo natychmiastowej pomocy jej życia nie udało się uratować.

Jak wynika ze wstępnych ustaleń, 23-letnia mieszkanka Husowa brała udział w imprezie plenerowej w Grzegorzówce

(pow. rzeszowski). W pewnym momencie, z niewyjaśnionych dotąd przyczyn, zdecydowała się wejść na konstrukcję słupa wysokiego napięcia. Tam doszło do porażenia prądem o wysokim napięciu. Na miejsce wezwano służby ratunkowe. Świadkowie i ratownicy podjęli próbę reanimacji 23-latkę. Przybyły na miejsce lekarz stwierdził zgon młodej kobiety. Policja pod nadzorem prokuratury wyjaśnia okoliczności zdarzenia.

REKLAMA 0011503049

Zakład Usług Pogrzebowych i Cmentarnych MPGK Rzeszów Sp. z o.o.
35-323 Rzeszów ul. Cienista 3

CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE
☎ 601 402 991 ☎ 17 853 53 48

- Sprzedaż niezbędnych akcesoriów pogrzebowych
- Przewóz zwłok z miejsca zgonu do chłodzi
- Przygotowanie ciała do pochówku
- Organizacja ceremonii pogrzebowej
- Organizacja kremacji
- Załatwienie formalności ZUS, KRUS, inne

Biurowo czynne: pon.-pt. 7.00-16.00, sobota 8.00-14.00
www.zupic.pl

Była wójt i jej zastępcą zostali oskarżeni m.in. o oszustwa

Andrzej Płes
a.ples@nowiny24.pl

Była wójt, zastępca wójta Tyrawy Wołoskiej w 2022 r. oraz inspektor nadzoru budowlanego staną przed sądem. Prokuratura zarzuca im m.in. oszustwo.

Śledczy Prokuratury Rejonowej w Sanoku przyjrzyli się szczegółom realizacji inwestycji gminy pn. „Przebudowa pomieszczeń Gminnego Ośrodka Kultury na potrzeby prowadzenia działalności kulturalnej”.

Wartość inwestycji gmina wyszacowała na prawie 800 tys. zł, do przetargu stanęły dwie firmy. Zwycięzca zobowiązał się do dokonania wymiany okien, przebudowy pomieszczenia gospodarczego, bibliotecznego, magazynu, klatki schodowej i korytarza, biblioteki, przebudowy sali OSP oraz instalacji wod-kan i gazowej. Prace miały zakończyć się w 2022 r., do czego nie doszło, budynek GOK był zamknięty dla użytkowników, choć protokół odbioru inwestycji został podpisany.

Co więcej: podczas sesji rady gminy radni pytali wójta o postęp prac, powoływali się na opinie mieszkańców wskazujących na liczne nieprawidłowości i bałagan wokół budynku GOK. Interweniowało też Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, które współfi-



FOT. PAWEŁ DUBIEL

O losach oskarżonych m.in. o oszustwo i działanie na szkodę interesu publicznego będzie decydował Sąd Okręgowy w Krośnie

nansowało inwestycję. MKiDN wszczęło kontrolę, która wykazała nieprawidłowości, gmina otrzymała informację o konieczności zwrotu 200 tys. zł dotacji.

Wobec wielu zastrzeżeń co do przebiegu realizacji przebudowy Prokuratura Rejonowa w Sanoku postawiła zarzuty pani wójt i jej zastępcy za ich udział w 2022 r. w tej operacji, a potem sformułowała akt oskarżenia, w którym całej trójce przypisuje „oszustwo, działanie na szkodę interesu publicznego poprzez nadużycie celem osiągnięcia korzyści

majątkowej oraz poświadczenie w tym celu nieprawdy w dokumentacji dotyczącej tego przedsięwzięcia”. Z kolei inspektor nadzoru budowlanego będzie odpowiadał za poświadczenie nieprawdy w dokumentach i czerpanie z tego korzyści materialnych.

Radni pytali o postęp prac, powoływali się na opinie mieszkańców wskazujących na nieprawidłowości i bałagan wokół budynku GOK.

- Ówczesnemu wójtowi i jego zastępcy grozi kara pozbawienia wolności nawet do 10 lat, z kolei przestępstwo zarzucone inspektorowi budowlanemu nad inwestycją zagrożone jest karą pozbawienia wolności do lat 8 - wylicza dr hab. Marta Kolendowska-Matejczuk, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Krośnie.

Prokuratura zabezpieczyła na majątkach pani wójt i jej zastępcy łącznie 200 tys. zł, jako środek kompensacyjny w taki sposób, że ustanowiła hipotekę przymusową na ich nieruchomościach. ©©

W rzeszowskim akademiku „Hilton” będzie remont za dwa miliony złotych

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Jak informuje Uniwersytet Rzeszowski, remont ma „podnieść standard zakwaterowania studentów”.

Remont ma objąć wybudowanie zewnętrznej windy dostosowanej do potrzeb osób z niepełnosprawnościami oraz przebudowę segmentów mieszkalnych.

- Inwestycja ma na celu poprawę dostępności obiektu oraz podniesienie standardu zakwaterowania studentów - czytamy na profilu Uniwersytetu Rzeszowskiego na platformie społecznościowej.

Na remont akademika Uniwersytet Rzeszowski otrzymał 2 mln zł dofinansowania od ministra nauki i szkolnictwa wyższego, z czego milion złotych



FOT. ARCHIWUM UR

Obecnie w akademiku „Hilton” jest 276 miejsc

pochodzi z dotacji celowej przyznanej uczelni na 2026 rok.

- Realizacja przedsięwzięcia przyczyni się do zwiększenia dostępności infrastruktury Uniwersytetu Rzeszowskiego dla osób z niepełnosprawno-

ściami oraz poprawy warunków życia społeczności akademickiej - zapewniają pracownicy uczelni. - Modernizacja i rozbudowa Domu Studenckiego „Hilton” wpisuje się w działania uczelni na rzecz

tworzenia nowoczesnego i przyjaznego środowiska studiowania - zaznaczają.

Obecnie w akademiku „Hilton” jest 276 miejsc. Znajduje się on na osiedlu Zalesie. Mieszkania mają segmentowy układ: każdy tworzą dwa pokoje dwuosobowe. Łącznie mogą w nich mieszkać cztery osoby. Każdy pokój ma powierzchnię 14,21 mkw, a cały segment zajmuje 39,79 mkw.

Mieszkańcy danego segmentu korzystają wspólnie z: przedpokojem (8,38 mkw.), osobnej łazienki z prysznicem i umywalką (2,03 mkw.), WC (0,96 mkw.).

Na każdym piętrze znajdują się kuchnie wspólne.

Studenci mają również dostęp do: pralni (za dodatkową opłatą), sali cichej nauki, sali telewizyjnej i pokoju bilardowego. ©©

Ślub po trzydziestce, rozwód po czterdziestce. Tak żyją Polki i Polacy, a jak mieszkańcy Podkarpacia?

Norbert Zietał
n.zietal@nowiny24.pl

Statystyczna Polka ma 44,9 lat, a Polak 41,7 lata. Mieszkanca Podkarpacia jest o ok. pół roku młodsza, ma 44,4 lata. Mieszkaniec jest o kilka miesięcy młodszy od statystycznego Polaka, ma 41,3 lat.

Jak podaje GUS, statystyczna Polka mieszka w mieście, pierwsze dziecko urodziła przed trzydzistką i statystycznie przeżyje swojego rówieśnika o ponad 7 lat. On jest od niej młodszy, później staje na ślubnym kobiercu i szybciej znika z demograficznych wykresów.

Z danych GUS wyłania się zaskakująco spójna opowieść o współczesnym życiu kobiet i mężczyzn w Polsce.

Dane o wieku to mediana, która dzieli daną społeczność na dwie połowy (w tym przypadku kobiety lub mężczyzn pod względem wieku).

- Wyobraźmy ich sobie, Judyta lub Magda oraz Adam lub Piotr. Ona ma 45 lat, a on 42



FOT. CANVA

Statystyczna Polka żyje ponad 7 lat dłużej niż statystyczny Polak

lata. Oboje mieszkają w mieście, bo to właśnie tam najczęściej, wg GUS, toczy się dziś statystyczne życie Polek i Polaków.

Różnica wieku nie jest duża, ale symboliczna - statystyczna Polka jest o ponad trzy lata starsza od statystycznego Polaka. To

ona częściej reprezentuje bardziej dojrzałe pokolenie, z większym bagażem doświadczeń rodzinnych i zawodowych.

„30” to wiek wejścia w dorosłość

Ich historia zaczyna się podobnie jak wiele innych. Ona po raz pierwszy wychodzi za mąż w wieku około 28 lat. On żeni się średnio dwa lata później, mając 30 lat. Jeśli dochodzi do rozwodu, ona ma około 41 lat, a on prawie 44. Decyzja o dziecku nie zapada od razu. Polka rodzi pierwsze dziecko w wieku 29 lat.

- To opowieść o przesunięciu dorosłości. Trzydziestka staje się nowym początkiem, a nie granicą - twierdzi analitycy GUS.

Czterdziestka to najczęstszy wiek emigracji Polek i Polaków. Dzieci są już odchowane, a pieniądze w domowych budżecie niezbyt dużo. Gdy Polacy decydują się na emigrację, wybierają te same kraje: Niemcy, Wielką Brytanię i Holandię.

Statystyczna emigrantka ma ok. 40 lat i pochodzi z miasta. Statystyczny emigrant również

jest w wieku mobilnym i miejskiego pochodzenia.

Największa różnica pomiędzy Polkami i Polakami zaczyna się po czterdziestce. Statystyczna Polka żyje ponad 7 lat dłużej niż statystyczny Polak. Najczęściej umiera z powodu chorób układu krążenia, mając ponad 82 lata. Mężczyzna również najczęściej odchodzi z tego samego powodu, ale średnio ok. 73. roku życia.

Statystyczny mężczyzna może dziś liczyć na 61 lat życia w dobrym zdrowiu. W przypadku kobiet ten wynik jest wyższy i wynosi 65 lat. Inaczej wygląda jednak proporcja zdrowych lat do całkowitej długości życia. Mężczyźni spędzają w zdrowiu 82,2 proc swojego życia, podczas gdy w przypadku kobiet odsetek ten wynosi 79,4 proc.

Jacy są mieszkańcy Podkarpacia?

Już nasz średni wiek jest nie spodzianką. W obiegowej opinii nasz region jest miejscem ludzi starszych, bo „młodzi stąd uciekli”. Tymczasem okazuje

się, że jesteśmy młodszy. Mediana wieku wynosi u nas 42,9 lat (o pół roku mniej niż krajowa). Wiek podkarpackich kobiet 44,4 lata jest o pół roku niższy niż średnia krajowa. U mężczyzn wynosi 41,3 i jest o 0,4 roku mniejszy (czyli ok. 5 miesięcy).

Na Podkarpaciu żyjemy dłużej. Mężczyźni o rok (75,9 lata), kobiety o prawie 1,5 roku (83,7 lata). Także na Podkarpaciu mężczyźni większą niż kobiety część swojego życia spędzają w zdrowiu.

Związki małżeńskie zawieramy w nieco wcześniejszym wieku. Podkarpackie kobiety najczęściej, gdy mają 24 do 28 lat, mężczyźni w wieku 26 do 30 lat. Rozwódzimy się najczęściej po 10 - 15 latach małżeństwa. Kobiety w wieku 35 do 39 lat, mężczyźni 40 - 44 lata. Mamy najniższy spośród wszystkich województw współczynnik aktywności zawodowej mieszkańców. U nas wynosi on 53,1 proc. przy średniej krajowej 58,5 proc. Wskaźnik aktywności zawodowej u nas wynosi 51,2 proc., średnia krajowa to 56,8 proc. ©

REKLAMA

Neurochirurgia na światowym poziomie – nowoczesne zabiegi dostępne w Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim w Rzeszowie

Klinika Neurochirurgii w Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim im. Św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie od lat stanowi jeden z filarów nowoczesnej medycyny na Podkarpaciu. Placówka wyróżnia się innowacyjnymi metodami leczenia oraz wysoko wykwalifikowanym zespołem specjalistów, którzy niosą pomoc pacjentom z całego regionu.

Rzeszowscy neurochirurdzy z powodzeniem przeprowadzają skomplikowane zabiegi z zakresu chirurgii układu nerwowego oraz operacje kręgosłupa, stosując techniki na światowym poziomie.

Klinika Neurochirurgii pod kierownictwem dr n. med. Przemysława Grzegorzewskiego działająca w Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim im. Św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie od wielu lat cieszy się opinią jednego z wiodących ośrodków neurochirurgicznych w regionie. Zespół wysoko wykwalifikowanych specjalistów stosuje najnowocześniejsze metody leczenia, zapewniając pomoc pacjentom z całego Podkarpacia. Lekarze rzeszowskiej kliniki wykonują szeroki zakres skomplikowanych zabiegów chirurgii układu nerwowego oraz operacji kręgosłupa – zgodnie ze światowymi standardami i przy użyciu zaawansowanych technologii.

