

Uni Opole zaczyna rywalizację z BKS BOSTIK ZGO Bielsko-Biała. Stawką brązowy medal **str. 16**



FOT. WIKTOR GUMINSKI

Bezpłatne leki dla seniorów: na liście zabrakło ważnego preparatu. Co robić? **- str. 9-12**

STRONA  
ZDROWIA

# nto

NOWA TRYBUNA OPOLSKA

Środa  
15.04.2026

Nr 87 (10 029)

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

**Fabryki szukają 200 pracowników.** Ruszają nabory w strefie przy A4 **str. 5**

**Utknął w lisiej norze** ale strażacy go uratowali. Było ciężko **str. 3**

**Przetarg na Dni Nysy rozstrzygnięty.** Będzie gwiazda o ugruntowanej pozycji **str. 3**

Nr ISSN1230-6134

Nr indeksu 348-252



**KONTROWERSJE**

**Głośna gala MMA** odbędzie się w Nysie, już bez kloszardów. **str. 3**



FOT. PRIME SHOW MMA

**POŻAR** SZEŚĆ OSÓB MUSIAŁO UCIEKAĆ ZE SWOJEGO MIESZKANIA

## Opolscy strażacy na ratunek Czechom

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**Polacy kolejny raz wyjechali do pożaru na przygranicznych terenach Republiki Czeskiej. Ochotnicy z OSP w Jarnołówku uczą się języka i współpracy z sąsiednią jednostką.**

Dwa zastępy polskiej straży pożarnej i trzy zastępy z Czech uczestniczyły w nocy z poniedziałku na wtorek (13 na 14 kwietnia) w akcji gaszenia pożaru w przygranicznym czeskim mieście Zlaty Hory. Spłonęła tam stodoła z sianem, ale ogień zagrażał sąsiedniemu budynkowi, w którym mieszka rodzina z dziećmi.

- Za pomocą trzech strumieni wody pożar został szybko opanowany. Zapobieżono dalszemu rozprzestrzenieniu się na część mieszkalną domu,

w której przebywało sześć osób. Zostały one ewakuowane na czas, tak więc nikt nie ucierpiał - informuje serwis strażaków województwa ołomunieckiego.

Budynek stodoły ostatecznie się zawalił. Strażacy musieli przerzucić i przelać wodą siano, poszukać krytych źródeł ognia. Straty według wstępnych szacunków wynoszą ok. 40 tysięcy złotych.

- Z polskiej strony w akcji uczestniczyło 11 strażaków i dwa zastępy z OSP w Jarnołówku i Jednostki Ratowniczo Gaśniczej w Głuchołazach - informuje st. Kpt. Dariusz Pryga, rzecznik Komendy Powiatowej Straży Pożarnej w Nysie. - Kiedy dojechali na miejsce, pożar był już w pełni rozwinięty, a czescy policjanci ewakuowali z sąsiedniego budynku 5 osób, w tym troje dzieci. Na-

sze jednostki odjechały stamtąd tuż po północy.

Komendy wojewódzkie straży w Opolu i Ołomuńcu mają podpisane umowy o współpracy w pasie przygranicznym. Dla mieszkańców czeskiego pogranicza to ważna pomoc, bowiem z polskich Głuchołaz czy Paczkowa, gdzie stacjonuje państwowa straż pożarna, jest bliżej do granicy niż z Jesenika. Polacy szybciej przyjadą z pomocą.

OSP w Jarnołówku w ostatnim roku prowadzi wspólny program z jednostką ochotniczą w Złatych Horach. Za unijne dofinansowanie obie jednostki kupiły nowy sprzęt. W przypadku OSP Jarnołówek był to ciężki wóz gaśniczy. Oprócz tego ochotnicy uczą się języka czeskiego i polskiego, a także poznają specyfikę zagrożeń na sąsiednim terenie.

## Pod domem kultury urządzają miejsce ukrycia

władze Łambinowic planują przystosować duże i głębokie piwnice pod „Pandorą” na miejsce zbiorowego schronienia dla ok. 200 osób. Tak wypełnią wymagania. **str. 4**

**Polska: Wniosek o wotum nieufności** dla minister klimatu Pauliny Hennig-Kloski trafił do Sejmu **str. 6**

**Świat: Rekordowa liczba zdrajców** została schwytana przez estoński kontrwywiad **str. 8**



Nocny pożar w Złatych Horach gasili wspólnie strażacy z Polski i Czech.

FOT. HASIENI OLOMOUC

## Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

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

## Zamów prenumeratę

Nowa Trybuna Opolska  
bok.prenumerata@polskapress.pl  
prenumerata.nto.pl



Podczas niespodziewanej kontroli na targowisku zatrzymano podrobioną odzież i buty za prawie 340 tys. zł.

## Nalot na targowisko. Podróbki za 337 200 zł

Marcin Żukowski  
mzukowski@nto.pl

**Podczas kontroli jednego z targowisk w regionie funkcjonariusze Opolskiej Krajowej Administracji Skarbowej (KAS) zatrzymali odzież i obuwie za zastrzeżonymi znakami towarowymi.**

Funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej z opolskiej KAS informują o niedawnej kontroli targowiska, na którym handlowano podrobionym towarem. Funkcjonariusze zabezpieczyli ponad 1,2 tys. sztuk odzieży i 87 par obuwia oznaczonych podrobionymi znakami znanych światowych marek. Ustalono, że wartość towaru wynosi 337,2 tys. złotych.

- Zgodnie z ustawą Prawo własności przemysłowej, za wprowadzenie do obrotu podrobionego towaru grozi

kara grzywny, ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat dwóch. Jeżeli przestępstwo dotyczy towaru o znacznej wartości albo sprawca uczynił sobie z tego przestępstwa stałe źródło dochodu, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 5 - wyjaśnia Agnieszka Józwin-Dalecka, rzecznik prasowy Izby Administracji Skarbowej w Opolu.

Takie działania mundurowych ze skarbowki to nic nadzwyczajnego. Krajowa Administracja Skarbowa prowadzi kontrole bazarów i targowisk w zakresie prawidłowego ewidencjonowania sprzedaży na kasie fiskalnej i przestrzegania prawa własności przemysłowej. Jak tłumaczy Agnieszka Józwin-Dalecka, celem kontroli jest wsparcie uczciwych przedsiębiorców oraz ochrona praw twórców i konsumentów. ©©

# Jutro dzień otwarty w kuźni opolskich muzycznych talentów

Łukasz Biernacki  
lukasz.biernacki

**Państwowa Szkoła Muzyczna I i II stopnia w Opolu rozpoczęła przygotowania do rekrutacji na kolejny rok szkolny. W najbliższy czwartek w placówce zorganizowany zostanie dzień otwarty.**

Do udziału w wydarzeniu zaproszeni są dzieci i młodzież od 6 do 18 roku życia oraz dorośli mający mniej niż 23 lata. To ta grupa wiekowa może wziąć bowiem udział w zbliżającej się rekrutacji. Do szkoły I stopnia (podstawowej) zapisywać się będą osoby od 6 do 16 roku życia, a do II stopnia (szkoły średniej) uczniowie w przedziale od 10 do 23 roku życia. W tym drugim przypadku warunkiem jest jednak zdanie egzaminu wstępnego.

W ramach dnia otwartego w szkole będzie można m.in. zobaczyć, jak przebiegają zajęcia w poszczególnych klasach czy też wziąć udział w konsultacjach z nauczycielami konkretnych instrumentów i teorii.

- Dzień otwarty z założenia ma zachęcić do podjęcia nauki w naszej szkole, jest też okazją, by zobaczyć „od środka” jak szkoła funkcjonuje. Jest to możliwe na kilka sposobów, przede wszystkim tego dnia, między godziną 16.00 a 18.00 można będzie wejść do każdej sali lekcyjnej. Każdy, kto na odwiedziny, otrzyma specjalną



Uczniowie szkoły regularnie zdobywają nagrody na krajowych i międzynarodowych konkursach muzycznych.

mapkę z wykazem klas i instrumentów, na jakich odbywają się w nich zajęcia - tłumaczy Maciej Lamm, kierownik sekcji zespołów chóralnych, wokalistyki, perkusji, akordeonu i organów w PSM w Opolu - Odbędą się też specjalne zajęcia przygotowawcze dla chętnych przyszłych uczniów, a zwieńczeniem całego wydarzenia będzie koncert (o godz. 18.30), podczas którego zaprezentują się przedstawiciele niemal całej społeczności szkolnej, instrumentalni, wokaliści, zespoły, big band, a także rytmiczki - dodaje.

Maciej Lamm podkreśla jednocześnie, że odwiedziny w szkole muzycznej to sposób na znalezienie ciekawych, bezpłatnych zajęć pozalekcyjnych, które jednocześnie są bardzo korzystne dla rozwoju młodego człowieka.

- Teraz mamy czas, kiedy wielu rozgląda się za jakimiś ofertami, myśląc już perspektywicznie o tym, co po wakacjach, a wielu rodziców chce tę decyzję podjąć w sposób przemyślany. No i to jest właśnie ku temu okazja - mówi Maciej Lamm - Warto przyjść i sprawdzić, czy to jest droga dla mnie,

albo dla mojego dziecka. Zawsze warto jest spróbować, aby samemu się przekonać i kiedyś nie żałować, że była okazja, z której się nie skorzystało - wyjaśnia.

W Państwowej Szkole Muzycznej I i II stopnia im. Fryderyka Chopina w Opolu można podjąć naukę grania na kilkunastu różnych instrumentach. Osobnymi specjalizacjami są też rytmika i wokalistyka.

Szczegółowe informacje nt. dnia otwartego można znaleźć na stronie internetowej placówki. ©©

## Pogoda w regionie

| Dzisiaj             |          | Czwartek |          |
|---------------------|----------|----------|----------|
|                     |          | MIN 6°C  | MAX 17°C |
| MIN 7°C             | MAX 11°C | MIN 6°C  | MAX 14°C |
| Barometr 1024 hPa   |          | Piątek   |          |
| Wiatr zach. 9 km/h  |          |          |          |
| Biomet niekorzystny |          | MIN 4°C  | MAX 12°C |
|                     |          | Sobota   |          |
|                     |          |          |          |
|                     |          | MIN 4°C  | MAX 12°C |

Uwaga: na horyzoncie kilka pochmurnych dni i słoneczna niedziela

## Pijany kierowca ciężarówką i kasował znaki

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**Słowacki kierowca wracał pijany do domu przez Opolszczyznę. Jechał i przewracał znaki drogowe.**

Dosłownie w ostatniej chwili, kilkadziesiąt metrów przed linią granicy państwowej, policjanci z Prudnika zatrzymali do kontroli pijanego kierowcę TIR-a. 53-letni obywatel Słowacji, kierujący potężnym ciągnikiem siodłowym, wydmuchał w alkomat 1,5 promila alko-



Pijanego kierowcę ciężarówki zatrzymano dzięki obywatelskiej postawie mieszkańca powiatu prudnickiego.

holu. Orientacyjne wskaźniki mówią, że taką ilość alkoholu uzyskuje się po wypiciu czterech „pięćdziesiątek” wódki.

