

Już dziś specjalny dodatek **PUPIL ROKU**

● A w nim prezentujemy zwycięzców we wszystkich kategoriach

JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny

n o w i n y 24.pl

Środa
22.10.2025

Nr 205 (21 661)

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

**Łańcut zaciągnie
9 milionów złotych
długoterminowej
pożyczki
str. 3**

**Wydawniczy
„Nobel” dla
opowieści o Józefie
Ulmie str. 2**

**Szpital Pro-Familia
w Rzeszowie
inwestuje w onkologię.
Powstaje nowoczesny
pawilon str. 5**

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 3503 62



POWIAT RZESZOWSKI

**Trwa ostatni etap budowy drogi
lotniskowej. Prace przebiegają bardzo
sprawnie str. 7**

STRONA ZDROWIA

Osteoporoza osłabia kości

Osteoporoza to najczęstsza choroba kości, która dotyka ok. 2,5 miliona Polaków, najczęściej po 50. roku życia. Nazywane też zrzesotnieniem kości schorzenie prowadzi do osłabienia ich struktury. Konsekwencją jest zwiększenie podatności na patologiczne złamania, które najczęściej dotyczą trzonów kręgowych, kości udowej i ramiennej, a także dystalnej (końcowej) części przedramienia. Dochodzi do nich pod wpływem mikrourazów na przykład przy upadku.

Czytaj str. 9



**Przemyscy radni
odrzućli petycję
mieszkańców
w sprawie łączenia
przedszkoli i szkół
str. 6**

**Maciej Musiał całe
życie wychodzi
z cienia ojca.
Do Stali Stalowa Wola
ma duży sentyment
str. 16**

KOMUNIKACJA RUCH W MIEŚCIE ZWYKLE NIE JEST PŁYNNY

Rzeszów na drodze. Co nam przeszkadza?

Andrzej Ples
a.ples@nowiny24.pl

Wymuszanie pierwszeństwa przejazdu, smartfon za kierownicą ponad wszystko, kierunkowskazy są dla frajerów. Grzechy ciężkie kierowców, skutkiem których ruch kołowy w mieście nie jest płynny.

Wielu użytkowników rzeszowskich dróg zwraca uwagę, że „zielona fala” nie wszędzie działa, a mogłaby nam ułatwić życie. My sami sobie wzajemnie też, gdybyśmy przestrzegali określonych reguł, o czym mówią praktycy. - Ruch na drogach mógłby być bardziej płynny, to się zauważa na dojazdach do ronda - wskazuje pan Wiesław, rzeszowski taksówkarz z wieloletnim stażem. - Dwa pasy dojazdowe, jeden pusty, bo cała reszta czeka w kolejce na tym samym pasie. Zdarza się, że ktoś w korku się zagapi, czegoś może szuka w smartfonie, może się zamyślił, może się maluje, reszta przed nim już daleko z przodu, reszta za nim przeklina. Spokojny jestem z natury, nie trąbię, skończy się malować, to pojedzie dalej.

„Niedzielni kierowcy”

Dodaje, że w kulturze jazdy jednak trochę się poprawiło: coraz więcej kierowców respektuje zasadę jazdy „na zamek”, by wpuszczać w sznurek pojazdów na drodze głównej tych, którzy chcą się dostać do kolejki z drogi podporządkowanej. Wciąż zdarza mu się na rzeszowskich jezdniach spotykać „niedzielników”. - Bardzo dobrze, że w niedzielę wyjeżdżają, a nie w tygodniu - mówi.

Fachowym okiem na zachowania kierowców patrzy się w Wojewódzkim Ośrodku Ruchu Drogowego w Rzeszowie. - Można zaobserwować, że niektórzy z nich stosują znacznie niższe prędkości od tych, które dopuszczalne są na danej drodze - wylicza Robert Drozd,



- Chwila oczekiwania na zielone światło to chwila, w której większość kierowców sięga po telefony komórkowe - mówi podkomisarz Magdalena Żuk, rzecznik Komendy Miejskiej Policji w Rzeszowie

egzaminator nadzorujący w WORD. - Kierowca powinien wykazywać się dynamiką, gdy warunki na to pozwalają. Jeśli zatrzymuje się przed przejściem na skrzyżowaniu z sygnalizacją świetlną, to ruszanie z miejsca powinien wykonać dynamicznie i dostosować się do innych pojazdów, utrzymując zbliżoną do nich i bezpieczną prędkość i odległość.

Pieszy zbliża się do przejścia

Opisuje jeszcze bardzo częsty błąd kierowców, który utrudnia płynny ruch: na drogach dwujezdniowych w jednym kierunku, na ogół oddzielonych pasem zieleni od dwóch jezdni w przeciwnym kierunku, w miejscach przejść dla pieszych kierowcy wykonują manewr, który nie ma uzasadnienia w przepisach. Pieszy zbliża się do jezdni i przejścia po drugiej - względem kierowcy - stronie pasa zieleni, ale kierowca zatrzymuje się przed przejściem i czeka, aż pieszy przemierzy dwa pasy w przeciwnym kierunku, pokona pas zieleni i wej-

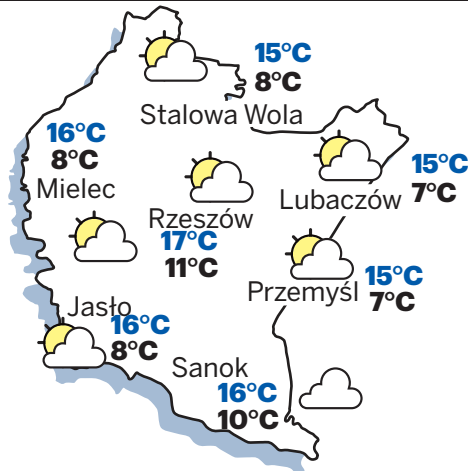
dzie na ten, na którym czeka na niego kierowca. - Niepotrzebnie, to są dwa różne przejścia dla pieszych - tłumaczy Robert Drozd. - To zachowanie wymaga czasu i prowadzi do blokowania drogi.

Jak odnosi się do sytuacji z ul. Targowej, na której przejście dla pieszych na wysokości hali jest bardzo intensywne użytkowanie w obie strony, ruch kołowy równie intensywny, ale sznur aut musi czekać na jednego pieszego, który pokonuje pasy, bo to on ma pierwszeństwo przed samochodami? - Taki jest przepis i powinniśmy go respektować - zaznacza. - Ale ten sam przepis mówi, że pieszy też powinien korzystać z przejścia jak najsprawniej, najkrótszym odcinkiem, by nie utrudniać ruchu kołowego. I tu widzę problem z zachowaniem się pieszych, którzy powinni się upewnić, że przejście będzie dla nich bezpieczne, a zdarza się nierzadko, co dotyczy szczególnie młodzieży, że niektórzy z nich mają słuchawki na uszach, kaptur na głowie, a oczy wpatrzone w smartfony. © Czytaj str. 7

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

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

Pogoda w regionie



Barometr
1010 hPa
Wiatr
22 km/h
Uwaga
biomet korzystny

Czwartek i piątek pochmurne

22 PAŹDZIERNIKA 2025

Dziś 295. dzień roku.
Do sylwestra pozostało
70 dni.

Wschód Słońca w Rzeszowie o godzinie 7.06

Zachód Słońca w Rzeszowie o godzinie 17.25

Przysłowie na dziś:
Ile razy przed nowiem w październiku śnieg spadnie, tyle razy wśród zimy odwilży przypadnie.

Imieniny dziś obchodzą: Filip, Józefina, Kordian, Marek.

KALENDARIUM

1633

Wojska hetmana Stanisława Koniecpolskiego powstrzymały szturm Turków na Kamieniec Podolski.

1908

Premiera pierwszego polskiego filmu fabularnego „Antoś po raz pierwszy w Warszawie” w reżyserii Georges’a Meyera.



WIKIPEDIA

1980

W pierwszym meczu 1/16 finału Pucharu UEFA Widzew Łódź pokonał Juventus Turyn 3:1. Rewanż 1:3. Po karnych awansował Widzew.

1939

Władze radzieckie zorganizowały sfałszowane wybory do zgromadzeń ludowych Zachodniej Białorusi i Zachodniej Ukrainy.

1999

Premiera filmu kostiumowego „Pan Tadeusz” w reżyserii Andrzeja Wajdy. Bogusław Linda (nz.) zagrał księdza Robaka (Jacek Soplica).

Jest pozwolenie na budowę nowego sądu

Klaudia Oronowicz-Chudzik
k.oronowicz@nowiny24.pl

Sąd Rejonowy w Przeworsku będzie miał nowoczesną siedzibę z prawdziwego zdarzenia. Starosta przeworski Dariusz Łapa wydał decyzję o pozwoleniu na budowę.

Obecnie sąd działa w dwóch lokalizacjach – przy ul. Lwowskiej i ul. Stepkiewicza. Brakuje nie tylko miejsca, ale też zaplecza pozwalającego na komfortową obsługę interesantów i pracę urzędników.

Z analiz Ministerstwa Sprawiedliwości wynikało, że instytucji brakuje prawie 1600 m kw. powierzchni, by mogła funkcjonować zgodnie z obowiązującymi standardami.

Uznano, że nie ma możliwości rozbudowy istniejących budynków, ani sensu ekonomicznego w wynajmowaniu nowych. Dlatego zapadła decyzja:

powstanie całkowicie nowa siedziba sądu w pobliżu ulicy Łańcuckiej i łącznika z autostradą A4.

W planach są m.in.: nowoczesne sale rozpraw i pomieszczenia administracyjne, drogi dojazdowe, chodniki i parkingi, zbiorniki retencyjne, oświetlenie i zagospodarowanie terenu.

Całość zostanie zaprojektowana z myślą o energooszczędności, bezpieczeństwie oraz pełnej dostępności dla osób z niepełnosprawnościami.

Jak podkreśla starosta Dariusz Łapa, to inwestycja o dużym znaczeniu nie tylko dla pracowników instytucji. - To przedsięwzięcie poprawi warunki pracy wymiaru sprawiedliwości, ale też zwiększy komfort i dostępność obsługi obywateli - zaznacza starosta.

Decyzja o wydaniu pozwolenia na budowę oznacza, że wkrótce będą mogły ruszyć pierwsze prace budowlane. ©©

Wydawniczy „Nobel” dla opowieści o Józefie Ulmie

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

Książka pt. „Józef Ulma. Opowieść pisana życiem” autorstwa Jerzego Ulmy i ks. Pawła Tołpy została nagrodzona „Feniksem” 2025 w dziedzinie „duchowość/świadectwo”.

Nagrodę przyznaje Stowarzyszenie Wydawców Katolickich na Targach Wydawców Katolickich w Warszawie. Nagroda promuje publikacje, które pozytywnie ukazują wartości chrześcijańskie. Nazywana jest często „chrześcijańskim literackim Noblem” i przyznawana jest od 1999 r. Wśród dotychczasowych laureatów znaleźli się m.in.



FOT. WYD. RAFAEL

Książka powstała na podstawie wywiadu ks. Pawła Tołpy z Jerzym Ulmą

tacy autorzy jak: kard. Gerhard Müller, ks. abp prof. Marek Jędraszewski, dr Wanda Półtawska i prof. Andrzej Półtawski, o. prof. Albert Krapiec OP oraz poeta ks. Jan Twardowski.

Książka „Józef Ulma. Opowieść pisana życiem” powstała na podstawie wywiadu ks. Pawła Tołpy, byłego już wikarza w parafii w Markowej, z Jerzym Ulmą, bratankiem bł. Józefa. Wywiad został przeprowadzony w roku beatyfikacji bł. Rodziny Ulmów i wydany z myślą o 80. rocznicy męczeńskiej śmierci błogosławionej Rodziny.

Książka zawiera niepublikowane, unikatowe materiały, rodzinne fotografie, oryginalne zapiski Błogosławionego, a także fragmenty pamiętnika Władysław

Ulmy, brata Józefa i ojca autora. Z kart wyłania się obraz wspólnego człowieka, którego pierwszym i najważniejszym życiowym celem była miłość oraz oddanie Bogu, swojej rodzinie i bliźnim.

Inne książki o rodzinie Ulmów

Ks. Paweł Tołpa ma w dorobku inne książki o rodzinie Ulmów: „Nazajutrz w Markowej. Życie po zbrodni na Rodzinie Ulmów”, „Samarytanie z Markowej. Błogosławiona rodzina Ulmów”. Jest też współautorem „Modlitewnika z bł. Rodziną Ulmów. Z głębi naszych serc”. Wszystkie tytuły wydał krakowski Dom Wydawniczy „Rafael”, który obchodzi 25 lat działalności. ©©

Zabezpieczono gont na dachu kościoła z 1419 roku

Bogdan Hućko
b.hućko@nowiny24.pl

Zakończyły się prace restauratorskie przy gontach dachowych i ścianach zabytkowego kościoła w Osieku Jasielskim. Jest jedną z najstarszych zachowanych drewnianych świątyń w Polsce.

Przeprowadzenie niezbędnych prac zabezpieczających i odnowienie wyjątkowego zabytku było możliwe dzięki uzyskanemu dofinansowaniu w wysokości 188 980 zł z Rządu

wego Programu Odbudowy Zabytków - Polski Ład.

Kościół pw. Przemienienia Pańskiego, wzniesiony prawdopodobnie w 1419 roku, jest jedną z najstarszych zachowanych drewnianych świątyń w Polsce. Zachwyca historyków i konserwatorów zabytków m.in. tym, że dzięki rozbudowie z okresu baroku, stanowi wyjątkowo rzadki w drewnianej architekturze sakralnej przykład układu bazylikowego.

Ściany i stropy ozdobione są neobarokową polichromią.

Najcenniejsze są barokowe ołtarze z XVII wieku - główny i dwa boczne, późnogotycki krucyfiks z XVI wieku oraz kamienna chrzcielnica z tego samego stulecia.