W ramach leczenia nowotworów śródczaszkowych – takich jak

glejaki, oponiaki, guzy przerzutowe, guzy przysadki czy guzy kąta mostowo-mózdkowego – neurochirurdzy uzyskują dostęp do mózgu poprzez precyzyjne otwarcie czaszki i warstw ochronnych, uwidaczniając nowotwór, który może być zlokalizowany powierzchownie lub położony głęboko w strukturach mózgu. Guz jest usuwany z zachowaniem maksymalnej ostrożności, by nie naruszyć istotnych funkcji neurologicznych, a pobrane fragmenty poddawane są badaniu histopatologicznemu. Pozwala to określić typ nowotworu, jego złośliwość i zaplanować dalsze leczenie.

Klinika specjalizuje się także w leczeniu tętniaków śródczaszkowych i malformacji naczyńowych. Tętniaki mózgu, będące cienkościennymi uwypukleniami tętnic, stanowią bezpośrednie zagrożenie życia. W klasycznym leczeniu neurochirurg wykonuje tzw. zabieg klipsowania



– zakłada tytanowy klips na szyję tętniaka, wyłączając go z krążenia. Alternatywą jest nowoczesna metoda embolizacji, wykonywana we współpracy z pracownią radiologii zabiegowej – lekarze z pomocą specjalnego cewnika docierają do zmienionych chorobowo tętnic drogą wewnątrznacyniową i wyłaczają tętniaka z krążenia poprzez wypełnienie go tytanowymi sprężynkami.

W obszarze chirurgii kręgosłupa wykonywane są operacje głównie w odcinku lędźwiowym i szyjnym – w leczeniu przepuklin jądra miazdżystego, stenozy kanału kręgowego czy guzów wewnątrzkanalowych. Zabiegi te mają na celu usunięcie przyczyn ucisku na nerwy – takich jak

przepuklina jądra miazdżystego (w języku potocznym: wypadnięty dysk), przerośnięte więzadła, zmiany kostne czy nowotwory. Objawy, jak przewlekły ból, zaburzenia czucia czy osłabienie siły mięśniowej, często ustępują po operacyjnym odbarczeniu struktur nerwowych.

Rzeszowska neurochirurgia dysponuje zaawansowanym zapleczem technologicznym, które umożliwia leczenie na najwyższym poziomie. Wśród nowatorskich metod wyróżnia się zastosowanie Gliolanu – substancji znakującej komórki glejaka (złośliwego nowotworu mózgu), dzięki której w świetle ultrafioletowym specjalistycznego mikroskopu komórki guza świecą na różowo podczas operacji. Pozwala to na

dokładniejsze usunięcie guza, co ma kluczowe znaczenie dla rokowania pacjenta.

Podobne rozwiązanie technologiczne znajduje zastosowanie w leczeniu tętniaków. Barwnik Verdy (zieleń indocyjaninowa), podany dożylnie, uwidacznia przepływ krwi w mikroskopie operacyjnym.

Dzięki temu neurochirurg może natychmiast ocenić skuteczność klipsowania i sprawdzić, czy nie doszło do zaburzenia przepływu w sąsiednich naczyniach, co pozwala uniknąć poważnych powikłań, takich jak udar.

Klinika korzysta również z nowoczesnego robota Globus Medical, który wspomaga lekarzy podczas skomplikowanych operacji kręgosłupa wymagających wszczepienia śrub i prętów stabilizujących. Urządzenie pozwala precyzyjnie zaplanować rozmieszczenie implantów, a jego ramię prowadzi narzędzia neurochirurga, zwiększając dokładność i skracając czas trwania operacji. Integralnym elementem bezpieczeństwa pacjenta podczas wielu zabiegów jest śródoperacyjne mapowanie mózgu i neuromonitoring prowadzone przez obecnego przy

zabiegu lekarza neurologa, członka zespołu Kliniki Neurochirurgii. Umożliwia to ciągłe monitorowanie funkcji nerwów i struktur mózgu, informując neurochirurga o zbliżaniu się do wrażliwych obszarów. Dzięki temu możliwe jest ich ominięcie lub oszczędzenie, co znacząco zmniejsza ryzyko trwałych deficytów neurologicznych po operacji.

Opieka nad pacjentem neurochirurgicznym prowadzona jest pod okiem specjalisty neurologa oraz pani psycholog – stanowią oni nieodłączną część Zespołu Kliniki Neurochirurgii, dbając o jakość i multidyscyplinarne podejście do leczenia chorych. Wykwalifikowane pielęgniarki będące kolejnym filarem pracy Kliniki czuwają nad pacjentami oddziału, zapewniając chorym całodobową i profesjonalną opiekę.

Klinika Neurochirurgii w Rzeszowie to połączenie doświadczenia, zaawansowanej technologii i indywidualnego podejścia do pacjenta. Wszystko po to, by zapewnić leczenie na poziomie światowych standardów, bez konieczności wyjazdu poza region. Rzeszowscy neurochirurdzy rocznie przeprowadzają ok. 1500 zabiegów.

0011472244

nagroda
w konkursie
2025
N
nasze
DOBRE

50 milionów złotych powiat rzeszowski inwestuje w kształcenie młodzieży

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

Tyle pieniędzy przeznaczył powiat rzeszowski na zrealizowane już i planowane inwestycje w podlegających mu szkołach ponadpodstawowych.

- Jest to inwestycja w młodzież - mówi starosta Krzysztof Jarosz. Od 1 września w trzech szkołach średnich zostaną wprowadzone nowe kierunki kształcenia.

- Wartość inwestycji, jakie zaczęły się na przełomie obecnej i poprzedniej kadencji, wynosi 50 mln zł. Dziękuję moim poprzednikom starostom Józefowi Jodłowskiemu i Markowi Sitarzowi za to, że rozpoczęli ten proces. Obecny zarząd powiatu chce zakończyć kompleksową przebudowę szkół. Na ten cel przeznaczyliśmy i przeznaczymy w latach 2024 - 2027 aż 50 mln zł. Koniec 2027 roku jest datą graniczną - powiedział na konferencji prasowej starosta Krzysztof Jarosz.

Najwięcej pieniędzy, bo aż 21 mln zł, poszło na moderniza-



Starosta rzeszowski Krzysztof Jarosz i wicestarosta Jerzy Bednarz przedstawili wczoraj założenia polityki oświatowej powiatu

cję i rozbudowę mieszczącego się w XIX - wiecznym pałacu Wodzickich w Tyczynie Zespołu Szkół. Na internat została zaadaptowana stara oficyna, wybudowano salę gimna-

styczną, powstała scena plenerowa. Inwestycja została nagrodzona tytułem „Budowa roku Podkarpacia 2025”.

2,2 mln zł kosztowała termomodernizacja Zespołu

Szkół Zawodowych w Dynowie. Na utworzenie Branżowego Centrum Umiejętności przy Zespole Szkół Techniczno-Weterynaryjnych w Trzncanie wydano prawie 12 mln zł. Po-

Poprawienie bazy materialnej - stanu budynków, wyposażenia i infrastruktury - ma służyć wzbogaceniu oferty edukacyjnej młodzieży

wstały laboratoria, sale zabiegowe i pracownie dla szkoleń.

Pieniądze trafiły na poprawę efektywności energetycznej Zespołu Szkół w Sokołowie Młp. Planowana są jeszcze termomodernizacje budynku dydaktycznego w ZS w Trzncanie i warsztatów ZS w Dynowie.

Powiat podpisał umowę z ministrem cyfryzacji na nieodpłatne wyposażenie szkół w zestawy do nauczania zdalnego, tzw. produkty ICT, związane z technologiami informacyjnymi i komunikacyjnymi. W ramach KPO ponad 300 laptopów i 150 tabletów trafi do szkół w powiecie. W LO w Dynowie, w Technikum w Trzncanie i w Szkole Branżowej I st. w Sokołowie Młp. powstaną centra wspierające uczniów ze specjalnymi potrzebami. ©©

Koncert Marka Piekarczyka na rzecz dzieci

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

17 kwietnia o godz. 19 w Miejskim Domu Kultury w Łańcucie odbędzie się koncert charytatywny z inicjatywy Marka Piekarczyka.

Są chwile, gdy muzyka przestaje być tylko dźwiękiem. Staje się obecnością, wsparciem i nadzieją - szczególnie dla tych, którzy każdego dnia toczą walkę o zdrowie i życie. Dla małych podopiecznych Fundacji Podkarpackie Hospicjum dla Dzieci i ich rodzin takie momenty mają wyjątkowe znaczenie.

W MDK w Łańcucie Marek Piekarczyk wystąpi w akustycznej odsłonie - blisko, prawdziwie i poruszająco - tworząc atmosferę pełną emocji i refleksji. To wydarzenie ma moc i cel. Każdy bilet to realna pomoc, a każde zajęte miejsce na widowni to gest serca skierowany do potrzebujących dzieci.

Przed koncertem odbędzie się także aukcja obrazów, z której dochód w całości wesprze podopiecznych fundacji. ©©

Przemyscy radni nie zgodzili się na budżet dla seniorów

Norbert Ziętal
n.zietal@nowiny24.pl

W budżecie obywatelskim Przemysła pojawił się osobna kategoria projektów zgłaszanych przez młodzież i przeznaczona dla młodszych mieszkańców.

Inicjatywa skierowana jest do mieszkańców w wieku od 13 do 26 lat. - Celem wprowadzenia nowej kategorii jest zwiększenie zaangażowania mło-

dzieży w życie społeczne oraz umożliwienie jej realnego wpływu na działania i inicjatywy podejmowane na poziomie lokalnym - uzasadnia prezydent Przemysła Wojciech Bakun.

W głosowaniu projekt zmian w budżecie obywatelskim poparło 21 radnych, czyli wszyscy uczestniczący w sesji Rady Miejskiej w Przemyslu.

W ramach Kategorii IV „młodzieżowej” przewidziano 70 tys. zł na realizację siedmiu

zadań, z których każde będzie mogło uzyskać dofinansowanie do wysokości 10 tys. zł. Ponadto zwiększono liczbę członków Komisji ds. Budżetu Obywatelskiego o trzech członków: dwóch przedstawicieli Młodzieżowej Rady Miasta oraz jednego przedstawiciela spośród kandydatów zgłoszonych przez prezydenta Przemysła.

Radni nie przyjęli jednak propozycji zgłoszonej przez radnego niezależnego Macieja Kamińskiego, aby wprowadzić również kategorię zadań dla seniorów.

- Niestety, rada miejska, a konkretnie część radnych, nie przychyliła się do mojego wniosku i nie poparła pomysłu - komentuje radny Kamiński. - Ponadto w związku z informacją od części zarządów osiedli, że nie będzie punktów do głosowania w filiach biblioteki, zadałem pytanie panu prezydentowi, czy to prawda. Niestety, nie uzyskałem odpowiedzi. Uważam, że tak jak do tej pory, powinno być jak najwięcej punktów do głosowania, tak aby umożliwić głosowanie jak największej liczbie mieszkańców - twierdzi radny Kamiński. ©©



Liczenie głosów oddanych w głosowaniu nad budżetem obywatelskim Przemysła na 2025 rok

58-latek zatrzymany za oszustwo „na wypadek”. Seniorka straciła 45 tys. zł

opr. baj
wydawcy@nowiny24.pl

Krośnieńscy policjanci wspólnie z funkcjonariuszami Wydziału Kryminalnego KWP w Rzeszowie ustalili i zatrzymali 58-latkę podejrzaną o oszustwo „na wypadek osoby najbliższej”.

W ubiegłym tygodniu do Komendy Miejskiej Policji w Krośnie zgłosiła się córka pokrzywdzonej. Poinformowała funkcjonariuszy, że jej mama została oszukana metodą „na wypadek osoby najbliższej”.

Z przekazanych informacji wynikało, że 68-letnia mieszkanka powiatu krośnieńskiego odebrała telefon od osoby podającej się za jej synową, która poinformowała ją, że podczas podróży z mężem mieli uczestniczyć w wypadku.

Miało w nim dojść do potrącenia kobiety, w związku z tym potrzebują pieniędzy na adwokata.

Seniorka, chcąc pomóc rodzinie, przygotowała wszystkie oszczędności, łącznie 45 tys. zł i przekazała je tzw. odbierakowi, który podając się za adwokata, pojawił się



Policjanci sprawdzają, czy inne osoby w kraju nie zostały oszukane przez 58-latkę

w miejscu zamieszkania pokrzywdzonej.

W wyniku podjętych działań policjanci ustalili, że mężczyzna, który zgłosił się po pieniądze, przebywa w Rzeszowie.

Za popełnione przestępstwo 58-latkowi grozi kara pozbawienia wolności do lat 8. Sprawa ma charakter rozwojowy.

Dzięki współpracy krośnieńskich policjantów z funkcjonariuszami z Komendy Wojewódzkiej Policji w Rzeszowie, następnego dnia podejrzan o udział w oszustwie został zatrzymany. Okazał się nim 58-letni mieszkaniec województwa śląskiego.

Mężczyzna usłyszał zarzut. Sąd przychylił się do wniosku prokuratury i zastosował wobec 58-latkę środek zapobiegawczy w postaci aresztu na 3 miesiące.

Podkarpacka młodzież czuje się wykluczona z kultury. Ciekawe badania socjologiczne

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskaprress.pl

Podkarpaccy seniorzy są bardziej zadowoleni z oferty kulturalnej niż młodzi ludzie - wynika z raportu „Podkarpacka Diagnoza Kultury 2024”.