- Policjanci zatrzymali kierowcę prawo jazdy, a pojazd ciężarowy został odholowany na parking strzeżony - informuje asp. Monika Łyko, rzecznik KPP w Prudniku. - Mężczyzna odpowie za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości, za co grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności, wysoka grzywna oraz wieloletni zakaz prowadzenia pojazdów. ©©

**KONTROWERSJE** IMPREZĘ WYRZUCONO Z LUBINA, TERAZ ODBĘDZIE SIĘ W NYSIE, ALE OKROJONA

# Chcieli urządzić walki kloszardów

Mateusz Majnusz  
mmajnusz@nto.pl

**Kontrowersyjna gala Prime MMA odbędzie się w miejscowej Hali Nysa. Oburzenie w całej Polsce wywołała zapowiedź walk osób bezdomnych i uzależnionych od alkoholu.**

Sprawa Prime MMA wybuchła po konferencji zapowiadającej galę numer 16. Organizatorzy ogłosili wtedy „Kloszard Kombat Tournament”. Miał to być turniej, w którym walczyć mieli ludzie w kryzysie bezdomności i uzależnień.

Nie była to żadna metafora czy żart. Federacja zapowiadała wprost, że zawalczą ośmiu „kloszardów” i będzie tylko jeden zwycięzca. Reakcja była natychmiastowa. Krytyka pojawiła się w całym kraju, a do prokuratury trafiły zawiadomienia. Wskazywano m.in. na wykorzystywanie osób w kryzysie bezdomności i ich poniżanie dla celów komercyjnych. W efekcie Regionalne Centrum Sportowe w Lubinie zerwało umowę, a gala została odwołana.



**Gala Prime MMA opiera się na głośnych nazwiskach i medialnych konfliktach, a nie klasycznym sporcie. Nie inaczej jest tym razem.**

**Gala przenosi się do Nysy**

Pod presją organizatorzy wycofali się z najbardziej kontrowersyjnego elementu. Przeprosili i zapowiedzieli, że walk osób bezdomnych nie będzie. Nie oznaczało to jednak końca wydarzenia. Federacja od razu zaczęła szukać nowej lokalizacji,

by galę mimo wszystko zorganizować. Jak ustaliliśmy, „PrimeShow MMA 16: KON-SE-KWEN-CJE” odbędzie się 25 kwietnia o godz. 19:30 w Hali Nysa. Obiekt jest zarządzany przez Agencję Rozwoju Nysy. To miejska spółka należąca w całości do gminy. Prezesem jest Bogdan Wyczałkowski.

**Kontrowersyjna karta walk**

Gala Prime MMA opiera się na głośnych nazwiskach i medialnych konfliktach, a nie klasycznym sporcie. Nie inaczej jest tym razem. W walce wieczoru zmierzą się Jacek „Muran” Murański i Paweł „Popek” Mikołajuw. Murański to postać znana z ostrych

wypowiedzi i konfliktów. Jego słowa były na tyle głośne, że w trakcie kampanii prezydenckiej w ubiegłym roku przywoływał je publicznie Donald Tusk, co spotkało się z falą krytyki wobec premiera za odwoływanie się do tak kontrowersyjnej postaci. Z kolei „Popek” od lat budzi ogromne emocje. Na początku 2024 roku w sieci pojawiło się nagranie, po którym został oskarżony o zachowania o charakterze zoofilskim. Sprawa szeroko odbiła się w internecie i do dziś wpływa na jego wizerunek. Na karcie walk są też m.in. Mariusz „Dzaga” Ząbkowski vs Mikołaj „Papież Polak” Spólny. Pierwszy z nich to postać znana z działalności jako drag queen i występów performatywnych, drugi zdobył rozpoznawalność w sieci dzięki ostrym, często skrajnie kontrowersyjnym wpisom dotyczącym polityki i życia publicznego.

Skontaktowaliśmy się z Adamem Zelentem, menedżerem Hali Nysa, który przekazuje, że zarząd Agencji Rozwoju Nysy szczegółowo analizował dotychczasową działalność federacji

oraz incydenty związane z poprzednimi wydarzeniami.

- Kluczowym warunkiem zawarcia umowy najmu było wprowadzenie istotnych zmian w karcie walk, w tym całkowite usunięcie formatu „Kloszard Kombat”. Jako zarządca obiektu nie akceptujemy treści uderzających w godność ludzką, dlatego postawiliśmy twarde granice dotyczące zestawień zawodników, aby zminimalizować ryzyko wystąpienia patologicznych zachowań - tłumaczy Adam Zelent.

Jak dodaje, tego typu gale odbywały się już w Polsce wielokrotnie i niezależnie od ich oceny są legalnymi wydarzeniami rozrywkowymi przyciągającymi swoją publiczność.

- Hala Nysa pełni funkcję komercyjną i traktujemy to zlecenie jak każde inne wydarzenie komercyjne, o ile organizator przestrzega zapisów umowy oraz norm prawnych. Wizerunek miasta budujemy poprzez różnorodność oferty, zakładając, że dorośli mieszkańcy mają prawo decydować, w jakiego rodzaju rozrywce chcą uczestniczyć - dodaje menadżer Hali Nysa.

## Pies utknął w lisiej norze. Strażacy cztery godziny walczyli o jego życie

Anna Gryglas  
agryglas@nto.pl

**Zaczął się od wieczornego spaceru z czworonogiem, a zakończyło akcją, która zakończyła się szczęśliwie dopiero po kilku godzinach intensywnej pracy.**

Do zdarzenia doszło w niedzielę (12 kwietnia) późnym wieczorem. O godzinie 21:53 służby otrzymały zgłoszenie o psie uwieczonym... w lisiej norze. Zwierzę podczas spaceru uciekło właścicielowi i wbiegło do podziemnych korytarzy, z których nie było już w stanie samodzielnie się wydostać.

Na miejsce natychmiast skierowano zastępy Państwowej Straży Pożarnej oraz Ochotniczej Straży Pożarnej.

- Po rozpoznaniu sytuacji okazało się, że pies znajduje się głęboko pod ziemią, około 1,5 metra poniżej powierzchni i aż 8 metrów od wejścia do nory - informuje Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Nysie.

Rozpoczęła się trudna i wymagająca precyzji akcja ratunkowa. Strażacy, uzbrojeni w łopaty i szpadle, mu-

sieli ręcznie przekopywać ziemię, by dotrzeć do uwieczonego zwierzęcia, jednocześnie uważając, aby nie doprowadzić do zawalenia korytarzy.

Akcja trwała blisko cztery godziny. Ostatecznie zakończyła się pełnym sukcesem. Pies został wydobyty na powierzchnię i przekazany właścicielce. Był cały i zdrowy.

Jak relacjonują strażacy, czworonożny bohater tej historii zyskał nawet nowe imię „Norek”, które nawiązuje

do miejsca jego nietypowej przygody.

To kolejna sytuacja, która pokazuje, że strażacka służba to nie tylko walka z pożarami czy skutkami wypadków. Coraz częściej interwencje dotyczą także ratowania zwierząt.

W ostatnim czasie druhowie z Łąka pomogli sarnie, która zakleszczyła się w rowie, natomiast ochotnicy z Wyszaków Śląski uratowali bociana, który dławił się workiem foliowym. Obie interwencje zakończyły się szczęśliwie.



**To była jedna z tych interwencji, których nie da się zapomnieć.**

## Dni Nysy 2026. Miasto wybrało organizatora wydarzenia

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**Dwa dni zabawy będą kosztować budżet miasta 788 tysięcy złotych. W tym roku Dni Nysy odbędą się 22 i 23 maja na parkingu przy Hali Nysa. Biletów wstępu nie będzie.**

Organizatorem dwudniowego święta miasta będzie warszawska agencja Ibento, wybrana w drodze przetargu. Drugi oferent, także z Warszawy był o ok. 35 tysięcy złotych droższy. Trzeciego oferenta z Tamowskich Gór odrzucono ze względu na uchybienia formalne. To jednak on przedstawił najtańszą propozycję. Organizując przetarg władze Nysy musiały precyzyjnie opisać, czego oczekują od producenta imprezy. Jest to między innymi zapewnienie programu artystycznego dla ludzi od 16 do 65 roku życia, a więc kilku pokoleń. Każdego dnia ma wystąpić co najmniej dwóch artystów, w tym gwiazdy wieczoru grające muzykę pop lub rock. Jak zdefiniowano gwiazdę? To wykonawca lub zespół muzyczny o ugruntowanej pozycji artystycznej, medialnej i wysokiej rozpoznawalności. W swoim dorobku musi



**Budżet Dni Nysy obejmuje także promocję wydarzenia w ogólnopolskim radiu i mediach społecznościowych.**

mieć udział w programie transmitowanym przez którąś z telewizji o zasięgu ogólnopolskim. Program na scenie mają prowadzić znani konferansjerzy, osobowości conajmniej z ogólnopolskiego radia. Oprócz czterech koncertów władze Nysy zagwarantowały sobie także pokaz sztucznych ogni lub pokaz laserowy na zakończenie Dni Nysy.

Producent imprezy zapewni również zaplecze techniczne w tym zadaszoną scenę i trzy telebimy, na których będzie transmitowany obraz ze sceny. Zapewni ochronę oraz służby me-

dyczne, zaplecze dla artystów i personelu, zadba o odpowiednią ilość koszy na śmieci, o ogrodzenie. Miasto w warunkach przetargu określiło, że spodziewa się ok. 2 tysięcy uczestników i to będzie podstawa do wyliczenia np. liczby potrzebnych ochroniarzy.

Koszty tegorocznych Dni Nysy są nieco mniejsze niż przyjęto w budżecie gminy (800 tysięcy złotych). Koszt wydarzenia w roku 2025 był podobny - 793 tysięcy. Wtedy wydarzenie odbywało się na parkingu obok Hali Nysa i na Rynku.

## Kamienica zamieni się w nowoczesne centrum kultury. Jest dofinansowanie

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**Są pieniądze na gruntowną przebudowę starej kamienicy na paczkowskim Rynku, gdzie mieścił się Dom Plastyka. Za kilka lat artyści będą mogli tam powrócić.**

Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego ogłosił dziś (13 kwietnia), w jaki sposób podzieli 633 mln złotych z unijnego programu Feniks. Wśród 24 dofinansowanych projektów jest też wniosek gminy Paczków. Miasto dostanie 8,8 mln złotych dofinansowania do przygotowywanej od kilku lat przebudowy Domu Plastyka. Szacunkowy koszt wszystkich zaplanowanych tam prac to aż 13,5 mln złotych. Z tego samego funduszy

dofinansowanie wysokości 11,2 mln złotych dostanie także Klubowisko na przebudowę siedziby swojego domu kultury.

Dom Plastyka to zabytkowa kamienica położona pod numerem 20 na Rynku w Paczkowie. Zbudowano ją 200 lat temu. Przez ostatnie lata był siedzibą ogniska plastycznego dla dzieci, prowadzonego przez powiat nyski. W 2022 roku starostwo przekazało zarówno samą nieruchomość jak i zadanie prowadzenia ogniska plastycznego gminie Paczków, a burmistrz Artur Rolka rozpoczął przygotowania do remontu. Gmina sfinansowała projekt, zakładający przebudowę elewacji na bardzo nowoczesną i dostosowanie wnętrza do potrzeb domu kultury z biblioteką. Obiekt będzie miał też z tyłu dobudowaną windę.