Do nowego kościoła zostały przeniesione obrazy Matki Bożej Śnieżnej oraz malowany na desce Chrystusa Salwatora z XVI wieku. Z tego kościoła pochodzi tryptyk św. Piotra i św. Pawła z pierwszej połowy XVI wieku, przechowywany obecnie w Muzeum Archidiecejalnym w Przemyślu. ©©



FOT. BOGDAN HUĆKO

Zabytkowy kościół w Osieku Jasielskim



FOT. POWIAT PRZEWORSKI

Obecnie Sąd Rejonowy w Przeworsku działa w dwóch lokalizacjach – przy ul. Lwowskiej i ul. Stepkiewicza.

nasz REGION

www.nowiny24.pl

KRÓTKO

PRZEMYSŁ

Na obwodnicy stanie fotoradar

Jeszcze przed końcem roku na obwodnicy Przemysła, w rejonie skrzyżowania alei Solidarności z ulicą Zadróżańską, ma zostać zamontowany pierwszy w mieście fotoradar. Rejon przecięcia alei Wolności z ulicą Zadróżańską od dawna uchodzi za miejsce o podwyższonym ryzyku. Mieszkańcy i kierowcy wielokrotnie zgłaszali, że dochodzi tam do sytuacji, które mogły skończyć się tragicznie. Głównym problemem jest nadmierna prędkość, z jaką wielu kie-

rowców porusza się obwodnicą. Urządzenie, które zostanie zamontowane przy alei Wolności, nie jest nowe. To fotoradar pochodzący z jednej z lokalizacji w Rzeszowie, gdzie został wcześniej zdemonstrowany. Samorząd Przemysła zwrócił się z inicjatywą przeniesienia go do miasta, a odpowiednie uzgodnienia zakończyły się pozytywnie.

Instalacja fotoradaru zostanie sfinansowana z budżetu samorządu. Luks

REGION

Pirat drogowy dostał 4 tys. zł mandatu i 14 pkt karnych



FOT. KPP JASŁO

Policjanci z jasielskiej grupy SPEED zatrzymali ośmiu kierowców, którzy sporo przekroczyli dozwoloną prędkość. - Każdy z tych kierowców przekroczył dopuszczalną prędkość w obszarze zabudowanym o ponad 50 km/h. Konsekwencją takiego zachowania, oprócz wysokich mandatów i punktów karnych, była także utrata prawa jazdy na 3 miesiące - informuje Komenda Wojewódzka Policji w Rzeszowie.

Najwyższym mandatem został ukarany kierowca bmw, który w Łęczynach, jeżdżąc z prędkością 112 km/h (na zdjęciu). W trakcie kontroli okazało się, że 30-latek popeł-

nił to wykroczenie w ramach recydywy drogowej. W związku z tym policjanci ukarali mieszkańca Małopolski mandatem w kwocie 4 tysięcy złotych oraz 14 punktami karnymi.

Na drogach wciąż dochodzi do wypadków, których dałoby się uniknąć, gdyby kierowcy przestrzegali limitów.

- Prędkość, to jeden z kluczowych czynników wpływających na bezpieczeństwo w ruchu drogowym. Pamiętajmy, że im szybciej jedziemy, tym mniej mamy czasu na reakcję i tym większa jest siła uderzenia w razie kolizji czy wypadku - przypomina policja. opr. NZ

RZESZÓW

Rzeszowscy policjanci zatrzymali dwie poszukiwane kobiety. 27-latką była poszukiwana przez Sąd Rejonowy w Strzyżowie do odbycia kary więzienia. 44-letnią rzeszowiankę za przestępstwo narażenia człowieka na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu Sąd Rejonowy w Rzeszowie skazał na 8 miesięcy pozbawienia wolności. Zatrzymane zostały doprowadzone do zakładu karnego.



FOT. KPP MIELEĆ

POWIAT MIELECKI Nie żyje 57-letni kierowca fiata

W Woli Mieleckiej 57-latek z gm. Przecław zjechał z jezdni i uderzył w betonowy przepust. Pomimo pomocy służb medycznych jego życia nie udało się uratować.

Łańcut zaciągnie 9-milionową długoterminową pożyczkę

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

Zgodnie z przewidywaniami radni Łańcuta na poniedziałkowej, XIX sesji rady miasta, wyrazili zgodę na zaciągnięcie przez miasto długoterminowej pożyczki w wysokości 9 mln 600 tys. zł.

Pożyczka ma być spłacana w latach 2026 - 2036. Będzie przeznaczona na finansowanie planowanego deficytu budżetu miasta, spłatę wcześniej zaciągniętych zobowiązań z tytułu kredytów i pożyczek długoterminowych oraz na rewitalizację Stawu Browarnego. Radni zgodzili się także na sprzedaż niszczącej kamienicy przy pl. Sobieskiego, w której mieścił się komisariat policji, i sprzedaż Skarbowi Państwa w ofercie bezprzetargowej miejskiej części siedziby urzędu skarbowego. W budżecie przesunęli pieniądze z administracji na oświatę. Do komisji został natomiast cofnięty projekt uchwały w sprawie zamienienia parkingu przy nowym szpitalu w płatną strefę parkowania. To propozycja burmistrza Damiana Szubarta. Tłumaczy ją tym, że chce wymusić rotację na zapelnionym parkingu, z którego nie mogą korzystać osoby przyjeżdżające do szpitala.

Możliwe zawiadomienie do prokuratury

Damian Szubart wyjaśnił „Nowinom”, że po objęciu wła-



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Burmistrz Łańcuta Damian Szubart wygłosił na sesji oświadczenie na temat sytuacji w mieście

dy na koncie miasta w rubryce „wolne środki” zastało co prawda ok. 6 mln zł, ale były one już zapisane na określony cel. De facto zatem było zero złotych, bo wolne środki - jak mówi burmistrz - są wtedy wolne, gdy miasto w razie nieprzewidzianych sytuacji może z nich korzystać. Służby prawne urzędu miasta zastanawiają się nad zawiadomieniem prokuratury w sprawie nieprawidłowości w polityce finansowej poprzedniej władzy miasta. - Organ, gdy się dowie, że doszło do naruszenia prawa, ma obowiązek zawiadomić prokuraturę. Ja nie powiedziałem, że znaleźliśmy coś i złożymy zawiadomienie, ale że jest to możliwe. My nie myślimy

o poprzednim burmistrzu, tylko o poprzedniej pani skarbnik, która nie dopełniła obowiązków w znacznym stopniu - powiedział Damian Szubart.

Burmistrz zredukował trzy stanowiska w swojej administracji na 60 zatrudnionych. Na wypowiedzeniu jest archiwista na pełnym etacie, jego obowiązki zostaną powierzone innemu pracownikowi. Zredukowane zostało jedno z dwóch stanowisk do obsługi Rady Miasta, na wypowiedzeniu jest pracownik wydziału edukacji i spraw społecznych, który zajmował się grafiką i turystyką. Zdaniem burmistrza jego czynności dublują się z tym, co wykonują osoby zatrudnione w Miejskiej Bibliotece

Publicznej, Miejskim Domu Kultury i MOSiR. Z tego też powodu do biblioteki zostaje przeniesione redagowanie biuletynu miejskiego.

Burmistrz nie zamierza likwidować portalu Łańcut News, który prowadzony jest przez TV Łańcut, podlegającą dyrektorowi MDK. Burmistrz twierdzi, że nie ma bezpośredniego wpływu na treści tam zamieszczane. Za poprzedniego burmistrza portal i TV podlegały bezpośrednio urzędowi miasta. - Moja intencja jest taka, żeby pokazać, że portal jest dla ludzi i że jest bliżej ludzi a nie dla burmistrza - mówi Damian Szubart.

Burmistrz pochwalił się wykonanymi inwestycjami i zapowiedział nowe. Od początku kadencji zostały wyremontowane budynki SP 1 i dawnej elektrowni, zakończono remonty w bibliotece i przedszkolach, kończy się przebudowa ul. Wiejskiej wraz z otoczeniem. Na os. Jana Pawła II zmieniane jest oświetlenie. Miasto pozyskało 17 mln zł na ciepłownię i przygotowało działki na potrzeby cmentarza. Zamierza też wybudować za 10 mln zł ul. Dębik, która została zaprojektowana przez poprzednią ekipę (odpowiedni wniosek o publiczne dofinansowanie został złożony do wojewody). Burmistrz zapowiada powstanie nowych parkingów przy dworcu PKP i między drogą 94 a cmentarzem komunalnym. ©©

Policyjny pościg ulicami Krosna

opr. NZ
n.zietal@nowiny24.pl

Podczas ucieczki ulicami Krosna kierowca audi starał się zgubić radiowóz. Przyspieszał i znacznie przekraczał prędkość.

Po godz. 23, na ul. Czajkowskiego policjanci drogówki chcieli zatrzymać do kontroli rozpędzone audi. Pokazali kierującemu sygnały nakazujące zatrzymanie się, ten jednak zignorował je i zaczął uciekać. Policjanci rozpoczęli pościg. Pod-

czas ucieczki kierowca lekceważył przepisy drogowe i stwarzał zagrożenie i dla innych uczestników ruchu. Starał się zgubić radiowóz. Dynamicznie przyspieszał i znacznie przekraczał dopuszczalne limity prędkości.

Rozpędzone audi kierowało się w stronę Odrzykonii, gdzie na krętych, podmiejskich ulicach, kilkakrotnie traciło przyczepność. Kierujący nie zważał na to, że powoduje zagrożenie dla podróżujących z nim współpasażerów oraz innych kierowców i desperacko kontynuował ucieczkę. Sportowe

audi nie było jednak w stanie zgubić - dysponującej mocą ponad 300 KM - policyjnej toyoty, która niedawno zasilila flotę krośnieńskich drogówki. Na ul. Kamienieckiego w Odrzykoniu, kierujący audi zjechał z drogi, kończąc ucieczkę na mostku prywatnej posesji. Policjanci zatrzymali siedzącego za kierownicą mężczyznę i sprawdzili czterech pasażerów oraz pojazd. Kierującym okazał się 26-latek z Jarosławia. Był trzeźwy. Desperacką próbę ucieczki uzasadniał brakiem uprawnień do kierowania oraz

ciężącym na nim sądowym zakazem prowadzenia pojazdów mechanicznych. Ponadto - podczas sprawdzenia wnętrza samochodu - policjanci znaleźli m.in. siekiere, maczetę oraz miotacze gazu, a także tablice rejestracyjne innego pojazdu.

Mężczyzna odpowie przed sądem m.in. za niezatrzymanie się do kontroli drogowej, kierowanie pojazdem pomimo sądowego zakazu oraz wykroczenia, których dopuścił się podczas ucieczki. 26-latkowi grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności.

Szpital w Mielcu ubiega się o milionowe wsparcie na modernizację lądowiska

Opr. Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Szpital w Mielcu złożył wniosek o ponad 1,3 mln zł dofinansowania na modernizację lądowiska dla helikopterów. Inwestycja ma poprawić bezpieczeństwo i sprawność transportu medycznego.

Szpital złożył wniosek o dofinansowanie z programu inwestycyjnego modernizacji podmiotów leczniczych, w ramach konkursu Ministerstwa Zdrowia dotyczącego budowy lub modernizacji lądowisk dla śmigłowców przy Szpitalnych Oddziałach Ratunkowych. Wniosek opiewa na ponad 1,3 mln zł. Jeśli zostanie rozpatrzony pozytywnie, szpital mógłby otrzymać 97 proc. dofinansowania, a jedynie 3 proc. wartości inwestycji musiałby pokryć z własnych pieniędzy. Plan zakłada dostosowanie lądowiska do obowiązujących przepisów oraz sprawniejsze nim zarządzanie w zakresie startów i lądowań śmigłowców sanitarnych, zarówno w dzień, jak i w nocy. - Ta modernizacja to dla

nas nie tylko nowe lampy czy lepsze oznaczenia, bo nowoczesny wygląd nie jest priorytetem. Najważniejsza jest realna poprawa bezpieczeństwa i jeszcze sprawniejsze ratowanie życia. Dzięki dostosowanemu lądowisku, helikopter może wylądować niezależnie od warunków, szybciej dotrzeć z pacjentem z lub do SOR-u, a my będziemy mieć pełną kontrolę nad operacją z oddziału ratunkowego - mówi Paweł Pazdan, dyrektor szpitala.



Inwestycja ma zwiększyć bezpieczeństwo i usprawnić lądowania helikopterów

FOT. ARCHIWUM FB SZPITALA W MIELCU

opr. NZ
n.zietal@nowiny24.pl

Kryminalni z rzeszowskiej komendy zatrzymali kobietę i mężczyznę podejrzewanych o kradzież bagażu. Oboje wykorzystali nieuwagę 55-letniej Szwajcarki i ukradli jej walizkę.

Policjanci z Oddziału Prewencji Komendy Wojewódzkiej Policji w Rzeszowie, patrolując rzeszowski Rynek, zauważyli kobietę, która ruchem dłoni usiłowała ich przywołać. Policjanci zatrzymali się. - Kobieta, nie posługiwała się językiem polskim, jednak policjanci ustalili, co się stało. Z przekazanych przez nią informacji wynikało, że kilkanaście minut wcześniej została jej skradzioną walizka z rzeczami osobistymi i dokumentami, w tym z paszportem - informuje Komenda Miejska Policji w Rzeszowie.

Odzyskanie dokumentów było dla niej bardzo ważne, ponieważ na co dzień 55-latkka mieszka w Szwajcarii i jeszcze tego samego dnia miała zaplanowany lot do Warszawy, a następnie do domu. - Z relacji kobiety wynikało, że skradzioną walizkę pozostawiła bez nadzoru dosłownie na trzy minuty. W tym czasie fotografowała kamienice otaczające Rynek. Gdy zorientowała się, że jej rzeczy zostały skradzione, bezskutecznie próbowała je odnaleźć na własną rękę - przekazuje policja.



FOT. KMP W RZESZOWIE

Skradzioną Szwajcarce walizkę policjanci znaleźli w koszu na śmieci w rejonie Bulwarów nad Wisłokiem

Funkcjonariusze ustalili, jak wyglądały skradzione bagaże i o wszystkim powiadomili dyżurnego miejskiego. Pokrzywdzonej polecieli, aby poszła do komisariatu na Śródmieściu i zgłosiła zawiadomienie. Do poszukiwań skradzionych rzeczy dyżurny miejski zadysponował podległe mu patrole, w tym kryminalnych z rzeszowskiej komendy. W czasie gdy 55-letnia mieszkanka Szwajcarii składała zawiadomienie o kradzieży jej mienia, funkcjonariusze przeszukiwali pobliskie ulice. Na jednej z nich, w rejonie Bulwarów nad Wisłokiem, w koszu

na śmieci znaleźli walizkę, która mogła należeć do zgłaszającej. - Bagaż miał uszkodzony zamek. We wnętrzu walizki znajdowały się dokumenty na nazwisko pokrzywdzonej. Brakowało jedynie kilku rzeczy - drobnego sprzętu elektronicznego oraz pary kolczyków - relacjonuje rzeszowska policja.

Kiedy policjanci na Śródmieściu kończyli przyjmować od 55-latkki zawiadomienie, kryminalni zatrzymali dwie osoby, które podejrzewali o kradzież walizki i reklamówki.