Raport sygnują Wojewódzki Dom Kultury w Rzeszowie i Instytut Nauk Socjologicznych Uniwersytetu Rzeszowskiego. Badania przeprowadził i opracował dr Dominik Porczyński, socjolog i metodolog z UR.

Ludzie chcą być razem

- Osoby uczestniczące w badaniu lubią się bawić przede wszystkim razem: w ofercie instytucji kultury uczestniczą ze znajomymi lub z rodziną - mówi dr Dominik Porczyński.

Ponad 61 proc. badanych korzysta z tej oferty, ponieważ chce przyjemnie spędzić czas, a 60 proc. dlatego, że „dotarcie nie wymaga dużego wysiłku”. 45 proc. znajduje dla siebie interesujące zajęcia, a 37 proc. chce poszerzać wiedzę.



Jak wynika z badań przeprowadzonych w 2024 r. na próbie 785 osób, młodzi preferują zabawę we własnym gronie

Kto co wybiera?

Nadal trwa podział na kulturę elitarną (galerie sztuki, filharmonia) oraz na bardziej de-

mokratyczną (kino, koncerty muzyki popularnej, festyny).

Zróżnicowanie praktyk kulturowych widać przede

wszystkim przez pryzmat wykształcenia: osoby z wyższym wykształceniem częściej korzystają z oferty w ogóle, ale też częściej wybierają ofertę bardziej wymagającą oraz edukacyjną, zaś osoby gorzej wykształcone preferują wydarzenia o formie czysto rozrywkowej.

Zauważyć można także zróżnicowanie wiekowe: osoby starsze częściej uczestniczą w wydarzeniach patriotycznych i religijnych, młodzi zaś wolą koncerty i festyny.

Ile mieszkańcy wydają na kulturę

Ogólna ocena oferty kulturalnej, zdaniem socjologa, jest dobra. W skali od 1 do 5 badani ocenili, że dość dobrze zaspokaja ich potrzeby (3,29 pkt.), jest profesjonalnie przygotowana (3,75) i na ich kieszeń (3,84).

Mieszkańcy Podkarpacia w skali roku nie wydali więcej niż 999 zł. Najczęściej ich wydatki mieściły się w przedziale (250-499 zł). I chociaż najbardziej oszczędni są seniorzy, to jednak częściej można ich

w domach kultury, bibliotekach i teatrach spotkać.

Młodzi wykluczeni z oferty kulturalnej

Młodzież i młodzi dorośli najniżej oceniają dostosowanie do swoich potrzeb aktualnej oferty kulturalnej (w skali 1-5 jest to przeciętnie 3,03, podczas gdy seniorzy oceniają ją na 3,74). Jej atrakcyjność oceniają średnio na 3,17 (seniorzy zaś na 3,69).

- Rozbieżność jest więc znaczna - mówi dr Dominik Porczyński portalowi nowiny24.pl - Warto dodać, że nakładają się na to inne zmienne: wykształcenia. Osoby z wyższym wykształceniem dostosowanie i atrakcyjność oferty oceniają gorzej niż osoby w wykształceniu co najwyżej średnim, ale też osoby mieszkające w miejscowościach peryferyjnych oceniają je znacznie gorzej niż osoby mieszkające w Rzeszowie i dużych miastach - dodaje socjolog.

Najbardziej wykluczoną grupą są młodzi ludzie mieszkający w wioskach oddalonych

od większych miast. Może to być młodzież wychowująca się w rodzinach inteligenckich, ale też młodzi dorośli, którzy wrócili po studiach do swoich rodzinnych miejscowości. Lokalne centra kultury nie dostarczają im oferty, której potrzebują.

Na to wykluczenie ma wpływ tzw. wykluczenie komunikacyjne, ale nie bez znaczenia są także możliwości finansowe.

Młodzi ludzie:

- rzadziej korzystają z oferty domów kultury;
- znacznie rzadziej korzystają z oferty klubów muzycznych (aż 43,9 proc. nigdy);
- rzadziej chodzą do muzeów, galerii sztuki, filharmonii.

Młodzież i młodzi dorośli preferują zabawę we własnym gronie (71 proc. wskazań w porównaniu z 52-56 proc. wskazań w starszych kategoriach wiekowych). Z innych badań socjologicznych wynika, że istotnym miejscem zagospodarowującym czas wolny młodych ludzi jest galeria handlowa. ©©

REKLAMA

0011508551

Ekologiczny kefir z Jasienicy Rosielnej to siła natury w każdej kropli

nagroda
w konkursie
2025
N
nasze
DOBRE



REKLAMA

0011508590

Rzemieślniczy chleb z mąki pszennej 2AB

- prosto z serca piekarni Elżbieta Nawłoka F.P.H.U. Helva z Rzeszowa

Piekarnia Elżbieta Nawłoka F.P.H.U. Helva z Rzeszowa do tegorocznej edycji Nasze Dobre Podkarpackie 2025 zgłosiła swój kolejny produkt, a jest nim chleb „Ziarna Rzemiosła” z mąki pszennej 2AB.

Chleb „Ziarna Rzemiosła” z mąki 2AB to prawdziwie rzemieślniczy wypiek, w którym tradycja spotyka się z nowoczesną świadomością żywieniową.

Powstaje z mąki pszennej 2AB - starannie wyselekcjonowanej, pierwotnej odmiany pszenicy, znanej ze swojej lekkości, doskonałej strawności i delikatnego smaku.

Dzięki długiej fermentacji na naturalnym zakwasie bochenek nabiera wyjątkowego charakteru: ma złocistą, chrupiącą skórkę, a w środku kryje wilgotny, sprężysty miąższ o bogatym aromacie. To chleb pełen naturalności, prostoty i autentycznego smaku, który przywołuje wspomnienie dawnych wypieków i sprawia, że każdy kęs staje się prawdziwą przyjemnością.

Piekarnia Nawłoka obecna jest na rynku od 29 lat, a pod szyldem Piekarni Elżbieta Nawłoka działa nieprzerwanie od 1994 roku. Ta niewielka, rodzinna piekarnia, zlokalizowana w centrum miasta przy ulicy Reformackiej (dawniej Buczka), od samego początku opiera swoją działalność na wieloletniej tradycji i doświadczeniu w rzemiośle piekarskim.

Od pierwszych dni istnienia firmy receptury stosowane w piekarni pozostają niezmiennione - bazują wyłącznie na naturalnych składnikach i na naturalnym zakwasie żytnim, bez dodatku polepszaczy czy substancji konserwujących. W Piekarni Nawłoka najważniejsza jest jakość



produktów, a nie ich ilość, co sprawia, że wyroby firmy cieszą się szczególnym uznaniem klientów, którzy doceniają autentyczny smak i tradycyjne metody wypieku.

Piekarnia Nawłoka oferuje szeroki asortyment produktów, dzięki czemu każdy znajdzie tu coś dla siebie. Stałych bywalców przyciąga nie tylko różnorodność chlebów, bułek czy sztagli, ale również świeże i aromatyczne drożdżówki, jagodzianki oraz pączki, które codziennie zachwycają smakiem i świeżością. Wszystko przygotowywane jest z największą starannością, tak aby każdy produkt był smaczny i najwyższej jakości.

Firma jest także wysoko oceniana na rynku lokalnym i regularnie uczestniczy w różnorodnych konkursach, zdobywając liczne nagrody i wyróżnienia za swoje wyroby. Co roku firma stara się brać udział w plebiscycie GC Nowiny „Nasze Dobre Podkarpackie”, potwierdzając tym samym wysoką jakość i wartość swoich produktów w oczach społeczności oraz ekspertów branży cukierniczo-piekarskiej.

ROZRYWKA W JEJ OBRONIE STAJĄ JEDNAK INNE UCZESTNICZKI POPULARNEGO TELEWIZYJNEGO PROGRAMU

„Sanatorium miłości 8”: Teresa z Tarnobrzega w ogniu krytyki

Marcelina Różycka
wydawcy@nowiny24.pl

Teresa z Tarnobrzega, uczestniczka 8. sezonu „Sanatorium miłości” do niedawna uwielbiana przez widzów i lubiana w grupie, coraz bardziej traci w ich oczach.

Teresa z każdym kolejnym odcinkiem coraz bardziej odsuwa od siebie innych uczestników, a w szczególności męską część.

Jej ostatnie wyznanie zszokowało wielu widzów. Po tym jak postawiła wyraźne granice, podkreślając, że nie godzi się na zbyt swobodne zachowanie mężczyzn wobec niej. Chodziło o dotyk, mówiła także o obłapieniu czy nawet obmacywaniu, poszła dalej i zdradziła swojej współlokatorce Ewie, że nie czuje potrzeby bycia z kimś.

- Ja 30 lat jestem sama. Nie odczuwam potrzeby bycia z kimś chyba, może to moja wina... Potrafię wszystko zrobić, seksu nie lubię. No to po co mi facet? Może i zapomniałam, ale jak ja nie lubię tego, to po co mi facet? - powiedziała.

Następnie podczas rozmowy z grupą prowadząca Marta Manowska poprosiła uczestników, aby powiedzieli czego w sobie nie lubią.

- Ja nie lubię się przytulać. Nie znoś, jak się ktoś do mnie przytula, jak mnie mężczyzna obejmuje ramieniem, nie znoś jak mnie łapie za rękę albo pod rękę. Ja przyszedłam z tym walczyć, a natomiast do dziewczyn ja się mogę przytulać 24 godziny na dobę - wyznała Teresa.



Pięknie wystrojona w czerwoną sukienkę Teresa nie wzięła udziału w tańcach ze względu na żalobę po zmarłej mamie

Powiedziała także, że wzięła udział w programie, aby się przełamać. Marta Manowska zaproponowała jej metodę małych kroków. Głos zabrali także inni uczestnicy.

- Ja uważam, że powinna to przełamać, bo na pewno każdy mężczyzna, który stanąłby obok

Teresy na pewno chciałby chociażby poprowadzić ją za rękę czy przytulić, a ona jednak odrzuca - mówił Henryk, który na początku był zauroczony Teresą.

Jednak podczas noclegu pod namiotami seniorka wyraźnie podkreśliła, że nie będzie spać z żadnym mężczyzną.

KIM JEST TERESA Z TARNOBRZEGA, UCZESTNICZKA „SANATORIUM MIŁOŚCI 8”?

W najnowszej edycji programu „Sanatorium miłości” bierze udział Teresa z tarnobrzeskiego rolniczego osiedla Wielowieś. Kobieta z wykształcenia jest księgową, ale całe życie zawodowe związała z gastronomią, prowadziła nawet własny lokal w Sandomierzu, a obecnie pracuje w hotelu z restauracją w pobliżu domu. Zajmuje się tam prawie wszystkim od kuchni, przez bar, po recepcję. Teresa została boleśnie doświadczona przez życie. Od 35 lat jest wdową. Samotnie wychowała trójkę dzieci, ma również troje wnuków. Jest osobą zaradną i samowystarczalną. Sama zaprojektowała swój ogród, murowała ogrodzenie, kładła płytki, wykonywała drobne prace elektryczne. Nie dba przesadnie o swój wygląd, nie korzysta z kosmetyczki ani fryzjera. Interesuje się malarstwem i urządzaniem wnętrz. Nie umie pływać i ma lęk przed lataniem. Jest bardzo kontaktowa, ale zachowuje ostrożność w relacjach romantycznych. Nie jest przekonana do znajomości zawieranych za pośrednictwem internetu. Mówi, że nie wierzy w miłość, ale odczuwa samotność i potrzebuje towarzysza.

- Kto ze mną będzie spał to wszystko jedno, byle nie facci - powiedziała.

Atak w sieci na Teresę

Zachowaniem Teresy wyraźnie są zszokowani widzowie, o czym piszą dosadnie w komentarzach na Facebooku. Wiele osób uważa, że powinna odejść z programu podobnie, jak Barbara. Oto niektóre z opinii fanów po niedzielnym odcinku „Sanatorium miłości 8”:

„Niepotrzebnie zgłosiła się do tego programu, zajęła komuś miejsce niepotrzebnie, tak samo jak ten Pan z Gliwic co nie szuka miłości, a przysgod. Słaba edycja.”

„Rozumiem, że wybrała Sanatorium Miłości, żeby przełamać swoje opory, nie rozu-

miem, że absolutnie nic nie robi w tym kierunku, żeby te opory przełamać!! Stawia swoje warunki, jest niedotykalna, tak naprawdę raczej potrzebuje parobka do roboty, resztę ogarnia sama!”

„Po co ta wylewność o przytulaniu się do kobiet?”

„Teraz można też zrozumieć, dlaczego miała niezbyt udane życie małżeńskie, tak szczerze wypowiadała się na ten temat, a niestety bliskość pomiędzy ludźmi jest potrzebna, nie obmacywanie lub obściskiwanie tylko przytulanie i dotyk.”

„Zabrała miejsce innej Pani! Tylko dla „parcia na szkło”.

W obronie Teresy

Po masie nieprzychylnych komentarzy ze strony internau-

tów głos zabrało kilka uczestniczek programu. Murem stanęły za Teresą i zapewniły, że to bardzo ciepła i wartościowa osoba.