Dom Plastyka to zabytkowa kamienica położona pod numerem 20 przy Rynku w Paczkowie.

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**W czerwcu zakończy się trwający od dwóch lat gruntowny remont najbardziej charakterystycznego budynku w Łambinowicach. Pandora będzie mieć też nową funkcję - ochronę ludności.**

Budynek z charakterystycznym „pruskim murem” był kiedyś kasynem oficerskim pierwszego obozu jenieckiego w Łambinowicach. Obiekt powstał pod koniec XIX wieku, choć dokładnie nie znamy daty budowy. Pierwotnie miał jeszcze drewnianą galerię, która została rozebrana po wojnie. Wtedy też został przekształcony na siedzibę domu kultury.

W 2023 roku z powodu złego stanu technicznego „Pandora” zamknięto. Gmina dostała 4 miliony dofinansowania z rządowego programu Polski Ład na gruntowny remont wnętrza i elewacji, a także na wzmocnienie fundamentów, których stan groził wręcz zawaleniem. Prace trwały ponad dwa lata i właśnie się kończą.

- W czerwcu planujemy oddanie budynku do użytku. Obecnie kończymy odbiory i zamawiamy wyposażenie - mówi Tomasz Karpiński, wójt Łambinowic. - Przeprowadzimy jeszcze renowację parku wokół Pandory. Powstanie między innymi plac zabaw, ze-



Władze gminy zamierzają przygotować dokumentację przebudowy głębokich piwnic pod „Pandorą” na miejsce zbiorowego schronienia dla ok. 200 osób.

wnętrzne toalety dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych.

W tym roku władze gminy chcą też przygotować dokumentację przebudowy dużych i głębokich piwnic pod „Pandorą” na miejsce zbiorowego schronienia dla ok. 200 osób. Szczegóły wymaganych prac określi wykonawca. Pomoże finansowo rządowy fundusz ochrony ludności.

- Obecnie mamy miejsce zbiorowego schronienia pod budynkiem urzędu gminy i zakładu gospodarki komunalnej - mówi wójt Tomasz Kar-

piński. - One też wymagają jednak dostosowania do aktualnych potrzeb. Razem z Pandorą to będzie miejsce dla ok. 600 - 700 osób, ale mam nadzieję, że nigdy nie będzie potrzeby korzystania z takich miejsc.

Koszt budowy schronu wynosi szacunkowo od 15 do 50

**Ustawa o ochronie ludności stawia wymóg zabezpieczenia miejsca schronienia dla 50 proc. ludności w miejscach i 25 proc. na wsi**

tysięcy za metr kwadratowy. Takie obiekty muszą być odpowiednio trwałe, hermetycznie szczelne i posiadać między innymi system wentylacji powietrza. Wysokich wymagań nie ma wobec innej kategorii - miejsc doraźnego schronienia, ale tu też jest wymagane wyjście awaryjne poza obręb budynku. Na polskim rynku rośnie liczba firm, specjalizujących się w tego typu pracach.

Lokalne władze w całej Polsce pilnie szukają obecnie budynków, które można zaadaptować na miejsce zbiorowego schronienia.

## Rusza przegląd oznakowania na szlakach w Górach Opawskich

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**Turyści w tym sezonie nie zgubią się w Górach Opawskich. PTTK szykuje przegląd szlaków. Są miejsca, gdzie trzeba uzupełnić oznakowanie po powodzi czy wy-cince. Będzie nowy odcinek.**

W grudniu zakończyła się ostatecznie popowodziowa naprawa leśnej drogi w Cichej Dolinie w Górach Opawskich. To jeden z najbardziej popularnych szlaków pieszych na Kopę Biskupią. Teraz w teren ruszą znakarze PTTK, aby sprawdzić, uzupełnić i odnowić znaki na drzewach. Zawieszają też nowe tabliczki informacyjne.

**Znakarze wkrótce wyruszą w teren**

- Zaczynamy monitoring, czyli sprawdzanie stanu ozna-

kowania. Pomogą nam w tym przewodnicy, którzy prowadzą w góry wycieczki. Potem zamówimy wykonanie tabliczek kierunkowych i nas znakarze pójną w teren uzupełnić i odnowić oznakowanie - mówi Jerzy Chmiel, prezes oddziału PTTK w Głuchołazach. - Dzięki umowie z marszałkiem, nie dopłacamy do tego zadania ze swoich pieniędzy.

**Co roku wymieniają mostki**

Głuchołaski oddział PTTK dostał na swój projekt 20 tysięcy dofinansowania z urzędu marszałkowskiego. Sąsiedni oddział PTTK Sudety Wschodnie w Prudniku zawarł z marszałkiem umowę na kwotę 8,2 tysiąca zł.

- Od 2018 roku pozyskujemy pieniądze z urzędu marszałkowskiego i staramy się systematycznie, po kawałku



Zniszczone przez powódź oznakowanie szlaków w Cichej Dolinie

sprawdzać i wymieniać oznakowanie. Robimy to własnymi siłami - mówi Barbara Drożdżowicz, prezes PTTK w Prudniku. - Co roku wymieniamy także po dwa drewniane mostki na potokach, wybierając te najbardziej zniszczone.

W tym roku będzie to Mostek Leśników i Mostek Petetokowców na niebieskim szlaku historycznym. Rozmawiam z turystami, nawet na tych mniej uczęszczanych szlakach i nikt nie skarżył się na trudności w orientacji w terenie.

**Szlaki będą rozbudowane**

Po wrześniowej powodzi w 2024 roku są jeszcze drogi turystyczne w rejonie Głuchołaz, które czekają na udostępnienie. Najtrudniejsza jest sytuacja w dolinie Białej Głuchołaskiej poniżej Głuchołaz do Bodzanowa, gdzie prowadzi trasa narciarska i znakowana Nyska Droga Jakubowa, miejscami nadal niedostępna ze względu na zniszczoną drogę. Tu jednak naprawa wymaga większych możliwości finansowych.

- W tym roku planujemy też przygotowanie krótkich odcinków dojazdowych do nowego punktu widokowego na Sudety, który wyznaczymy obok osiedla Pod Czechami w Bodzanowie - mówi Jerzy Chmiel. - Prowadzi tam w pobliżu czerwony, Główny Szlak Sudecki, a taki punkt widokowy z dojsciem urozmaici

wędrówkę turystom. Korekta całego szlaku jest bardzo trudna organizacyjnie. Wymaga wprowadzania zmian we wszystkich mapach.

**Czesi przekroczyli granicę**

Góry Opawskie, to region Opolszczyzny z najbardziej gęstą siecią szlaków pieszych, rowerowych, a także narciarskich. Nowością jest czeski szlak - Klidna Cesta czyli Spokojna Ścieżka, który wszedł na teren Polski. To trasa piesza ze Złatych Hor do Mikulovic malowniczą doliną rzeki Olešnicy i dalej przez dawny wojskowy kompleks koszarowy Muna. Częściowo prowadzi ona przez polskie Podlesie. Czesi po polskiej stronie za swoje pieniądze wykonali nie tylko oznakowanie i tablice informacyjne, ale też miejsca odpoczynku. ©©

# Fabryki w strefie przy A4 ruszają z rekrutacją. Szukają 200 osób

Radosław Dimitrow  
rdimitrow@nto.pl

**Firmy ulokowane w Strefie Aktywności Gospodarczej w gminie Ujazd oraz duże zakłady działające po sąsiedztwu ruszają z wielką wiosenną rekrutacją.**

Firmy, które poszukują pracowników działają w branżach m.in.: logistycznej, motoryzacyjnej i budowlanej. Zgłaszają zapotrzebowanie na pracowników magazynowych, operatorów maszyn CNC, elektryków, mechaników, konstruktorów, programistów, a także kierowników zawodowych.

Okazją do bezpośredniego zapoznania się z ich ofertami i przeprowadzenia wstępnych rozmów rekrutacyjnych będą zbliżające się Strzeleckie Targi Pracy i Edukacji dla Dorosłych.

- Te targi są adresowane nie tylko do osób bezrobotnych, ale także dla tych, którzy planują po prostu zmienić miejsce pracy - zauważa Roman Kus, dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Strzelcach Opolskich. - To najlepsza okazja, by pracownicy mogli bezpośrednio i bez zbędnych pośredników porozmawiać z pracodawcami zgromadzonymi w jednym miejscu. Każdego roku wydarzenie to cieszy się dużą popularnością.



**Łącznie do obsadzenia jest ponad 200 różnorodnych wakatów.**

## Schaeffler i Kuehne+Nagel

W Sieroniowicach powstaje potężne Regionalne Centrum Dystrybucji i Komplektacji firmy Schaeffler. Na powierzchni ponad 62 tysięcy metrów kwadratowych firma Schaeffler buduje nowoczesne centrum logistyczne obsługujące całą Europę Środkową i Wschodnią.

To globalny gracz dostarczający części dla branży motoryzacyjnej i przemysłowej. Inwestycja, która dobiega końca realizowana jest w ścisłym partnerstwie z firmą Kuehne+Nagel (światowym liderem logistyki). Dlatego te przedsiębiorstwa wspólnie szukają pracowników, którzy chcą się zatrudnić w nowym obiekcie w Sieroniowicach.

Uruchomienie zakładu zaplanowano na drugą połowę 2026 roku, ale rekrutacja już trwa. Do 2030 roku w nowym centrum zatrudnienie znajdzie celowo około 300 osób. Oprócz stanowisk typowo magazynowych, poszukiwani są specjaliści z zakresu IT, finansów, marketingu oraz zasobów ludzkich.

## Mubea Automotive i Dino Polska

Mubea Automotive to gracz w branży motoryzacyjnej, specjalizujący się w produkcji zaawansowanych elementów podwozia i nadwozia. Zakład w Ujeździe, funkcjonujący od 2015 roku, zatrudnia już ponad 800 pracowników, a w związku z posiadaniem trzech hal produkcyjnych, stale potrzebuje nowych pracowników.

Obecnie firma poszukuje przede wszystkim operatorów maszyn oraz elektryków. Zakres obowiązków obejmuje obsługę urządzeń, kontrolę jakości, eliminowanie wad oraz dbałość o konserwację sprzętu. Mubea kusi kandydatów stabilnym zatrudnieniem i premią rekomendacyjną (jednorazowo 5000 zł brutto za polecenie solidnego pracownika, który podejmie zatrudnienie). Nowozatrudnione osoby mogą też liczyć na bezpłatny transport do pracy z wielu okolicznych miejscowości, prywatną opieką medyczną oraz system dodatkowych premii i dofinansowania do posiłków.

Z kolei Dino Polska to najszybciej rozwijająca się sieć handlowa w kraju. Ma ponad 3000 sklepów, z czego setka

w samym województwie opolskim. Polska firma pilnie poszukuje kadr do swojego centrum logistycznego w Sieroniowicach.