Zatrzymani to: 40-letnia mieszkanka Jarosławia i 39-

letni mieszkaniec gminy Lubaczów. W chwili zatrzymania funkcjonariusze znaleźli przy nich większość skradzionych rzeczy. Pokrzywdzona ich wartość wyceniła na ponad tysiąc złotych. Brakowało jedynie pary kolczyków.

Po wykonaniu wszystkich niezbędnych czynności policjant z komisariatu na Śródmieściu pomógł pokrzywdzonej w zakupie nowej walizki i odwiózł 55-latkę na lotnisko. Zatrzymana kobieta i mężczyzna usłyszeli zarzut dotyczący kradzieży. Grozi im może nawet do 5 lat pozbawienia wolności.

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

†p

**Haliny
Gregorowicz-Cieślik**

wieloletniego lekarza orzecznika naszego Zakładu.

Rodzinie i Najbliższym
przekazujemy serdeczne wyrazy współczucia.

Dyrekcja oraz koleżanki i koledzy
z ZUS Oddział w Rzeszowie

0011419968

REKLAMA

0011406829



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

CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE

☎ 601 402 991 ☎ 17 853 53 48

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

Biuro czynne: pon.-pt. 7.00-16.00, sobota 8.00-14.00

www.zupic.pl

Zarzuty korupcyjne dla dwóch diagnostów. Grozi im do 10 lat więzienia

opr. BH
b.hucko@nowiny24.pl

Dwóch diagnostów, którzy poświadczali nieprawdę w dokumentach, usłyszeli prokuratorskie zarzuty.

Funkcjonariusze Wydziału do Walki z Korupcją Komendy Wojewódzkiej Policji w Rzeszowie uzyskali informację o przestępczym procederze o charakterze korupcyjnym, do którego miało dochodzić na stacji diagnostycznej w Krośnie.

- W wyniku podjętych czynności, zarówno operacyjno-rozpoznawczych, jak i dochodzeniowo-śledczych, potwierdzili uzyskane informacje i zebrali materiał dowodowy. Jak ustalili, dwaj diagnosty w celu osiągnięcia korzyści majątkowej poświadczali nieprawdę w rejestrze



FOT. KWP W RZESZOWIE

48-letni mieszkaniec powiatu brzozowskiego i 61-latek z powiatu krośnieńskiego zostali zatrzymani

Centralnej Ewidencji Pojazdów i Kierowców poprzez wprowadzenie danych o wykonanym badaniu technicznym pojazdów oraz w dokumentach mających znaczenie

prawne - zaświadczeniach o rzekomo przeprowadzonym badaniu technicznym pojazdów, które nie znajdowały się faktycznie na stacji diagnostycznej i nie mieli oni dostępu

do tych pojazdów - informuje podkarpacka policja.

Prokuratura Okręgowa w Krośnie wszczęła w tej sprawie postępowanie przygotowawcze.

Początkiem października, policjanci zatrzymali podejrzanych o przyjmowanie korzyści majątkowych w zamian za poświadczenie nieprawdy w dokumentach. To 48-letni mieszkaniec powiatu brzozowskiego oraz 61-latek z powiatu krośnieńskiego.

Obaj mężczyźni zostali doprowadzeni do Prokuratury Okręgowej w Krośnie, gdzie usłyszeli zarzuty korupcyjne. Prokurator zastosował wobec nich wolnościowe środki zapobiegawcze w postaci m.in. dozoru policyjnego oraz poręczenia majątkowego.

Grozi im kara pozbawienia wolności do 10 lat.

Szpital Pro-Familia inwestuje w onkologię. Powstaje nowoczesny pawilon dla pacjentów

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Nowy pawilon, którego budowa kosztuje prawie 60 mln zł, będzie wyposażony w sale dla chorych, blok operacyjny i zaplecze diagnostyczne. Zakończenie prac przewidziano na 2026 rok.

Szpital Specjalistyczny Pro-Familia w Rzeszowie rozpoczyna nowy etap rozwoju w zakresie opieki onkologicznej. - W ramach Krajowego Planu Odbudowy (KPO) otrzymaliśmy dotację na rozwój onkologii. Jest to szczególnie istotne w kontekście sytuacji w województwie podkarpackim, gdzie około 30-40 proc. pacjentów zmuszonych jest wyjeżdżać do innych regionów w celu leczenia - opowiada dr hab. n. med. Tomasz Łoziński, prof. UR, ginekolog, zastępca dyrektora Szpitala Specjalistycznego Pro-Familia w Rzeszowie. - W związku z tym celem inwestycji jest zwiększenie liczby łóżek oraz sal operacyjnych, aby



W nowej części onkologicznej szpitala Pro-Familia w Rzeszowie powstaną nowoczesne sale chorych oraz onkologiczny blok operacyjny

pacjenci mogli otrzymywać kompleksową opiekę w swoim regionie.

Kompleksowa opieka w jednym miejscu

Obecnie szpital posiada 10 oddziałów, w tym Oddział

Anestezjologii, Chirurgii, Neonatologii, Ortopedii i Traumatologii Narządu Ruchu dla dzieci i dorosłych z pododdziałem Chirurgii Kręgosłupa, Oddział Pediatrii, Chirurgię Plastyczną, Oddział Urologii, Ginekologię Estetyczną i Pla-

Szpital Pro-Familia w Rzeszowie obecnie dysponuje 10 oddziałami. Placówka posiada również kontrakt z NFZ.

styczną, Klinikę Ginekologii i Położnictwa z pododdziałem Patologii Ciąży oraz oddział zajmujący się zabiegami laryngologicznymi.

Szpital prowadzi również ponad 30 specjalistycznych poradni, obejmujących między innymi anestezyjologiczną, dermatologiczną, diabetologiczną, dietetyczną, endokrynologiczną, chirurgii naczyniowej i ogólnej, ginekologiczno-położniczą, onkologiczną, kardiologiczną, laryngologiczną, pulmonologiczną, nefrologiczną, neurologiczną, neurochirurgiczną, psychiatryczną, psychologiczną oraz wiele innych, co pozwala pacjentom uzyskać kompleksową opiekę w jednym miejscu.

Jako placówka niepubliczna, szpital posiada również kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia.

Zastępca dyrektora szpitala wyjaśnia, że większość usług, bo około 80 proc., jest świadczona właśnie w ramach NFZ i całkowicie bezpłatna dla pacjentów.

Pro-Familia inwestuje w leczenie onkologiczne

Dr hab. n. med. Tomasz Łoziński zaznacza, że rozbudowa szpitala Pro-Familia to kolejny krok w kierunku zwiększenia dostępności nowoczesnej opieki onkologicznej dla pacjentów z regionu.

- Dzięki wygraniu konkursu w ramach KPO, szpital otrzymał środki pozwalające na rozbudowę infrastruktury. Nowy budynek będzie obejmował sale chorych na około 80 łóżek, cztery sale operacyjne oraz nowoczesny sprzęt do przeprowadzania operacji i badań endoskopowych. Wszystko to ma służyć zarówno diagnostyce, jak i leczeniu chorób nowotworowych - podkreśla Tomasz Łoziński.

Nowy pawilon powinien być gotowy do użytkowania do połowy przyszłego roku.

Całkowity koszt budowy wraz z wyposażeniem wynosi 60 milionów złotych, w pełni pokrywany z przyznanej dotacji. ©

MATERIAL INFORMACYJNY PGE POLSKA GRUPA ENERGETYCZNA S.A.

0011416504

Transformacja energetyczna musi być racjonalna i elastyczna

Transformacja energetyczna nie może być realizowana w oderwaniu od potrzeb gospodarki i społeczeństwa. Zmiany muszą być odpowiedzialne, racjonalne i dostosowane do realiów ekonomicznych - podkreślił uczestnicy panelu „Energia jutra: jak połączyć zieloną transformację z konkurencyjnością Europy”, który odbył się podczas Europejskiego Forum Nowych Idei w Sopocie.

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

Radni odrzucili petycję 3 tysięcy mieszkańców w sprawie łączenia przedszkoli i szkół

Norbert Ziętal
n.zietal@nowiny24.pl

9 głosów za, 10 przeciw. Rada Miejska odrzuciła petycję podpisaną przez ok. 3 tys. przemyślan dotyczącą „planów łączenia placówek oświatowych w zespoły szkolno-przedszkolne”.

Sprawa trwa od 11 września, gdy do Urzędu Miejskiego w Przemyśle wpłynęła petycja w sprawie dotyczącej odstąpienia od planów łączenia placówek oświatowych w zespoły szkolno - przedszkolne.

Na dzisiaj w Przemyśle w zespół połączona została jedna szkoła z jednym przedszkolem, ale są plany na powołanie kilku takich zespołów. Sprawa ta budzi spore kontrowersje od kilku miesięcy.

Zgodnie z przepisami petycję przewodniczący Rady Miejskiej w Przemyśle skierował do Komisji Skarg, Wniosków i Petycji RM. Ta przeanalizowała ją i zaleciła radnym przyjęcie dokumentu.



Sprawa łączenia placówek edukacyjnych budzi spory wśród radnych od kilku miesięcy

Komisja skarg i wniosków popiera

Komisja dokonała szczegółowej analizy całości dokumentacji, dotyczącej tej sprawy. Ustalono, że petycja dotyczy odstąpienia od planów łączenia placówek oświatowych w zespoły szkolno - przedszkolne.

- Pod petycją podpisali się mieszkańcy (rodzice, opiekunowie, osoby zaangażowane w sprawy lokalnej społeczności). Twierdzą, że łączenie placówek w zespoły szkolno-przedszkolne niesie za sobą poważne ryzyko. Utrata indywidualnego charakteru placówek, pogorszenie jakości

opieki i edukacji oraz brak konsultacji społecznych - to główny wątek wniesionej petycji - twierdzi radna Anna Grad-Mizgała, zastępca przewodniczącej Komisji Skarg, Wniosków i Petycji RM w Przemyśle.

Wnioskodawczyni petycji skierowanej do magistratu

wniosła o wycofanie z planów łączenia szkół i przedszkoli w zespoły, podjęcie szerokich konsultacji społecznych dotyczących przyszłości edukacji w mieście, poszukiwanie alternatywnych rozwiązań, które zapewnią stabilność i wysoką jakość kształcenia.

Komisja skarg zarekomendowała radzie uwzględnienie petycji mieszkanki. Część radnych najpierw chciała zdjęcia z obrad punktu dotyczącego rozpatrzenia petycji. Gdy się to nie udało, to w głosowaniu 9:10 odrzucili przyjęcie petycji.

Nie było konkretnych argumentów przeciw

- Nie rozumiem radnych, którzy zagłosowali przeciwko petycji, pod którą podpisało się kilka tysięcy osób. Najgorzej, że na sali nie padły żadne konkretne argumenty przekonujące, żeby nie uwzględnić tej petycji. Tym bardziej, że komisja skarg wniosków i petycji rekomendowała przyjęcie tego dokumentu. Dla mnie propozycja łączenia szkół

i przedszkoli, przeciwko której jest coraz więcej mieszkańców, jest nie do zaakceptowania. Teraz odbywają się kolejne spotkania władz miasta z rodzinami w placówkach oświatowych, na które nie jesteśmy zapraszani jako radni, co dla mnie jest nieporozumieniem. Ja i tak idę, ponieważ dzwonią do mnie rodzice i nauczyciele z prośbą o uczestnictwo w tych spotkaniach - mówi Maciej Kamiński, radny niezależny.

Jak głosowali radni?

Za rozpatrzeniem petycji głosowali: Anna Grad-Mizgała, Liliana Kalinowska, Maciej Kamiński, Jerzy Kruzel, Piotr Krzeszowski, Ryszard Kulej, Paweł Rząsa, Stanisław Surma, Janusz Zapotocki.

Przeciw rozpatrzeniu petycji głosowali: Robert Bał, Paweł Bugera, Przemysław Bukowski, Paweł Grabas, Tomasz Jaroch, Rafał Kijanka, Marcin Kowalski, Ewa Sawicka, Anna Sienkiewicz, Dariusz Tkacz.

© ©

MATERIAŁ INFORMACYJNY PTWP

0411374329

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

TOOLEX i ExpoWELDING głosem branży

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

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

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

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

szczególnych dla polskiego przemysłu.

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

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

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

Trwa ostatni etap budowy drogi lotniskowej

Wojciech Tatar
wojciech.tatar@polskapress.pl

Byliśmy na placu budowy drogi wojewódzkiej nr 869, będącej łącznikiem strefy ekonomicznej w Rogoźnicy, autostrady A4 oraz drogi ekspresowej S19.

Rozpoczęta w połowie maja inwestycja realizowana jest przez konsorcjum firm ANTEX II i Wysowa Mosty. Jej wartość to prawie 70 mln zł, zaś dofinansowanie z Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych to 65 mln złotych.

W ramach zaplanowanych prac powstanie około 3,7 km nowego odcinka drogi wojewódzkiej nr 869, który połączy węzeł autostrady A4 Rzeszów Zachód z rondem w Rogoźnicy. Wspomniana droga będzie zlokalizowana na terenie gmin Świlcza oraz Głogów Małopolski, a jej przebieg znacznie usprawni komunikację ze strefą ekonomiczną w Rogoźnicy. Dodatkowo wybudowane zostaną dwa obiekty mostowe,



Prace przy budowie drogi lotniskowej przebiegają bardzo sprawnie

pięć zatok autobusowych i oświetlenie.

Przebudowany będzie system odwodnienia, w tym rowy drogowe, kanalizacja deszczowa i przepusty drogowe. Powstaną przejścia dla małych zwierząt. Zakres robót obejmuje również m.in. budowę łączników do jezdni auto-

strady A4, rozbudowę istniejącego ronda, budowę skrzyżowań z dwoma drogami gminnymi oraz nowego ronda, które połączy drogę wojewódzką z węzłem autostradowym i lokalnymi drogami dojazdowymi.

Realizacja inwestycji ma kluczowe znaczenie dla roz-

woju komunikacyjnego i gospodarczego regionu. Przyczyni się do lepszego skomunikowania terenów przeznaczonych przez gminy pod inwestycje, zwiększenia atrakcyjności stref przemysłowych i poprawy dostępu do rejonu lotniska.

Wykonawca podkreśla, że roboty przebiegają bardzo

sprawnie i nie ma żadnych opóźnień. Obecnie prowadzona jest wycinka drzew w ciągu nowo budowanej trasy głównej. Trwa wzmacnianie podłoża pod nowe nasypy. Rozebrano dwa obiekty inżynierskie M1 i M2, gdzie powstaną nowe wiadukty, ponadto trwają prace ziemne związane ze wznoszeniem nasypów wraz z poszczególnymi warstwami konstrukcyjnymi jezdni.