Głos zabrała między innymi Bożena Siedlińska z 8. edycji „Sanatorium miłości”: Kochani.... chciałabym zostawić kilka słów wsparcia dla Teresy. Miałam okazję spędzić z nią ponad miesiąc i mogę z pełnym przekonaniem powiedzieć, że jest osobą niezwykle ciepłą, inteligentną i o nieprzeciętnie silnym charakterze. Jednocześnie to ktoś bardzo kruchy, wrażliwy, pełen empatii, miłości i radości. To, co człowiek przeżył w swoim życiu, a szczególnie emocje - należy do niego, nie wszystko trzeba ujawniać i nie każdy ma obowiązek dzielić się swoją historią. Warto to uszanować. Teresa jest osobą wyjątkową, przesympatyczną i autentyczną. Dziś, w dniu jej urodzin, życzę jej z całego serca dużo szczęścia, spokoju, pozytywnej energii oraz tego, by nigdy nie zatraciła swojej wrażliwości, prawdziwości i życzliwości - napisała.

Bądź sobą - właśnie taka jesteś najpiękniejsza

Wpis zamieściła także Anna Król z 3. edycji: Tak łatwo przychodzi ludziom oceniać Teresę nie znając jej życia dzieciństwa - napisała.

Komentarz zamieściła również Elżbieta Czabator z 8. edycji programu „Rolnik szuka żony”: Teresa to szanująca się kobieta, jeżeli nie ma chemii między nią a mężczyznami biorącymi udział w tej edycji, dlaczego miałaby pozwolić żeby ją dotykali... - napisała. ©

REKLAMA

0011488430



FOO FIGHTERS

TAKE COVER TOUR 2026

ROYEL OTIS

And

OTOBOKE
BEAVER

15 CZERWCA

WARSZAWA, PGE NARODOWY

ANTYRADIO

BILETY: TICKETMASTER.PL / LIVENATION.PL

LIVE NATION

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Bezpłatne leki dla seniorów: na liście zabrakło ważnego preparatu

Zmiany w wykazie bezpłatnych leków dla seniorów zawsze budzą emocje – zwłaszcza gdy do-

tyczą preparatów stosowanych przewlekłe. Na najnowszej liście darmowych leków dla osób po 65. roku życia zabrakło Pradaxy, jednego z popularnych doustnych leków przeciwzakrzepowych. Ministerstwo Zdrowia uspokaja, że pacjenci nie zostaną bez alternatywy.

ZA TYDZIEŃ:

- Śniadanie nie bez powodu nazywane jest najważniejszym posiłkiem dnia. Co jeść na śniadanie?
- Ostatnie dni niższych cen w sanatoriach. Co się zmieni?



FOT. PIXABAY.COM

Czy możesz jeść czosnek? Przeciwwskazania mogą zaskoczyć

Marta Siesicka-Osiak
redakcja@stronazdrowia.pl

Czosnek to wyjątkowo zdrowa przyprawa, która dostarcza do twojego organizmu licznych substancji aktywnych. Jednak nie każdy może korzystać z dobrodziejstw czosnku.

Właściwości zdrowotne czosnku znane są od starożytności. Hipokrates polecał go na dolegliwości trawienne i oddechowe. W medycynie ludowej ma miano naturalnego antybiotyku. Spektrum jego działania jest bardzo szerokie.

Jednak jedzenie go w nadmiarze może prowadzić do zbyt dużego podrażnienia błony śluzowej żołądka, a u niektórych osób do zbyt dużego rozrzedzenia krwi. Szczególną ostrożnością powinny wykazywać się osoby z chorobami układu pokarmowego i rodzice rozszerzający dietę małych dzieci.

Najczęstsze objawy alergii na czosnek

Alergia na czosnek nie należy do częstych, ale jest jednym z głównych powodów do całkowitej rezygnacji ze spożywania tej rośliny.

Osoby uczulone na czosnek mogą źle reagować na jego gotowaną lub surową postać albo na obydwie.

Do reakcji alergicznej dochodzi, kiedy układ odpornościowy błędnie identyfikuje czosnek jako szkodliwy i wytwarza przeciwciała, chcąc go zwalczyć.

Reakcja może pojawić się natychmiast po kontakcie lub spożyciu rośliny lub w ciągu kolejnych dwóch godzin.

Objawy występujące w różnym nasileniu to:

- reakcje skórne np. pokrzywka,
- mrowienie w okolicach jamy ustnej,
- swędzenie nosa i kichanie,
- swędzenie i łzawienie oczu,
- nudności i wymioty,
- bóle brzucha i biegunka.

Może zdarzyć się także, że zjedzenie czosnku wywoła nie-



FOT. LOS MUERTOS CREW / PEXELS

Najzdrowszy, a jednocześnie najbardziej podrażniający jest czosnek surowy

pożądaną reakcję u osoby, która nie jest na niego uczulona.

Taka nietolerancja pokarmowa występuje dość powszechnie i objawia się przede wszystkim: niestrawnością, zgagą lub wystąpieniem gazów.

Czym zastąpić czosnek w diecie osoby uczulonej? Aromatycznych zamienników jest wiele:

- papryczka chili,
- papryka słodka,
- curry,
- oregano,
- bazylia.

Każdy produkt spożywany w nadmiarze może być szkodliwy dla naszego organizmu. W przypadku czosnku nie ma co prawda ustalonej oficjalnej zalecanej dawki, ale przyjmuje się, że jedzenie jednego do dwóch surowych ząbków dziennie może być korzystne dla zdrowia.

Należy pamiętać, aby przed włączeniem do diety suplementów z czosnkiem, skonsultować się z lekarzem prowadzącym.

Szczególnie ostrożne powinny być osoby z chorobami przewlekłymi lub przyjmujące leki na stałe.

Komu może zaszkodzić czosnek?

Rzadko mówi się o przeciwwskazaniach do jedzenia czosnku, dlatego warto wiedzieć, kto powinien ograniczyć jego spożywanie.

Po czosnek – jako naturalny antybiotyk – chętnie sięgamy podczas infekcji. Jednak nie każdy może korzystać z jego dobrodziejstw

Czosnek wykazuje właściwości przeciwzakrzepowe i rozrzedzające krew, dlatego osoby, które przyjmują antykoagulanty lub mają problem z niską krzepiwością krwi, powinny być wyjątkowo ostrożne sięgając po czosnek.

Ze względu na to, że czosnek zwiększa wydzielanie soku żołądkowego powinny unikać go osoby cierpiące na nadkwasotę i refluks.

Także pacjenci z ostrym niedożywieniem żołądka i jelit, wrzodami żołądka i dwunastnicy oraz chorobami wątroby, powinni unikać go w swojej diecie.

Podczas karmienia piersią można spożywać czosnek w niewielkich ilościach ze względu na jego wzdymające działanie. Jednak, jeśli kobieta, będąc w ciąży nie jadła czosnku i dziecko nie przywykło w życiu płodowym do jego charak-

terystycznego, ostrego smaku, należy mieć na uwadze, że może zniechęcić się do ssania piersi.

Zawarta w czosnku allicyna w naturalny sposób obniża ciśnienie krwi. Dlatego osoby przyjmujące leki hipotensyjne lub borykające się ze zbyt niskim ciśnieniem krwi nie powinny spożywać dużych ilości czosnku.

Czosnek jest źródłem fruktanów, które mogą powodować wzdęcia, gazy i bóle brzucha. U osób z nietolerancją nie ulegają one wchłonięciu w jelicie cienkim i są rozkładane w jelicie grubym przez bytujące tam bakterie. W wyniku ich fermentacji powstają gazy. Z kolei zawarte w czosnku związki siarkowe, zwiększają dodatkowo ich produkcję. Podsmażenie czosnku jeszcze bardziej podnosi jego właściwości wzdymające.

Czosnek ma wyjątkowo silne działanie na nasz organizm. Jedzenie go w nadmiarze może prowadzić nawet do krwawień z przewodu pokarmowego, dlatego w diecie małego dziecka powinien się on pojawić w postaci gotowanej dopiero po ukończeniu 1. roku życia, a surowy – drugiego. Należy wprowadzać go stopniowo i w bardzo niewielkich ilościach.

Jedzenie dużych ilości czosnku nie jest wskazane przed planowaną operacją – zarówno poważnym zabiegiem chirurgicznym, jak i np. usuwaniem zęba. Ze względu na właściwości rozrzedzające krew, substancje zawarte w czosnku mogą doprowadzić do krwotoku podczas operacji.

Najzdrowszy, a jednocześnie najbardziej podrażniający jest czosnek surowy.

Bezpłatne leki dla seniorów: na liście zabrakło ważnego preparatu. Co robić?

Ola Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

Na najnowszej liście darmowych leków dla osób po 65. roku życia zabrakło Pradaxy, czyli jednego z popularnych doustnych leków przeciwzakrzepowych.

31 marca Ministerstwo Zdrowia poinformowało, że na wniosek podmiotu odpowiedzialnego Boehringer Ingelheim sp. z o.o. produkt leczniczy Pradaxa (dabigatran) został wyłączony z bezpłatnego wykazu leków dla seniorów, czyli osób powyżej 65. roku życia.

Zmiana ta została ujęta w obwieszczeniu MZ z 17 marca 2026 r. w sprawie wykazu refundowanych leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych. Nowe zasady obowiązują od 1 kwietnia 2026 roku.

Pradaxa to lek stosowany m.in. w leczeniu i profilaktyce zakrzepicy żył głębokich oraz zatorowości płucnej. Jego brak na liście D2 wywołał pytania o dalszy dostęp do terapii.

Ministerstwo Zdrowia uspokaja: est 13 alternatyw z dabigatranem

Resort zdrowia podkreśla, że mimo wycofania Pradaxy pacjenci nadal mają dostęp do bezpłatnych leków zawierających dabigatran, ponieważ w refundacji pozostaje 13 indywidualnych produktów leczniczych z tą samą substancją czynną.

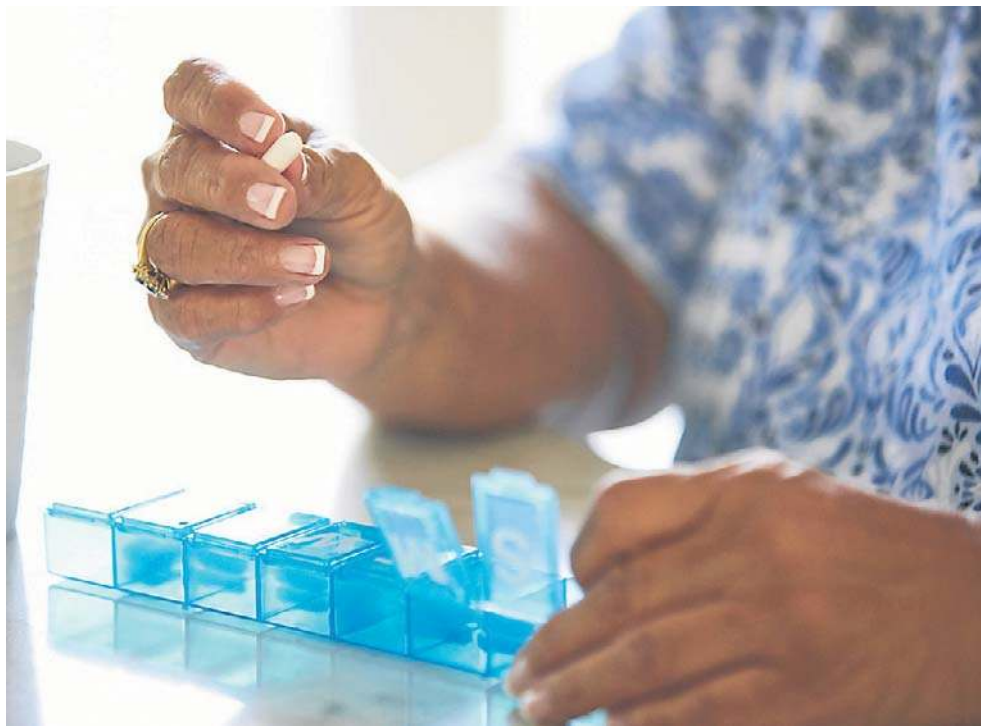
Wszystkie te preparaty znajdują się na liście D2 - leków bezpłatnych dla osób powyżej 65. roku życia.

WARTO WIEDZIEĆ

Zakrzepica żył – objawy

Najpowszechniejsze objawy zakrzepicy nóg to:

- tępy ból o stałym umiarkowanym natężeniu, który nasila się przy poruszaniu się,
- obrzęk,
- podwyższony poziom ocieplenia skóry,
- zasinienie skóry w obrębie zmian zakrzepowych,
- zwiększony stopień napięcia skóry,
- ból przy ucisku miejsca dotkniętego zmianami chorobowymi,
- powiększenie żył powierzchownych,
- zwiększona temperatura ciała, która stanowi konsekwencję procesów zapalnych tocących się w organizmie.



Pradaxa znalazła się poza listą bezpłatnych leków dla seniorów

Ministerstwo Zdrowia wskazuje, że w celu zachowania faktycznego dostępu do leczenia możliwa jest zamiana leku w aptece.

Dotyczy to recept na Pradaxę wystawionych przed 1 kwietnia 2026 roku, z przysługującą pacjentowi zniżką oraz z kodem uprawniającym do dodatkowego S.

W takiej sytuacji farmaceuta może wydać inny lek z dabigatranem, który znajduje się na liście leków bezpłatnych dla seniorów – bez dodatkowych kosztów dla pacjenta.

