Iran straszy w cieśninie Ormuz.
Rozmowy ostatniej szansy w Genewie **str. 7**

FOT. AFP/EAST NEWS

Najbardziej nietypowe objawy raka, które zaskakują nawet lekarzy. Na co musisz uważać? Str. 9

STRONA ZDROWIA

Środa
18.02.2026
Nr 40

Gazeta WROCŁAWSKA

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

Polscy medaliści mogą liczyć nie tylko na prestiż, ale także na wielkie pieniądze oraz bonusy **str. 15**

FOT. PAP/GRZEGORZ MOMOT

Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek zdobyli srebrny medal w konkursie duetów w skokach **str. 15**

O saneczkarzach rozmawiamy z trenerem z Przemysławem Pochłodem **str. 16**

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

WROCŁAW
Grzegorz Braun w prokuraturze **str. 6**

BRUKSELA

Droga dla miliardów euro na uzbrojenie otwarta. Gotowe plany inwestycyjne

Państwa członkowskie UE zatwierdziły we wtorek plan inwestycyjny Polski w ramach programu obronnego SAFE. Na polskiej liście znalazło się 139 projektów.

Decyzja ta kończy proces zatwierdzania polskiego planu przez UE. We wtorek zatwierdzono także plany: Estonii, Grecji, Włoch, Łotwy, Litwy, Słowacji i Finlandii.

Program SAFE przewiduje łącznie 150 mld euro wsparcia w postaci nisko oprocentowanych pożyczek na zakupy sprzętu wojskowego, w dużej mierze produkowanego w Europie. Program ma wspierać państwa UE we wzmacnianiu ich potencjału obronnego, a także zmniejszać ich uzależnienie od uzbrojenia z USA.

Czytaj str. 6

Nr ISSN 2353-6152 Nr indeksu 350-206

ZIMA 70-LATKA POŚLIZGNĘŁA SIĘ NA OBLODZONEJ DRODZE I USZKODZIŁA KRĘGOSŁUP

Empatia pilnie potrzebna!

To mogło przytrafić się każdemu, bo tej zimy chodniki są często bardzo śliskie. Wrocławianka miała pecha, gdy upadła. Czy kolejowa spółka jej pomoże?

Karolina Kwiatek
Wrocław

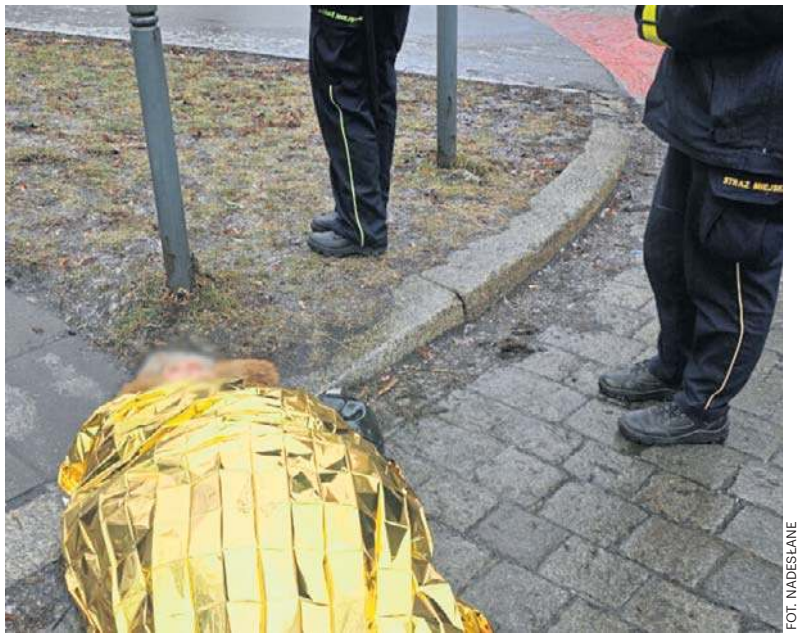
Kobieta trafiła do szpitala z obrażeniami głowy, kręgosłupa i narządów wewnętrznych. Pech podwójny, bo poślizgnęła się w miejscu pod zarządem kolejowej spółki. Liczymy na to, że ludzie z firmy okażą życzliwość i pomogą w leczeniu.

Potrzeba wielu tygodni, by nasza 70-letnia Czytelniczka stanęła na własne nogi. Kobieta musi przejść długą rekonwalescencję po tym, jak 5 lutego poślizgnęła się na oblodzonej drodze przy ul. Suchej we Wrocławiu. Pani Danuta miała ogromnego pecha. Upadła, uderzając głową i plecami o ziemię.

– Nie doszłam zbyt daleko od przystanku autobusowego – opowiada nam podczas rozmowy. – Runęłam całym ciałem na chodnik. Później czekałam na karetkę. Leżałam na ziemi 1,5 godziny – dodaje nasza rozmówczyni.

Pani Magdalena, córka poszkodowanej 70-latki, była wówczas ze swoją mamą. Opowiada, że nie można było podnieść rannej seniorki, ponieważ wszyscy obawiali się (w tym strażnicy miejscy, którzy zostali z obiema kobietami do czasu przyjazdu ambulansu), że w ten sposób mogliby uszkodzić jej kręgosłup. I mieli rację.

W szpitalu okazało się kobieta ma nie tylko uraz szyjnego, piersiowego i lędźwiowego odcinka kręgosłupa, ale i głowy. Dodatkowo, leżenie na zimnych i mokrych kamieniach odbiło się na stanie jej nerek. Z kolei wyniki badań, które zostały wykonane na Szpitalnym Oddziale Ratunkowym, wskazują, że na płucach 70-letniej pacjentki powstał pęcherzyk.


FOT. NADESŁANE

Strażnicy miejscy zadbali o starszą panią i czekali na ratowników

Dlaczego pani Danuta musiała czekać na pomoc aż półtorej godziny? Wszystko wskazuje na duże obłożenie karetek. Jej córka opowiada nam, że ambulans był wzywany trzy razy, ale to dopiero interwencja jednego z przejeżdżających kierowców – byłego ratownika medycznego – przyniosła skutek.

– Teraz cały czas jestem na tabletkach przeciwbólowych. W czwartek (12 lutego – red.) lekarz przepisał mi mocniejsze leki. Muszę brać po trzy kapsułki co dwie godziny, bo to jest straszny ból. Tak będzie przez najbliższe sześć tygodni. Później mam kontrolę i okaże się, co dalej – opowiada pani Danuta.

Pani Magdalena przyznała nam, że próbuje dowiedzieć się, do kogo należy oblodzony fragment, na którym poślizgnęła się jej mama. Bez tego seniorka nie będzie w stanie skorzystać z ubezpieczenia, polisy pokrywającej koszty prywatnego leczenia, a bardzo jej na tym zależy. Od lekarki miała usłyszeć, że czas oczekiwania na badania wykonywane ze środków NFZ to nawet rok.

I tu jest kolejny problem. Pani Magdalena szukała informacji m.in. w urzędzie miejskim, jednak – jak twierdzi nasza rozmówczyni – nikt nie znalazł czasu, żeby zweryfikować, kto odpowiada za utrzymanie tego terenu. Chodzi o zjazd z drogi publicznej, który przedziela chodnik przy ulicy Suchej 10-12 we Wrocławiu.

– Każdy mnie przekierowywał. Mówili tylko, że miejsce wypadku nie należy do nich i że mam szukać dalej – żali się nam podczas rozmowy.

Skontaktowaliśmy się z przedstawicielami Urzędu Miejskiego we Wrocławiu, żeby dowiedzieć się, kto powinien zadbać o to, by mimo ślizgawicy dało się przejść przez ten fragment drogi. Michał Guz poinformował nas, że zgodnie z art. 30 ustawy o drogach publicznych: „utrzymywanie zjazdów, łącznie ze znajdującymi się pod nimi przepustami, należy do właścicieli lub użytkowników gruntów przyległych do drogi".

– Z przedstawionych zdjęć jednoznacznie wynika, że pani wywróciła się w obszarze, który jest zjazdem z drogi publicznej na teren PKP – mówi Michał Guz z biura prasowego Urzędu Miejskiego we Wrocławiu.

Z naszych ustaleń wynika, że w tym przypadku chodzi o kolejową spółkę. Córka poszkodowanej miała nawiązać z nią kontakt. Mamy nadzieję, że spotka się z życzliwością i będzie można bez zwłoki uruchomić polisę, aby ubezpieczyciel pokrył koszty prywatnego leczenia.