Prowadzona teraz inwestycja jest V etapem budowy drogi lotniskowej. Pierwszym było połączenie dawnej DK19 z S19 (1,7 km), zaś drugim budowa ronda w Jasionce. W trzecim etapie rozbudowa istniejącego odcinka drogi wzdłuż lotniska. W czwartym etapie powstał odcinek łączący S19 (węzeł Jasionka) z drogą wojewódzką nr 878 (była droga krajowa nr 19), który został oddany do użytku w 2018 roku.

Zakończenie inwestycji planowane jest na czerwiec 2027 roku.

©

Ewakuowano mieszkańców z pięciu posesji

Marcin Radzimowski
marcin.radzimowski@polskapress.pl

Niżańscy policjanci zabezpieczali niewybuch odnaleziony na posesji w Przędzeli (gm. Rudnik nad Sanem). Pocisk został wykopany podczas prac ogrodowych.

W poniedziałek dyżurny niżańskiej komendy policji otrzymał zgłoszenie o ujawnieniu niewybuchu na posesji w Przędzeli. Zgłaszający znalazł go podczas prac ziemnych.

Na miejsce udali się funkcjonariusze, którzy zabezpieczyli teren. Policjanci pirotechnik przeprowadził rozpoznanie minersko-pirotechniczne. Ustalenia wykazały, że znaleziony niewybuch to najprawdopodobniej pocisk moździerzowy pochodzący z okresu II wojny światowej. Ze względu na niewielką odległość innych zabudowań została przeprowadzona ewakuacja mieszkańców z pięciu posesji - przekazuje policja z Niska.

O znalezisku powiadomiono saperów. Do czasu ich przyjazdu miejsce odnalezienia niewybuchu zabezpieczali policjanci.

Za 118 mln zł powstanie droga do terminala w Żurawicy

Wojciech Tatar
wojciech.tatar@polskapress.pl

Podkarpacki Zarząd Dróg Wojewódzkich w Rzeszowie zawarł umowę na budowę ponad 7 km odcinka drogi wojewódzkiej łączącej drogę krajową nr 77 z terminalem kolejowym w Żurawicy.

Inwestycja za ponad 118 mln zł znacznie usprawni komunikację z portem przeładunkowym oraz odblokuje tereny inwestycyjne w jego sąsiedztwie.

Umowę na realizację inwestycji z konsorcjum spółek z Dębicy: Przedsiębiorstwo Drogowo-Mostowe i REMOST podpisał wicemarszałek województwa Piotr Pilch. Inwestycja uzyskała dofinansowanie z Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych w wysokości 99 mln zł. Realizacja inwestycji nie spowoduje wyburzenia ani jednego budynku mieszkalnego.

- To kolejna ważna inwestycja województwa podkarpac-

kiego. Pozwoli nam na wybudowanie drogi udrażniającej jeden z największych portów przeładunkowych w Polsce, czyli port kolejowy T1 w Żurawicy. Powstanie nowego odcinka drogi wojewódzkiej nr 881 jest warunkiem rozwoju powiatu przemyskiego. Poprawi komunikację na trasie droga krajowa - terminal, wpłynie na rozbudowę terminala oraz przyległych terenów. Powstaną nowe miejsca pracy dla mieszkańców i hub logistyczny do odbudowy Ukrainy, który w przyszłości ma szansę stać się strategicznym centrum logistycznym łączącym Europę Wschodnią z Europą Zachodnią - podkreślał wicemarszałek Piotr Pilch.

Nowy odcinek drogi wojewódzkiej nr 881 połączy się z drogą krajową nr 77 rondem w Duńkowiczkach, następnie idzie pod linią kolejową i włączy się do drogi powiatowej DP 2417R. Cała trasa będzie miała ok. 7,2 km długości. W ramach zadania wybudowane zostaną 2 ronda - w Duńkowiczkach oraz Żurawicy oraz 2 wiadukty pod liniami kolejowymi. Termin zakończenia inwestycji to czerwiec 2029 r.

©



Nowa droga, na której budowę podpisano umowę, ma być impulsem gospodarczym dla regionu przemyskiego

Takie zachowania sprawiają, że trudniej poruszać się rzeszowskimi ulicami

Andrzej Płes
a.ples@nowiny24.pl

Precyzyjnie sformułowaną listę grzechów rzeszowskich kierowców ma Grzegorz Pałasz, prowadzący Ośrodek Szkolenia Kierowców Auto Turbo.

- Niestosowanie się do ograniczeń prędkości - zaczyna. - Szczególnie w godzinach porannych spieszą się do pracy, nie pozwalając innym włączyć się do ruchu. Niestosowanie kierunkowskazów podczas zmiany pasa ruchu lub kierunku jazdy, albo robią to za późno. To też dezorganizuje ruch na drodze. Trzecim problemem jest wymuszanie pierwszeństwa, które ma podobny skutek, szczególnie na skrzyżowaniach. Na tak zwanych rondach nie zawsze umiejętnie z niego korzystają, uparcie trzymając się prawego pasa, choć dokonują manewru zawracania na rondzie. Zmuszają w ten sposób tych z lewego pasa, którzy chcą uciec z ronda, do zatrzymania się. To też dezorganizuje ruch, wręcz go korkuje.

Dodaje, że kierowcy wiedzą, że korzystanie z komórki

za kierownicą jest karane, to też chcąc uniknąć mandatu i punktów karnych, telefonują w systemie „głosnomówiowym”, trzymając aparat w pewnej odległości od twarzy.

- Takie osoby bardzo często zmniejszają prędkość, koncentrując się na rozmowie i tamując ruch innym - opisuje Grzegorz Pałasz.

Nie potrafimy już żyć bez smartfonów

Wydział Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Rzeszowie ma chyba pełny przegląd grzechów ciężkich i lekkich kierowców.

- Z przykrością trzeba stwierdzić, że chyba nie potrafimy już żyć bez smartfonów. Chwila oczekiwania na zielone światło, to chwila, w której większość kierowców sięga po telefony komórkowe, albo zmienia stacje radiowe lub bawi się wyświetlaczem w samochodzie - przytacza obserwacje rzeszowskiej „drogówki” podkomisarz Magdalena Żuk, oficer prasowy komendanta miejskiego policji w Rzeszowie. - To wszystko rozprasza, reakcje są spóźnione, ruch nie odbywa się tak

dynamicznie, jak powinien. Wciąż nie jesteśmy dość tolerancyjni wobec tych, którzy chcą się włączyć do ruchu z drogi podporządkowanej, a im może też się spieszy, też chcą na czas dojechać do celu. Poza tym pośpiech może mieć kłopotliwe dla wielu skutki: wjeżdżając na skrzyżowanie bez upewnienia się, że możemy je natychmiast opuścić, kończy się czasem tym, że utkniemy pośrodku niego, blokując przejazd pojazdom z trzech stron. Na skrzyżowaniu ul. Jagiellońskiej często to obserwujemy.

Zwraca uwagę i na to, że niekiedy odległości między pojazdami na drodze są zbyt duże: nie wolno jechać „na zderzaku”, ale można zachować bezpieczne metr - półtora, ale nie siedem i dziesięć, co zaburza płynność ruchu. Akcentuje też, że kary za używanie telefonu za kierownicą w sposób niedozwolony powinny być znacznie wyższe niż są.

- Tragicznych zdarzeń na naszych drogach, w których głównym winowajcą jest kierowca ze smartfonem w dłoni, jest niestety zbyt dużo - dodaje podkomisarz Magdalena Żuk. ©

Chcą ratować leśne dziedzictwo kulturowe: ślady po Choceniu, ruiny zamku i drzewa w skansenie

Bogdan Hućko
b.hućko@nowiny24.pl

Tym sprawom było poświęcone spotkanie Zespołu ds. Leśnego Dziedzictwa Kulturowego - poinformował Edward Marszałek, rzecznik Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krośnie.

Nadleśnictwo Baligród zaprezentowało plany działań w obrębie nieistniejącej wsi Chocień, zaproponowane do wpisania do dokumentów planistycznych tej jednostki. Obszar wyludnionej wsi nie został nigdy zrehabilitowany, zachowała ona układ dawnej zabudowy, unikalny obecnie w Bieszczadach.

- Proponujemy, żeby wydzielenia obejmujące relikty dawnej wsi Chocień zaliczyć do gospodarstwa specjalnego bez projektowania wskazań gospodarczych, z wypełnieniem dyspozycji wynikających z ochrony konserwatorskiej tego obiektu - deklarował Dariusz Zaletański, zastępca nadleśniczego Nadleśnictwa Baligród.



Członkowie Zespołu ds. Leśnego Dziedzictwa Kulturowego w ruinach zamku Sobień

- Planujemy też wykaszanie traw w miejscu cerkwiska i ustawienie nowych tablic prezentujących historię nieistniejącej miejscowości - dodawał.

Stosowny wniosek do projektu planu urządzenia lasu zadeklarował Dariusz Zaletański, zastępca nadleśniczego Nadleśnictwa Baligród.

Sobień w przyszłym roku już dla turystów

Patryk Zahacz z Nadleśnictwa Lesko przedstawił postępowanie prac w ruinach zamku Sobień. Na miejscu robót o ich zakresie szczegółowo opowiadali dr Marcin Glinianowicz, archeolog z Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku i Mirosław Ba-

bicz, szef firmy konserwatorskiej prowadzącej prace na Sobieniu.

- Archeolodzy zakończyli już poszukiwania, teraz trwają prace przy zabezpieczaniu murów i utrwaleniu ruiny, które na zlecenie nadleśnictwa prowadzi wyspecjalizowana firma. Z tego powodu rezerwat i ruiny

zamku są niedostępne dla zwiedzających - zaznacza Jan Mazur, nadleśniczy Nadleśnictwa Lesko.

- W tej chwili trwają jednocześnie prace przy budowie ogrodzenia parkingu, a sam parking w przyszłym roku zyska nową nawierzchnię. Będą też opracowane tablice edukacyjne prezentujące atrakcje rezerwatu „Góra Sobień”, historię zamku oraz najnowsze wyniki prac archeologicznych. Chciałbym, żeby w przyszłym sezonie turystycznym ruiny w nowej odsłonie były już bezpieczne i dostępne dla zwiedzających - dodał nadleśniczy.

Sektor leśny w sanockim skansenie

Członkowie Zespołu ds. Leśnego Dziedzictwa Kulturowego odwiedzili Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku, gdzie dyr. Marcin Krowiak zaprezentował propozycję miejsca pod lokalizację przyszłego sektora leśnego w skansenie.

- To fragment wiekowego drzewostanu, gdzie mamy już

pierwszy eksponat, retortę do wypału węgla drzewnego, pojawiają się już propozycje przekazania kolejnych leśnych obiektów do skansenu. Naszym celem jest zachowanie leśnego dziedzictwa kulturowego Bieszczadów z lat powojennych, bo to w skali kraju było bezprecedensowe; wyjątkowa architektura leśnych sadyb i niespotykane gdzie indziej historie parków konnych, kolejek leśnych czy wypałów węgla drzewnego. Teraz jest najwyższy czas, by uratować ciekawe eksponaty i wartości niematerialne odchodzące w niebyt - mówił dyrektor Marcin Krowiak.

Zespół ds. Leśnego Dziedzictwa Kulturowego został powołany w maju przez Mariana Pigana, dyrektora RDLP w Krośnie. Tworzą go leśnicy mający w zakresie swych zadań dbałość o leśne dziedzictwo. Do udziału zaproszeni zostali też przedstawiciele instytucji i organizacji związanych z ochroną zabytków i szeroko rozumianych dóbr kultury, jak również emerytowani leśnicy, pasjonaci historii. ©©

REKLAMA

0011419740



Jesień życia - aktywnie i z pasją!

W programie:

- ✦ wykłady najlepszych ekspertów
- ✦ inspirujące rozmowy o zdrowiu i aktywności
- ✦ sprawdzone sposoby na zdrową i szczęśliwą wiosnę w sercu

Z uwagi na ograniczoną ilość miejsc, obowiązuje rejestracja pod tel. **510 026 862** od poniedziałku do piątku w godz. 9-15 lub wysyłając SMS (podając imię i nazwisko osoby rezerwującej oraz ogólną liczbę osób deklarujących uczestnictwo).

Udział w forum jest bezpłatny
<https://nowiny24.pl/forum-seniora>

Gościem jesiennego forum będzie
Jacek Wójcicki
 - wybitny artysta o niezwykłej charyzmie i wszechstronnym talencie

29

października

godzina 10

Uniwersytet Rzeszowski
Kampus Rejtana
Budynek A1
- duża aula

FORUM

seniora

Podkarpacie

ORGANIZATOR

nowiny
nowiny24.pl

PARTNER GŁÓWNY

 **Uniwersytet Rzeszowski**

PATRON MERYTORYCZNY

ZUS ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

PARTNERZY

 **PODKARPACKIE**
przestrzeń otwarta

 **rzeszów**
stolica innowacji

 **PGNiG**
GRUPA ORLEN

 **TEZEUSZ.pl**

 **itaRes**

 **zielarnia**
LAWENDA

 **Centrum Opieki**
Medycznej im. św. Józefa
w Rzeszowie

 **ZŁOTY PAŁAC**

 **Rzeszówianka**

 **LATOSZA**
ZDRÓJ

PATRONI
HONOROWI

 **MARSZAŁEK**
WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO

 **PRZEWODNICZĄCY SEJMIKU**
WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO

 **Konrad Fijołek**
Prezydent Miasta Rzeszowa

 **STAROSTA**
RZESZOWSKI

 **URZĄD MIASTA**
RZESZOWA

 **URZĄD MIASTA**
RZESZOWA

 **URZĄD MIASTA**
RZESZOWA

 **RDK**
RZESZOWSKI
DOM KULTURY

 **NFZ** Narodowy Fundusz Zdrowia
Podkarpacki Oddział Wojewódzki w Rzeszowie

PUPIL

roku 2025



Madzia
Właściciel: Aneta Bassara, powiat jarosławski



Falki
Właściciel: Aleksandra Mrocza, powiat jarosławski



Krzysztof
Właściciel: Aleksandra Czerw

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

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

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

zwierzętom w naszym regionie. Tym sposobem powstała mapa sprawdzonych adresów - świetna forma promocji i uznania pracy.