Pozostałe warunki realizacji recepty muszą jednak zostać zachowane.

Jednocześnie resort przypomina, że dabigatran został całkowicie wyłączony z listy leków bezpłatnych we wskazaniu dotyczącym profilaktyki przeciwzakrzepowej u pacjentów z migotaniem przedsionków.

Lista bezpłatnych leków z dabigatranem dla seniorów (stan na 1 kwietnia 2026 r.)

Na liście D2 pozostają następujące preparaty:

Dabigatran Eteksylan Stada

- kaps. twarde, 110 mg, 60 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów zakrzepicy żył głębokich lub zatorowości płucnej u osób powyżej 18. roku życia
- kaps. twarde, 150 mg, 60 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów zakrzepicy żył głębokich lub zatorowości płucnej u osób powyżej 18. roku życia

Daxanlo

- kaps. twarde, 110 mg, 30 szt.

- kaps. twarde, 110 mg, 60 szt. - prewencja pierwotna żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej po alloplastyce biodra lub kolana, leczenie oraz profilaktyka nawrotów ŻŻG i ZP
- kaps. twarde, 150 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 60 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów ŻŻG i ZP

Mirexan

- kaps. twarde, 110 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 180 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów ŻŻG i ZP

Telelex

- kaps. twarde, 110 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 180 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów ŻŻG i ZP

Wasedoc

- kaps. twarde, 110 mg, 60 szt. - prewencja pierwotna po alloplastyce biodra lub kolana, leczenie oraz profilaktyka nawrotów ŻŻG i ZP
- kaps. twarde, 150 mg, 60 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów ŻŻG i ZP

Co powinni zrobić seniorzy przyjmujący leki przeciwzakrzepowe?

Eksperti przypominają, że każda zmiana w leczeniu powinna odbywać się we współpracy z lekarzem lub farmaceutą. Seniorzy, którzy przyjmowali Pradaxę, nie powinni samodzielnie odstawiać terapii, lecz sprawdzić, czy przysługuje im zamiana na inny refundowany preparat z dabigatranem.

Zmiany na listach refundacyjnych to nie tylko kwestia formalna – dla wielu pacjentów

oznacza realny wpływ na codzienne poczucie bezpieczeństwa i komfort leczenia.

Nowa lista refundacyjna

Od 1 kwietnia obowiązująca nowa lista leków refundowanych. Jedną ze zmian są wyższe opłaty dla pacjentów z cukrzycą. W części przypadków zmiany są symboliczne, ale w innych rachunek rośnie nawet o 105 zł za opakowanie.

Kwietniowa lista refundacyjna obejmuje 243 decyzje dotyczące kontynuacji refundacji oraz 16 nowych terapii.

Wśród nowych terapii 14 dotyczy chorób onkologicznych, a 2 wskazań nieonkologicznych. Sześć z nich jest ukierunkowanych na leczenie chorób rzadkich.

Większość nowych terapii - 15 - będzie dostępna w ramach programów lekowych, a jedna w refundacji aptecznej.

Nowe refundowane terapie obejmują m.in. leczenie raka wątrobowokomórkowego - niwolumab + ipilimumab, raka dróg żółciowych - pemigatynib, niedrobnokomórkowego raka płuca - atezolizumab oraz amiwantamab z chemioterapią, nowotworów z mutacją BRAF V600E - enkorafenib + binimetinib, hormonozależnego raka piersi - palbocyklib + fulwestrant.

Na liście znalazły się także nowe opcje leczenia chorób hematologicznych.

Dodatkowo refundacją objęto m.in. docetaksel w raku przełyku oraz paklitaksel w zaawansowanym raku żołądka.



Wiosna jest szczególnie uciążliwa dla alergików. Dodatkowo zanieczyszczenie nasila objawy alergii

Zanieczyszczone powietrze sprzyja alergiom

oprac. Katarzyna Zawada
katarzyna.zawada@polskapress.pl

Według alergologa prof. Ewy Czarnobilskiej, objawy alergii na pyłek brzozy i innych drzew, np. leszczyny, olchy, pylących wiosną, nasilają się, kiedy wzrasta zanieczyszczenie powietrza pyłem PM2.5.

Badania prowadzone przez zespół Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego, kierowany przez prof. Ewę Czarnobilską, ujawniły istotne korelacje między zanieczyszczeniem powietrza a objawami alergii na pyłek brzozy.

- Do przeprowadzenia badania zainspirował nas fakt, że w Europie, również w Polsce, wskaźniki uczulenia na pyłek brzozy wzrastają i obecnie 10-20 proc. populacji ogólnej Europy, w tym Polski, ma alergię na pyłek brzozy - podkreśliła profesor.

Zespół badawczy analizował przypadki 50 mieszkańców Krakowa uczulonych na pyłek brzozy w latach 2023 i 2024, podczas sezonu pylenia, który przypada na koniec marca i kwietnia. Pomiar objawów alergii prowadzony był przy użyciu aplikacji mobilnej, która rejestrowała nie tylko symptomy, ale także stosowanie leków przeciwalergiczych. Kluczowym elementem badań była analiza stężenia pyłku

brzozy oraz zanieczyszczenia powietrza.

- Nasze badanie pokazało, że nawet przy małym stężeniu pyłku brzozy i dużym zanieczyszczeniu powietrza pacjent może mieć nasilone objawy alergii na pyłek brzozy - zauważyła prof. Ewa Czarnobilska.

Już wcześniej testy i analizy zespołu CM UJ pokazywały, że alergeny pyłku brzozy są bardziej agresywne w powietrzu zanieczyszczonym niż w czystym. Naukowcy wykryli, że objawy korelują z zanieczyszczeniem powietrza pyłem PM2.5, ale już nie z PM10 i ozonem.

- Nawet jeżeli stężenie uczulającego pyłku brzozy nie było wysokie, a stężenie PM2.5 takie było, to pacjenci uczuleni na ten alergen mieli bardzo nasilone objawy alergii, łącznie z objawami astmy sezonowej - dodała ekspertka.

W kontekście leczenia alergii, szczególnie przez odczulanie czy immunoterapię, świadomość wpływu zanieczyszczenia powietrza jest kluczowa. Gdyby pacjenci monitorowali nie tylko stężenie pyłków, ale także jakość powietrza, mogliby lepiej zrozumieć swoje objawy.

Konieczne jest zatem korzystanie zarówno z aplikacji monitorujących pyłki, jak i zanieczyszczenia powietrza.



Wyniki badań są istotne dla codziennego życia alergików, szczególnie w zanieczyszczonych miastach

Nie tylko drżenie. Ten niepozorny objaw może być wczesnym sygnałem Parkinsona



Choroba Parkinsona została nazwana na cześć angielskiego lekarza Jamesa Parkinsona, który w 1817 roku po raz pierwszy opisał główne objawy „drżączki porażnej”

oprac. Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Kiedy myślimy o chorobie Parkinsona, wielu osobom przychodzi na myśl dłoń, które ledwo są w stanie utrzymać szklankę wody. Tymczasem schorzenie to ma wiele twarzy.

Zapięcie zamka błyskawicznego czy pokrojenie kawałka mięsa – takie codzienne czynności przy chorobie Parkinsona często stają się wyraźnie trudniejsze. Osoby chore raz po raz doświadczają, że ręce, ramiona i nogi nie zachowują się tak, jakby tego chciały.

Według danych Niemieckiego Towarzystwa Choroby Parkinsona i Zaburzeń Ruchowych (DGP) w Niemczech na tę chorobę cierpi około 400 000 osób. Większość w momencie postawienia diagnozy ma ponad 60 lat, ale na Parkinsona mogą zachorować także młodszy.

Nawet jeśli choroby Parkinsona wciąż nie da się całkowicie wyleczyć, to dzięki odpowiednim lekom i terapii ruchowej wiele osób może nadal prowadzić aktywne, samodzielne życie. Oto 7 najważniejszych faktów w skrócie.

Choroba Parkinsona (morbis Parkinson) jest przewlekłą chorobą mózgu.

„Dochodzi tu do zbijania się własnego białka organizmu, alfa-synukleiny, w śródmózgu-

wiu” – wyjaśnia neurolog prof. Andrés Ceballos-Baumann, ordynator specjalistycznej kliniki parkinsonowskiej w Schön Klinik w Monachium-Schwabing.

W wyniku tych złożeń komórki w mózgu przestają prawidłowo funkcjonować i ostatecznie obumierają. Ma to konsekwencje: organizm wytwarza mniej dopaminy. Gdy brakuje tego ważnego neuroprzekaźnika, ruchy nie są już możliwe w dotychczasowy sposób. Stają się trudniejsze do kontrolowania.

Dlaczego dochodzi do rozwoju choroby Parkinsona, nie zostało dotąd w pełni wyjaśnione. „Są jednak przesłanki, że oprócz wieku rolę mogą odgrywać także inne choroby, czynniki genetyczne i środowiskowe” – mówi Brit Mollenhauer, trzecia przewodnicząca zarządu DGP.

Drżące ręce to nie jedyny objaw choroby Parkinsona

Niedobór dopaminy może prowadzić do drżenia rąk w spoczynku, zwanego drżeniem (tremorem). Do innych możliwych objawów należą:

- sztywność mięśni,
- spowolnienie ruchów (bradykinezja)
- malejąca amplituda ruchów (akinetyczno hipokinetyczne spowolnienie ruchowe, potocznie: „małe ruchy”)
- niestabilna postawa ciała.

„Chorobie mogą towarzyszyć także tak zwane momenty

zamrożenia (freezing), przy czym freezing oznacza jakby ‘zamrożenie’ ruchu” – wyjaśnia Brit Mollenhauer.

Przykładowo ciało sztywnieje w chwili, gdy światło na przejściu dla pieszych zmienia się na zielone i człowiek chce szybko ruszyć.

Choroba Parkinsona może jednak dawać również objawy

wykraczające poza zaburzenia ruchowe, takie jak:

- trudności z mówieniem i połykaniem
- zaburzenia węchu
- problemy trawienne
- zaburzenia snu
- depresje
- zaburzenia funkcji poznawczych aż po otępienie.

Pierwsze oznaki mogą pojawić się już wiele lat przed wystąpieniem głównych objawów. „Należą do nich na przykład zaburzenia zachowania we śnie REM” – mówi Andrés Ceballos-Baumann.

REM to skrót od „Rapid Eye Movement”, czyli „szybkie ruchy gałek ocznych”.

Osoby dotknięte tym zaburzeniem krzyczą, uderzają lub kopią wokół siebie w tej fazie snu.

– Do zaburzeń zachowania we śnie REM zaliczają się także częściowo agresywne, nawracające sny – dodaje Brit Mollenhauer, ordynatorka Kliniki Paracelsus-Elena w Kassel.

Do innych wczesnych objawów mogą, według Ceballos-Baumann, należeć:

- zmniejszenie pisma, czyli coraz mniejsze litery,
- zaburzenia węchu,
- jednostronne bóle barku,
- ograniczenie współruchów ramion podczas chodzenia,
- zaparcia,
- cichszy głos,
- twarz o „maskowatym” wyrazie.



Świadczenie honorowe dla stulatków wynosi 6 938,92 zł brutto miesięcznie

Prawie 7 tysięcy złotych miesięcznie dożywotnio. Komu przysługuje to świadczenie?

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Od marca wzrosła wysokość świadczenia honorowego, dla osób które ukończyły sto lat. Obecnie wynosi 6 938,92 zł brutto.

Od 1 marca 2026 r. świadczenie honorowe dla osób, które ukończyły 100 lat, wynosi 6 938,92 zł brutto miesięcznie. To zauważalny wzrost. Jeszcze do końca lutego stulatkowie otrzymywali 6 589,67 zł, więc marcowa waloryzacja podniosła świadczenie o 349,25 zł.

W grudniu ubiegłego roku świadczenie honorowe w Polsce pobierało łącznie 4057 osób, z czego prawie 150 miało co najmniej 105 lat. Jak ujawnił jakiś czas temu Zakład Ubezpieczeń Społecznych, to w zdecydowanej większości kobiety.

Komu przysługuje świadczenie honorowe?

Świadczenie honorowe przysługuje osobie, która spełnia łącznie następujące warunki:

- ma obywatelstwo polskie,
- ukończyła 100 lat,
- w ostatnim dniu miesiąca poprzedzającego miesiąc ukończenia 100 lat ma prawo do świadczenia przewidzianego w ustawie o świadczeniu honorowym (np. emerytury lub renty).

W takiej sytuacji prawo do świadczenia honorowego zo-

stanie przyznane automatycznie, bez potrzeby składania wniosku.

Przez ponad 50 lat, od 1972 roku, osoby, które ukończyły 100 lat, mogły otrzymać przyznaną wyjątkowo tzw. honorową emeryturę. Jej wysokość była stała i odpowiadała kwocie bazowej obowiązującej w dniu setnych urodzin, co oznaczało, że świadczenia różniły się między poszczególnymi osobami.

Raz przyznane świadczenie nie podlegało waloryzacji i pozostawało niezmiennie przez całe życie. Od 1 stycznia 2025 roku zasady te uległy zmianie. Świadczenie honorowe zostało uregulowane ustawowo i wprowadzono jedną, wspólną dla wszystkich kwotę.