Co mogą zrobić osoby, które znalazły się w podobnej sytuacji? Okazuje się, że wówczas warto skontaktować się ze spółką Ekosystem, która odpowiada za zimowe utrzymanie dróg i chodników we Wrocławiu.

– Można zapytać, czy dane miejsce leży w zakresie zadań wykonawców działających w imieniu Miasta Wrocław. Ważne jest, by umieć precyzyjnie wskazać lokalizację. Najlepiej poprzeć zgłoszenie wysłaniem bardzo dokładnej fotografii miejsca lub mapki z „pinezką". W przypadku dróg i chodników często samo podanie adresu nie wystarcza do stuprocentowej identyfikacji – informuje nas Michał Guz.

eprasa.pl 7d79455323

Jutro w naszej gazecie
Pod paragrafem

Jesienią 1946 r. w drodze z Gdyni do Świnoujścia doszło do pierwszej po wojnie katastrofy w Polskiej Marynarce Wojennej. Zginął marynarz

AUTOPROMOCJA 0011227934

Zamów **prenumeratę**
Gazeta Wrocławska 71 727 62 37
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gazetawroclawska.pl

Beata Busz
publicystka

PIERWSZA DAMA TEŻ MA PRAWO DO GŁOSU

Nie milkną echa wywiadu udzielonego przez pierwszą damę dziennikarce stacji TVN24. W mediach społecznościowych szybko zarysowały się dwa obozy. Prawicowi politycy zaklinali rzeczywistość i wrzucali na swoich profilach jedynie słuszne fragmenty rozmowy, chwaląc odpowiedzi Marty Nawrockiej. Z kolei druga strona politycznej sceny prezentowała zgoła skrajne opinie o jej występie: żenada, dramat.

Najwięcej emocji wzbudziły kwestie światopoglądowe. Nawrocka została zapytana o in vitro. I tutaj odpowiedź mogła zaskoczyć: - Zaszłam naturalnie w ciążę, urodziłam zdrowe dzieci i nie mierzyłam się z tym problemem i nie ograniczałabym drugiemu człowiekowi tego prawa - deklarowała. Jednak dalej zaskoczenia nie było. Zapytana o rolę państwa w finansowaniu in vitro, ucięła: - Proszę inny zestaw pytań.

Została też poproszona o opinię na temat prawa aborcyjnego. - Ja przede wszystkim jestem za życiem. Moja historia życiowa o tym opowiada, bo jako młoda dziewczyna zaszłam w ciążę i stałam przed wyborem. Ze względu na swoją wiarę i wsparcie rodziny, które miałam, urodziłam - mówiła. Z kolei na pytanie, czy zgadza się z obowiązującym porządkiem prawnym (dopuszczającym aborcję w przypadku zagrożenia życia kobiety oraz ciąży będącej wynikiem gwałtu), nie odpowiedziała. Zapadła niezręczna cisza.

W komentarzach zarzucano Marcie Nawrockiej brak swobody przed kamerą. Pisano, że nie dorównywała poziomem obytej w telewizyjnym studiu dziennikarce. Że nie była dość elokwentna. Te same feministki, które przez 10 lat panowania poprzedniej pierwszej damy krzyczały: „Agato, powiedz coś!”, teraz nakazały Nawrockiej milczenie. Grubo. Bo przecież każdy ma prawo głosu.

Na koniec chciałabym zaznaczyć, że moim zdaniem pierwsza dama wypadłaby znacznie lepiej, gdyby zamiast prezentowania jedynie słusznej linii partii stojącej za plecami jej męża, mówiła odważnie to, co myśli. I nie bała się głosić swoich poglądów.

Opłaca się bardzo mocno tym zainteresować. Wydaje się, że takiej ceny, jak teraz nigdy później już nie będzie, zwłaszcza w czasach pokoju

Wojciech Balczun, minister aktywów państwowych o inwestycjach w Ukrainie

Nie ma dobrego schroniska dla zwierząt bez wolontariuszy

Monika Fajge
Wrocław

Rozmowa z Aleksandrą Cukier, dyrektorką Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt we Wrocławiu

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Aleksandra Cukier: - Musimy być czujni. Naszą misją jest znaleźć naszym podopiecznym odpowiednie domy z kochającymi opiekunami

Schroniska powinny być dla bezdomnych czworonogów tymczasowym domem, jednak wiele jest dla psów miejscem kaźni. Lata temu głośno było o „patoschronisku” w Radysach, potem były Wojtyszki, teraz mamy Sobolew, gdzie psy były bite, głodzone, mordowane. Sprawa wyszła na jaw, mordownię udało się zamknąć, psy uratować. Kilka trafiło do Wrocławia. W jakim są stanie?

Przyjęliśmy 10 psów z Sobolowa. Zgłosiliśmy chęć pomocy, ponieważ mieliśmy taką możliwość i miejsce. Psy trafiły do nas w nocy 25 stycznia. Nie były niedożywione, za to bardzo boją się ludzi. W tej dziesiątce są dwa psiaki, które nie szukają z człowiekiem żadnego kontaktu, wręcz unikają nas jak ognia. Inne są bardzo wylewna, ale naszym zdaniem są to psy, które nie chodziły na regularne spacery, nie są obyte ze światem. Wszystko jest jednak do przepracowania. Już widzimy efekty naszej pracy, bo staramy się tym zwierzakom poświęcać jak najwięcej czasu.

Schronisko ma dać bezdomnemu zwierzęciu nie tylko dach nad głową, ale i opiekę, poczucie bezpieczeństwa. Tymczasem psy z Sobolewa boją się człowieka. Tam przecież funkcjonowało schronisko. Jak to się stało, że schroniskiem było tylko z nazwy?

Sytuacja z Sobolewa, to, że dzieje się tam źle, przewijała się przez internet przez lata. Były zastrzeżenia, choćby dotyczące tego, że w Sobolewie nie funkcjonował wolontariat. Moim zdaniem, wolontariat to podstawa jeśli chodzi o pracę schroniska dla zwierząt, zawsze to powtarzam. Nie ma dobrego schroniska bez wolontariatu. We wrocławskim schronisku mamy obecnie około 70 wolontariuszy, ale chcemy, żeby było ich jeszcze więcej. Wolontariusze to dla nas ogromna pomoc. Nasze schronisko ma pod opieką około 400 psów i kotów. Pracownicy (nie jest ich wielu) nie są w stanie poświęcić zwierzętom tyle czasu, ile potrzeba. To niewykonalne. Dlatego wolontariusze są kluczowi. To oni wyprowadzają psy na dłuższe spacery, bawią się z nimi, socjalizują, spędzają czas z kotami. To wszystko wymaga czasu, którego pracownikom schroniska często brakuje.

Schronisko we Wrocławiu jest dowodem na to, że można podchodzić do zwierząt z empatią i troską, że psy mogą być socjalizowane, wybiegane, zaopiekowane. Jak to się robi?

Schronisko to ludzie.Praca w schronisku jest naprawdę ciężka. Często słyszę opinie, że „przyjemna praca, bo bawimy się z psami”. Niestety, nie do końca tak to wygląda. Praca w schronisku jest wymagająca fizycznie, wyczerpująca, do tego mocno emocjonalna. Opiekujemy się różnymi zwierzętami, wiele odbieramy podczas interwencji z koszmarnych warunków, często musimy toczyć sądowe batalie o te zwierzęta. Znalezienie odpowiedniej rodziny adopcyjnej dla psa czy kota też nie jest łatwe.

Ile zwierząt udaje Wam się wyadoptować w ciągu roku?

Dużo. W ubiegłym roku przyjęliśmy ponad 1300 kotów i ponad 800 psów (obecnie w schronisku przebywa około 190 psów i prawie 200 kotów). Wydanie zwierzęcia do adopcji nie jest łatwym zadaniem, bo nie każda osoba, która do nas przychodzi przemyślała decyzję o adopcji. Najgorszą sytuacją kryzysową, zarówno dla pracownika, wolontariusza, jak i samego psa czy kota, jest powrót zwierzęcia do schroniska. Dlatego musimy być czujni. Naszą misją jest znaleźć naszym podopiecznym odpowiednie, kochające domy.

Zimą wiele schronisk organizuję akcję „Mrozy”. Schroniska szukaj, na czas zimy, domów tymczasowych dla psów. Wasze schronisko takiej akcji nie organizuje. Dlaczego?