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

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

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

WETERYNARZ ROKU MIEJSCE I

Stale pogłębia wiedzę, czytając literaturę fachową i regularnie jeżdżąc na szkolenia

Lekarz weterynarii Karol Macieląg to specjalista chorób zwierząt nieudomowionych. Jak dowiadujemy się z oficjalnej strony internetowej przychodni, w której pracuje, nasz zwycięzca to absolwent Wydziału Medycyny Weterynaryjnej Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie z 2018 roku. W trakcie studiów odbywał wolontariat w oddziale drobnych ssaków, szkoląc się w praktycznych podstawach diagnostyki i terapii drobnych ssaków. Obecnie zajmuje się głównie zwie-



Karol Macieląg
Alfabet Przychodnia Weterynaryjna,
Rzeszów

rzętami egzotycznymi oraz drobnymi ssakami. Stale pogłębia swoją wiedzę, czytając literaturę fachową i regularnie jeżdżąc na szkolenia. W 2022 roku nasz zwycięzca uzyskał tytuł specjalisty chorób zwierząt nieudomowionych. Interesuje się gotowaniem oraz grą na gitarze, jak dowiadujemy się ze strony przychodni, którą w naszej akcji reprezentował Karol Macieląg - Weterynarz Roku 2025 całego województwa podkarpackiego.

strony przychodni, którą w naszej akcji reprezentował Karol Macieląg - Weterynarz Roku 2025 całego województwa podkarpackiego.

MIEJSCE II

Przemysław Sadzowski
Solvat Przychodnia Weterynaryjna,
Jasło

MIEJSCE III

Beata Romankiewicz
Agama,
Rzeszów

GROOMER ROKU MIEJSCE I

Choć zwierzęta były Jej pasją od zawsze, to jedno zdecydowało o Jej przyszłości

Miłość do zwierząt towarzyszy pani Edycie (Rossi Groom Psi Fryzjer, Leżajsk), odkąd tylko pamięta. Od najmłodszych lat była nimi otoczona - psy, koty, gryzonie, każdy potrzebujący ogon natychmiast znajdował u Niej opiekę i ciepłe miejsce. - To była dla mnie naturalna droga, dlatego zdecydowałam się na pracę jako technik weterynarii - wyjaśnia. Przez 6 lat pracowała w gabinecie weterynaryjnym, gdzie zaczęła również zajmować się pielęgnacją zwierząt. Jednak



Edyta Pytel
Rossi Groom Psi Fryzjer,
Leżajsk

prawdziwy przełom nastąpił, gdy do gabinetu trafił pies z interwencją w tragicznym stanie - zaniebany, przestraszony. Trzeba było natychmiast działać, by mu pomóc. Wtedy po raz pierwszy chwyciła za maszynkę i nożyczki. To była emocjonalna chwila, która uruchomiła w pani Edycie coś więcej niż tylko umiejętność, gdyż zrodziła pasję. Od tamtej pory rozwija się jako groomerka, kończąc kursy o bardzo szerokim polu, jak behawiorystyka i dietetyka.

MIEJSCE II

Katarzyna Ziomba-Mcmullen
Kudłaty Styl,
Boguchwała

MIEJSCE III

Sabina Hołobut
Salon Strzyżenia i Pielęgnacji Psów
Beauty, Przemyśl

BEHAVIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT ROKU MIEJSCE I

To kontakt zarówno z człowiekiem, jak i psem, czyni ten zawód wyjątkowym

Moja pasja do pracy ze zwierzętami zaczęła się od dzieciństwa. Od zawsze otaczały mnie psy, które były dla mnie nie tylko towarzyszami, ale też nauczycielami cierpliwości i odpowiedzialności - wspomina Anna Węgrzynowska (Centrum Szkolenia Psów K9 Polska, Rzeszów). Z czasem zauważyła, jak ogromny wpływ ma odpowiednie podejście do zwierzęcia na jego zachowanie, poczucie bezpieczeństwa i relację z człowiekiem. To skłoniło panią Annę do pogłębiania wiedzy



Anna Węgrzynowska
Centrum Szkolenia Psów K9 Polska,
Rzeszów

i rozwijania się w kierunku szkolenia i behawiorystyki.

Dziś największą satysfakcją daje Jej nie tylko obserwowanie postępów zwierząt, ale też wspieranie ich opiekunów w budowaniu świadomej, pełnej zaufania więzi. - To właśnie połączenie pracy ze zwierzęciem i człowiekiem sprawia, że ta pasja

jest tak wyjątkowa - podkreśla Behawiorysta Roku, dla której zdobycie tego tytułu jest ogromnym wyróżnieniem i wzruszającym momentem.

MIEJSCE II

Sylwia Strąkiewicz
Syska - Petsitterka i behawiorystka,
Przemyśl

MIEJSCE III

Bogusław Rząsa
Profesjonalne Szkolenie Psów Orion,
Przedbórz

SKLEP ZOOLOGICZNY ROKU MIEJSCE I

Miejsce stworzone z troski o wszystkich czworonożnych przyjaciół

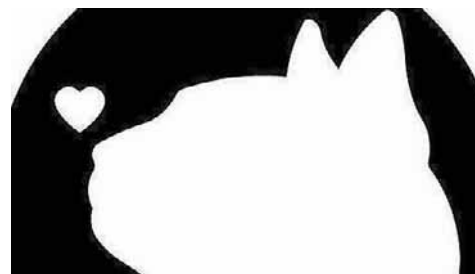
Nasza akcja poświęcona wszystkim czworonogom, ich właścicielom i pomagającym im specjalistom nie byłaby pełna, gdyby nie kategoria Sklep zoologiczny Roku 2025. W końcu to tutaj znaleźć można wszystko, co potrzebne pupilom, by utrzymać ich zdrowie i dobre samopoczucie. O tym, jak ważne dla właścicieli są ekspertyza, zaangażowanie i szeroki asortyment najwyższej jakości, wiedzą doskonale właściciele rzeszowskiego Zoo Iguana, czyli Sklepu zoologicznego Roku 2025



Zoo Iguana
Rzeszów,
Okulickiego 6

w województwie podkarpackim. Jak dowiadujemy się z oficjalnej strony internetowej zwycięskiego sklepu, ma on dwie lokalizacje w Rzeszowie i obie oferują swoim klientom wygodny dojazd i parking. Iguana to jednak nie tylko miejsce, gdzie kupić można karmę i przysmaki - tutaj zaczerpniecie rady od do-

świadzonego personelu i zrealizujecie także usługi, jak wizyta u groomera, czy konsultacja ze specjalistą.

MIEJSCE II

Sklep Zoologiczny Luna
Zagórz,
pl. Obrońców Węgła Zagórskiego 4

MIEJSCE III

Sklep Zoologiczno-Wędkarski Skalar
Przemyśl,
Lwowska 11a

PUPIL ROKU



Miška
Właściciel: Anna Smalarz, Krosno



Benek
Właściciel: Marta Łaska, Przemyśl



Scoobi
Właściciel: Barbara Garbarz, Rzeszów



Maksymilian
Właściciel: Nikola Rękas, Tarnobrzeg



Clarkson
Właściciel: Karolina Kluz, powiat bieszczadzki



Leon
Właściciel: Katarzyna Kudła, powiat brzozowski



Nela
Właściciel: Amelia Świętoń, powiat dębicki



Madzia
Właściciel: Aneta Bassara, powiat jarosławski



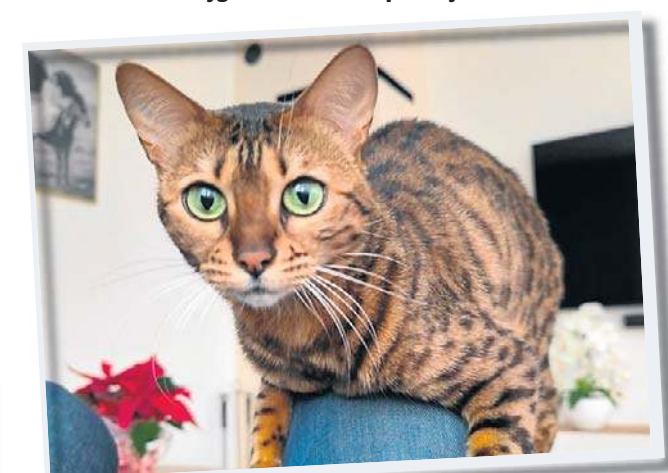
Lorry
Właściciel: Marzena Cygan-Stasiukiewicz, powiat jasielski



Lila
Właściciel: Angelika Jakubczyk, powiat kolbuszowski



Pusia
Właściciel: Wiktor Szyndak, powiat krośnieński



Lia
Właściciel: Dominika Kozicka, powiat leski

PUPIL ROKU



Chmurka
Właściciel: Justyna Furgała, powiat leżajski



Larissa, Larsin, Latte
Właściciel: Kamil Kociołek, powiat lubaczowski



Kitku Mruczek
Właściciel: Bartłomiej Jemioło, powiat mielecki



Bakcyl
Właściciel: Kornelia Dudek, powiat niżański



Franio
Właściciel: Teresa Szczygierska, powiat przemyski



Misio
Właściciel: Jolanta Kubicka, powiat przeworski



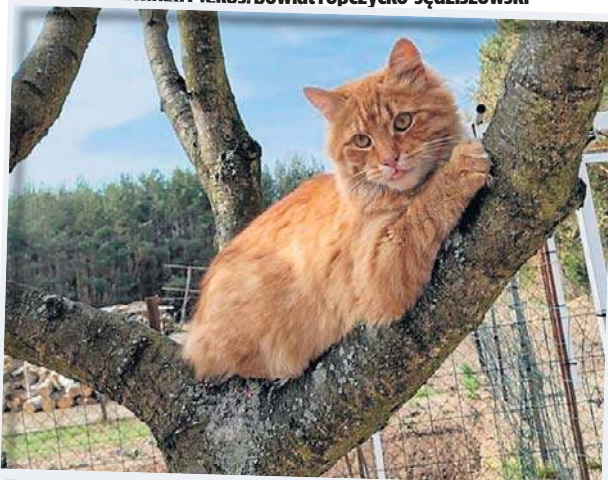
Steve
Właściciel: Kinga Piekosz, powiat ropczycko-sędziszowski



Porter
Właściciel: Magdałeną Bartyńska, powiat rzeszowski



Gryzelda
Właściciel: Ewa Stodolak, powiat sanocki



Tośka
Właściciel: Edyta Powęska, powiat stalowowolski



Gucci
Właściciel: Beata Strzała, powiat strzyżowski



Boni
Właściciel: Waldemar Pluta, powiat tarnobrzski

PUPIL ROKU



Franciszka
Właściciel: Mikołaj Gerba, powiat tarnobrzeski



Rozi
Właściciel: Anna Młynek, powiat łańcucki



Daisy
Właściciel: Edyta Nowak, Krosno



Bella
Właściciel: Angelika Howicka, Rzeszów



Bella
Właściciel: Kamil Mazur, Przemyśl



Bunia
Właściciel: Marzanna Pałka, Tarnobrzeg



Ares
Właściciel: Pintr Łazor, powiat bieszczadzki



Monti
Właściciel: Emilia Zdybek, powiat brzozowski



Dżeki
Właściciel: Beata Fryz, powiat dębicki



Falki
Właściciel: Aleksandra Mrocza, powiat jarosławski



Dzidzia
powiat jasielski



Balto
Właściciel: Beata Dziewit, powiat kolbuszowski

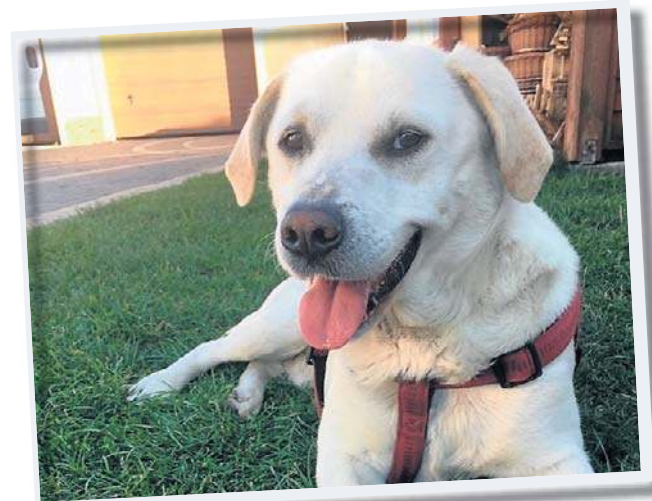
PUPIL ROKU



Icey
Właściciel: Amelia Jaklewicz, powiat krośnieński



Rico
Właściciel: Grzegorz Czerwiński, powiat leski



Majki
Właściciel: Ela Kida, powiat leżajski



Niko
Właściciel: Aleksandra Strujwąg, powiat lubaczowski



Benio
Właściciel: Kinga Kwaśniewska, powiat mielecki



Fenek
Właściciel: Adam Mrocza, powiat niżański



Jessi
Właściciel: Karolina Pilch, powiat przemyski



Tymek
Właściciel: Małgorzata Sobczak, powiat przeworski



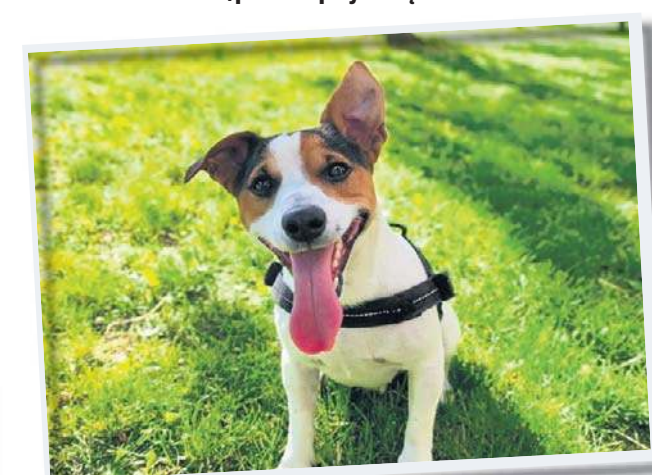
Nela
Właściciel: Natalia Feret, powiat ropczycko-sędziszowski



Tequila
Właściciel: Piotr Czercowy, powiat rzeszowski



Nico
Właściciel: Alicja Kocylowska, powiat sanocki



Jacky
Właściciel: Dominika Kosidło, powiat stalowowolski

PUPIL ROKU



Drago
Właściciel: Anna Wycisłak, powiat strzyżowski



Wafel
Właściciel: Leszek K., powiat tarnobrzski



Abi
Właściciel: Maja Szydelko, powiat łańcucki



Krzysztof
Właściciel: Aleksandra Czerw



Mimi
Właściciel: Dominika Gaworecka



Stefek
Właściciel: Agata Jędrzycka



Franuś
Właściciel: Iwona Świder



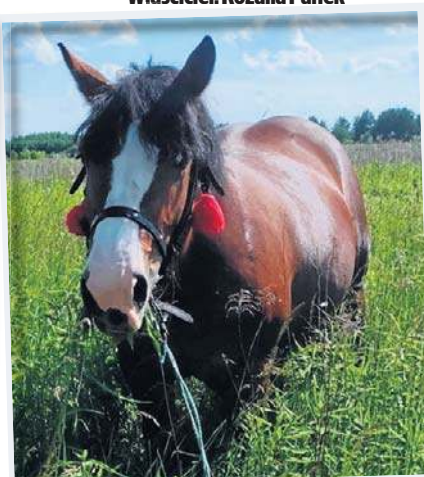
Valentin i Valery
Właściciel: Rozalia Panek



Stefan
Właściciel: Agata Kudłacik



Kiwi
Właściciel: Nina Wójciak



Esta
Właściciel: Michał Perczak



Teodor
Właściciel: Julia Antosz



caribena versicolor
Właściciel: Grzegorz Rybicki

Podróż zaczyna się od Twojej strony

stronapodrozy.pl



strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Wszystko, co trzeba wiedzieć o nadciśnieniu

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

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

ZA TYDZIEŃ:

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



FOT. GETTY IMAGES.COM

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

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

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

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

Jak rozpoznać niepokojące symptomy

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

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

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się ciała, tj. zmniejszenia się wzro-



FOT. FREEPIK

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

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

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

Złamania osteoporotyczne dotyczą aż 30 proc. kobiet oraz 8 proc. mężczyzn po 50. roku życia. W przypadku osób starszych upadki należą do naj-

poważniejszych przyczyn utraty sprawności. Znaczenie zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgow. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem.