Koncern od zaraz potrzebuje 20 magazynierów do pracy w różnych działach, takich jak strefa sucha, chłodnia oraz owocowo-warzywna. Dino będzie poszukiwać również kandydatów na stanowiska kasjerów-sprzedawców do swoich marketów.

## Praca w fabrykach spoza strefy gospodarczej

Zimmermann-Haus (Jemielnica). Polski producent energooszczędnych domów prefabrykowanych w technologii szkieletowej. Nowoczesna fabryka oddana do użytku w 2025 roku pozwoliła na zwiększenie produkcji ze 110 do aż 430 domów rocznie. W zakładzie działają m.in. nowoczesne suwnice, bezpieczne rampy i systemy odpylające. Produkowane są tutaj gotowe, ocieplone ściany z wmontowanymi instalacjami. Firma stale poszukuje fachowców budowlanych i monterów chętnych do pracy w komfortowych, zautomatyzowanych warunkach halowych.

Transannaberg (Strzelce Opolskie). To z kolei lider w branży transportu ponadnormatywnego i ciężkiego, funk-

cjonujący od 1987 roku. To właśnie ta firma odpowiada za przewóz gigantycznych elementów elektrowni wiatrowych (łopaty o długości do 120 metrów) czy potężnych konstrukcji przemysłowych. Przedsiębiorstwo szuka mechaników samochodowych, elektromechaników oraz wykwalifikowanych kierowców C+E z doświadczeniem do wykonywania transportów ponadgabarytowych.

Grupa Track Tec - Koltram (Zawadzkie). Międzynarodowy potentat dostarczający elementy infrastruktury kolejowej do ponad 50 krajów, będący głównym dostawcą dla największych europejskich sieci kolejowych. Zakład Koltram poszukuje do swojego zespołu specjalistów obsługujących frezarki CNC, monterów konstrukcji stalowych, zdolnych konstruktorów, technologów produkcji oraz programistów.

Strzeleckie Targi Pracy i Edukacji dla Dorosłych 2026

Ze wszystkimi opisanymi ofertami (i wieloma innymi) będzie można zapoznać się osobiście podczas nadchodzącego wydarzenia. Wydarzenie zorganizowane będzie 15 kwietnia 2026 roku w godzinach od 10:00 do 13:00 w Powiatowym Centrum Kultury w Strzelcach Opolskich przy ulicy Dworcowej 23.

# Przestępcy coraz częściej sięgają po maczety. Jest akt oskarżenia w kolejnej sprawie o ciężkie obrażenia ciała z użyciem tego narzędzia

Krzysztof Strauchmann  
kstrauchmann@nto.pl

**Wpadł w szal i pobił starszego od siebie znajomego od kieliszka. Ranił go także maczetą. A poszło o gorącą zupę.**

Przed Sądem Okręgowym w Opolu w połowie kwietnia ruszy proces 40-letniego Mariusza M. z Niemodlina. Prokuratura Rejonowa w Prudniku oskarżyła go o spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu 55-latką, z którym wspólnie pili alkohol.

Mariusz M. pochodzi z Niemodlina, ale ostatnio nie miał stałego miejsca zamieszkania. Pomiędzy nimi przygodnie poznanych ludzi, często zmieniał miejsce pobytu. 20 grudnia ubiegłego roku był w mieszkaniu 55-letniego mieszkańca Prudnika. Razem pili alkohol, zresztą znali się wcześniej z widzenia.



**Maczeta zatrzymana przez opolską policję do jednego z wcześniejszych zdarzeń.**

- Tłem zdarzenia było nieporozumienie w trakcie wspólnego picia alkoholu - mówi prokurator Przemysław Powirski z Prokura-

tury Rejonowej w Prudniku. - Pokrzywdzony zeznał, że napastnik stał się agresywny, wpadł w szal, po tym, jak zwrócił mu uwagę,

żeby nie jadł jego zupy, którą właśnie sobie przygotował. Mariusz M. bił pokrzywdzonego rękami, kopał, a także uderzył go trzy-

maną maczetą. Grozi mu do 20 lat pozbawienia wolności.

Po ataku szalu oskarżony wyszedł z mieszkania, zabierając ze sobą maczetę, którą wcześniej sam przyniósł. Ranny mężczyzna zdołał telefonicznie wezwać do siebie pomoc. Karetka pogotowia zabrała go do szpitala, gdzie przeszedł operację. Miał między innymi rany cięte uda, ucha, liczne sińce. Po operacji za zgodą lekarzy policjanci przesłuchali rannego i on wskazał im, kto był napastnikiem. Odnalezienie Mariusza M. okazało się jednak trudne, bo zniknął z Prudnika. Metodami operacyjnymi policjanci ustalili, że przebywał w Grodkowie, w jednym z mieszkań. Już dzień po zdarzeniu funkcjonariusze siłowo weszli do mieszkania w jednym z budynków wielorodzinnych w Grodkowie. Mariusza M. znaleźli dopiero na poddaszu, gdzie

schował się za kominem. Trafił prosto do tymczasowego aresztu i czeka tam na rozpoczęcie rozprawy.

- Oskarżony przyznał się do zarzutu, ale jego wersja nieco różni się od tego, co zeznał poszkodowany, co do okoliczności zdarzenia - mówi prok. Przemysław Powirski.

Maczeta, czyli długi nóż służący do wycinania zarośli, stała się ostatnio popularnym narzędziem przestępstwa. W listopadzie 2024 roku w jednej z restauracji na terenie Otmuchowa napastnik zaatakował maczetą dwóch mężczyzn, z którymi wcześniej pił alkohol. W marcu 2021 roku w Opolu dwaj napastnicy pobili maczetą i pałką teleskopową mężczyznę. Maczetę miał przy sobie napastnik, który w 2022 roku w Nysie napadł na sklep w centrum miasta, ale nie użył jej wobec ludzi.

## KRÓTKO

### WIZYTA

## Premier w Japonii o gospodarce

Po zakończeniu wizyty w Korei Płd. premier Donald Tusk przybył w poniedziałek do Japonii. Spotka się z premierką tego kraju Sanae Takaichi i przedstawicielami Japońskiej Federacji Biznesu.

Spotkanie szefów rządów i delegacji obu państw zaplanowano na środę. Wcześniej tego dnia Donald Tusk będzie rozmawiał z przedstawicielami Keidanren, czyli Japońskiej Federacji Biznesu, największej japońskiej organizacji gospodarczej. Premier zapowiedział, że poruszy w To-

kię kwestię dużej nierównowagi w wymianie handlowej z Japonią. - Liczymy na bardzo intensywną współpracę z Japonią, jeśli chodzi o najnowsze technologie, sztuczną inteligencję, cyberbezpieczeństwo - powiedział Donald Tusk.

Centrum Informacyjne Rządu podało, że celem wizyty premiera w Japonii będzie też utrzymanie zaangażowania tego kraju we wsparcie dla walczącej Ukrainy oraz kontynuacja dialogu na temat współpracy w ramach odbudowy Ukrainy.

### MARSZ ŻYWYCH

## Hołd dla ofiar Holokaustu



Kilka tysięcy uczestników Marszu Żywych, który jest wyrazem hołdu dla ofiar Holokaustu i protestem przeciwko antysemityzmowi, wyruszyło we wtorek po południu sprzed bramy obozowej z napisem „Arbeit macht frei” w byłym niemieckim obozie Auschwitz I do byłego Auschwitz II-Birkenau.

### SĄD

## Wyrok skazujący dla policjantów

Sąd Okręgowy w Bydgoszczy skazał dwóch byłych policjantów z Inowrocławia na kary siedmiu i sześciu lat więzienia. Chodzi o użycie w czasie interwencji paralizatora wobec agresywnego 27-letniego mężczyzny, co doprowadziło do jego śmierci.

Do zdarzenia doszło 22 maja 2024 r. jednym z miesz-

kań w Inowrocławiu. Rozprawa przeciwko byłym już policjantom Przemysławowi D. i Radosławowi P. toczyła się przed bydgoskim sądem od 17 kwietnia 2025 r. z wyłączeniem jawności - łącznie z odczytaniem aktu oskarżenia.

Wyrok jest nieprawomocny. Stronom przysługuje prawo złożenie apelacji.

### BEZDOMNOŚĆ

14 kwietnia obchodzony jest Dzień Ludzi Bezdomnych. Z danych za 2024 rok wynika, że w Polsce jest ponad 31 tys. osób w kryzysie bezdomności. Jednak - jak podkreśliła Agnieszka Sikora, założycielka i prezes Fundacji Po Drugie - metodologia badań nie obejmuje wszystkich grup. - Wiele osób pozostaje poza systemem i jest niewidocznych dla instytucji - zaznaczyła Sikora. Dotyczy to zwłaszcza osób w przedziale wiekowym 18-25 lat.



*Peter Magyar to jest człowiek, któremu w żadnym wypadku nie będę składał gratulacji*

Jarosław Kaczyński, prezes PiS

# Odwołają minister klimatu? Jest wniosek o wotum nieufności

Adam Kielar  
Warszawa

**Do Sejmu trafił wniosek o wotum nieufności wobec minister klimatu Pauliny Hennig-Kloski, do niedawna jednej z liderki Polski 2050, dziś reprezentantki klubu Centrum. Czy szefowa resortu zachowa swoje stanowisko, a koalicja rządowa pokaże jedność?**

Pod koniec marca posłowie PiS oraz Konfederacji złożyli w Sejmie wnioski o wotum nieufności wobec minister klimatu i środowiska Pauliny Hennig-Kloski.

„Dotychczasowe działania kierownictwa Ministerstwa Klimatu i Środowiska wskazują na poważne braki kompetencyjne, liczne błędy w procesie legislacyjnym oraz decyzje podejmowane w sposób chaotyczny i pozbawiony odpowiedzialnej analizy skutków społecznych i gospodarczych” - czytamy w uzasadnieniu wniosku.

Wydawać by się mogło, że sytuacja jest jasna - opozycja chce odwołania krytykowanej minister, a koalicja ją obroni, bo dysponuje większością głosów. Sprawa jest jednak bardziej zniuansowana.

**Polska 2050 podzieliła się. Paulina Hennig-Kloska odeszła**

Wszystko przez rozpad Polski 2050. Paulina Hennig-Kloska,



Minister klimatu i środowiska Paulina Hennig-Kloska. Czy koalicja ją wybroni?

była kandydatka na szefową tej partii, która przegrała wybory z Katarzyną Pełczyńską-Nałęcz, stała się liderką buntu, który zakończył się powstaniem klubu parlamentarnego Centrum.

Minister klimatu i środowiska stoi na stanowisku, że umowa koalicyjna zakłada, iż wszystkie tworzące większość ugrupowania stoją za sobą murem. We wtorkowym wywiadzie w RMF FM zapowiedziała, że porozmawia z Pełczyńską-Nałęcz na temat tego, czy Polska 2050 zagłosuje w obronie byłej koleżanki partyjnej.

Między innymi w tej sprawie dojdzie ma także do spotkania premiera Donalda Tuska z Katarzyną Pełczyńską-Nałęcz. Ma

ono mieć miejsce jeszcze w bieżącym tygodniu, gdy szef rządu wróci z wizyty w Azji. Potwierdził to jeden z posłów Polski 2050, Kamil Wnuk, cytowany przez RMF FM.