Kto musi złożyć wniosek o świadczenie honorowe?

Do złożenia wniosku zobowiązane są osoby, które nie pobierają emerytury ani renty z żadnego organu emerytalnego, ale spełniają pozostałe warunki – ukończyły 100 lat, mają polskie obywatelstwo oraz przez co najmniej 10 lat po 16. roku życia miały centrum interesów życiowych w Polsce.

Formularz wniosku o świadczenie honorowe (ESH) jest dostępny na stronie internetowej zus.pl i w każdej placówce Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.



Prawo do świadczenia honorowego zostaje przyznane automatycznie, bez potrzeby składania wniosku

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

LEKI A KAWA

Jakich leków nie można popijać kawą?

Zawarta w kawie kofeina to silny stymulant. Oznacza to, że napar oddziałuje szczególnie mocno na układ nerwowy, ale też na cały organizm. Kawa stymuluje działanie mózgu oraz neuronów, pobudza, dodaje energii, poprawia pamięć i koncentrację. Jednak z tego powodu wchodzi też w interakcje z lekami i może nasilić lub osłabić ich działanie, powodując przy tym wystąpienie skutków ubocznych. - Kofeina może wchodzić w interakcje z różnymi lekami, potencjalnie powodując działania niepożądane lub zmniejszając skuteczność leków. Pacjenci powinni utrzymywać spożycie kofeiny na dość stabilnym i umiarkowanym poziomie,

aby złagodzić wszelkie działania niepożądane lub interakcje ze stosowanymi regularnie lekami - powiedziała Jacquie Lee, inspektor ds. bezpieczeństwa leków i farmaceutka informacyjna w Numark, w wywiadzie dla The Sun.

Czy przy lekach na ciśnienie można pić kawę?

Efedryna to lek stosowany w leczeniu niedociśnienia, czyli niskiego ciśnienia krwi. Lek powoduje wzrost ciśnienia krwi, podobnie działa kawa, która może nasilić działanie leku. Występuje wtedy przełom nadciśnieniowy, czyli nagły wzrost ciśnienia tętniczego wywołujący uszkodzenia naczyń m.in. w siatkówce oka, mózgu oraz uszkodzenia nerek czy serca. Taka sytuacja może doprowadzić do krwotoku podpa-

czynówkowego, czyli pęknięcia naczyń krwionośnych i krwawienia na powierzchni mózgu oraz psychozy.

Leki na ADHD a kawa

Leki stosowane w leczeniu zespołu nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD) to stymulanty, które działają psychoaktywnie zwiększając aktywność mózgu. W połączeniu z kawą mogą one doprowadzić do znacznego wzrostu ciśnienia krwi, tętna, przyspieszonego bicia serca, a także odczuwania lęku, zdenerwowania i problemów ze snem. W ten sposób zadziałają także inne stymulanty takie jak pseudoefedryna, epinefryna czy amfetamina. Łączenie ich

z kawą zwiększa ryzyko wystąpienia tachykardii, czyli zaburzeń pracy serca.

Kawa a leki na astmę

Osoby chore na astmę często stosują leki rozszerzające oskrzela i ułatwiające oddychanie takie jak aminofilina i teofilina. Pi-

cie kawy szczególnie na początku stosowania tych leków jest niewskazane, ponieważ kofeina może nasilać ich działanie, a także skutki uboczne takie jak drażliwość czy niepokój. Trudno będzie więc ustalić właściwą skuteczną dawkę leku. Dlatego, gdy zaczynasz stosować lek na astmę powstrzymaj się od picia kawy do czasu ustale-



nia odpowiedniego dawkowania leku.

Czy antydepresanty można popijać kawą?

Leki przeciwdepresyjne starszej generacji, takie jak leki trójpierścieniowe i inhibitory monoaminooksydazy (MAO), zaburzają prawidłowe metabolizowanie kofeiny. Zostaje ona zatrzymana w organizmie dłużej co może prowadzić do wzrostu ciśnienia krwi i wysokiego tętna. Leki nowszej generacji takie jak leki z grupy selektywnych inhibitorów zwrotnego wychwytu serotoniny (SSRI) nie powodują takich interakcji z kofeiną.

Leki uspokajające a picie kawy

Leki uspokajające stosowane w leczeniu m.in. bezsenności i zaburzeń lękowych takie jak benzodiazepiny wpływają

na ośrodkowy układ nerwowy. Działają przeciwnie, nasennie i przeciwdrgawkowo. W połączeniu z kawą tracą te właściwości, ponieważ kofeina działa w sposób odwrotny do nich, pobudza i może nasilać niepokój. Dlatego leków uspokajających nie można popijać kawą, bo nie zadziałają.

Kawa z lekami na cukrzycę?

Kawa osłabia działanie leków przeciwcukrzycowych. Zawarta w niej kofeina podwyższa poziom cukru we krwi. Jeśli dodamy do małej czarnej cukier, mleko czy śmietankę, poziom glukozy we krwi wzrośnie jeszcze bardziej. Diabetycy powinni więc nie tylko nie popijać swoich leków kawą, ale także zmniejszyć ilość wypijanych filiżanek kawy w ciągu dnia i dokładnie sprawdzać poziom cukru we krwi glukometrem.

Ten smak może kosztować zdrowie

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Chrupiąca, przypieczona skórka z grilla czy patelni dla wielu osób to smak, któremu trudno się oprzeć. Problem w tym, że właśnie wtedy w jedzeniu powstają związki potencjalnie rakotwórcze.

Znaczenie ma nie tylko to, co jesz, ale też jak bardzo jest przypalone i w jaki sposób zostało przygotowane.

Jedzenie przypalonego jedzenia może dla niektórych być kuszące ze względu na zmieniony smak, ale wiąże się z istotnym ryzykiem dla zdrowia. Toksykolog Nynke Kramer wyjaśnia, że skala tego ryzyka zależy od różnych czynników, w tym rodzaju produktu i stopnia jego zwęglenia.

Wysokie temperatury w trakcie grillowania, smażenia czy głębokiego smażenia prowadzą do powstawania substancji rakotwórczych. Tworzą się one w wyniku reakcji chemicznych z udziałem makroelementów, takich jak białka, tłuszcze i cukry. Kramer jako poważny powód do niepokoju wskazuje policykliczne węglowodory aromatyczne (WWA). WWA to związki organiczne powstające przy niecałkowitym spalaniu materii organicznej, często obecne w żywności zawierającej tłuszcz.

Obecność tych szkodliwych substancji można porównać do skutków palenia papierosów. Grillowane mięso zawiera na przykład wysokie stężenia WWA, porównywalne z tymi w dymie papierosowym.



Znaczenie ma nie tylko to, co jesz, ale też jak bardzo jest przypalone i w jaki sposób zostało przygotowane. Sposób, w jaki przygotowujemy dania, może mieć kluczowe znaczenie dla ryzyka zachorowania na nowotwór złośliwy

Różne rodzaje żywności wytwarzają odmienne ilości substancji rakotwórczych. Produkty tłuste mają tendencję do tworzenia WWA, natomiast żywność bogata w białko generuje inne rakotwórcze związki. Produkty skrobiowe, jeśli są gotowane zbyt długo, mogą tworzyć akrylamid - substancję, którą w badaniach na zwierzętach powiązano z występowaniem nowotworów.

Kramer podkreśla, że sposób przygotowania, czas i temperatura mają wpływ na ilość powstających szkodliwych substancji.

Dłuższy czas obróbki i wyższa temperatura sprzyjają zwiększonej produkcji związków rakotwórczych.

Ostrzega, że zjedzenie mocno zwęglonej kiełbaski z grilla może być porównywalne z wypaleniem paczki papierosów.

Choć lekko zrumieniony kawałek mięsa zawiera pewne ilości szkodliwych substancji, ryzyko jest zdecydowanie mniejsze niż w przypadku całkowicie zwęglonej żywności. Kramer odwołuje się do toksykologicznej zasady „dawka czyni truciznę”, co

oznacza, że wyższy poziom narażenia zwiększa ryzyko.

Sama lubi piec i smażyć, ale przyznaje, że wiąże się to z potencjalnymi zagrożeniami dla zdrowia. Osobom zaniepokojonym powstawaniem substancji rakotwórczych proponuje gotowanie na parze lub w wodzie jako alternatywę.

Odradza natomiast jedzenie mocno przypalonej żywności i zaleca, by w miarę możliwości zdrapywać zwęglone fragmenty. W przypadku ekstremalnie przypalonych potraw najlepiej

w ogóle zrezygnować z ich jedzenia.

Sposób, w jaki przygotowujemy dania, może mieć kluczowe znaczenie dla ryzyka zachorowania na nowotwór złośliwy.

Onkolodzy wskazują, że popularny sprzęt kuchenny, taki jak popularne frytkownice beztłuszczowe, używane nieumiejętnie, może to ryzyko zwiększać.

Ostatnio bardzo popularne zrobiły się tak zwane airfryery, czyli frytkownice beztłuszczowe, ogrzewające jedzenie za pomocą gorącego powietrza. Są łatwe w obsłudze, często energooszczędne, a przede wszystkim pozwalają przygotowywać potrawy w sposób zdrowszy, bo bez nadmiaru tłuszczu.

Ale czy rzeczywiście tak jest? Onkolodzy mają pewne wątpliwości. Okazuje się, że sposób przygotowania jedzenia może być równie istotny dla zwiększenia lub zmniejszenia ryzyka zachorowania na raka, jak to, co jemy.

Problematyczna może być przede wszystkim nadmierna obróbka termiczna żywności.

- W roślinach zawarte są bardzo subtelne i delikatne związki przeciwnowotworowe, witaminy i enzymy - tłumaczy dr Andrew Pecora z Hackensack Meridian John Theurer Cancer Center. - Gdy oddziałujemy na nie gorącem, ulegają rozkładowi albo przenikają do wody, w której gotujemy, a którą potem większość osób po prostu wylewa do zlewu. Zwłaszcza delikatne są witaminy z grupy B i C.

Nie tylko niszczenie korzystnych związków ma miejsce, gdy nadmiernie podgrzewamy jedzenie. Temperatura może też prowadzić do wytwarzania kancerogenów:

- Gdy przypalamy jedzenie, mogą wytwarzać się związki uszkadzające DNA i zwiększające ryzyko nowotworów złośliwych: akrylamid, aminy heterocykliczne, węglowodory aromatyczne - mówi onkolog dr Brian Helfand z Endeavor Health.

WAŻNE

Jak uniknąć raka?

Przede wszystkim należy unikać spalenizny. Nie bój się przypiekania potraw w airfryerze na przyjemny złocisty kolor, ale czerń spalenizny musi być jasnym sygnałem: tego kawałek lepiej nie jedz. Zwracaj uwagę na zapach potrawy. Jeśli czujesz dym i spaleniznę, lepiej nie jeść. Toksyczne związki zawarte w jedzeniu często mają gorzki smak. Jeśli nie wiesz, czy dany kawałek jest nadmiernie przypieczony, spróbuj odrobinę. Jeśli poczujesz gorycz, lepiej odłóż ten kęs na talerz. Za zdrowsze sposoby termicznej obróbki żywności uchodzi obecnie gotowanie na parze, w wodzie i duszenie.

Druga runda amerykańsko-irańskich rozmów pokojowych

Oprac. Karolina Wrońska
Pakistan

Pakistan zaproponował przeprowadzenie przed końcem zawieszenia broni drugiej rundy rozmów pokojowych między USA i Iranem. Negocjacje mogłyby odbyć się w tym tygodniu.

Dwutygodniowe zawieszenie broni między USA i Iranem zostało ogłoszone przez prezydenta Donalda Trumpa w nocy z 7 na 8 kwietnia.

Jeden z pakistańskich urzędników powiedział Associated Press, że mimo zakończenia amerykańsko-irańskiego spotkania w sobotę i niedzielę w Islamabadzie bez porozumienia to owe pierwsze rozmowy były częścią trwającego procesu dyplomatycznego, a nie jednorazowym przedsięwzięciem.

DIALOG ma dotyczyć warunków zakończenia wojny rozpoczętej 28 lutego amerykańsko-izraelskim atakiem na Iran. Obie strony sygnalizowały, że chcą utrzymać otwarte kanały dyplomatyczne - podkreśliła AFP.

Wcześniej wiceprezydent USA J. D. Vance ocenił, że negocjacje z Iranem „przyniosły pewien postęp”.

W rozmowie z Fox News Vance powiedział, że „piłka jest po stronie Iranu”, a jeżeli warunki Waszyngtonu co do ogra-



Stany Zjednoczone i Iran nie osiągnęły porozumienia po długich rozmowach w Islamabadzie, choć wiceprezydent USA J. D. Vance ocenił, że negocjacje z Iranem „przyniosły pewien postęp”

niczenia ambicji nuklearnych Teheranu zostaną spełnione, to „może to być bardzo, bardzo korzystna umowa dla obu krajów”. USA od dawna oskarżają Iran, który od lat wzbogacał uran do poziomu powyżej zastosowania w cywilnych branżach, o chęć uzyskania broni jądrowej. Teheran zaprzeczał temu zarzutowi.

Przedstawiciele władz pakistańskich oświadczyli, że są zaangażowani w rozmowy z oboma stronami.