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

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

Zadbaj o dietę i dobrze się prowadź

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

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

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

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

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

Densytometria prawdę ci powie

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

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

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

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

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

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

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

Co oznacza pierwsze i drugie ciśnienie?

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

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

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

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



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

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

Jakie jest idealne ciśnienie krwi?

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

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

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

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

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

pierwszym zwiastunem wystąpienia chorób układu sercowo-naczyniowego.

Skąd bierze się wysokie ciśnienie?

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

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

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

Czy niskie ciśnienie zagraża życiu?

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

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

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

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

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

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



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

10 najlepszych uzdrowisk w Polsce. Jest nowy ranking

Emil Hoff
emil.hoff@stronazdrowia.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

kosmopolityczna atmosfera za sprawą gości z Niemiec i Skandynawii.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Kudowa oferuje oryginalne atrakcje, jak słynna Kaplica Cza-szek i Szlak Giniących Zawodów.

WARTO WIEDZIEĆ

Kiedy na SOR?

Znaczne odchylenia w pomiarach ciśnienia krwi – zarówno zbyt wysokie, jak i zbyt niskie wyniki – mogą stanowić zagrożenie życia i wymagają pilnej konsultacji lekarskiej. Niezwłocznie skontaktuj się z lekarzem lub pogotowiem, jeśli wystąpią takie objawy jak: ● ból lub uczucie ucisku w klatce piersiowej ● trudności z oddychaniem ● omdlenie lub utrata przytomności ● objawy udaru (osłabienie jednej strony ciała lub twarzy, zaburzenia mowy, dezorientacja).

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



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

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

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

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

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

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

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

Wyjątkowo podstępny nowotwór

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

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

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

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

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

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

Organ specjalnej troski

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

WARTO WIEDZIEĆ

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

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

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

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

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

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

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

Antybiotyki? Tylko w ostateczności

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

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

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

Problem zaczyna się już w POZ

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

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

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

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

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

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

Co dalej?

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

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



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

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DIETA KETO. CZY TO JEST ZDROWE?

Dieta ketogeniczna – skąd się wzięła?

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

Na czym to polega?

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

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

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

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

Przykładowy jadłospis:

● PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: jajecznica na bekonie z pomidorem.

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

● WTOREK

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

Kolacja: klopsiki z warzywami i serem cheddar.

● ŚRODA

Śniadanie: koktajl kokosowy z migdałami i truskawkami.

Obiad: sałatka z krewetek z awokado i oliwą.

Kolacja: kotlet wieprzowy z parmezanem i sałatką z brokułu.

● CZWARTEK

Śniadanie: omlet z awokado, papryką, cebulą i przyprawami.

Obiad: garść orzechów i łodygi selera naciowego z pastą guacamole z pomidorami.

Kolacja: kurczak nadziewany serkiem kremowym z pesto

i mieszanka sałat z oliwą.

● PIĄTEK

Śniadanie: bezcukrowy jogurt z masłem orzechowym, kakao i stewią.

Obiad: wołowina podsmażana na oleju kokosowym z mieszanką warzyw w stylu chińskim.

Kolacja: burger bez bułki z bekonem, jajkiem sadzonym, sałatką i serem.

● SOBOTA

Śniadanie: omlet z szynką, pomidorem, papryką i cebulą.

Obiad: kawałki serów i wędlin oraz orzechy.

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

● NIEDZIELA

Śniadanie: jajecznica z bekonem i grzybami.

Obiad: burger bez bułki z sosem guacamole, salsa oraz sałatką i serem.

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

Wirusy lubią jesień i zimę, broń się

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

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

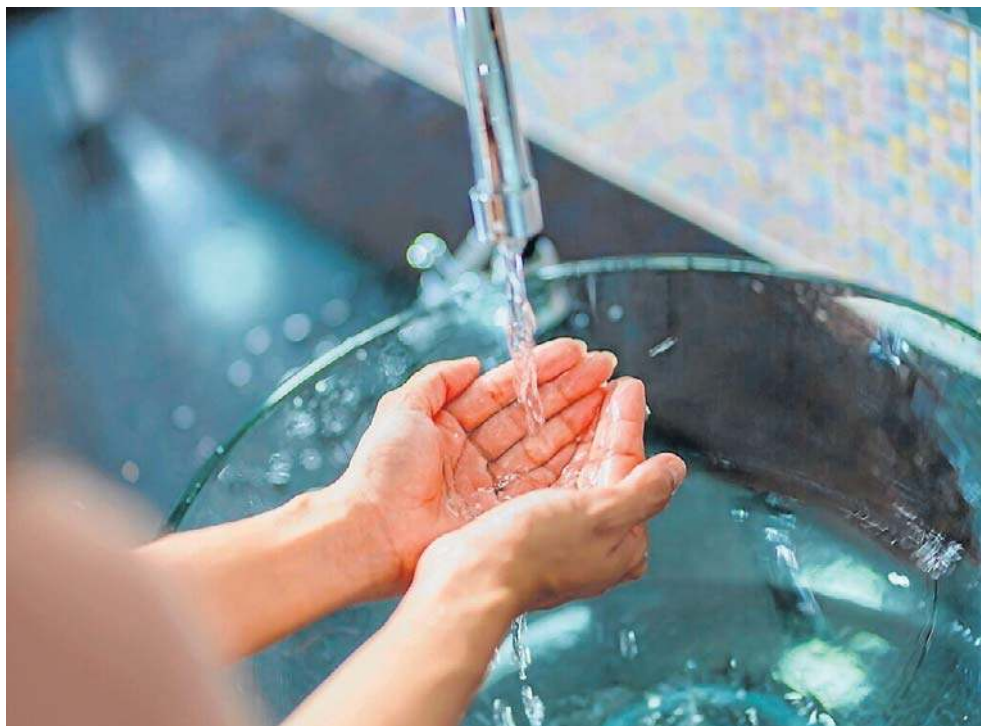
Mycie rąk jest ważne, ponieważ chroni przed chorobami zakaźnymi, nazywanymi chorobami brudnych rąk. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) zaleca także mycie dłoni jako skuteczną metodę ochrony przed zakażeniem koronawirusem wywołującym COVID-19, a także innymi wirusami.

Do chorób „brudnych rąk” zaliczane są:

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

Lepiej zapobiegać niż leczyć

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



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

Twarzy dotykamy nawet kilkanaście razy w ciągu godziny, tymczasem błony śluzowe to najłatwiejsze drogi zakażenia. Choć nie wszystkie patogeny są szkodliwe, lepiej zapobiegać, niż leczyć potencjalne infekcje.

Aby uniknąć ewentualnych chorób, można ograniczyć kontakt z zanieczyszczonymi powierzchniami, co jest jednak mało realne. Są to m.in. klamki drzwiowe, produkty spożywcze w sklepie, poręcz w środkach komunikacji miejskiej, kierownica samochodu, tele-

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

Instrukcja mycia i dezynfekcji rąk

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

dobór środka myjącego, czas mycia oraz precyzja ruchów.

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

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

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

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

Czym myć ręce?

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

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

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

CZY WIESZ, ŻE

Telefony komórkowe brudniejsze niż deski klozetowe

Telefon komórkowy towarzyszy nam przez cały dzień. Wiele osób korzysta z niego nawet podczas wizyty w toalecie.

Badania słowackich naukowców z 2018 roku dowiodły, że telefony komórkowe mogą być nawet 6 razy bardziej zanieczyszczone niż... deska klozetowa. Brzmi drastycznie? A jednak! Na naszych „komórkach” bytują bakterie, wirusy, grzyby i inne mikroorganizmy, których obecności często nawet nie podejrzewamy. Wszystko dlatego, że urządzenia te są nieustannie dotykane, często brudnymi rękami, i rzadko trafiają do porządnego czyszczenia.

REKLAMA

0011419200

WÓJT GMINY GORZYCE

informuje,

że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Gorzyce, ul. Sandomierska 75, 39-432 Gorzyce oraz na stronie internetowej www.bip.gminagorzyce.pl oraz www.gminagorzyce.pl został zamieszczony na okres 21 dni od 22.10.2025 r. do 12.11.2025 r. wykaz gruntów przeznaczonych do dzierżawy po umowie zawartej na czas oznaczony do 3 miesięcy z tym samym Dzierżawcą, których przedmiotem jest ta sama nieruchomość, wykaz gruntów przeznaczonych do dzierżawy oraz wykaz gruntów przeznaczonych do sprzedaży.

REKLAMA

0011419823

PREZYDENT MIASTA RZESZOWA

ogłasza,

że zgodnie z Zarządzeniem nr 838/2025 z dnia 14 października 2025 r., na tablicy informacyjnej Urzędu Miasta Rzeszowa będzie wywieszony do publicznej wiadomości na okres 21 dni, **wykaz lokali użytkowych przeznaczonych do użyczenia na czas oznaczony.**

REKLAMA

0011419606

K O M U N I K A T

Prezydent Miasta Krosna, stosownie do art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 ze zm.) informuje, że w siedzibie Urzędu Miasta Krosna w Krośnie przy ul. Lwowskiej 28a, został wywieszony do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykaz dotyczący nieruchomości stanowiącej własność Gminy Krosno, przeznaczonej do zbycia w formie bezprzetargowej (tj. zamiana nieruchomości), oznaczonej nr 3307/3 o pow. 50 m² - obręb ewidencyjny Krościenko Niżne, położonej przy ul. Bohaterów Westerplatte w Krośnie.

REKLAMA

0011418812

Burmistrz Miasta i Gminy Baranów Sandomierski

ogłasza

III ustny, nieograniczony przetarg na sprzedaż nieruchomości gruntowej położonej w **Baranowie Sandomierskim**, oznaczonej jako działka ewid. **1985** o pow. 0,3170 ha, dla której prowadzona jest księga wieczysta nr **TB1T/00035256/4**.

Cena wywoławcza: **50 000,00 zł** netto należny podatek VAT.

Nieruchomość znajduje się w terenach przeznaczonych pod zabudowę mieszkaniową.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w formie pieniężnej w wysokości **5 000,00 zł**, w terminie do 24.11.2025 r. na konto Urzędu Miasta i Gminy Baranów Sandomierski - Bank Spółdzielczy Tarnobrzeg o/ Baranów Sandomierski nr 90 9434 1067 2004 1400 0130 0010.

Przetarg odbędzie się **27.11.2025 r. o godz. 11.00** w Urzędzie Miasta i Gminy w Baranowie Sandomierskim przy ulicy Gen. Leopolda Okulickiego 1 /sala narad/.

Ogłoszenie o przetargu zamieszczono w Biuletynie Informacji Publicznej <https://bip.baranowsandomierski.pl/przetargi-ogloszenia/> oraz na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Baranów Sandomierski przy ulicy Gen. Leopolda Okulickiego 1 oraz na tablicach ogłoszeń na terenie Gminy.

Więcej informacji w przedmiotowej sprawie można uzyskać w Referacie Gospodarki i Mienia Komunalnego, osobiście lub telefonicznie – pod nr tel. 15 811 85 81 w. 122 i 127, w godzinach pracy Urzędu oraz za pośrednictwem poczty elektronicznej adres e-mail urzed@baranowsandomierski.pl.

REKLAMA

0011419604

Starosta Sanocki

informuje,

że na stronach internetowych i na tablicach ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Sanoku przy ul. Rynek 1 i Kościuszki 36 został wywieszony do publicznego wglądu na okres od 20.10.2025 r. do 10.11.2025 r. wykaz nieruchomości Skarbu Państwa przeznaczonych do dzierżawy obejmujący część dz. nr 371 w Tarnawie Dolnej g. Zagórz.

REKLAMA

0011418811

Burmistrz Miasta i Gminy Baranów Sandomierski

ogłasza

II ustny, nieograniczony przetarg na sprzedaż nieruchomości gruntowej położonej w **Baranowie Sandomierskim**, oznaczonej jako działka o nr ewid. 1604 o pow. 0,1205 ha, dla której prowadzona jest księga wieczysta nr **TB1T/00035256/4**.

Cena wywoławcza: 120 000,00 zł brutto zwolniona z podatku VAT.

Nieruchomość gruntowa, zabudowana.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w formie pieniężnej w wysokości 12 000,00 zł, w terminie do 24.11.2025 r. na konto Urzędu Miasta i Gminy Baranów Sandomierski – Bank Spółdzielczy Tarnobrzeg o/Baranów Sandomierski nr 90 9434 1067 2004 1400 0130 0010.

Przetarg odbędzie się 27.11.2025 r. o godz. 10.00 w Urzędzie Miasta i Gminy w Baranowie Sandomierskim przy ulicy gen. Leopolda Okulickiego 1 /sala narad/.

Ogłoszenie o przetargu zamieszczono w Biuletynie Informacji Publicznej <https://bip.baranowsandomierski.pl/przetargi-ogloszenia/> oraz na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Baranów Sandomierski przy ulicy gen. Leopolda Okulickiego 1 oraz na tablicach ogłoszeń na terenie Gminy.