W akcji biorą udział przede wszystkim schroniska, które nie mają ogrzewanych pawilonów. My mamy. Tylko niewielka grupa naszych psów spędza zimę w budach, a te są dobrze zabezpieczone przed mrozem. Poza tym, nie chcieliśmy ryzykować zwrotów zwierząt do schroniska. Dla wielu psów to bardzo trudne. Tym bardziej, że duża część naszego stada to psy oddane przez właścicieli, wiele psów ma problemy behawioralne. Nie chcemy ich narażać na kolejny stres. Chcemy, żeby trafiły do fajnych miejsc, w których zostaną na zawsze.

Zanim pies znajdzie dom, jak wygląda jego dzień w schronisku?

Staramy się, żeby nasze psy miały pewną rutynę. Jest czas karmienia, czas odpoczynku, czas spacerów. Zwierzęta karmimy rano. Część znajduje się w izolatkach, są w trakcie leczenia, więc czasem musimy odstąpić od podania karmienia, bo np. będą miały wykonywane badania, albo zabieg. Niektóre mają zabiegi ortopedyczne poza schroniskiem, więc musimy je zawieźć na miejsce, a potem przywieźć. Po karmieniu jest czas na czyszczenie bud i kojców, wymianę kocyków. Potem psy wychodzą na wybiegi i spacery. Oczywiście w ciągu dnia zawsze może się coś wydarzyć, np. pies się źle poczuł i potrzebna jest konsultacja weterynarza. W schronisku zatrudnionych jest 30 osób, plus osoby, które pomagają nam dorywczo w ramach umów cywilno-prawnych. Mamy czterech lekarzy weterynarii, którzy zawsze mają ręce pełne roboty. Wszystkie zwierzęta kastrujemy i sterylizujemy zanim trafią do adopcji, więc zabiegów też jest bardzo dużo. Niedawno z jednego mieszkania odebraliśmy 46 zaniedbanych kotów, pracy jest naprawdę mnóstwo. Pod koniec dnia niektóre zwierzęta dostają kolejną porcję jedzenia, bo są takie zwierzaki, które muszą dojadać lub wolą jeść wieczorami. W międzyczasie odwiedzają nas klienci, którzy chcą adoptować psa czy kota, są spacery zapoznawcze. Cały czas coś się dzieje, nigdy nie wiemy, co przyniesie dzień.

A co jest teraz najbardziej potrzebne? Czego potrzebują Wasi podopieczni?

Rola darczyńców jest kluczowa, muszę przyznać, że tej zimy są dla nas naprawdę łaskawi. Zostaliśmy zaopatrzeni w dużą ilość koców i legowisk. Jeśli ktoś chce nam pomóc, to zawsze chętnie przyjmiemy dobrej jakości mokrą karmę dla psów i kotów. Najważniejsze jednak są adopcję. Nasze zwierzęta czekają na dobre, kochające, dożywotnie domy.

eprasa.pl 7d79455323

nasz REGION

JELENIA GÓRA
Nowym starostą powiatu karkonoskiego został Mirosław Górecki. Do wyboru doszło po odwołaniu Krzysztofa Wiśniewskiego. To efekt tarć w łonie lokalnych struktur Koalicji Obywatelskiej.

LEGNICA
Osłabiony i zmarznięty myszołów trafił do ośrodka rehabilitacji dzikich zwierząt w Raczkowej koło Legnicy. Ptak został zauważony na parkingu jednej z firm. Wraca już do formy po nakarmieniu.

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

WROCŁAW
Michał Jaros ogłosił, że będzie się ubiegać o ponowny wybór na stanowisko przewodniczącego dolnośląskich struktur Koalicji Obywatelskiej. Obecnie pełni funkcję wiceministra rozwoju i technologii. Jest posłem.

KRÓTKO

WROCŁAW

Seria podpaleń na działkach

Od początku roku w dwóch sąsiadujących ogrodach ROD Storczyk i ROD Maciejka na wrocławskim Ołtaszynie spłonęło sześć altan. Niemal wszystkie pożary wybuchały po zmroku. Ale ostatni przypadek z 10 lutego szczególnie zaniepokoił działkowców, bo altana spaliła się o godz. 8 rano. Altany w wielu przypadkach spłonęły doszczętnie, do fundamentów. Straty są poważne. - Dzisiaj wybudowanie drewnianej altany, w najprostszym wariancie i własnymi siłami, to koszt około 10 tysięcy złotych. W środku spalonych altan były narzędzia, kosiarki. Łączne straty po sześciu pożarach można szacować na ponad 100 tysięcy złotych – wylicza prezes ROD Storczyk. Jego zdaniem, nic nie wskazuje na to, że do pożarów przyczyniają się osoby bezdomne, korzystające z altan podczas zimy. Sprawą zajmuje się policja. Funkcjonariusze potwierdzają, że altany podpalane są z premedytacją.
Konrad Bałajewicz

AUTOSTRADA

Zima zaatakowała na A4

FOT. POLICJA

Opady śniegu spowodowały serię kolizji i wypadków na autostradzie A4, rozpoczętą po południu w poniedziałek i trwającą przez cały wtorek. Rano w okolicy Bolesławca ciężarówka z powodu trudnych warunków atmosferycznych wpadła w poślizg i przewróciła się na bok. RED

PIESZYCE

Podczas kłótni zabił nożem żonę

Podczas kłótni 45-letni mężczyzna zadał kilkanaście ran nożem swojej 44-letniej żonie. Byli w trakcie rozwodu. Do tragedii doszło 13 lutego. Mężczyzna przyszedł do mieszkania zajmowanego przez żonę, mimo że wcześniej sąd nakazał mu opuścić wspólny lokal. Kobieta mieszkała sama. Doszło do kłótni na tle wzajemnych rozliczeń finansowych. Po zadaniu ciosów w okolice klatki piersiowej, szyi i rąk, sam wezwał policję i pogotowie ratunkowe. W swoich wyjaśnieniach starał się pomniejszać swoją winę i wykazywać, iż przyczyną kłótni była agresja ze strony żony. Sąd zdecydował o jego aresztowaniu na trzy miesiące, grozi mu dożywocie. Konrad Bałajewicz

Zapewnią kompleksową opiekę medyczną dla dzieci

Konrad Bałajewicz
Wrocław

Za Uniwersyteckim Szpitalem Klinicznym przy Borowskiej trwa budowa Zintegrowanego Centrum Pediatrycznego. Ma być największym w regionie ośrodkiem opieki nad dziećmi.

KONCEPCJA ARCHITEKTONICZNA: EWA BARSKA

Centrum powstanie w nowym budynku przy ul. Borowskiej 213, w sąsiedztwie Kliniki Transplantacji Szpiku, Onkologii i Hematologii Dziecięcej

Nowoczesny budynek centrum pediatrii we Wrocławiu powstaje na tyłach USK przy ul. Borowskiej 213, obok Przylądka Nadziei. Nowoczesne wyposażenie i wyspecjalizowana kadra medyczna ma pozwolić na wszechstronną opiekę pediatryczną w jednym miejscu.

- To będzie kompleksowe centrum pediatryczne, gdzie w jednym budynku znajdą się wszystkie niezabiegowe kliniki dziecięce - mówi nam dr Tomasz Pytrus, kierownik Kliniki Pediatrii, Gastroenterologii i Żywienia Uniwersyteckiego Szpitala klinicznego we Wrocławiu. - To nowa koncepcja centrum pediatrycznego. Ponad 60 proc. hospitalizacji będzie w trybie jednodniowym, a pobyty stacjonarne będą dotyczyły dzieci, które z powodów medycznych nie mogą być leczone w takim trybie.

Dodaje, że poza oddziałem stacjonarnym jednodniowym, w budynku Uniwersyteckiego Centrum Pediatrycznego znajdą się wszystkie poradnie specjalistyczne oraz zaplecze diagnostyczne.

Do Zintegrowanego Centrum Pediatrycznego przeniesione zostaną kliniki działające obecnie w zabytkowym kampusie przy ul. Curie-Skłodowskiej. Dotychczasowa, rozproszona baza klinik wiąże się z koniecznością utrzymywania wielu budynków, które wymagają ciągłych remontów oraz dublowania niezbędnego sprzętu medycznego.

Inwestycja pozwoli na rozszerzenie działalności USK o dziedziny, których dotychczas kliniczna pediatria we Wrocławiu nie miała. To: dziecięca kardiologia interwencyjna, neurologia pediatryczna, obszar chorób rzadkich. Rozwijany będzie tu także obszar pediatrii metabolicznej i genetyki klinicznej.