- Pani przewodnicząca Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz spotka się w tym tygodniu z premierem Donaldem Tuskiem, żeby ustalić też fakty i wspólne stanowisko w sprawie wotum zaufania dla pani minister klimatu. Są pewne kwestie, z których nie jesteśmy do końca zadowoleni - powiedział.

Zastrzeżenia wobec szefowej resortu klimatu i środowiska ma także PSL, jednak szef jego klubu, Krzysztof Paszyk,

powiedział, że „opozycja nie będzie meblować rządu”.

**Znów będzie rekonstrukcja rządu?**

Paulina Hennig-Kloska to niejedyna osoba z gabinetu Donalda Tuska, o której mówi się, że może stracić stanowisko. W marcu portal i.pl poinformował, że odwołana może zostać minister kultury i dziedzictwa narodowego Marta Cienkowska.

Pojawiły się także doniesienia, że czarne chmury zbierają się nad minister edukacji Barbarą Nowacką oraz szefową resortu zdrowia Jolantą Sobierańską-Grendą. PAP

## Zbigniew Ziobro na razie pozostaje na Węgrzech. Nie wyklucza żadnego scenariusza wyjazdu

Oprac. Alina Mazur  
Węgry

**Zbigniew Ziobro stwierdził we wtorek, że będzie walczył z premierem Tuskiem, gdziekolwiek się znajdzie. Dopytywany o to, czy pozostanie na Węgrzech, odparł, że „czas pokaże”.**

Zbigniew Ziobro pytany wczoraj przez Polsat News o to, czy w obliczu niedzielnich wyborów i odsunięcia władzy

rządu premiera Viktora Orbana jest już spakowany i gotowy na ekstradycję do Polski, odpowiedział: „Jestem zawsze gotowy do toczenia bitwy o prawdę”. Dodał, że będzie walczył z premierem Donaldem Tuskiem „gdziekolwiek się znajdzie”.

- Jeśli znajdę się w Polsce, jeśli nawet Donald Tusk okaże się tym samcem Alfa, o czym marzy i będzie chciał wykorzystywać moją osobę do swoich politycznych gier, by od-

wracać uwagę od dramatów Polaków w służbie zdrowia, od dramatycznego zadłużenia polskiego państwa, to i tak zapewniam państwu, że będę walczył, nawet będąc zamknięty w areszcie - podkreślił.

Dopytywany o to, czy pozostanie na razie na Węgrzech, odparł jedynie, że „czas pokaże”. Wskazał przy tym na węgierskie procedury prawne, które w jego opinii „wiążą pana premiera Ma-

gyara”. Wyraził nadzieję na to, że węgierski system jest na tyle odporny politycznie, że będzie podejmował decyzję w oparciu o fakty, które - jak dodał Ziobro - są „bardzo mało optymistyczne dla Donalda Tuska i jego wniosku”.

Pytany o to, czy może wykluczyć scenariusz wyjazdu do Stanów Zjednoczonych, powiedział, że niczego nie może wykluczyć i zarazem ironizował, że stoi za nim samolot. PAP

# Szkoła z sercem – miejsce, gdzie każde dziecko ma swoją przestrzeń do rozwoju



## Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem to wyjątkowe miejsce na mapie regionu - szkoła, która łączy profesjonalizm, nowoczesne podejście do edukacji i przede wszystkim ogromne serce do dzieci i młodzieży z różnymi potrzebami rozwojowymi.



**Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem to wyjątkowe miejsce na mapie regionu - szkoła, która łączy profesjonalizm, nowoczesne podejście do edukacji i przede wszystkim ogromne serce do dzieci i młodzieży z różnymi potrzebami rozwojowymi.**

Położona w malowniczej dolinie Małej Panwi, szkoła oferuje nie tylko edukację, ale również bezpieczną, przyjazną przestrzeń, w której każdy uczeń może rozwijać swoje możliwości, pasje i samodzielność. To miejsce, gdzie naprawdę widać, że edukacja spotyka się z troską i zrozumieniem.

### Indywidualne podejście - klucz do sukcesu

Największą siłą szkoły jest podejście do ucznia. Każde dziecko traktowane jest indywidualnie, z uwzględnieniem jego możliwo-

ści, potrzeb i tempa rozwoju. Wykwalifikowana kadra nauczycieli, terapeutów i specjalistów pracuje zespołowo, aby zapewnić jak najlepsze wsparcie edukacyjne i wychowawcze. Nowoczesne metody nauczania, małe grupy oraz różnorodne formy pracy sprawiają, że uczniowie mogą uczyć się w sposób dla nich najbardziej naturalny i efektywny.

### Bogata oferta edukacyjna i terapeutyczna

Szkoła obejmuje kilka etapów kształcenia i wsparcia: Szkołę Podstawową Specjalną Szkołę Przystosowaną do Pracy Zespoły rewalidacyjno-wychowawcze Wczesne Wspomaganie Rozwoju Dziecka (WWR) Uczniowie korzystają z szerokiego wachlarza terapii i zajęć specjalistycznych, takich jak: logopedia, integracja sensoryczna (SI), rehabilitacja ruchowa, komunikacja alternatywna (AAC), gimnastyka korekcyjna, hydroterapia, arteterapia, sensoplastyka, dogoterapia, terapia ręki czy trening umiejętności społecznych. Szkoła dysponuje również nowoczesnymi pomocami dydaktycznymi, w tym salą doświadczania świata, tablicami interaktywnymi czy drukarką 3D, co pozwala na jeszcze bardziej an-

gażującą i rozwijającą naukę.

### Bezpieczeństwo, rozwój i radość

Ważnym elementem funkcjonowania szkoły jest tworzenie przyjaznej, rodzinnej atmosfery. Uczniowie czują się tu bezpiecznie i akceptowani, co ma ogromne znaczenie w procesie edukacyjnym i terapeutycznym. Placówka oferuje także pomoc psychologiczno-pedagogiczną oraz wspiera rozwój zainteresowań poprzez udział w konkursach, wydarzeniach sportowych, artystycznych i wycieczkach. To wszystko sprawia, że uczniowie mają szansę doświadczać świata na wiele sposobów i budować swoją pewność siebie.

### Nowoczesna infrastruktura i wsparcie dla rodzin

Szkoła stale się rozwija i inwestuje w swoją infrastrukturę. W ostatnim czasie powstała nowoczesna winda, a do dyspozycji uczniów są również: siłownia zewnętrzna, plac zabaw oraz ogród sensoryczny (w trakcie tworzenia). Dodatkowym wsparciem dla rodzin jest bezpłatny dowóz uczniów, możliwość korzystania z cateringu obiadowego oraz świetlica działająca do godzin popołudniowych.

### Społeczność, która daje siłę

Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem to nie tylko szkoła - to społeczność. Tworzą ją uczniowie, nauczyciele, rodzice i przyjaciele placówki, którzy wspólnie działają na rzecz rozwoju i lepszej przyszłości dzieci. To miejsce, gdzie każdy dzień przynosi nowe doświadczenia, małe sukcesy i wielkie radości.

### Rekrutacja trwa cały rok

Szkoła zaprasza nowych uczniów i ich rodziny do dołączenia do tej wyjątkowej społeczności. Jeśli szukasz miejsca, w którym Twoje dziecko będzie rozumiane, wspierane i rozwijane z troską - to właśnie tutaj je znajdziesz. Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem to

wyjątkowa, publiczna placówka edukacyjna, prowadzona przez Powiat Strzelecki. To szkoła, która każdego dnia pokazuje, że edukacja może być jednocześnie profesjonalna, nowoczesna i pełna empatii. Placówka jest czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30-17:00, zapewniając uczniom nie tylko naukę, ale także opiekę, terapię i rozwój w bezpiecznym, przyjaznym środowisku.

### Szkoła dla wielu gmin - jedna wspólna misja

Do szkoły uczęszczają uczniowie aż z ośmiu gmin województwa opolskiego: Zawadzkie, Jemielnica, Kolonowskie, Strzelce Opolskie, Tarnów Opolski, Ozimek, Dobrodzień i Zębowice. To oznacza, że Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem pełni ważną rolę dla całego regionu - obejmując swoim wsparciem powiat strzelecki, oleski i opolski. Co istotne, dowóz uczniów zapewniają gminy, z których pochodzą dzieci, co znacząco ułatwia dostęp do edukacji i terapii.

### Nowoczesność i innowacje w praktyce

Szkoła posiada tytuł placówki innowacyjnej oraz outdoorowej. Oznacza to, że edukacja nie ogranicza się wyłącznie do sal lekcyjnych - uczniowie uczą się także poprzez kontakt z naturą, doświadczenie i praktyczne działania. Realizowane są liczne projekty: lokalne, regionalne i ogólnopolskie, które rozwijają kompetencje społeczne, zawodowe i życiowe uczniów. Dzięki temu szkoła stale się rozwija i odpowiada na zmieniające się potrzeby swoich podopiecznych.

### Silne partnerstwa - realne wsparcie

Szkoła współpracuje z wieloma partnerami biznesowymi, którzy aktywnie wspierają jej działania. Wśród nich są m.in.: Izosyal, Packprofil, Kuźnia Zawadzkie, Technodrew, Kapica, Stalprofil. Ogromne znaczenie ma również wsparcie organizacji społecznych

i fundacji, takich jak: Spartanie Dzieciom, Dzięki Tobie, Lellek Pomaga, Atlas, Fundacja Batorego oraz Fundacja Stocznia. Dzięki tym relacjom uczniowie mają dostęp do dodatkowych inicjatyw, projektów i wsparcia, które realnie wpływają na jakość ich edukacji i codzienne funkcjonowanie.

### Fundacja, która działa tu na miejscu

Przy szkole działa również Fundacja Mały Krok, która wspiera rozwój placówki i organizuje dodatkowe działania na rzecz uczniów oraz ich rodzin. To właśnie dzięki takim inicjatywom możliwe jest realizowanie marzeń, do-

posażenie szkoły czy organizacja wydarzeń integracyjnych i terapeutycznych.

### Miejsce, które naprawdę zmienia życie

Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem to nie tylko szkoła - to przestrzeń, w której dzieci i młodzież uczą się samodzielności, budują relacje i odkrywają swoje możliwości. To miejsce, gdzie edukacja spotyka się z sercem, a codzienna praca przynosi realne efekty - w postaci uśmiechu, postępów i małych-wielkich sukcesów uczniów. **Bo tutaj każde dziecko ma znaczenie.**

**Zespół Szkół Specjalnych w Zawadzkiem**  
ul. Czarna 2, 47-120 Zawadzkie  
☎ 608 038 897 | ☎ 77 462 00 49  
✉ sekretariat@zsszawadzkie.szkolna.net

## Mały gest wielka zmiana



Przekaż **1,5%** fundacja  
**MAŁY KROK**  
KRS: 0000595920



## 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 imieniu O. K. i był uczeń szkoły. „Według wstępnych ustaleń w ataku rannych zostało 10 uczniów, czworo nauczycieli, jeden policjant oraz jedna osoba pracująca w stołówce” – poinformo-

wano w komunikacie, 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 wziął 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



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

## Węgierskie media bez programów informacyjnych

Oprac. Alina Mazurska  
Węgry

**Peter Magyar zapowiedział, że jego rząd zawiesi nadawanie programów informacyjnych w państwowych mediach, dopóki nie będzie można zapewnić obiektywnego przekazu informacyjnego.**

Zgodnie z zapowiedziami przyszłego premiera Węgier „zatrzymanie propagandy finansowanej przez państwo” poprzez zawieszenie nadawania wiadomości z „przejętych przez państwo” stacji telewizyjnych i radiowych do czasu, aż nowa rada nadzorcza będzie w stanie zapewnić obiektywne relacje, będzie jednym z pierwszych kroków nowego rządu – powiedział brytyjski dziennik „Guardian”.