Więcej informacji w przedmiotowej sprawie można uzyskać w Referacie Gospodarki i Mienia Komunalnego: osobiście lub telefonicznie – pod nr tel. 15 811 85 81 wew. 122 i 127, w godzinach pracy Urzędu oraz za pośrednictwem poczty elektronicznej adres e-mail: urzed@baranowsandomierski.pl.

REKLAMA

0011419162

OBWIESZCZENIE

z dnia 22 października 2025 r.

Stosownie do art. 33 ust. 1, w związku z art. 88 ust. 1 pkt 1 i art. 90 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r., poz. 1112, z późn. zm.)

WOJEWODA PODKARPACKI

INFORMUJE,

że na wniosek Generalnego Dyrektora Dróg Krajowych i Autostrad, ul. Wronia 53, 00-874 Warszawa, reprezentowanego przez pełnomocnika - Pana Jarosława Jochymka, przystapiono do przeprowadzenia ponownej oceny oddziaływania na środowisko inwestycji pn.: „Budowa II etapu obwodnicy miasta Sanok w ciągu drogi krajowej nr 28 Zator – Medyka wraz z niezbędną infrastrukturą, budowlami i urządzeniami budowlanymi” w ramach zadania pn.: „Zaprojektowanie i budowa II etapu obwodnicy miasta Sanok w ciągu drogi krajowej nr 28 Zator – Medyka długości 3 km”.

Ocena ta przeprowadzana jest w ramach postępowania administracyjnego znak: **I-VII.7820.1.21.2025**, wszczętego na wniosek inwestora z 17 marca 2025 r., w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację ww. przedsięwzięcia.

Organem właściwym do wydania przedmiotowej decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej jest Wojewoda Podkarpacki.

Organem właściwym do wydania postanowienia w sprawie uzgodnienia warunków realizacji przedsięwzięcia jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Rzeszowie, a do wydania opinii o przedmiotowym przedsięwzięciu: Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sanoku oraz Dyrektor Zarządu Zlewni w Przemysłu Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie.

Wszyscy zainteresowani mogą zapoznać się z niezbędną dokumentacją sprawy w Podkarpackim Urzędzie Wojewódzkim w Rzeszowie, Wydział Infrastruktury, 35-959 Rzeszów, ul. Grunwaldzka 15, V piętro, pokój 564, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu i godziny przyjęcia pod nr tel. 17 867 15 64.

Ewentualne uwagi i wnioski w formie pisemnej, elektronicznej i ustnej do protokołu, można składać w terminie 30 dni, tj. od **22 października 2025 r. do 21 listopada 2025 r.** Złożone wnioski i uwagi zostaną rozpatrzone przez Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Rzeszowie, przed uzgodnieniem warunków realizacji inwestycji. Zgodnie z art. 35 ww. ustawy, uwagi i wnioski złożone po upływie podanego powyżej terminu, pozostawia się bez rozpatrzenia.

AUTOREKLAMA

nasze

komunikaty.pl

aktualne z całej Polski

przetargi

REKLAMA

0011418809

Syndyk Krośnieńskich Hut Szkła „KROSNO” S.A. w upadłości likwidacyjnej

ogłasza przetarg na sprzedaż nieruchomości położonych w Tarnowie, przy ul. Kryształowej

Nieruchomości składającej się z:

- prawa wieczystego użytkowania gruntu działki numer 139/23 o powierzchni 1,8327 ha zabudowanej budynkiem hali wannowej, budynkiem głównego bloku produkcyjnego oraz pomieszczeniem regeneracji form o łącznej powierzchni użytkowej 15343,65 m², dla której Sąd Rejonowy w Tarnowie prowadzi księgę wieczystą TR1T/00066079/0,
- prawa wieczystego użytkowania gruntu działki niezabudowanej numer 139/33 o powierzchni 0,2734 ha, dla której Sąd Rejonowy w Tarnowie prowadzi księgę wieczystą TR1T/00066079/0

➤ **Cena wywoławcza netto: 2.308.770 zł**

Powyższa nieruchomość w części jest obciążona umową najmu, a w stosunku do niezabudowanej działki przysługuje prawo pierwokupu Gminie Tarnów na podstawie ustawy o gospodarce nieruchomościami.

Warunki przetargu:

I. Warunkiem uczestniczenia w sprzedaży jest:

- złożenie pisemnej oferty w zamkniętej kopercie z napisem: „Oferta nieruchomości TARNÓW, sygn. akt V GUp 2/09 – NIE OTWIERAC” w nieprzekraczalnym terminie do dnia **1 grudnia 2025 r. do godz. 15:00** na adres Sądu Rejonowego w Krośnie Wydział V Gospodarczy, ul. Wolności 3, 38-400 Krosno.
- Wpłacenie wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej netto na konto Krośnieńskich Hut Szkła „KROSNO” S.A. w upadłości likwidacyjnej, numer: **75 1130 1105 0005 2078 9520 0001** w terminie do **1 grudnia 2025 r.**

II. Pod uwagę będą brane oferty, które będą zawierać:

- Określenie nieruchomości z podaniem numeru działki,
- Imię i nazwisko bądź nazwę oferenta oraz miejsce zamieszkania lub siedzibę, a także podpisy osób upoważnionych do reprezentacji wraz z aktualnym odpisem z KRS lub ewidencji działalności gospodarczej,
- Oferowaną cenę netto, nie niższą niż cena wywoławcza za daną nieruchomość,
- Dowód uiszczenia wadium,
- Oświadczenie o zapoznaniu się przez oferenta ze stanem technicznym i prawnym przedmiotu oferty,
- Zobowiązanie kupującego do pokrycia wszystkich kosztów i opłat związanych z przeniesieniem własności nieruchomości.

III. Inne warunki:

- Kupujący zobowiązany będzie do poniesienia wszystkich kosztów i opłat związanych z przeniesieniem własności, w tym między innymi: zapłacenia podatku VAT, podatku od czynności cywilnoprawnych, opłaty notarialnej i sądowej.
- Oferent, którego oferta zostanie wybrana zobowiązany będzie do wpłacenia oferowanej ceny i do zawarcia umowy sprzedaży w terminie wyznaczonym przez syndyka, nie dłuższym niż jeden miesiąc od dnia zatwierdzenia wyboru oferty przez Sędziego Komisarza.
- Do zaoferowanej ceny doliczony zostanie podatek od towarów i usług w wysokości i na zasadach określonych w odrębnych przepisach.
- Wadium oferenta, którego oferta zostanie wybrana, zaliczone będzie na poczet ceny kupna, a wadium pozostałych oferentów zostanie zwrócone w terminie do 7 dni od dnia wybrania oferty - bez odsetek. Wadium oferenta, który nie zaoferuje ceny równej co najmniej cenie wywoławczej oraz wadium oferenta, którego oferta zostanie wybrana, a nie zapłaci oferowanej ceny w wyznaczonym przez syndyka terminie lub uchyli się od zawarcia umowy sprzedaży, przepada na rzecz Krośnieńskich Hut Szkła „KROSNO” S.A. w upadłości likwidacyjnej w Krośnie.
- Wybrana zostanie oferta oferenta, który zaoferuje najwyższą cenę, nie niższą niż cena wywoławcza.
- W przypadku zaoferowania przez kilku oferentów tej samej ceny, Sprzedający zastrzega prawo do kontynuowania wyboru nabywcy w formie aukcji pomiędzy oferentami, którzy wyrażą na to zgodę.
- Sprzedający zastrzega sobie prawo odstąpienia od sprzedaży do czasu otwarcia ofert bez podania przyczyn.
- Sprzedający może zmienić lub odwołać ogłoszenie i warunki przetargu do czasu upływu terminu do składania ofert.
- Wyboru oferty dokona syndyk, a wybór staje się prawnie skuteczny z chwilą zatwierdzenia przez Sędziego Komisarza.
- Unieważnienie przetargu nie powoduje naliczenia odsetek od wadium.
- Sprzedający zobowiązuje się do ustanowienia służebności przejazdu do sprzedawanych działek, a Kupujący zobowiązuje się do wykupu w przyszłości udziału w wyznaczonej drodze stanowiącej dojazd do sprzedawanych działek.
- Wydanie nieruchomości nastąpi po dokonaniu zapłaty w pełnej wysokości ceny sprzedaży, w ciągu dwóch miesięcy od dnia zawarcia umowy sprzedaży.
- W sprawach nieuregulowanych warunkami przetargu stosuje się przepisy Prawa upadłościowego oraz kodeksu cywilnego.

IV. Otwarcie, wybór i zatwierdzenie ofert nastąpi w dniu 2 grudnia 2025 r. o godz. 13:00 w siedzibie Sądu Rejonowego Wydziału V Gospodarczego w Krośnie przy ul. Wolności 3, sala nr 01.

Dodatkowe informacje o przedmiocie przetargu: tel. 604 997 493, 698 545 425, 604 469 455.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

600-033-733 Auta kupię za gotówkę.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów
montaż wkładów i nasad - 17 8623831

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

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

Usługi pogrzebowe

MEMORY, Rzeszów, Jagiellońska 21,
całodobowo 601491271, 17-853-29-22

Edukacja
w najwyższym stopniu
stronaedukacji.pl

Tak naprawdę człowiek jest sam w swoim życiu



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

Z ŻYCIA GWIAZD

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

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

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



W TELEWIZJI



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

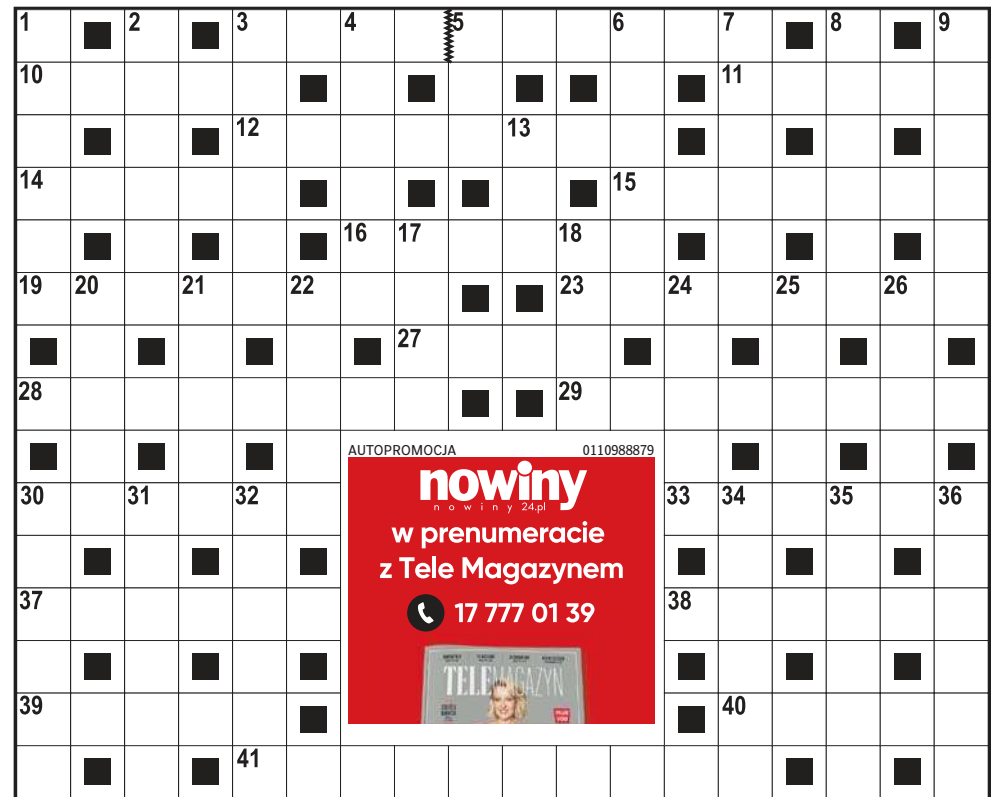
Sługi boże
Kino Polska, 20:00
Młoda Niemka rzuca się z wieży kościoła. Prowadzący śledztwo komisarz Warski (Bartłomiej Topa) nie jest zachwycony, kiedy do sprawy zostaje przydzielona policjantka Ana Wittesch (Julia Kijowska). Wkrótce przybywa także wysłannik Banku Watykańskiego, dr. Kuntz. Co łączy samobójstwo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

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

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

KRZYŻÓWKA NR 163

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



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

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

ROZWIĄZANIE NR 162

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

HOROSKOP

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

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

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

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

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

Hit w Madrycie i szansa Polaków

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

Ponadto rewelacyjnie spisujący się azerski Karabach Agdam z polskim bramkarzem zagra w hiszpańskim Bilbao, a Atalanta Bergamo z powracającym po kontuzji Nicolą Zalewskim podejmie u siebie czeską Slavię Praga.

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

strony niemieckiej Borussii Dortmund.

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

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



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

towała pięć remisów i porażkę.

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

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

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

Środowe mecze 3. kolejki fazy ligowej Ligi Mistrzów:

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

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

Żeglarstwo to szkoła życia

Rodzice, pedagogzy, nauczyciele głowią się, jak odciągnąć dzieci od laptopów i telefonów komórkowych. Stowarzyszenie Turystyczno-Sportowe „Róża Wiatrów” z Przemysła ma na to prosty patent. Stawia na różnorodność zajęć, samodzielność i aktywność fizyczną.

Przemyskie Stowarzyszenie Turystyczno-Sportowe „Róża Wiatrów” działa już od 11 lat. – To nie tylko nauka żeglownia, ale także forma wychowania, ponieważ żeglarstwo rozwija wiele cennych umiejętności społecznych. Zależy nam również na pokazaniu, że to dyscyplina dostępna dla każdego – niezależnie od sytuacji materialnej – podkreśla Agnieszka Kowaliw, prezes stowarzyszenia.

W październiku dwudziestoosobowa grupa młodych uczestników wzięła udział w szkoleniu żeglarskim na Jeziorze Solińskim. Uczestnicy zostali zakwaterowani w bazie na wyspie Energetyk w Polańczyku, gdzie wzięli udział w warsztatach zorganizowanych dzięki wsparciu programu „Sportowy ORLEN”.

Żeglarstwo to nie tylko aktywność fizyczna, ale



również cenna lekcja życia – uczy samodzielności, odpowiedzialności i rozwija umiejętności praktyczne. Zajęcia są otwarte także dla dzieci z niepełnosprawnościami. Instruktorzy z Przemysła mają duże doświadczenie w pracy z osobami niedoświadczonymi i niesłyszącymi, a także z wychowankami domów dziecka i ośrodków socjoterapeutycznych.