Budynek będzie mieć cztery kondygnacje naziemne i jedną podziemną. Zaplanowano 136 wieloprofilowych łóżek, kilkadziesiąt specjalistycznych poradni, pracowni diagnostycznych i oddział obserwacyjno-zakaźny. W Zintegrowanym Centrum Pediatrycznym będzie też szkoła i miejsce do wypoczynku.

- Budowa postępuje zgodnie z planem. Nie przewidujemy opóźnień. Komitet sterujący spotyka się raz w miesiącu i na bieżąco monitorujemy postęp prac. Obecnie trwają wykopy i budowa pierwszych fundamentów – mówi dr Tomasz Pytrus.

W tym roku planowane jest wzniesienie budynku w stanie surowym zamkniętym. W przyszłym roku będą prowadzone prace związane z wykończeniem wnętrz i wyposażeniem obiektu. Uniwersyteckie Centrum Pediatryczne ma być gotowe w czerwcu 2028 roku. Jeszcze przed końcem 2028 przyjęci mają zostać pierwsi pacjenci.

Budowę realizuje firma PORR, jej wartość to 223 mln zł.

Jutro debata o bezpieczeństwie młodzieży

Alina Gierak
Jelenia Góra

Po tragicznej śmierci 11-letniej Danusi, zamordowanej przez inną uczennicę, mieszkańcy chcą dyskutować o potrzebnych zmianach.

19 lutego o godz. 16 rozpocznie się w Jeleniej Górze debata dotycząca bezpieczeństwa dzieci i młodzieży, edukacji psychologicznej oraz kształtowania postaw i wartości. To bezpośrednia odpowiedź na jeden z postulatów zaprezentowanych podczas Marszu Ciszy, który przeszedł 24 stycznia ulicami Jeleniej Góry. Organizatorem debaty jest jeleniogórski samorząd. Wezmą w niej udział osoby, instytucje i organizacje zajmujące się pracą z młodymi ludźmi, edukacją, bezpieczeństwem, wsparciem i wszelkimi aspektami dotyczącymi spraw dzieci i młodzieży.

Debata podzielona będzie na dwie części. W pierwszej części będzie miała charakter rozmów panelowych, zaś w drugiej - otwartej dyskusji z pytaniami od publiczności.

FOT. ALINA GIERAK

Debata to jeden z postulatów Marszu Milczenia, zorganizowanego w mieście po śmierci 11-latki

eprasa.pl 7d79455323

Uwaga! Pod Narodowy Fundusz Zdrowia podszywają się oszuści

Monika Fajge
Wrocław

Internetowi oszuści oferują „refundację świadczeń medycznych". - To próba wyłudzenia danych oraz kradzieży pieniędzy! - ostrzega dolnośląski oddział NFZ.

Po oszustwach „na policjanta" i „na wnuczka" czy podszywania się pod skarbówkę, przyszedł czas na Narodowy Fundusz Zdrowia. Internetowi oszuści nie śpią.

- Podszywają się pod pracowników Funduszu, wykorzystując bezprawnie logo NFZ i obiecują rzekomą refundację świadczeń medycznych. To próba wyłudzenia danych Twojej karty płatniczej oraz kradzieży pieniędzy - ostrzega Anna Szewczuk-Łebska, rzecznik prasowy wojewódzkiego oddziału NFZ we Wrocławiu.

Oszuści wysyłają wiadomości e-mail, rzekomo od NFZ, zatytułowaną: „NFZ zwraca koszty za...", „Zwrot kosztów...". W treści wiadomości nadawca informuje o rzekomym zwrocie kosztów za np.: leki kupione w aptece, zakup okularów korekcyjnych, zlecenia na wyroby medyczne, leczenie za granicą.

„Mechanizm ataku jest prosty i ma na celu uśpienie Twojej czujności" - ostrzega NFZ.

Wiadomości są wysyłane z fałszywego adresu e-mail (np. info@tehrad.io), który mimo dopisku „NFZ", nie ma nic wspólnego z oficjalną domeną Funduszu. Zawierają też oficjalne logo NFZ oraz numer telefonu „infolinii", co ma uwiarygodnić oszustwo. Warunkiem rzekomego otrzymania pieniędzy od NFZ jest otworzenie pliku z załącznika lub kliknięcie w link do formularza. To próba wyłudzenia danych i pieniędzy!

Narodowy Fundusz Zdrowia nie wysyła e-maili z ofertą refundacji i nigdy nie prosi o podanie numeru karty płatniczej ani danych do logowania w bankowości elektronicznej.

Nie klikaj linku, który pojawia się w wiadomościach e-mail z rzekomą ofertą refundacji i nie przekazuj danych w formularzu, bo stracisz pieniądze i wrażliwe dane.

Gajowicka jednokierunkowa przez najbliższe półtora roku

Konrad Bałajewicz
Wrocław

W sobotę Wrocławskie Inwestycje rozpoczynają przebudowę Gajowickiej. Oznacza to duże utrudnienia dla kierowców. Do połowy przyszłego roku ulica będzie jednokierunkowa.

21 lutego na ulicy Gajowickiej zostaną wprowadzone zmiany w organizacji ruchu. Kierowcy na odcinku od ul. Zaporoskiej do al. Hallera (1,3 km) będą mogli jeździć wyłącznie w stronę al. Hallera. Dojazd w kierunku centrum miasta poprowadzony zostanie objazdem przez Hallera, Mielecką, Kruczą i Zaporoską. Skrzyżowanie Mieleckiej, Stalowej i Kruczej objęte zostanie tymczasową sygnalizacją świetlną, na czas przebudowy Gajowickiej.

Zmiany dotyczą także autobusów MPK Wrocław:

- Linie autobusowe 124, 134 - w obu kierunkach pojadą przez Kruczą i Stalową, bez obsługi przystanków na Grochowej.

FOT. WROCŁAWSKIE INWESTYCJE

Tak ma po modernizacji wyglądać skrzyżowanie Gajowickiej z Kruczą. Z prawej widoczna bryła kościoła

- Linie autobusowe 127, 144 (do centrum) - pojadą przez Hallera, Mielecką, Kruczą, Zaporoską, bez przystanków na Gajowickiej. W kierunku Zwycięskiej autobusy będą kursować bez zmian.

- Linia autobusowa 241 (do Pawłowic) - pojedzie przez Kruczą i Zaporoską, bez przystanku na Gajowickiej. W kierunku Nowego Dworu będzie kursować bez zmian.

- Linie A, 125, 126 - bez zmian w kursowaniu.

Ulica Gajowicka pozostanie jednokierunkową przez półtora roku, do wakacji 2027 roku. Wtedy właśnie mają zakończyć się prace związane z modernizacją tej drogi.

Przebudowa obejmuje 1,3 kilometrowy odcinek, od ul. Zaporoskiej do Al. Hallera. To najbardziej zniszczony fragment. Co się zmieni? Przede wszystkim Gajowicka zostanie poszerzona do dwóch pasów ruchu w każdym z kierunków, z czego jeden z nich będzie przeznaczony dla autobusów.

Kostkę zastąpi nowy asfalt, oprócz fragmentów chronionych przez konserwatora zabytków. Po obu stronach ulicy powstaną drogi rowerowe i chodniki

Kostkę zastąpi nowy asfalt, oprócz fragmentów chronionych przez konserwatora zabytków. Po obu stronach ulicy powstaną drogi rowerowe i chodniki, a na odcinku od Hallera do Kruczej zatoki parkingowe (po wschodniej stronie jezdni).

Zmodernizowane zostaną m.in. przystanki autobusowe, oświetlenie, sieci wodociągowe, kanalizacyjne i deszczowe, a zieleń zostanie uporządkowana. Koszt przebudowy ulicy Gajowickiej to 50 mln zł.

0011481031

Z wielkim żalem powiadamiamy,
że w dniu 14 lutego 2026 r. odeszła do wieczności

ŚP

Barbara Kurcz

Lekarz stomatolog

Ukochana żona, matka i babcia,
zawsze otwarta wobec potrzebujących wsparcia i pomocy.

Uroczystości pogrzebowe w dniu 20 lutego 2026 r.
poprzedzi msza święta o godz. 11.30
w kaplicy na cmentarzu parafialnym
przy ulicy Bardzkiej we Wrocławiu.