W poniedziałek Stany Zjednoczone zaczęły blokować ruch statków korzystających z irańskich portów w Cieśninie Ormuz. Jak twierdzi prezydent Trump, blokada miała skłonić Iran do ponownego otwarcia cieśniny, kluczowego szlaku eksportu ropy naftowej i gazu z Zatoki Perskiej. Teheran za-

blokował ruch w cieśninie i zapowiedział, że chce pobierać opłaty od statków pokonujących Ormuz, co Trump określił jako próbę szantażu i wymuszenia, na którą Waszyngton nie może pozwolić - przypomniała stacja CNBC.

Vance zapewnił zaś w rozmowie ze stacją Fox, że doprowadzenie do otwarcia cieśniny dla swobodnej żeglugi było „jednym z punktów, w których irańczycy próbowali przesunąć granice negocjacji”.

Iran - jak oświadczył wiceprezydent - miał otworzyć Ormuz podczas zawieszenia broni, ale do tego nie doszło. - Nie widzieliśmy pełnego ponownego otwarcia - zauważył Vance, zapowiadając, że jeśli Iran tego nie zrobi, „to fundamentalnie zmieni to nasze negocjacje z nimi”. PAP

Strzelanina w szkole w Turcji. Jest wielu rannych. Napastnik nie żyje

Adam Kielar
Turcja

Kilkanaście osób zostało rannych w wyniku ataku byłego ucznia na szkołę zawodową w miejscowości Siverek w południowo-wschodniej Turcji. 18-letni napastnik otworzył ogień ze strzelby do przypadkowych osób, po czym odebrał sobie życie.

Zdarzenie miało miejsce we wtorek rano w szkole zawodowej w mieście Siverek w południowo-wschodniej Turcji. Sprawca to urodzony w 2007 roku mężczyzna o inicjałach O. K. i były uczeń szkoły. „Według wstępnych ustaleń w ataku rannych zostało 10 uczniów, czworo nauczycieli, jeden policjant oraz jedna osoba pracująca w stołówce” - poinformowano w komuni-



- Wszedł do szkoły i natychmiast zaczął strzelać - powiedział jeden z ewakuowanych uczniów

kacie, dodając, że ranni trafili do szpitala.

Gubernator Sanliurfy Hasan Sildak ogłosił, że „napastnik popełnił samobójstwo, strzelając do siebie, gdy policja próbowała go obezwładnić na terenie szkoły”.

Nagrania z ataku publikowane przez tureckie media pokazują uczniów uciekających z budynku szkoły. Na miejsce zdarzenia skierowano oddziały specjalne i służby ratunkowe. Jak informowała prasa, napastnik przed popełnieniem samobójstwa wzięł kilku uczniów jako zakładników.

- Wszedł (do szkoły - PAP) i natychmiast zaczął strzelać. Od razu strzelił do osoby, która znalazła się przed nim - powiedział dziennikarzom jeden z ewakuowanych uczniów.PAP

Kontrwywiad Estonii złapał rekordową liczbę zdrajców. Dla Rosji pracują nawet zakonnicy

Grzegorz Kuczyński
Estonia

Estońska Policja Bezpieczeństwa (Kaitsepolitsei - KaPo) zatrzymała w 2025 r. rekordową liczbę osób współpracujących z rosyjskimi służbami wywiadowczymi.

W poniedziałek KaPo opublikowała doroczny raport, który zawiera przegląd sytuacji bezpieczeństwa w Estonii, wskazując główne zagrożenia, trendy i wydarzenia minionego roku. Jest w nim wiele informacji na temat aktywności Rosji, w tym analiza metod stosowanych przez wywiad reżimu putinowskiego.

Margo Palloson, dyrektor generalny KaPo, powiedział podczas konferencji prasowej, że w zeszłym roku złapano 16 współpracowników służb rosyjskich. - Większość z nich to

agenci Federalnej Służby Bezpieczeństwa, a niektórzy z nich - GRU. Zdecydowana większość to zwykli ludzie, którzy nie pracowali w instytucjach rządowych i nie mieli dostępu do informacji niejawnych - powiedział szef estońskiego kontrwywiadu.

Rosja zmieniła metody rekrutacji. Wykorzystuje media społecznościowe. Tam próbuje znaleźć jednorazowych agentów, którzy wykonywaliby akty wandalizmu. Ponadto wizyta w Rosji wiąże się ze znacznym ryzykiem, ponieważ na granicach są agenci, którzy profilują i sprawdzają osoby na miejscu i mogą podejmować próby rekrutacji na przejściach granicznych.

Według Tuul Estonia podjęła znaczne wysiłki, aby ograniczyć szkodliwe działania Rosji, a kilka mediów propagandowych, takich jak Baltnews i Sputnik, zo-

stało zamkniętych. W rezultacie rosyjskie operacje wpływowe przeniosły się w większym stopniu do mediów społecznościowych.

W raporcie podkreślono również, że Estońska Cerkiew Prawosławna jedynie udaje niezależność, pozostając pod faktycznym kierownictwem Patriarchatu Moskiewskiego i patriarchy Cyryla, który otwarcie usprawiedliwia rosyjską agresję wobec Ukrainy.

Ścisłe powiązania instytucji kościelnych z aparatem państwowym i służbami specjalnymi Rosji potwierdzają również oficjalne oświadczenia rosyjskiej Służby Wywiadu Zagranicznego. Wśród wydanych z Estonii osób figuruje hieronim (mnich ze święceniami kapłańskimi) Ilj (Michał Sorokatyj), który według danych śledztwa wraz z ambasadą Rosji zajmował się podsycaniem rozłamu i propagandą historyczną.

AUTOPROMOCJA

nowiny
nowiny24.pl

Czwartek
z dreszczykiem

Kup dziennik
z dodatkiem
„Pod paragrafem”

nowiny24.pl

DROBNE

Biurowie Ogłoszeń NOWIN.
Rzeszów, ul. Unii Lubelskiej 3,
tel. 17 86 72 330,
fax 17, 86-72-343,
e-mail: nowiny.ogloszenia@
polskappress.pl,
biuro czynne pon.-pt.
8.00 -16.00

Motoryzacja

CIĘŻAROWE, DOSTAWCZE SPRZEDAM

!! , SOSW Nr 3 Przemysł sprzeda bus
RENAULT MASTER 2008r. Cena 23 000
zł. Szczegóły: www.sosw3.przemysl.
edu.pl

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**Docieplenia, malowanie elewacji,
tel. 601 797 882**

KOMINY - rozwiercanie kominów
montaż wkładów i nasad - 17 8623831

MALOWANIE-DACHÓW i elewacji
mycie, czyszczenie, długoletnie
doświadczenie, wycena gratis +
gwarancja. tel. 786 344 700

Edukacja
w najwyższym stopniu
stronaedukacji.pl

REKLAMA

GPN.6845.2.16.2025.AW

0011509793

Komunikat Burmistrza Gminy Jedlicze

Stosownie do art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2026 r. poz. 399) **informuje**, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy w Jedliczu przy ul. Rynek 6, na stronie internetowej Gminy Jedlicze: <http://www.jedlicze.pl/> oraz w BIP Urzędu Gminy w Jedliczu: <https://jedlicze.bip.gov.pl/> będzie zamieszczony przez okres 21 dni (od dnia 15 kwietnia 2026 r. do dnia 6 maja 2026 r.) w celu podania do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Jedlicze przeznaczonych do dzierżawy na okres 10 lat w trybie przetargowym ustnym nieograniczonym - z przeznaczeniem na użytkowanie rolnicze. Wykaz dotyczy działki o nr ewid. 94 o powierzchni 0,8600 ha położonej w m. Dobieszyn oraz części działki o nr ewid. 510 o pow. 1,3500 ha położonej w m. Żarnowiec.

REKLAMA

0011509792

Wójt Gminy Chorkówka

działając na podstawie art. 35 ustawy z dnia 21.08.1997 r. o gospodarce nieruchomościami
(Dz.U. z 2026 r. poz. 399)

- informuje -

Został sporządzony i podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do wydzierżawienia, w trybie bezprzetargowym, w celu prowadzenia działalności rolniczej na okres 3 lat. Wykaz do zarządzenia Wójta Gminy Chorkówka nr 0050.1.46.2026 obejmuje działkę nr ewidencyjny 383/8 położoną w miejscowości Bóbrka o pow. 0,1600 ha. Wykaz podlega publikacji w BIP, na stronie internetowej Urzędu Gminy Chorkówka oraz wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w siedzibie urzędu przez okres 21 dni, tj. od 13.04.2026 r. do 4.05.2026 r. Bliższych informacji udziela się w Urzędzie Gminy Chorkówka, pokój nr 006, tel. 13 43 869 49.

REKLAMA

0011509580

Wójt Gminy Chorkówka

działając na podstawie art. 35 ustawy z dnia 21.08.1997 r. o gospodarce nieruchomościami
(Dz.U. z 2024. poz. 1145 z późn. zm.)

- informuje -

Został sporządzony i podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do oddania w użyczenie na rzecz MPGK z siedzibą w Krośnie. Wykaz do zarządzenia Wójta Gminy Chorkówka nr 0050.1.45.2026 obejmuje część działki położonej w miejscowości Świerżowa Polska, o nr ewid. 149/2, zabudowanej budynkiem przepompowni ścieków. Wykaz podlega publikacji w BIP, na stronie internetowej Urzędu Gminy Chorkówka oraz wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w siedzibie urzędu przez okres 21 dni, tj. od dnia 13.04.2026 do 4.05.2026. Bliższych informacji udziela się w Urzędzie Gminy Chorkówka, pokój nr 006, tel. 13 43 869 49.

Tam się strasznie nad nami znęcali psychicznie i fizycznie

Izabela Miko w Pudelku o swej edukacji w szkole baletowej w Warszawie Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 57

Natalia Szroeder spełniła swoje marzenie
Piosenkarka wybrała się na festiwal muzyczny Coachella w USA. Na jej Instagramie zagościła się od zdjęć, na których widać, jak szaleje w kowbojskim kapeluszu na głowie – tańczy, skacze i pozuje na tle pustynnych krajobrazów. „Z serii: uważaj, o czym marzysz. Jesteś na Coachelli!” – podpisała fotografię.

Aleksandra Żebrowska nie jest zadowolona
Celebrytka postanowiła zafundować sobie nowy kolor włosów. W weekend podzieliła się w mediach społecznościowych relacją z domowego ich rozjaśniania przy pomocy specjalnego sprayu. Odcień włosów, który uzyskała, jednak nie przypadł jej do gustu. „Nie polecam” – napisała.

Dominika Tajner niosła za dużo
Celebrytka gościła w podcaście Świat Gwiazd. Mateusz Szymkowiak spytał ją, dlaczego w 2019 roku rozwiodła się z Michałem Wiśniewskim po siedmiu latach małżeństwa. – Myślę, że on chciał dziecko, a ja nie, bo uważałam, że on ma czworo dzieci, ja mam syna, czyli piątka. Michał miał duże kłopoty. Jak niektórzy pisali, że „dla hajsu” z nim byłam, to było wręcz odwrotnie. Zresztą Michał to podkreśla, że to był bardzo trudny czas w jego życiu. Już i tak niosłam za dużo – powiedziała. (GZL) Fot. Paweł Wiśniewski



Opór Stopklatka, 20:00
Na terenach okupowanych przez Niemców Żydzi padają ofiarą masowych mordów. W okręgu Komisarzatu Rzeszy Białoruś ginie niemal cała rodzina Bielskich. Przy życiu zostają czterej bracia: Tewje, Aleksander, Asael i Aron. Formują oni oddział partyzancki, który ma walczyć z hitlerowcami i kolaborantami. Grupa tworzy osadę, zwaną Leśnym Jeruzalem.

W okowach mrozu BBC Earth, 21:55
Dokument przedstawia codzienne zmagania mieszkańców Alaski z brutalnymi zasadami narzuconymi przez naturę. Jedynie ich przetrwanie daje szansę na przetrwanie w surowym arktycznym środowisku.

Tower Heist. Zemsta cieciorów Polsat, 22:50
Pracownicy apartamentowca dowiadują się, że pewien miliarder ukradł pieniądze przeznaczone na ich emerytury. Zamierzają się zemścić i odzyskać to, co zostało im zabrane.

Noce w Rodanthe TVN, 22:55
Adrienne wyjeżdża do Rodanthe, gdzie przez kilka dni ma zajmować się pensjonatem znajomej. Na skutek zbliżającego się sztormu, w hotelu przebywa tylko jeden gość, doktor Paul Flanner. Ich znajomość przeradza się w romans.

Poziomo:
3) ... Notre Dame w stolicy Francji,
10) wabiła śpiewem żeglarzy,
11) gatunek kaczki jak chłodziarka,
12) zaprzeczenie zdania twierdzącego,
13) auto z Kraju Kwitnącej Wiśni,
15) lekkie pantofle dla diwy,
17) starogreckie naczynie na oliwę,
18) miasto w Czechach, dawny ośrodek hutnictwa żelaza,
20) decydująca piłka w siatkarskim pojedynku,
22) pochyła maszyna prosta,
23) wśród mieszkańców Kaukazu,
26) napój z jabłek ugotowanych w wodzie,
28) skrzynia drukarska na czcionki,
29) odcinek tekstu biblijnego,
32) czasem chodzą po plecach,
34) tłuszcz spożywczy ze słoniny,
35) wznoszony na czyjąś cześć,
36) okienko na poddaszu,
37) Sparta to ... Leonidasa.