Trudno zliczyć wszystkich podopiecznych, którzy byli związani ze stowarzyszeniem.

– Tak naprawdę po 11 latach działalności trudno to podsumować, ale myślę,

że około 300 osób regularnie uczestniczyło w naszych zajęciach – dodaje pani prezes.

Ukoronowaniem treningów są rejsy po Bałtyku

Głównym celem stowarzyszenia nie jest zdobywanie punktów, miejsc i nagród, bo instruktorom nie chodzi wyłącznie o rywalizację sportową.

– Nie skupiamy się na zdobywaniu medali czy wysokich miejsc w krajowych, czy międzynarodowych rankingach. Naszym celem jest przede wszystkim stworzenie dzieciom przestrzeni

do udziału w żeglarstwie jako formie rekreacji, ale też narzędziu wychowawczym i profilaktycznym – wyjaśnia Agnieszka Kowaliw. – Za jeden z naszych największych sukcesów uważamy fakt, że już od sześciu lat możemy zabierać na rejsy po Bałtyku nawet siedmioletnie dzieci. Jest to możliwe dzięki wsparciu takich partnerów, jak ORLEN, który zapewnia nam pomoc finansową. Dzięki temu przez cały rok prowadzimy bezpłatne zajęcia żeglarskie, a najmłodsi mają możliwość trenowania w sekcji klasy Optymist – podkreśla.

Żeglarstwo często kojarzy się z romantyczną przygodą, jednak w rzeczywistości wymaga ono systematycznej pracy i intensywnych treningów. Fundacja „Róża Wiatrów” skupia się przede wszystkim na prowadzeniu zajęć teoretycznych z zakresu żeglarstwa, ale w jej ofercie znajdują się również warsztaty promujące zdrowy styl życia i prawidłowe odżywianie.

Jacek Podwyszyński jest instruktorem żeglarstwa od blisko 30 lat.

– Wyciągamy dzieci z domów, odciągamy od komputerów, telefonów i zaszczepiamy w nich żeglarstwo poprzez różnorodność zajęć – w tym instruktor widzi główną siłę działania stowarzyszenia.

– Jest to możliwe między innymi dzięki wsparciu ORLEN. W tym roku dzieci mają naprawdę bardzo rozbudowany wachlarz zajęć całorocznych. Bez programu „Sportowy ORLEN” nie byłoby to możliwe, bo żeglarstwo nie jest tanim sportem. Dzieci biorą udział w zajęciach bezpłatnie, co powoduje, że każdy może do nas przyjść i zapisać się do sekcji.

Na wodzie dzieci uczą się samodzielności

Z perspektywy 30 lat doświadczenia instruktora doskonale widzi pozytywny wpływ żeglarstwa na rozwój dzieci.

– Stają się bardziej samodzielne, bo zostając samotnie w małej łódce, muszą decydować o tym, co robią. Zgrupowania też temu sprzyjają, bo muszą sami sobie przygotowywać posiłki – wylicza. – Uczą się współpracy z innymi, pracując w grupie podczas przygotowania sprzętu. Wspólnie startują w regatach, co też pociąga za sobą naukę zasad fair play.

13-letni Kuba Kłusek trenuje od sześciu lat. Przyznaje, że choć samo żeglowanie jest dla niego naturalne, to regaty bywają wymagające.

– Czuję presję, bo liczy się czas i pozycja względem innych. Ale dzięki treningom potrafię nad tym zapanować – mówi. – Dużo ćwiczę poza zawodami, więc starty nie są już stresujące.

ORLEN ma wielki plus od rodziców

Anna Misiak-Zub, mama jednego z młodych żeglarzy, nie może nachwalić się pozytywnych efektów treningu żeglarskiego. – Zajęcia prowadzone są w formie zabawy, co świetnie trafia do dzieci. Atmosfera jest wesoła i przyjazna – mówi. – Żeglarstwo to kosztowna dyscyplina, a dzięki wsparciu Fundacji ORLEN nasze dzieci mogą rozwijać swoje pasje bez obciążeń finansowych. Jesteśmy za to bardzo wdzięczni.

SPORT

www.sportowy24.pl

Maciej Musiał całe życie wychodzi z cienia ojca. Do Stali ma duży sentyment

Kamil Górniak
sport@nowiny24.plPIŁKA NOŻNA | BETCLIC 2 LIGA.
Maciej Musiał przełamał własną klątwę debiutów, złą serię Stalówki także, a dodatkowo do hutniczego miasta ma ogromny sentyment.

W Stalowej Woli w latach 90-tych pracował Adam Musiał, ojciec obecnego szkoleniowca Stali. Osoby tego znakomitego piłkarza i szkoleniowca nie trzeba nikomu przedstawiać, a w hutniczym mieście już na pewno nie. Jego praca ze Stalą i gra w ekstraklasie została w pamięci kibiców na bardzo długie lata. Dla Macieja Musiała praca w Stalowej Woli będzie miała tym samym również sentymentalny wymiar, co jednocześnie będzie się wiązać z delikatną presją.

- Całe moje życie to jest wychodzenie z cienia ojca. Kopałem piłkę, to z tego cienia nie wyszedłem. Próbuje to robić teraz. To też będzie bardzo trudne, bo ojciec osiągnął dobre wyniki w najwyższej lidze. Natomiast nie ukrywam, że do Stalowej Woli zawsze był w domu sentyment, bo to jest miasto, gdzie ojciec, uważam, osiągnął bardzo dobry wynik w tym klubie. Ja też znałem to miasto sprzed trzydziestu lat, więc też tutaj przyjeżdżałem do taty. Znałem ten zespół, znałem tę drużynę, za czasów mojego

taty, więc też miałem sentyment do tego miasta. I nie ukrywam, że też łatwiej było mi podjąć tę decyzję, którą podjąłem. Jeśli chodzi o moją przygodę zawodniczą ze Stalą, to powiem tak, może nie do końca, ale dwa razy byłem z juniorami Stali na zgrupowaniu w tym czasie, jeszcze jako zawodnik oczywiście, więc powiedzmy, że nawet tam trochę liźnąłem tej stalowowskiej piłki - zaznaczył nowy coach „hutników”.

W Stalowej Woli nadal głośno nie mówi się o celach zespołu. Cały czas liczy się każdy kolejny mecz ligowy, a o tym, czy Stal będzie chciała się włączyć do walki o awans, zdecyduje miejsce w tabeli na koniec rundy. Awansem jak na razie nie zaprząta sobie głowy trener Musiał, bowiem na razie ma swój cel, jakim jest poprawa gry zespołu, uporządkowanie gry, stylu i strategii na kolejne pojedynki. Czas jednak pokaże, co będzie dalej i jak trzeba będzie sztykować się w zimie.

- Przede wszystkim chciałem się skupić na tym, żeby zespół zaczął lepiej grać w piłkę i wygrywać mecze. To jest klucz. Jeśli się stworzy taka realna szansa, to będziemy się otobili. To absolutnie z dwóch stron. Natomiast nie chcę za szybko mówić o pewnych rzeczach, bo jestem tu za krótko - zakończył szkoleniowiec Stali Stalowa Wola.

©©



Maciej Musiał udanie rozpoczął pracę przy Hutniczej. W niedzielę poprowadzi Stal w meczu z Sokołem Kleczew

KOLARSTWO

Zawodnik Azalii dwa razy na podium w przełajach
Mikołaj Klaczkowski (Smak Górno Poltino Azalia Brzózka Królewska) zajął 3. i 2. miejsce w I i II serii Pucharu Polski w kolarstwie przełajowym (w kategorii junior młodszy). W zawodach, które odbyły się w Kluczewsku k. Włoszczowej i w Kluczborku 14. i 6. pozycję w gronie żaków uzyskał Jędrzej Szczepanik. W I serii PP kategorię Elita kobiet wygrała Malwina Mul (Mat Atom Deweloper Wrocław), wychowanka Azalii. **tor**



FOT. SEBASTIAN KLACZKOWSKI

PIŁKA NOŻNA

Stal może być liderem
Dziś na Podkarpaciu odbędą się dwa mecze. W OPP (półokręgi Dębica i Rzeszów, 1/4 finału): Smocznica Mielec - Stal II Rzeszów (g. 15.30). 4. liga (zaległy): KS Wiązownica - Stal Łańcut (g. 18).

Ekipa na środek tabeli. Texom Stal gruntownie przebudowana

Marek Bluż
sport@nowiny24.pl

ŻUŻEL | METALKAS 2. EKSTRA-LIGA. Texom Stal Rzeszów zaprezentowała drużynę na sezon 2026 w rozgrywkach Metalkas 2. Ekstraligi. Ze starego składu pozostali tylko juniorzy i menedżer Paweł Piskorz.

Drużyna została kompletnie przebudowana. Pełno w niej nowych zawodników. Kibice odechnęli, że wreszcie zdecydowano się ogłosić nazwiska żużlowców, którzy ścigać się będą z plastronem Żurawia i generalnie przychylnie przyjęli nowy team, bo zdawali sobie sprawę, że szafa to nie będzie. Oczywiście są mniej lub bardziej zadowoleni. Zbudowany zespół nie jest tak mocny, żeby łudzić się, że może walczyć o awans. To stabilna konstrukcja zwłaszcza - jak się zapowiada i oczekuje - z możliwością wzmocnienia formacji młodzieżowej na czwarte/piąte miejsce w tabeli na zapleczu PGE Ekstraligi. Oby także stabilna była sytuacja finansowa klubu. Skoro jednak skompletowano taką drużynę, która pewnie nie będzie wiele tańsza od tej z sezonu 2025, to opierano się na realnym budżecie.

Liderami nowej ekipy będą Duńczyk Rasmus Jensen, jeżdżący przez ostatnie 3 lata w Fałubazie Zielona Góra oraz Oskar Fajfer, który przenosi się z także ekstraligowca Stali Gorzów. Wspierają ich będą do-



FOT. TEXOM STAL RZESZÓW/FACEBOOK

W Rzeszowie skompletowano dosyć solidny zespół, który, realnie oceniając siły, w rozgrywkach Metalkas 2. Ekstraligi powinien walczyć o czwarte - piąte miejsce

świadczeni - Andreas Lyager, rodak Jensena, oraz Mateusz Szczepaniak, który ostatni sezon spędził w Tamowie.

Na pozycji U24 rywalizować będą: będą Krzysztof Sadurski (poprzednio Polonia Piła) i Anders Rowe (Moonfin Malesa Ostrów, Wielka Brytania), który startował w rzeszowskim zespole w 2023 roku.

Formację juniorską tworzy - na razie - czterech zawodników: Franciszek Majewski oraz wychowankowie: Adrian Przybyło,

Patryk Surowiec i Kryspin Jarosz. Dołączy do nich jeszcze jeden zawodnik i to raczej nie będzie Antoni Mencil z Unii Leszno, bo bliżej mu do PSŻ Poznań. Są także inni dwaj kandydaci. Menedżerem drużyny, która była kompletowana już podczas trudnej sytuacji na rynku, ale z uwzględnieniem charakterów zawodników, zwłaszcza waleczności, jest Paweł Piskorz.

Gdzie trafili żużlowcy z kadry 2025? Marcin Nowak i Jacob Thorssell do Orła Łódź, Keynan

Rew Unii Leszno, Tai Woffinden Moonfin Malesy Ostrów, Paweł Przedpeński do Stali Gorzów (Rada Miasta poręczyła kredyt umożliwiający uzyskanie przez Stal licencji PZM na start w PGE Ekstralidze 2026), Nicolai Klindt, David Bellego i Wiktor Rafalski szukają klubu.

Kadra Texom Stali 2026:
seniorzy: Rasmus Jensen; Anders Lyager; Oskar Fajfer; Mateusz Szczepaniak. **U24:** Anders Rowe; Krzysztof Sadurski. **juniory:** Franciszek Majewski; Adrian Przybyło; Kryspin Jarosz; Patryk Surowiec. ©©

DevelopRes i Ita Tools Stal zaczną na wyjeździe

Marek Bluż
sport@nowiny24.pl

SIATKÓWKA | PUCHAR POLSKI. Znamy zestaw par 1/8 finału Tauron Pucharu Polski siatkarek oraz pary ćwierćfinałowe Tauron Pucharu Polski siatkarzy.

Drużyny Tauron Ligi, do których dołączyły cztery kluby wyłonione w trzech wcześniejszych fazach, rozpoczną pucharową rywalizację od czwartej rundy. KS DevelopRes Rzeszów, obrońca trofeum, zagra z dru-

żyną z niższych lig, podobnie jak Ita Tools Stal Mielec, Chemik Police, Eco Harpoon Nowel LOS Nowy Dwór Mazowiecki. W innych meczach ŁKS Commercecon Łódź zagra z PGE Budowlanymi Łódź, Metalkas Pałac Bydgoszcz z Sokołem & Hagric Mogilno, a #VolleyWrocław z UNI Opole. Mecze 1/8 PP zostaną rozegrane 17 grudnia. Zarówno rzeszowianki, jak i mielczanki wystąpią na boiskach rywalów. Turniej finałowy zaplanowano na 7-8 lutego 2026 roku.

W ćwierćfinałach Tauron Pucharu Polski siatkarzy zagra sześć

najlepszych drużyn PlusLigi na półmetku rundy zasadniczej oraz dwie z wcześniejszych rozgrywek, które rozpoczęły się kilka dni temu i jeszcze daleko do ich rozstrzygnięcia, stąd trudno przewidzieć, jakie ekipy przez nie przebrną do ćwierćfinałów, także PlusLiga dopiero wystartowała. Wiadomo jednak, że lider PlusLigi na półmetku zmierzy się z zespołem z kwalifikacji, podobnie jak zespół, który po 13 kolejkach zajmie czwartą pozycję. W dwóch pozostałych spotkaniach drużyna z trzeciego miejsca w PlusLidze

zmierzy się z rywalem szóstego, a wicelider - z piątą. Zwycięzcy tych meczów pojadą na turniej finałowy, który 10 i 11 stycznia 2026 rozegrany zostanie w Krakowie. Trzeba mieć nadzieję, że w tym gronie znajdzie się Asseco Resovia. Trofeum broni Jastrzębski Węgiel, który w finale pokonał 3:1 Wartę Zawiercie.

W trwających eliminacjach uczestniczą Karpaty Krosno, które w drugiej rundzie pokonały na wyjeździe MKS Kraśnik 3:0, a w trzeciej - 12 listopada - zmierzą się w Łodzi z Boat. Systems Resursa. ©©