Pogrążona w smutku
Rodzina

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

REKLAMA 0410707709

ZAKŁADY POGRZEBOWE

● **„ABEL"** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowa organizacja pogrzebów i kremacji. Całodobowe przewozy zmarłych z domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe, kom. 502-922-708, 71/ 355 92 23 ul. Św. Wincentego 10 A.

● **„ADORIA"** Usługi Pogrzebowe. Tanio, profesjonalnie i bezgotówkowo. Całodobowy odbiór ciała z dowolnego miejsca. Pożegnania i kremacje. Obsługa ekskluzywnym karawanem. Biuro na terenie cm. Osobowice 59a - wszystkie sprawy w jednym miejscu. Tel. całodobowy 71 352 52 05 lub 503 33 83 84.

● **„ANUBIS"** – kompleksowe usługi pogrzebowe - profesjonalnie - bezgotówkowo. Dom Pogrzebowy, biuro i własna kaplica i chłodnia, organizowanie pożegnań przed kremacją oraz czuwanie przy zmarłym przed pogrzebem tradycyjnym w godzinach dogodnych dla klienta. Wrocław, ul. Szpacza 32/34, tel. 71 350 01 01 całodobowy. Biuro: Wrocław, ul. Dubois 20, Wróblowice, ul. Stawowa 5. Całodobowe przewozy zmarłych kraj i zagranica. Załatwianie formalności również w domu klienta. Telefony całodobowe 71 328 83 85, 723 030 303.

● **„ARCHON"**– Zakład Pogrzebowy tel. 71 332 60 60 – całodobowe przewozy zmarłych. Własna chłodnia i kaplica, rozliczenia bezgotówkowe, wyrabianie aktów zgonu i wszystkich formalności ZUS i USC. Obsługa ceremonii pogrzebowych ekskluzywnym karawanem Mercedes Pilato gratis. Nasze oddziały: Włodkowica 37, Hallera 112, Bogusławskiego 33, Traugutta 67, Skłodowskiej-Curie 49, Kiełczowska 90 (cm. komunalny), Krzywoustego 287, Trzebnicka 67, ul. Grabiszyńska 101, ul. Zaporoska 83, www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **„WITWICCY"** Zakład Usług Pogrzebowych, Producent Trumien. Całodobowy przewóz zmarłych. Rozliczamy ZUS, KRUS, WBE, MSWiA w zakładzie. Własna chłodnia. Kompleksowo. Solidnie! Wrocław Borowska 254 - naprzeciw Akademii Medycznej, Wrocław Kościuszki 67/1a – róg Gwarnej, Krzyżowice ul. Główna 14 gm. Kobierzyce, Sobótka ul. Św. Anny 19/1, 71/889-00-60, www.zakladpogrzebowy24.pl

● **CAŁODOBOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH** dla miasta Wrocławia i Dolnego Śląska. Najniższe ceny. Tel. 502-922-708, 71 322-60-16.

● **KREMATORIUM – ARCHON**, ul. Kiełczowska 90, tel. 71 345 73 43 - całodobowo. Kompleksowe usługi kremacyjne i pogrzebowe, ustalanie terminów. Całodobowy odbiór osób zmarłych z domu, szpitali, hospicjów. www.krematorium.wroclaw.pl

● **MIĘDZYNARODOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH**, tel. 71/332-60-60 – całodobowo. Przewóz zmarłych i prochów z państw całego świata. Załatwiamy wszelkie pozwolenia i formalności. Posiadamy licencję na tranport zmarłych z Francji. www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **ROCH** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowo, kompleksowo. Całodobowe przewozy zmarłychz domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe 71/322 60 16, kom. 502-922-708, Wrocław, ul. Św. Wincentego 10 a (dawna Obrońców Pokoju).

Dziś pożegnamy

Pogrzeby 18.02

● **GRABISZYN**
Ewa Tarczewska, g. 10
Irena Dobroch, 12
Juliusz Prawdzic-Tell, 13
Krzysztof Ślusarczyk, 14

● **OSOBOWICE**
Stefan Jaśkiewicz, g. 10.40
Zofia Żydek, 11.20
Piotr Marcin Gąsiorek, 12
Anna Bącal, 12.40
Barbara Grażyna Zenkteler, 13.20
Zofia Wiesława Tyszko, 14
Krystyna Paciuch, 14.40

Zarząd Cmentarzy Komunalnych,
pl. Strzelecki 19/21, 50-224 Wrocław

AUTOPROMOCJA

Nekrologi
zamówisz tutaj:
Wrocław, ul. św. Antoniego 2/4,
71 374 82 49
reklama.wroclaw@polskapress.pl

eprasa.pl 7d79455323

Starostwo: 235 mln zł na budowę dróg pod Wrocławiem w tym roku

Remigiusz Biały
Wrocław

W 2026 roku zakończą się budowy m.in. rond w Sobótce, Tyńcu Małym. Gotowy ma być też most w Wawrzeńczycach, który został zniszczony podczas ostatniej podwodzi.

FOT. JERZY WOJCIK

Tymczasowy most w Warzeńczycach zostanie zastąpiony nowym, a droga pobiegnie w nowym śladzie

- Drogi powiatowe tworzą krwioobieg całego systemu komunikacyjnego aglomeracji wrocławskiej. Łączą sieć krajową, wojewódzką i gminną, zapewniając płynność codziennego ruchu mieszkańców do pracy, szkół, instytucji publicznych oraz stref gospodarczych - mówi Włodzimierz Chlebosz, starosta powiatu wrocławskiego.

W 2026 roku powiat wrocławski realizuje oraz przygotowuje zadania drogowe o łącznej wartości ponad 235 mln zł. Z tej kwoty ponad 232 mln zł to bezpośrednia realizacja inwestycji, a kolejne 3,5 mln zł przeznaczono na projekty i dokumentacje pod kolejne przedsięwzięcia.

- To najwyższy roczny wydatek środków na infrastrukturę drogową w historii powiatu. Dla porównania, w 2021 roku wydatki własne na inwestycje i utrzymanie dróg oraz mostów wynosiły 44 mln zł. W 2026 roku to już ponad 100 mln zł rocznie tylko w kategorii inwestycji i utrzymania. To ponad dwukrotny wzrost w perspektywie pięciu lat - mówi Marcin Korytko, wicestarosta powiatu wrocławskiego odpowiedzialny za rozwój dróg powiatowy.

Inwestycje przy strefie ekonomicznej

Jednym z kluczowych kierunków rozwoju jest poprawa obsługi Podstrefy Wrocław-Kobierzyce TSSE EURO-PARK. W latach 2023-2028 powiat realizuje budowę i przebudowę drogi od DK35 w Małuszowie do Pietrzykowic (47,7 mln zł) oraz połączenia od DK35 do ul. Koreańskiej w Biskupicach Podgórnych (45,3 mln zł). Oba projekty otrzymały 98-procentowe dofinansowanie z programu Polski Ład.

W tym roku zakończy się także budowa ronda przy DK35 w rejonie Tyńca Małego. Inwestycja, warta 14,5 mln zł, ma usprawnić ruch w kierunku strefy gospodarczej. Również w tym przypadku zdecydowaną większość środków stanowi finansowanie zewnętrzne.

Most w nowym śladzie

Równolegle realizowane są zadania poprawiające bezpieczeństwo i komfort mieszkańców. Wśród nich jest przebudowa skrzyżowania na pl. Wolności w Sobótce (8,3 mln zł). Ta inwestycja ma się zakończyć w ostatnim kwartale.

Kolejna inwestycja to dobudowa mostu w Wawrzeńczycach (20,4 mln zł) oraz przebudowa drogi 1930D w Chrząstawie Małej (23,7 mln zł). Prace mają ruszyć w drugim kwartale 2026 roku. Obecnie funkcjonuje tam przeprawa tymczasowa.

- Straty po powodzi w powiecie wrocławskim na naszej infrastrukturze drogowej i mostowej to jest wymiar 130 milionów złotych. Udało nam się pozyskać 53 miliony złotych ze środków rządowych na odbudowę, głównie obiektów mostowych. Obiekt powstanie w nowym śladzie drogi. Chcemy trochę wyprostować drogę i zbudować most, który będzie stał co najmniej kilkadziesiąt lat - dodaje Marcin Korytko.

- Myślimy długofalowo. W Wieloletniej Prognozie Finansowej na lata 2026-2029 zabezpieczyliśmy 390 mln zł na inwestycje i utrzymanie dróg oraz mostów - mówi Włodzimierz Chlebosz.