Pionowo:
1) dziecko w pierwszym okresie życia,
2) instrument Louisa Armstronga,
3) eskimoska łódź z foczych skór,
4) gdy temperatura wynosi -40 st. C,
5) David, filmowy agent Fox Mulder,
6) stan w USA nad Zatoką

1		2		3		4		5		6		7		8		9
10										11						
13				14						15			16			
18	19									20					21	
23			24		25							26	27			
28																
32		33														
35																

AUTOPROMOCJA 0210988879

nowiny
nowiny24.pl

w prenumeracie
z Tele Magazynem

☎ 12 312 53 88

Meksykańską,
7) polski program typu talent show,
8) chwila przed wschodem słońca,
9) rozpięty na rejach masztu,
14) odprowadza deszczówkę z dachu,
16) dawniej nazywany fermentem,
19) afrykański kraj z Trypolisem,

21) miasto wojewódzkie nad Odrą,
24) żołnierz lekkiej jazdy,
25) osobliwe lub atmosferyczne,
27) dymiący kwas siarkowy,
28) Donald z kreskówki Disneya,
30) grecka bogini Księżycy,
31) jednokołowy wózek na budowie,
33) fryzura z drobnych loczków,
34) oczyszczona lub kaustyczna.

ROZWIĄZANIE NR 56

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś poczujesz przypływ energii i chęć działania. Horoskop dzienny stanowczo radzi uważać jednak na impulsywne decyzje i konflikty.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój i stabilność będą kluczowe. Horoskop na dziś to wskazówka, by skupić się na relacjach i doceniać drobne przyjemności.
Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię dzień pełen rozmów i nowych pomysłów. Horoskop dzienny na środę mówi, że warto je zapisać, bo mogą się wkrótce przydać.

Byk (20.04 - 20.05)
Twoja intuicja będzie dziś wyjątkowo silna. Horoskop dzienny podpowiada, by zufać jej w ważnych sprawach i unikać pośpiechu.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Możesz zabłysnąć w towarzystwie. Horoskop na dziś radzi wykorzystać okazję, ale nie zapominać o innych ludziach wokół Ciebie.
Rak (22.06 - 22.07)
Dzień sprzyja porządkom i organizacji. Horoskop dzienny na środę wróży, że uporządkowanie spraw przyniesie Ci spokój i satysfakcję.

Lew (23.07 - 22.08)
Postaw na równowagę między pracą a odpoczynkiem. Horoskop dzienny podpowiada, by unikać skrajności i słuchać swojego ciała.
Panna (23.08 - 22.09)
Emocje mogą być intensywne. Horoskop na dziś radzi w tej sytuacji zachować spokój i nie podejmować decyzji pod ich wpływem.
Waga (23.09 - 22.10)
Dzień sprzyja planowaniu podróży i osiąganiu nowych celów. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na inspirujące możliwości.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Twoja determinacja pomoże Ci dziś osiągnąć ważny cel. Horoskop dzienny stanowczo radzi pamiętać jednak o chwili odpoczynku.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność będzie Twoim atutem. Horoskop na dziś radzi wykorzystać ją w pracy lub hobby. Efekty zaskoczą nie tylko Ciebie...
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość pomoże Ci zrozumieć innych. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by jednak nie brać na siebie cudzych problemów.

SPORT

www.sportowy24.pl

Koniec fazy zasadniczej – sokoły mają o co walczyć, resoviacy żegnają sezon

Michał Czajka
sport@nowiny24.pl

KOSZYKÓWKA | BANK PEKAO S.A. 1 LIGA. **Dzisiaj odbędzie się ostatnia kolejka fazy zasadniczej - Resovia zagra u siebie natomiast Sokół ruszył do Opola.**

Astoria Bydgoszcz, Spójnia Stargard, ŁKS Łódź, SKS Starogard Gdański, GKS Tychy, Sokół Łańcut, Decca Pelplin, Kotwica Kołobrzeg - tak na ten moment wygląda pierwsza ósemka czyli ekipa, która walczyłaby w fazie play-off. Przy takim układzie Sokół grałby z ŁKS-em, a więc rywalem na pewno trudnym. Jeszcze jednak sporo może się zmienić, bo sokoły mają szansę pozycję poprawić, a o wejście do play-off walczą wciąż Polonia Warszawa i WKK Wrocław.

- Szczepie mówiąc, nie celujemy w żadnego rywala, bo nie zależy to tylko od nas z kim zagramy, więc po prostu robimy swoje, a potem musimy wziąć to, co nam dadzą - mówi trener Sokoła Dariusz Kaszowski.

W ostatniej kolejce Łańcucie zagrają na wyjeździe z zespołem Weegree AZS-u Politechnika Opolska, który w zasadzie będzie grał trochę „rekreacyjnie”, bo nie ma już szans na play-off, a nie jest też zagrożony spadkiem.

Niestety w obozie Sokoła nie brak problemów...

- Niestety nie bardzo mieliśmy ludzi, żeby przeprowadzić normalnie trening, a co dopiero mówić o rozgrywaniu meczu - mówi z troską coach Sokoła. W dzisiejszym meczu na pewno zabraknie Mateusza Bręka i Filipa Zeguły. Niepewny natomiast jest udział Mateusza Czempieła.

- Niby wystąpił w ostatnim meczu, ale wczoraj (we wtorek) nie był w stanie trenować - mówi Dariusz Kaszowski.

Niestety w przypadku Bręka i Zeguły jest prawdopodobieństwo, że trener Kaszowski nie będzie mógł skorzystać z ich usług już do końca sezonu. Ekipa Resovii zagra natomiast w hali przy Towarnickiego z Decką Pelplin, która udziału w play-off jest już pewna, ale może próbować poprawić swoją lokatę. Resovia gra bez większego ciśnienia, bo straciła szansę na awans do ósemki. Na pewno jednak rzeszowianie będą chcieli godnie pożegnać ten sezon i swoim kibiców, a trzeba pamiętać, że jednak głównego celu niestety w nim nie zrealizowali, bo nie udało się awansować do fazy play-off.

Początek obu spotkań o godzinie 18; transmisje na platformie emocje.tv. ©©



Trener Sokoła Dariusz Kaszowski ma na głowie sporo problemów, a już w sobotę rusza faza play-off w 1. lidze

PIŁKA NOŻNA

Ostatnie pożegnanie Jacka Magiery

PZPN oficjalnie przekazał, kiedy i gdzie odbędzie się pogrzeb zmarłego w piątek Jacka Magiery. Uroczystości pogrzebowe śp. trenera odbędą się w czwartek, 16 kwietnia, w Warszawie. Msza św. żałobna zostanie odprawiona o godzinie 12.00 w Katedrze Polowej Wojska Polskiego przy ulicy Długiej. Następnie kondukt żałobny uda się na Cmentarz Wojskowy na Powązkach, gdzie o godzinie 14.30 odbędzie się ceremonia pogrzebowa.



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

PIŁKA NOŻNA

Pucharowe derby

Dzisiaj o godz. 16 odbędzie się półfinał Okręgowego Pucharu Polski w podokręgu Krosno, w którym Ekoball Stal Sanok zmierzy się u siebie z Karpatami Krosno.

Marsz, marsz KS DevelopRes! Dziś pierwsze starcie o złoto

Marek Bluż
sport@nowiny24.pl

SIATKÓWKA | TAURON LIGA. **Dziś na Podpromiu o 17.30 KS DevelopRes rozpoczyna wielką grę o złoty medal mistrzostw Polski. Aby go zdobyć musi pokonać PGE Budowlanych Łódź trzy razy.**

Rzeszowianki, które bronią mistrzowskiego tytułu nie ukrywają, że chcą wykorzystać atut szczęśliwego dla siebie Podpromia, w którym w lidze od ponad roku wyłącznie wygrywają, i zrobić do celu pierwszy krok. Rywalizacja do trzech zwycięstw, ze zmianą gospodarza, będzie bardzo trudna i wymagająca. Rywal jest bardzo mocny i Rysice muszą zagrać na maksa, To jest finał.

Spotkają dwa najmocniejsze kluby ekstraklasy. DevelopRes wygrał rundę zasadniczą, Budowlane zajęły drugie miejsce. Łódzianki wygrały u siebie z Developresem 3:2. W Rzeszowie lepszy był DevelopRes, wygrywając 3:1. Obie drużyny zmierzyły się 7 lutego w Elblągu w półfinale Pucharu Polski, 3:1 wygrała ekipa Budowlanych, która wywalczyła to trofeum. - Motywacja z tego pucharu będzie działać na naszą korzyść - uważa trenerka Jelenia Blagojević, która podkreśla, że niezwykle ważny będzie mental, głowa bo drużyna jest gotową do sięgania po najwyższe cele.

Rzeszowianki oprócz złotego medalu MP z 2025 roku zdoby-



FOT. KS DEVELOPRES RZESZÓW

Tak cieszyły się Rzeszowianki ze zwycięstwa z Budowlanymi 3:1 na Podpromiu w meczu 14. kolejki Tauron Ligi 18 stycznia br. Kibice życzą Rysicom, aby dziś to powtórzyły

wały 5 srebrnych i 2 brązowe krawki. Budowlane zagrają w finale po raz trzeci, mają w dorobku 2 srebrne medale (2017 i 2019) oraz 3 brązowe.

Po obu stronach siatki staną świetne zawodniczki. Liderką rywalów jest atakująca Maja Storck, ale twarda rywalizacja będzie na każdej pozycji począwszy od rozegrania Katarzyny Wenerskiej z Alicją Grabką, skrzydeł, środka, libero. Zapowiadają się duże widowiska i ogromne emocje.

- Po tych wszystkich ostatnich przebojach, co się działo, teraz zagramy już jak prawdziwa drużyna i pokażemy, co potrafimy. Budowlani to trudny przeciwnik, nie możemy ich lekceważyć, więc na pewno damy tyle, ile będziemy mogli, żeby obronić ten tytuł. Jak dopiszą kibice, to na pewno będzie ogromny nasz atut. Obrona tytułu, o której od początku mówiono, jest naszym marzeniem - twierdzi przyjmująca Julita Piaśnicka, która zapewne znajdzie

się w centrum uwagi łódzkiego zespołu, podobnie jak Taylor Bannister czy Marrit Jasper. DevelopRes też ma swoją taktykę na to spotkanie. Nikt jednak dziś nie potrafi odpowiedzieć na pytanie, jak długo potrwa walka o złoto? Czy zakończy się w trzech, czy może dopiero w pięciu meczach. Dziś niech wygra DevelopRes. Na dobry początek. Kibice przyjdzie koniecznie i pomóżcie swojej drużynie. Transmisja meczu w Polsacie Sport 1. ©©

Łańcuckie Pantery grają w Łodzi o półfinał

Tomasz Ryznar
sport@nowiny24.pl

KOSZYKÓWKA | 1 LIGA KOBIET. **Albo półfinał, albo koniec sezonu - tak wygląda sytuacja Panter z Łańcuta przed meczem nr 3 I rundy fazy play off z Widzewem. Dziś w Łodzi wszystko się wyjaśni.**

W łañcuckim obozie nie brak optymizmu, bo w sobotę Pantery pokazały wreszcie, że... można i za czwartym podejściem (dwie porażki w sezonie zasadniczym) pokonały ekipę

z Łodzi. Mało tego - nasz team wygrał w rozmiarach, których nikt nie mógł oczekiwać (79:49). Stan rywalizacji wynosi 1:1, ale akcje zespołu z Łańcuta poszły w górę.

- Był to może nasz najlepszy występ w sezonie - ocenił Łukasz Lewkowicz. - Zmieniliśmy przed nim kilka rzeczy, jeśli chodzi o grę w ataku. Większość założeń wypaliła. Przed trzecim spotkaniem wprowadzimy korekty, ale będą to tylko niuanse. Najważniejsze, że wygraliśmy, co powinno wzmocnić mental drużyny przed decydującym

meczem - mówił wczoraj rano coach Panter, który w południe ruszył z zespołem ruszył w stronę Łodzi.

Jak już informowaliśmy, w naszej ekipie z kontuzją miedzi pleców zmaga się Joanna Kobylińska. W sobotę najlepsza rzucająca sezonu zasadniczego (wyboru dokonali ligowi trenerzy) spędziła na parkiecie 17 minut (8 pkt). - To ambitna dziewczyna. Odczuwa duży ból, ale w poniedziałek trenowała i w środę będzie gotowa do gry - mówi trener Łańcucia, który dziś rano poprowa-

dzi trening swojej drużyny w łódzkiej Hali Parkowej.

Jeśli nasza drużyna stanie na wysokości zadania, będzie musiała się szybko regenerować, bo w półfinale czeka już ŁKS, mistrz fazy zasadniczej (w I rundzie dwa razy ograł RMKS Rybnik). - Taki jest cel. W weekend chcemy znów pojechać do Łodzi i rozpocząć rywalizację z ŁKS-em. Najpierw jednak trzeba przeskoczyć Widzew. Wierzymy, że to możliwe - dodał Lewkowicz.

Dzisiejszy mecz rozpocznie się o 18. ©©