Przed wyborami Międzynarodowy Instytut Prasy (Internat-

tional Press Institute - IPI) podkreślił w raporcie, że węgierski system regulacji mediów jest najbardziej upolityczniony w Unii Europejskiej. Szacuje się, że po 16 latach rządów Viktora Orbana władze bezpośrednio lub pośrednio kontrolują 80 proc. rynku mediów.

Międzynarodowa organizacja Human Rights Watch (HRW) oświadczyła w poniedziałek, że nowy rząd Węgier powinien natychmiast zawiesić działalność Urzędu Ochrony Suwerenności i uchylić ustawę go powołującą. Urząd, powołany w 2023 roku, ma szerokie uprawnienia do prowadzenia śledztw wobec m.in. dziennikarzy. Biuro „wielokrotnie nękało organizacje społeczeństwa obywatelskiego i media krytykujące rząd, w tym organizację antykorupcyjną Transparency International” – podkreśliła HRW. PAP

# 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.**

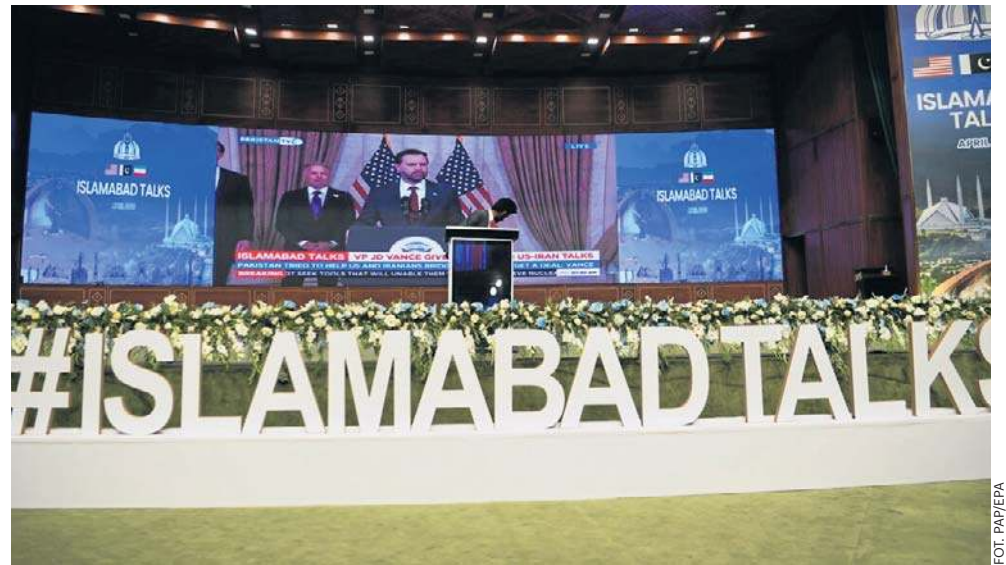
Dwutygodniowe zawieszenie broni między USA i Iranem zostało ogłoszone przez prezydenta Donalda Trumpa w nocy z 7 na 8 kwietnia.

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 ograniczenia ambicji nuklearnych Teheranu zostaną spełnione, to



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”

„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 obiema 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 zablokował 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

**Przedstawiciele władz pakistańskich oświadczyli, że są zaangażowani w rozmowy z obiema stronami**

może pozwolić – przypomniawszy 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

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

Grzegorz Kuczyński  
Estonia

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

W poniedziałek KaPo opublikowała swój 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 rosyj-



Estonia wydała przez granicę jednego z agentów Rosji

skich. – 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 – powie-

dział szef estońskiego kontrwywiadu.

Rosja zmieniła metody rekrutacji. Wykorzystuje media społecznościowe. – W mediach społecznościowych próbują znaleźć jednorazowych agentów, którzy wykonywaliby akty wandalizmu – powiedziała Marta Tuul, rzeczniczka KaPo.

Stwierdziła też, że wizyta w Rosji wiąże się ze znacznym ryzykiem, ponieważ na granicach znajdują się agenci, którzy profilują i sprawdzają osoby na miejscu i mogą już podejmować próby rekrutacji na przejściach granicznych.

Według Tuul Estonia podjęła znaczne wysiłki, aby ograniczyć szkodliwe działania wpływowe Rosji, a kilka mediów propagandowych, takich jak Baltnews i Sputnik, zostało zamkniętych. W rezultacie rosyjskie operacje wpływowe przeniosły się

w większym stopniu do mediów społecznościowych.

W nowym raporcie Policji Bezpieczeństwa (KaPo) 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 przez Estonię osób figuruje hieronim (mnich ze święceniami kapłańskimi) Ilij (Michaił Sorokatyj), który według danych śledztwa wraz z ambasadą Rosji zajmował się podsyłaniem rozłamu i propagandą historyczną.

# 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 zostają 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 nieżytem 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.



FOT. JACEK BABIŃCZ/IZDIECIE ILLUSTRACYJNE

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

## Zanieczyszczone powietrze sprzyja alergiom

oprac. Katarzyna Zawada  
katarzyna.zawada@polskapress.pl

**Według alergolog 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 przeciwalergicznich. 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.



FOT. FREEPIK

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

# 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.

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

Dotyczy to recept na Pradaxę wystawionych przed 1 kwietnia 2026 roku, z przysługującą pacjentowi zniżką oraz z kodem uprawnień 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 w wskazaniu dotyczącym profilaktyki przeciw-



FOT. GETTY IMAGES

Pradaxa znalazła się poza listą bezpłatnych leków dla seniorów

krzepowej 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 żylnych chorób zakrzepowo zatorowej po alloplastyce biodra lub kolana, leczenie oraz profilaktyka nawrotów ZZGi ZP

- kaps. twarde, 150 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 60 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów ZZGi ZP

#### Mirexan

- kaps. twarde, 110 mg, 30 szt.
- kaps. twarde, 150 mg, 30 szt.

#### Telexer

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

#### Wasedoc

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

- kaps. twarde, 150 mg, 60 szt. - leczenie oraz profilaktyka nawrotów ZZGi ZP.

### Co powinni zrobić seniorzy przyjmujący leki przeciwzakrzepowe?

Eksperci przypominają, że każda zmiana w leczeniu powinna odbywać się we współpracy z lekarzem lub farmaceutą. Seniorzy, którzy przyjmowali Pradaxę, nie powinni samodzielnie odstawić 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

oznaczają realny wpływ na codzienne poczucie bezpieczeństwa i komfort leczenia.

### Nowa lista refundacyjna

Od 1 kwietnia obowiązuje nowa lista leków refundowanych. Jedną ze zmian są wyższe opłaty dla pacjentów z cukrzycą. W części przypadków zmiany są symboliczne, ale winnych 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 wątroby i dróg żółciowych - pemigatynib, niedrobnokomórkowego raka płuca - atezolizumab oraz amivantamab z chemioterapią, nowotworów z mutacją BRAF V600E - enkorafenib + binimetinib, hormonozależnego raka piersi - palbocycylib + 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.

### WARTO WIEDZIEĆ

#### Zakrzepica żył - objawy

Najpowszechniejsze objawy zakrzepicy żył 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 toczących się w organizmie.

# Nie tylko drzenie. 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 (morbus Parkinson) jest przewlekłą chorobą mózgu.

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

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 (bradykineza)
- 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 stułatków 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 który 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 stułatkowie 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 przelom 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 krwionośnego 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 nasilić 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 przeciwdrgawkowo, 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 przeciw cukrzycowych. 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 (WVA). WVA 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 WVA, 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 WVA, 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 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 frytkownicy beztłuszczowe, używane nieumiejętnie, może to ryzyko zwiększać.

Ostatnio bardzo popularne zrobiły się tak zwane airfryery, czyli frytkownicy 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.

REKLAMA



**Szukasz pracy? Szukasz pracownika? Szukaj z nto!**  
Zapraszamy do współpracy!

e-mail: reklama@nto.pl  
tel.: 534 902 476  
693 960 978



PROMOCJA

0010986736

REKLAMA

0011509401



## OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY DOMASZOWICE

o planowanym przedstawieniu opinii do projektu  
miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

dla lokalizacji elektrowni wiatrowych w północnej części gminy Namysłów

Na podstawie art. 6d ust. 2 Ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 317) oraz w związku z art. 17 pkt 6, lit. a Ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1130, z późn. zm),

*zawiadamiam o planowanym terminie przedstawienia opinii*

*przez Wójta Gminy Domaszowice jako organu gminy stanowiącej gminę pobliską,*

do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla lokalizacji elektrowni wiatrowych w północnej części gminy Namysłów, sporządzonego na podstawie Uchwały Nr 61/IX/24 Rady Miejskiej w Namysłowie z dnia 26 września 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla lokalizacji elektrowni wiatrowych w północnej części gminy Namysłów. Projekt miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego jest dostępny na stronie internetowej <https://bip.namyslow.eu/8461/4118/procedura-planistyczna.html>.

Miejscowy plan obejmuje obszary położone w granicach administracyjnych gminy Namysłów (fragmenty miejscowości: Baldwinowice, Brzezinka, Bukowa Śląska, Głuszyna, Kowalowice, Michalice, Objazda, Pawłowice Namysłowskie, Rychnów, Smogorzów), w których ma być lokalizowana farma wiatrowa wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną oraz komunikacją.

Gmina Domaszowice stanowi gminę pobliską w rozumieniu art. 2 pkt 5 ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych.

Przedmiotowa opinia zostanie przedstawiona w dniu **18.05.2026 r.**

Zgodnie z art. 8a ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, w związku z przetwarzaniem przez Burmistrza Namysłowa danych osobowych, uzyskanych w toku procedury sporządzania przedmiotowego miejscowego planu, wszelkie dane osobowe zawarte w dokumentach procedury sporządzania miejscowego planu zostały pozyskane z zasobów administratora danych – Burmistrz Namysłowa i są przez niego przetwarzane w zakresie niezbędnym do realizacji procedury opracowania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego.