Nowa sterylizatornia zapewnia bezpieczeństwo

Adrianna Szurman
Wałbrzych

W sterylizatorni w Szpitalu Ginekologiczno Położniczym w Wałbrzychu pracuje pięć osób. To cisi bohaterowie, których nie widać na co dzień.

W poniedziałek uroczyście i symbolicznie otwarto po kapitalnym remoncie centralną sterylizatornię Szpitala Ginekologiczno-Położniczego w Wałbrzychu. Urząd Marszałkowski we Wrocławiu przekazał na przebudowę i nowy sprzęt ponad 4,1 mln zł. Wkład szpitala to niespełna 30 tys. zł.

- Dotychczasowe pomieszczenia naszej sterylizatorni wymagały kompleksowej modernizacji, przebudowy i wyposażenia. Prace zakończyliśmy pod koniec stycznia. Wymieniony został też sprzęt i aparatura - mówi Elżbieta Ponczkowska, dyrektorka szpitala.

Codziennie w szpitalu planowane są cztery duże operacje, ale ponieważ wałbrzyska placówka to szpital szybkiego reagowania, trafiają tu także tzw. nagłe przypadki.

Panie pracujące w wałbrzyskiej sterylizatorni w Szpitalu Ginekologiczno-Położniczym w Wałbrzychu

Rusza rekrutacja do wrocławskich szkół podstawowych. Jakie są tegoroczne zasady?

Konrad Bałajewicz
Wrocław

Dziś rozpocznie się elektroniczna rekrutacja do wrocławskich szkół. Nabór, jak co roku, zostanie przeprowadzony w dwóch etapach.

Proces rekrutacji do publicznych szkół podstawowych we Wrocławiu odbywa się w pełni elektronicznie, na stronie rekrutacje.edu.wroclaw.pl. Rodzice mogą złożyć wniosek bez wychodzenia z domu.

Najlepiej z profilem zaufanym

Wystarczy zalogować się do systemu, wpisać dane dziecka, rodziców oraz wskazać wybraną placówkę. Do elektronicznego podpisania wniosku potrzebny jest aktywny profil zaufany. Osoby, które go nie posiadają, mogą złożyć dokumenty osobiście w wybranej szkole.

Miasto przypomina, że w przypadku rekrutacji do szkół spoza obwodu znaczenie mają tzw. punkty rekrutacyjne. Dodatkowe punkty mogą otrzymać m.in. dzieci rodziców rozliczających podatek dochodowy we Wrocławiu.

FOT. URZĄD MIEJSKI WROCŁAWIA

W tym roku rekrutacja jest prowadzona też dla szkoły przy ul. Zwycięskiej. Jej otwarcie nastąpi we wrześniu

I etap rekrutacji

Szkoły obwodowe (18-24 lutego). Pierwszy etap rekrutacji potrwa od 18 do 24 lutego i dotyczy szkół obwodowych. Dzieci zamieszkałe w obwodzie mają zagwarantowane miejsce w placówce. - Przyjęcie do swojej szkoły obwodowej jest gwarantowane. To, która szkoła jest obwodową dla danego adresu zamieszkania, rodzice mogą łatwo sprawdzić w wyszukiwarce dostępnej w systemie rekrutacyjnym - mówi Marcin Miedziński, zastępca dyrektora Departamentu Edukacji.

II etap rekrutacji

Szkoły poza obwodem i punkty rekrutacyjne (19-23 marca). Drugi etap będzie trwał od 19 do 23 marca. Jest skierowany do rodziców, którzy chcą zapisać dziecko do szkoły spoza obwodu lub do oddziału integracyjnego, o ile w danej placówce pozostaną wolne miejsca.

- Drugi etap rekrutacji jest opcją dla rodziców, którzy chcą, aby dziecko uczęszczało do innej szkoły niż obwodowa np. blisko ich pracy lub miejsca zamieszkania dziadków. W tym etapie o przyjęciu decyduje liczba punktów rekrutacyjnych - wyjaśnia Marcin Miedziński.

W rekrutacji do szkół pozaobwodowych można uzyskać:

- 80 punktów za aktywny status podatnika w programie Nasz Wrocław (rozliczanie podatku dochodowego we Wrocławiu),
- 90 punktów za status MAX, który obejmuje dodatkowo zameldowanie we Wrocławiu.

Podobnie jak w ubiegłym roku, rodzice będą mogli skorzystać z wirtualnego asystenta, działającego na zasadzie sztucznej inteligencji. Odpowie na pytania dotyczące zasad naboru, kryteriów, terminów czy formalności. Wrocław był pierwszym miastem w Polsce, które uruchomiło takie rozwiązanie. W ubiegłorocznych rekrutacjach do szkół i przedszkoli korzystała z niego średnio co druga osoba uczestnicząca w naborze.

Tegoroczna rekrutacja obejmuje nabór do nowej placówki przy ul. Zwycięskiej 41a, czyli Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 27. W pierwszym etapie miejsce mają zapewnione dzieci zamieszkałe w jej obwodzie. Rekrutację prowadzić będzie komisja powołana w Szkoła Podstawowa nr 64.

eprasa.pl 7d79455323

POLSKA *i* ŚWIAT

POLITYKA

Marcin Przydacz, szef Biura Polityki Międzynarodowej, będzie reprezentował prezydenta Karola Nawrockiego na jutrzejszym spotkaniu inaugurującym Radę Pokoju w Waszyngtonie. Głos w sprawie rady zabrał też premier Donald Tusk „Jak już wielokrotnie informowaliśmy polską opinię publiczną, naszych partnerów i prezydenta, rząd nie przewiduje w tych okolicznościach i warunkach uczestnictwa w Radzie Pokoju".

„Ewentualna wizyta w Waszyngtonie przedstawiciela prezydenta będzie miała charakter obserwacyjny

Donald Tusk premier RP

KRÓTKO

WROCŁAW

Grzegorz Braun w prokuraturze

Grzegorz Braun, europoseł i lider partii Konfederacji Korony Polskiej, nie usłyszał we wtorek w Prokuraturze Okręgowej we Wrocławiu zarzutów w sprawie incydentu w szpitalu Oleśnicy. Chodzi o sprawę bezprawnego pozbawienia wolności lekarki Gizeli Jagielskiej w szpitalu w Oleśnicy.

Lider Konfederacji Korony Polskiej szybko opuścił budynek prokuratury i poinformował dziennikarzy, że nie postawiono mu zarzutów. Potwierdziła to PAP rzeczniczka prokuratury prok. Karolina Stocka-Mycek, która prowadzi to śledztwo.

– Nie postawiono mu zarzutów, ponieważ złożył wniosek o wyłączenie mnie z prowadzenia śledztwa – poinformowała prok. Stocka-Mycek.

Do czasu rozpatrzenia wniosku prokurator nie postawi Braunowi zarzutów.

To był już kolejny termin wyznaczony przez wrocławskich śledczych. Europoseł został wcześniej wezwany na 13 stycznia, ale przedstawił wówczas zwolnienie lekarskie.

WYPADEK

Zginął kierowca autokaru

FOT. POLICJA SŁOWACJA

We wtorek nad ranem w miejscowości Liptowska Osada na Słowacji doszło do wypadku z udziałem polskiego autokaru. Jadący z Krakowa do Budapesztu pojazd, w którym było około 30 pasażerów, zderzył się z ciężarówką przewożącą drewno. Kierowca autobusu zginął na miejscu, a dwie osoby trafiły do szpitala.

SOSNOWIEC

Rozpoczął się proces ks. Jacka K.

Przed Sądem Rejonowym w Sosnowcu rozpoczął się we wtorek proces księdza z diecezji sosnowieckiej Jacka K., któremu prokuratura zarzuca dziewięć przestępstw o charakterze seksualnym na szkodę dzieci, a także posiadanie materiałów pedofilskich.

Ksiądz został doprowadzony do sądu z aresztu. Sprawa toczy się z wyłączeniem jawności. Obrońca oskarżonego ani pełnomocnicy oskarżycieli posiłkowych, którzy stawili się na rozprawie, nie chcieli rozmawiać z dziennikarzami.

Jacek K. jest aresztowany od czasu przedstawienia mu pierwszych zarzutów. Podczas śledztwa nie przyznawał się do winy. Grozi mu do 30 lat więzienia.

Droga dla miliardów euro na uzbrojenie otwarta

Adam Kielar
Warszawa, Bruksela

Państwa członkowskie UE zatwierdziły we wtorek plan inwestycyjny Polski w ramach programu obronnego SAFE. Na polskiej liście znalazło się 139 projektów.

FOT. ROBERT WOŹNIAK

Państwa członkowskie zatwierdziły polski plan inwestycyjny w ramach programu SAFE

Decyzja ta kończy proces zatwierdzania polskiego planu przez UE. We wtorek zatwierdzono także plany: Estonii, Grecji, Włoch, Łotwy, Litwy, Słowacji i Finlandii.

Program SAFE przewiduje łącznie 150 mld euro wsparcia w postaci nisko oprocentowanych pożyczek na zakupy sprzętu wojskowego, w dużej mierze produkowanego w Europie. Program ma wspierać państwa UE we wzmacnianiu ich potencjału obronnego, a także zmniejszać ich uzależnienie od uzbrojenia z USA.

Inwestycje w polską gospodarkę

Przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk odniósł się do programu SAFE. Podkreślił, że według prognoz Agencji Uzbrojenia wartość inwestycji w samą Hutę Stalowa Wola „przekroczy 20 miliardów złotych". Zaznaczył przy tym, że HSW produkuje m.in. armatohaubice Krab, bojowy wóz piechoty Borsuk i samobieżne moździerze Rak.

– Już cały świat jest zainteresowany tym, żeby też od nas to kupować, więc mówimy o wielkiej inwestycji, która będzie służyła, jeśli oczywiście prawica i prezydent zrozumieją, na co robią zamach, polskiej gospodarce, polskiej obronności, możliwościom eksportu polskiego uzbrojenia – powiedział Tusk.

Podkreślił przy tym, odnosząc się do kontraktu zbrojeniowego z czasów rządów PiS, że „pożyczka koreańska to jest prawie dwukrotnie wyższe oprocentowanie" niż w przypadku pożyczki w ramach unijnego programu SAFE.

Polska ma otrzymać 43,7 mld euro

Polska będzie największym beneficjentem programu SAFE. W sumie polski plan inwestycyjny zawiera 139 projektów, których łączna wartość wyniesie 43,7 mld euro.

W piątek, 13 lutego, Sejm głosował w sprawie przyjęcia ustawy, która umożliwia wdrożenie w Polsce programu SAFE.

„Za" byli przedstawiciele wszystkich partii koalicyjnych (KO, PSL, Lewica oraz Polska 2050), koło partii Razem oraz dwoje posłów niezależnych (w sumie 236 głosów). Przeciw ustawie głosowali: PiS, Konfederacja, koło Konfederacji Korony Polskiej, jeden poseł niezależny oraz dwóch z koła Demokracji Bezpośredniej (razem 199 głosów), natomiast wstrzymały się cztery osoby: jeden poseł PiS, niezależna posłanka Paulina Matysiak oraz dwóch posłów Demokracji Bezpośredniej.

Szerokim echem odbiła się wypowiedź prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego. W poniedziałek, 16 lutego, wezwał on prezydenta do zawetowania ustawy wdrażającej w Polsce program SAFE. Zdaniem lidera PiS, program ten służy przede wszystkim „interesom niemieckim".

– Jest wpisany w ten cel, który dzisiaj stawiają sobie przede wszystkim Niemcy. Europa zjednoczona pod przywództwem niemieckim ze wszystkimi tego konsekwencjami – uważa Kaczyński.

Prezes dodał również, że obecne Niemcy są „państwem postnazistowskim".

Wskazywał jednocześnie, że polska niepodległość nie ma ceny.

– I dlatego, nawet jeżeli byśmy mieli trochę więcej zapłacić, to to jest nieporównanie bardziej opłacalne dla Polski, dla przyszłości także osobistej pomyślności Polaków, polskich rodzin niż to, co jest nam proponowane. Bo proponowana nam jest Polska pod niemieckim butem. My ten niemiecki but odrzucamy – mówił Kaczyński.

Nie wiadomo na razie, jak w sprawie tej ustawy zdecyduje prezydent Karol Nawrocki. Sprawa programu SAFE była jednym z tematów niedawnej Rady Bezpieczeństwa Narodowego pod jego przewodnictwem.

PAP

Polak szpiegiem Rosjan? Zarzuty za pracę na rzecz rosyjskiego wywiadu. Sprawa trafiła do sądu

Adam Kielar
Bydgoszcz

29-letni Wiktor Ź. odpowie za szpiegostwo na rzecz Rosji. Jak poinformował Jacek Dobrzyński, rzecznik ministra-koordynatora ds. służb specjalnych, do sądu trafił już akt oskarżenia w tej sprawie.

Jak napisał Jacek Dobrzyński w mediach społecznościowych, akt oskarżenia przeciwko Wiktorowi Ź., 29-letniemu Polakowi, trafił do Sądu Okręgowego w Bydgoszczy.

„Prokurator zarzucił mu zgłoszenie gotowości oraz działanie na rzecz rosyjskiego wywiadu (art. 130 par. 2 kk). Wiktor Ź. zbierał i przekazywał za pomocą komunikatorów internetowych informacje dotyczące między innymi funkcjonowania obiektów o istotnym znaczeniu dla obronności Polski, których ujawnienie mogłyby wyrządzić szkodę dla naszego kraju" – napisał rzecznik na portalu X.

Oskarżony miał przekazywać informacje na temat strategicznych obiektów, takich jak Zakłady Chemiczne NITROCHEM czy Wojskowe Zakłady Lotnicze nr 2 (oba w Bydgoszczy).

„Mężczyzna wyraził również gotowość do przekazywania informacji w zakresie rozmieszczenia obiektów wojskowych, w tym Centrum Szkolenia Sił Połączonych NATO w Bydgoszczy" – podkreślił Dobrzyński.

Czyn zarzucany podejrzanemu jest zagrożony karą więzienia nie krótszą niż 8 lat albo karą dożywotniego pozbawienia wolności.

Śledztwo było prowadzone przez Delegaturę ABW w Bydgoszczy pod nadzorem prokuratora z Mazowieckiego Wydziału Zamiejscowego Departamentu do Spraw Przestępczości Zorganizowanej i Korupcji Prokuratury Krajowej w Warszawie.

PAP

eprasa.pl 7d79455323

Zmarł pastor Jesse Jackson, ikona ruchu na rzecz praw obywatelskich w USA

Grzegorz Kuczyński
Waszyngton

Wieloletni działacz na rzecz praw obywatelskich, pastor baptystów i czołowy działacz Partii Demokratycznej, Jesse Jackson, zmarł we wtorek, poinformowała jego rodzina. Miał 84 lata.

Przyczyna śmierci nie została od razu podana. Jego rodzina poinformowała, że zmarł spokojnie w otoczeniu najbliższych. W listopadzie Jackson trafił do szpitala – od ponad dziesięciu lat cierpiał na postępujące porażenie nadjądrowe (PSP). W 2017 roku Jackson ujawnił, że cierpi na chorobę Parkinsona.

Jackson urodził się w Greenville w Karolinie Południowej i zyskał sławę w erze walki o prawa obywatelskie, uczestnicząc w demonstracjach u boku Martina Luthera Kinga. Jego działalność trwała przez dziesięciolecia, w tym czasie dwa razy ubiegał się o nominację Demokratów na prezydenta, w 1984 i 1988 roku.

Jackson, który był w motelu w Memphis w stanie Tennessee wraz z Kingiem, kiedy ten został zamordowany w 1968 roku, nie zaprzestał działalności na rzecz równouprawnienia Afroamerykanów po śmierci swego mentora. Był aktywny w szeregach Partii Demokratycznej, narażając się w latach 80. XX w. na zarzuty części jej establishmentu o zbyt lewicowe poglądy.

W ostatnich dziesięcioleciach Jackson otwarcie wypowiadał się na temat czołowych polityków, w tym byłego prezydenta Baracka Obamy. Potępił prezydenturę Donalda Trumpa, mówiąc: „Pięćdziesiąt lat praw obywatelskich zostało zagrożonych".

FARY EVANS/ALL FILM ARCHIVE/NBC/EAST NEWS

Jesse Jackson walczył o równouprawnienie czarnoskórych Amerykanów od lat 60. XX w.