*/-/ Z up. Wójta  
Anna Opala  
Zastępca Wójta*

### Motoryzacja

#### OSOBOWE SPRZEDAM

**SEAT** Ibiza,, 1.4 TDI, 2002 r., zadbane, cena do negocjacji, tel. 509-229-525

**SKODA** Fabia combi, 2007 r., stan dobry, cena do negocjacji, tel. 663-381-486

### Praca

#### ZATRUDNIĘ

**SERWIS** sprząający z gr. niepełnosprawności Kędzierzyn Koźle tel.604 630 556

### Usługi

#### BUDOWLANO-REMONTOWE

**REMONTY** dachów, demontaż eternitu, wymiana pokrycia dachowego, malowanie dachów, wymiana rynien, papa termozgrzewalna. tel. 516-065-033

#### REKLAMOWE

**ZAMÓW ogłoszenie drobne w nto** wyślij e-mail z treścią na adres [reklama@nto.pl](mailto:reklama@nto.pl); **zwrotnie otrzymasz ofertę. Zapraszamy do współpracy.**

### Komunikaty

**Zamów ogłoszenie drobne w nto** wyślij e-mail z treścią na adres [reklama@nto.pl](mailto:reklama@nto.pl); **zwrotnie otrzymasz ofertę. Zapraszamy do współpracy.**

AUTOPROMOCJA

0010991844

# AKTUALNE INFORMACJE Z REGIONU

- ▶ ZNAJDŹ NAS
- ▶ POLUB
- ▶ KOMENTUJ



▶ [www.facebook.com/ntopl](http://www.facebook.com/ntopl)





# Olimpijskie faux pas. Sportowcy z kasą i tokenami

Paweł Wiśniewski  
redakcja@polskapress.pl

**Wszyscy polscy medaliści i ich trenerzy oraz zawodnicy, którzy zajęli miejsca 4-8 na XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich otrzymali nagrody finansowe i rzeczowe na Gali Olimpijskiej.**

- Wypłaciliśmy najwyższe w historii nagrody. Są już na kontach - potwierdził prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego, Radosław Piesiewicz.

Wysokość nagród w gotówce dla medalistów Kacpra Tomasiaka, Pawła Wąska i Władimira Semirunnija oraz ich trenerów - Macieja Maciusiaka i Rolanda Cieślaka to kwota 1 650 000 złotych.

Do tego doszły tokeny TMPL na łączną wartość 1 100 000 złotych oraz cenne nagrody rzeczowe. Wśród nich były diamenty, vouchery wakacyjne, biżuteria i obrazy.

Nagrodę specjalną dla multi-medalisty Kacpra Tomasiaka, w postaci mieszkania w inwestycji Miasto Polskich Mistrzów Olimpijskich, ufundowała firma Profbud.

Sportowcy, którzy wywalczyli miejsca 4-8 dostali tokeny



Uczestnicy Gali Olimpijskiej podsumowującej XXV Zimowe Igrzyska Olimpijskie

TMPL o łącznej wartości 280 000 złotych.

Wydarzeniu towarzyszył pokaz na telebimie filmów z igrzysk we Włoszech, w tym te fragmenty, które przypominały wywalczenie medali przez polskich sportowców.

- Przed igrzyskami mówiłem, że liczę na trzy medale. Niektórzy się z tego śmiali. Skończyło się na czterech. Zabrakło jednego - hymnu - przyznał w trakcie uroczystości prezes Piesiewicz. Dodał, że minister sportu

i turystyki Jakub Rutnicki dostał zaproszenie na Galę, ale w ogóle na nie nie odpowiedział.

Przypomniano, że igrzyska w Mediolanie i Cortinie D'Ampezzo po imprezach w Soczi (2014) i Vancouver (2010) były trzecimi najlepszymi w historii startów polskich olimpijczyków. Biało-Czerwoni w klasyfikacji medalowej zajęli 21. miejsce. W rankingu punktowym (55) uplasowali się o trzy pozycje wyżej. Zapunktowali w ośmiu z 16 dyscyplin.

Największe brawa z sali otrzymał multimedalista olimpijski - Kacper Tomasiak.

- Po pierwszym zdobytym medalu już się nie stresowałem przed skokami. Nie było już dla mnie żadnej różnicy. To nie było już nowe doświadczenie - przyznał skoczek narciarski.

W trakcie gali doszło niestety do kuriozalne wpadki. Na czeku opiewającym na 300 000 złotych, który prezes PKOl - Radosław Piesiewicz przekazał skoczkowi, znalazł się

błąd. Zamiast „Tomasiak” widniało... „Tomasik”...

Kiedy szef PKOl zorientował się w sytuacji, czek został błyskawicznie odwrócony na drugą stronę. Co ciekawe, tam nazwisko młodego zawodnika zapisane było już poprawnie.

Szef sztabu polskich skoczków narciarskich - Maciej Maciusiak potwierdził, że jedną z najtrudniejszych decyzji w życiu musiał podjąć tuż przed igrzyskami. - Do kadry aspirowało 6-7 zawodników.

A mieliśmy trzy miejsca. Liczyłem na jeden medal - przypomniał.

Z kolei Władimir Semirunnij potwierdził, że „Polska jest jego domem”. - Chciałbym podziękować wszystkim, którzy we mnie wierzyli - powiedział łyżwiarz.

Pochodzący z Jekaterynburga na Uralu zawodnik dostał od attache polskiej reprezentacji olimpijskiej - Czesława Langa profesjonalny rower. Sam obdarowany przyznał, że wykorzysta go w trakcie treningów.

Jego trener Roland Cieślak nie ukrywał, że z powodu braku możliwości startu na 5000 metrów i niemal pewnego miejsca na podium powstał niedosyt. - Przepisy są takie, a nie inne - wyjaśnił.

Reprezentanci Polski w XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich we Włoszech wywalczyli cztery medale - 3 srebrne i 1 brązowy.

Aż trzy razy stanął na podium 19-letni Tomasiak - najmłodszy polski medalista zimowych igrzysk w historii. Zdobył srebro na normalnej skoczni, brąz na dużej oraz srebro z Pawłem Wąskiem w konkursie duetów. Wicemistrzem olimpijskim na 10 000 metrów został pan-czenista Semirunnij. ©©

## Ligi zagraniczne. Grabara coraz bliżej degradacji, Lewandowski na ławce

Jakub Jabłoński  
redakcja@polskapress.pl

**Kamil Grabara przepuścił dwie kolejne bramki, a jego Wolfsburg jest głównym kandydatem do spadku. Robert Lewandowski spędził mecz na ławce, a pozostali nasi liderzy nie zachwycili.**

Martwić muszą przede wszystkim dwie kontuzje. Jakuba Modera zabrakło w ostatnich treningach Feyenoordu Rotterdam, co przełożyło się na nieobecność pomocnika w składzie na niedzielne spotkanie z NEC Nijmegen. To już kolejna taka przerwa reprezentanta Polski - wcześniej kontuzja pleców wykluczyła go z gry w pierwszej części sezonu i na boisko wrócił dopiero w lutym. Z powodu urazu wypadł do końca sezonu skrzydłowy Sturm Graz, Filip Róžga. 19-latek doznał kontuzji mięśniowej podczas treningu i nie pomoże drużynie w decydującej fazie rozgrywek.

**Kapitan podziwiał... konkurenta**

Ponadto Lewandowski cały mecz 31. kolejki La Ligi, w którym FC Barcelona podejmowała derbowego rywala Espanyol

nyol Barcelona, przesiedział na ławce rezerwowych. W tym czasie jego największy konkurent o miejsce w składzie w ofensywie, Ferran Torres, błyszczał na murawie, kompletując dublet już po 25 minutach.

FC Barcelona po przerwie dorzuciła jeszcze dwa trafienia - na listę strzelców wpisali się Lamine Yamal oraz Marcus Rashford, który w 89. minucie ustalił wynik meczu na 4:1 na Camp Nou. Lewandowskiemu na ławce towarzyszył rezerwowy bramkarz zespołu prowadzonego przez Hansiego Flicka, Wojciech Szczęsny.

**Spadek zagląda w oczy**

Niepokoić może także forma Kamila Grabary. Bramkarz VfL Wolfsburg oraz reprezentacji Polski od kilku tygodni prezentuje słabszą dyspozycję. Już wcześniej został jednym z najgorzej statystycznie wypadających golkiperów pod względem liczby wpuszczonych bramek, a w meczu z Eintrachtem Frankfurt dodał kolejne dwie, powiększając liczbę strat w trwającym sezonie do 65. Sytuacji nie ułatwia postawa defensywna, a sam Wolfsburg po kolejnej



Widmo degradacji coraz mocniej zagląda w oczy Kamilowi Grabarze i jego kolegom z VfL Wolfsburg

porażce znajduje się w bardzo trudnym położeniu - na przedostatnim miejscu w tabeli, zagrożonym spadkiem z Bundesligi do niższej klasy rozgrywkowej.

Wielki triumf w Serie A zanotowało „polskie” Udinese Calcio, które sprawiło sensację na San Siro, pokonując 3:0 faworyzowany AC Milan. Co prawda tylko z jednym Polakiem na murawie - Jakubem

Piotrowskim, który pojawił się na boisku po wejściu z ławki w drugiej połowie, gdyż ostatnio kontuzjowany napastnik Adam Buksa nie podniósł się z niej choćby na chwilę.

**Niesamowita droga trenera Runjaicia**

Podopieczni Kosta Runjaicia - byłego trenera Legii Warszawa i Pogoni Szczecin - zajmują wciąż 10., „spokojne”

miejsce tabeli. Przy okazji warto przypomnieć, drogą jaką niemiecki trener przebył w ostatnich miesiącach do bezpiecznej strefy w Serie A. Otóż dokładnie trzy lata temu remisował z... Miedzią Legnica przy 5000 widzów na trybunach.

Nicola Zalewski w Atalancie Bergamo musiał przełknąć gorzkie porażki u siebie z Juventusem FC (0:1). Decydującego gola strzelił Jeremie Boga chwilę przed zejściem do szatni na przerwę. Reprezentant Polski zagrał do 55. minuty, kiedy zmienił go Giacomo Raspadori. Arkadiusz Milik, który niedawno wrócił po ciężkich kontuzjach i długich rehabilitacjach, przesiedział całe spotkanie 32. kolejki na ławce rezerwowych Starej Damy.

**Na drugim planie we Francji**

We Francji z kolei postaciami drugoplanowymi w Stade Rennes byli dwaj reprezentanci Polski. Przemysław Frankowski oraz Sebastian Szymański - który szczególnie przeżył śmierć swojego trenera z czasów Legii Warszawa, Jacka Magiery - pojawili się na boisku w meczu przeciwko Angers SCO

przed ostatnim kwadransem spotkania.

### WYNIKI W LIGACH TOP5

**32. kolejka Premier League:**  
West Ham - Wolves 4:0, Arsenal - Bournemouth 1:2, Brentford - Everton 2:2, Burnley - Brighton 0:2, Liverpool - Fulham 2:0, Crystal Palace - Newcastle 2:1, Nottingham - Aston Villa 1:1, Sunderland - Tottenham 1:0, Chelsea - Manchester City 0:3.

**29. kolejka Ligue 1:**  
Paris FC - AS Monaco 4:1, Olympique Marsylia - Metz 3:1, Auxerre - Nantes 0:0, Rennes - Angers 2:1, Nice - Le Havre 1:1, Toulouse - Lille 0:4

**31. kolejka La Liga:**  
Real Madryt - Girona 1:1, Real Sociedad - Alaves 3:3, Elche - Valencia 1:0, Barcelona - Espanyol 4:1, Sevilla - Atletico 2:1, Osasuna - Betis 1:1, Mallorca-Rayo Vallecano 3:0.

**29. kolejka Bundesliga:**  
Augsburg - TSG Hoffenheim 2:2, Heidenheim - Union Berlin 3:1, Wolfsburg - Eintracht Frankfurt 1:2, Borussia Dortmund - Bayer Leverkusen 0:1, RB Lipsk - Borussia M'gladbach 1:0, FC St. Pauli - Bayern 0:5, FC Koeln - Werder Bremen 3:1, VfB Stuttgart - Hamburger SV 3:0.

**32. kolejka Serie A:**  
AS Roma - Pisa FC 3:0, Torino - Hellas Werona 2:1, Cagliari - Cremonese 1:0, AC Milan - Udinese 0:3, Atalanta - Juventus 0:1, Genoa - Sassuolo 2:1, Parma - Napoli 1:1  
©©

# Ostatnia szansa Realu Madryt na uratowanie sezonu

Jacek Kmieciak  
redakcja@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Dzisiaj wieczorem w rewanżowych meczach ćwierćfinału Ligi Mistrzów Bayern Monachium podejmie Real Madryt, a Arsenal zmierzy się ze Sportingiem Lizbona.**

Real przeżywa w kwietniu kryzys. Alvaro Arbeloa nieustannie wystawia Viniciusa i Kyliana Mbappe, nie dając im chwili wytchnienia, a potem patrzy bezmyślnie w boisko. Wszyscy „Królewscy” to indywidualne talenty, bez gry zespołowej. W ciągu ostatnich trzech meczów szanse Realu spadły gwałtownie we wszystkich rozgrywkach. Istnieje 99-proc. prawdopodobieństwo, że „Los Blancos” z gwiazdorskim składem pozostaną bez trofeów. Nie wygrali trzech ostatnich meczów: zanotowali dwie porażki i remis. Te wyniki doprowadziły Real na skraj upadku.

W weekend Mbappe i Vinicius wdali się w popis dryblingowy, nie zwracając uwagi na Gironę na własnym boisku. Skromny klub zareagował na niecelny strzał Fede Valverde, a gwiazdy Realu nie potrafiły wymyślić nic więcej. Ta wpadka pozwoliła Barcelonie uzyskać 9-punktową przewagę. Pozostało 7 kolejek do końca sezonu, więc odrobienie takiej straty będzie bardzo trudne, zwłaszcza w obecnej formie Realu. A eliminacja z Ligi Mistrzów jest również bardzo bliska; Bayern Monachium walnie przyczynił się do tego w pierwszym meczu.

Bayern Vincenta Kompany'ego odniósł 5 zwycięstw z rzędu. Tydzień temu na Bernabeu nie pozwolił Mbappe i Viniciusowi na zbyt wiele. Michael Olise, Joshua Kimmich i Harry Kane powinni byli



**Czy Kylian Mbappe w rewanżowym meczu ćwierćfinału Ligi Mistrzów z Bayernem Monachium uratuje Real Madryt?**

zmiążyć Real, zanim Manuel Neuer zaczął odpierać wszystkie ataki. Porażka 1:2 daje Realowi promyk nadziei, ale forma mistrzów Niemiec sprawia, że to oni są faworytem dzisiejszego meczu z Monachium.

Bawarczycy są w świetnych nastrojach - ich przewaga nad Dortmundem w lidze wzrosła do 12 punktów. To oznacza, że mogą zdobyć tytuł już w następnej kolejce, co rozwiewa wszelkie obawy o Bundesligę. W weekend rozgromili St. Pauli bez Kane'a, Luisa Diaza, Aleksandra Pavlovicia, Jonathana Taha i Dayota Upamecano, którzy odpoczywali. Jamal Musiala w końcu strzelił gola, a Olise trochę poczwyczył, żeby

utrzymać formę. Wszyscy kluczowi zawodnicy wrócili do formy i są gotowi wyeliminować Real.

Mecz Sportingu Lizbona z Arsenalem Londyn w Portugalii mógł i powinien zakończyć się bezbramkowym remisie, ale Kai Havertz zdobył bramkę w doliczonym czasie gry. Co ciekawe, to zwycięstwo było pierwszym Arsenalu od trzech meczów. Wcześniej „Kanonierzy” przegrali z Southampton w Pucharze Anglii i z Bournemouth w Premier League, gdzie również byli uważani za zdecydowanych faworytów. A wcześniej przegrali Puchar Ligi z Manchesterem City.

Rui Borges ma przewagę nad Mikelem Artetą nawet po porażce 0:1 u siebie. Chodzi o brak presji psychologicznej na Sportingu. Zwłaszcza biorąc pod uwagę ostatnie słabe wyniki Arsenalu, aspekt psychologiczny staje się coraz ważniejszy. Kolumbijski Luis Suarez i spółka rozegrali bardzo wyrównany mecz u siebie i powinni byli zremisować, ale na wyjeździe nie mają absolutnie nic do stracenia. Muszą się zrelaksować i pokazać z jak najlepszej strony. Ich występ w tym sezonie Ligi Mistrzów już teraz można uznać za sukces.

To porównanie oczywiście nie jest do końca trafne, ale Sporting już udowodnił swoją skuteczność w odrabianiu strat. W poprzedniej rundzie przegrał pierwszy mecz z Bodo/Glirm 0:3, ale w rewanżu rozgromił rywala 5:0 i awansował do ćwierćfinału. Jednak rewanż Portugalczycy rozegrali u siebie, a poziom mistrza Norwegii nie dorównuje poziomowi lidera Premier League.

Styl zespołu Artety w ważnych meczach - grać ostrożnie, rozważnie i defensywnie - nie zawsze przynosi oczekiwane rezultaty, na Sporting może jednak wystarczyć.

„Lwy” z Alvarade będą próbowały przebić się przez defensywę „Kanonierów”. Nie udało im się strzelić gola u siebie i na Emirates nie będzie łatwiej. Londyńczycy rzadko rozgrywają mecze z dużą liczbą bramek, a w ostatnich siedmiu meczach tylko dwa razy przekroczyli granicę 2,5 gola.

#### REWANŻOWE MECZE 1/4 LM

21.00: Bayern Monachium - Real Madryt, transmisja: TVP 1 i TVP Sport oraz Canal+ Extra 1; 21.00: Arsenal Londyn - Sporting Lizbona, transmisja: Canal+ Extra 2.

## Finalne przygotowania do pożegnania zmarłego trenera Jacka Magiery

Jacek Czaplewski  
redakcja@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Ostatnie pożegnanie zmarłego w ubiegłym tygodniu Jacka Magiery nastąpi w czwartek 16 kwietnia na Powązkach Wojskowych w Warszawie.**

Jacek Magiera zmarł w piątek, 10 kwietnia, w wieku zaledwie 49 lat. Zasnął podczas treningu biegowego w Parku Grabiszyńskim we Wrocławiu. Reanimowany na miejscu, a następnie przewieziony do szpitala nie odzyskał przytomności.

Informacja ta wstrząsnęła całą piłkarską Polską. Był to wyjątkowy trener, a przede wszystkim niesamowita osoba. Urodził się w Częstochowie, potem przez większość życia związany był z Warszawą, a od 2021 roku głównie z Wrocławiem, w którym został zatrudniony i zdobył wicemistrzostwo kraju. Miał żonę i dwoje nastoletnich dzieci.

W lipcu 2025 roku objął stanowisko drugiego trenera reprezentacji Polski, ale nie dokończył

swojej misji z kadrą Biało-Czerwonych.

W Alei Romera we Wrocławiu kibice od kilku dni zapalają znicze. Pojawiły się też kwiaty, szaliki Śląska i flaga Polski.

Wczoraj w kościele pw. św. Franciszka z Asyżu odbyła się msza dziękczynna w intencji Zmarłego wraz z czuwaniem przy jego trumnie.

PZPN oficjalnie przekazał, kiedy i gdzie odbędzie się pogrzeb śp. trenera.

Uroczystości pogrzebowe Jacka Magiery odbędą się w czwartek, 16 kwietnia, w Warszawie. Msza święta 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.

Z uwagi na charakter miejsca oraz uroczystości pogrzebowe liczba dostępnych miejsc w katedrze jest ograniczona.

Rodzina Zmarłego prosi o modlitwę. ©©



**Asystent selekcjonera reprezentacji Jacek Magiera nie dokończył swojej misji z kadrą Biało-Czerwonych...**

## Stawką historyczny medal. Siatkarki z Opola zaczynają grę o brąz

Wiktor Gumiński  
wgumiński@nto.pl

**Uni Opole i BKS BOSTIK ZGO Bielsko-Biała zmierzą się ze sobą w rywalizacji o brązowy medal Tauron Ligi. Pierwszy mecz w Stegu Arenie już dziś o godz. 20.**

W odróżnieniu od zmagania w ćwierćfinałach i półfinałach, tym razem rywalizacja będzie się toczyć nie do dwóch, a do trzech zwycięstw.

Tym samym, poza wspomnianym inauguracyjnym bo-

jem w Opolu, mecze o brąz na pewno odbędą się jeszcze w sobotę 18 kwietnia o godz. 12.30 w Bielsku-Białej i we wtorek 21 kwietnia ponownie w stolicy Opolszczyzny (godz. 17.30).

Jeżeli po ich rozegraniu żadna z ekip nie będzie mieć na koncie trzech zwycięstw, do czwartej potyczki dojdzie w sobotę 25 kwietnia, również w Bielsku-Białej o godz. 12.30.

Gdyby natomiast o wszystkim miało decydować dopiero piąte starcie, czekać nas ono będzie w wtorek 28 kwietnia w Opolu (godz. 17.30).



**Meksykanka Uxue Guereca to ważna zawodniczka dla Uni Opole. Wróciła już do gry po kontuzji nogi**

Jest całkiem prawdopodobne, że odbędą się wszystkie wymienione spotkania, ponieważ w tej parze trudno wskazać jednoznacznie faworyta.

Podczas fazy zasadniczej zdecydowanie lepiej radziło sobie Uni, które dwukrotnie zwyciężyło 3:0.

Jednak z drugiej strony ćwierćfinałowy bój w Tauron Pucharze Polski zakończył się triumfem BKS-u 3:1 i jednocześnie uutorował mu drogę do późniejszego finału.

O tym, że Bielszczanki są w obecnie w dobrej dyspozycji

najlepiej świadczył przebieg ich półfinałowej rywalizacji z DevelopResem Rzeszów. Wygrały drugą potyczkę z tym rywalem 3:2, a w decydującej, trzeciej również ostro się postawiły, lecz ostatecznie poległy 1:3.

Siatkarki Uni Opole też jednak nie mają się czego wstydzić. Od trzeciego seta w pierwszej półfinałowej konfrontacji z PGE Budowlanymi Łódź grały z tym rywalem jak równy z równym. U siebie były o włos od odniesienia zwycięstwa, ale ostatecznie przegrały po tie-breaku. ©©