Iran straszy w cieśninie Ormuz. Rozmowy ostatniej szansy

oprac. Anna Nagel
Teheran

Po rozpoczęciu rozmów amerykańsko-irańskich w Genewie Iran wystrzelił pociski rakietowe w kierunku cieśniny Ormuz – podała półoficjalna irańska agencja Tasnim.

FOT. AFP/EAST NEWS

Ćwiczenia morskie Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej w cieśninie Ormuz

Tasnim poinformowała, że pociski wystrzelone z głębi kraju i z wybrzeża uderzyły w cele w cieśninie.

Iran ogłosił w poniedziałek ćwiczenia marynarki wojennej Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC) w cieśninie, przez którą przepływa 20 procent światowej ropy naftowej i 20 proc. skroplonego gazu ziemnego.

Iran i Stany Zjednoczone rozpoczęły we wtorek w Genewie drugą rundę pośrednich negocjacji w sprawie irańskiego programu nuklearnego. Irańska telewizja państwowa poinformowała, że negocjacje z USA będą pośrednie i skupią się wyłącznie na programie atomowym, a nie na polityce wewnętrznej Iranu.

W rozmowach stronę amerykańską reprezentowali wysłannik prezydenta USA Steve Witkoff oraz zięć i doradca Donalda Trumpa Jared Kushner. Irańskiej delegacji przewodniczył szef MSZ Abbas Aragczi. W rozmowach, tak jak poprzednio, pośredniczyli dyplomaci z Omanu.

Przed ich rozpoczęciem przedstawiciel Iranu powiedział anonimowo agencji Reutera, że delegacja z Teheranu przyjechała do Genewy z „realnymi, konstruktywnymi propozycjami" i nie ma założonego z góry nastawienia co do ich rezultatu.

Z kolei inny wysoki rangą urzędnik irański powiedział, że sukces rozmów w Szwajcarii zależy od tego, czy Stany Zjednoczone nie będą stawiać nierealistycznych żądań i od ich poważnego podejścia do zniesienia paraliżujących Iran sankcji gospodarczych.

Pierwsza runda rozmów Iran – USA przeprowadzona została w Omanie 6 lutego. Kwestią sporną przed obiema turami pozostawał, według mediów, zakres rozmów: USA żądają od Teheranu ustępstw w sprawie programu rozwoju rakiet balistycznych i zaprzestania wspierania zbrojnych ugrupowań na Bliskim Wschodzie. Iran nalegał, by rozmowy dotyczyły tylko kwestii jądrowych.

Groźby ajatollaha

Najwyższy duchowo-polityczny przywódca Iranu, ajatollah Ali Chamenei, oświadczył we wtorek, że prezydent USA Donald Trump nie zdoła obalić Republiki Islamskiej, odnosząc się do słów Trumpa, według którego zmiana reżimu w Teheranie „byłaby najlepszą rzeczą, jaka mogłaby się wydarzyć".

Chamenei uznał, że Iran musi posiadać broń odstraszającą, twierdząc, że państwo jej pozbawione zostanie „zmiażdżone" przez wrogów. Skrytykował sprzeciw USA wobec prawa Iranu do korzystania z pokojowej według niego technologii nuklearnej w celach medycznych, rolniczych i energetycznych, określając go jako przejaw „nieracjonalności".
PAP

Strzelanina podczas szkolnego meczu hokeja

oprac. Grzegorz Kuczyński
Pawtucket

Dwie osoby zginęły, a trzy zostały ranne w strzelaninie na lodowisku hokejowym w stanie Rhode Island na północnym wschodzie USA – poinformowała lokalna policja. Nie żyje również napastnik.

Do tragedii doszło na boisku hokejowym w mieście Pawtucket podczas rozgrywki szkolnych drużyn.

Strzelał do rodziny

Policja podała na konferencji prasowej, że napastnik mógł otworzyć ogień z powodu konfliktu rodzinnego. Stacja CNN, powołując się na źródła, przekazała, że celował on w członków swojej rodziny, a po oddaniu strzałów popełnił samobójstwo.

Miejscowa policja powiadomiła, że ofiary śmiertelne to dwie osoby dorosłe. Jedna z nich zmarła na miejscu, a druga po przewiezieniu do szpitala. Trzy kolejne osoby z ranami postrzałowymi zostały hospitalizowane, a ich stan lekarze oceniają jako krytyczny. Wcześniej CNN informowała, że wśród ofiar jest młoda dziewczyna.

„Modlę się o Pawtucket i wszystkich dotkniętych (tym zdarzeniem)" – napisał w mediach społecznościowych gubernator Rhode Island Dan McKee.

Według Gun Violence Archive (organizacji badającej incydenty przemocy z użyciem broni palnej) poniedziałkowe wydarzenia w Rhode Island była to 41. strzelanina w Stanach Zjednoczonych w tym roku.
PAP

Piloci F-16 z USA i Holandii nad Ukrainą. Tajna eskadra ma zwalczać rosyjskie drony i rakiety

Grzegorz Kuczyński
Kijów

W ostatnich tygodniach w Ukrainie utworzono eskadrę F-16, do której po raz pierwszy weszli piloci ze Stanów Zjednoczonych i Holandii – informuje francuski portal Intelligence Online specjalizujący się w pracy z danymi wywiadowczymi.

FOT. DEFENSIE.NL

Za sterami F-16 siedzą też weterani z Holandii

Wśród amerykańskich pilotów, którzy przybyli do Ukrainy, by latać F-16, są weterani działań wojennych w Afganistanie i na Bliskim Wschodzie. Ze strony Holandii zaangażowano pilotów, którzy przeszli szkolenie w elitarnych europejskich szkołach lotniczych, specjalizujących się w nowoczesnych taktykach walki powietrznej i zaawansowanych technologicznie operacjach w powietrzu.

F-16 kontra rosyjskie rakiety i drony

Jak podaje Intelligence Online, zagraniczni piloci podpisali z Siłami Zbrojnymi Ukrainy tymczasowe umowy, które przewidują rotację co sześć miesięcy i możliwość przedłużenia. Nie mają oni jednak oficjalnych stopni wojskowych w ukraińskich siłach zbrojnych i nie figurują na publicznych listach.

Ukraina wykorzystuje przekazane przez kraje zachodnie myśliwce F-16 do przechwytywania rosyjskich pocisków manewrujących Kalibr i Ch-101, a także dronów Geran-5. W przeciwieństwie do ukraińskich pilotów, zachodni piloci potrafią obsługiwać zaawansowane technologicznie urządzenia, w szczególności kontenery celowniczo-rozpoznawcze Sniper. System ten pozwala widzieć cele z dużej odległości, śledzić rakiety i drony w ciemności lub w chmurach.

Zagraniczni piloci w wojsku Ukrainy

Już w 2023 roku Siły Powietrzne Sił Zbrojnych Ukrainy dopuściły możliwość zawarcia umów z zagranicznymi specjalistami wojskowymi, w tym pilotami i technikami. W 2024 roku amerykański senator republikański Lindsey Graham podczas podróży do Kijowa zauważył, że Ukraina może zatrudniać amerykańskich pilotów weteranów do pilotowania samolotów F-16, dopóki ukraińscy specjaliści nie ukończą szkolenia.

– Ukraińcy będą szukać wśród krajów NATO gotowych pilotów, którzy przeszli na emeryturę, aby pomogli im, dopóki Ukraina nie wyszkoli swoich pilotów – powiedział Graham. Jednak do tej pory nie poinformowano oficjalnie o zagranicznych pilotach.

eprasa.pl 7d79455323

strona
ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Nietypowe objawy raka

Największą przeszkodę i utrudnienie w walce z rakiem stanowi jego późne wykrycie. Trudno jednak mieć pretensje do lekarzy - nowotwory potrafią też zaskoczyć nawet ich, dając nietypowe objawy lub rozwijając się niemal bez objawów. Niektóre objawy raka łatwo pomylić z innymi chorobami. Jak wcześnie wykryć raka? Na jakie symptomy powinieneś zwracać uwagę?

ZA TYDZIEŃ:

- **Rdzeniowy zanik mięśni SMA - pierwsze objawy**
- **Objawy tych chorób są niemal identyczne. Diagnozy zupełnie inne. Zmęczenie, ból, spadek nastroju rzadko wskazują na jedną chorobę**

FOT. 123RF.COM

Czy kot jest zdrowy dla człowieka? Tak! I to bardziej niż myślisz

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Według szacunków, 44 proc. Polaków posiada kota. Naukowcy twierdzą, że mają oni powód do radości. Wyniki badań jasno wskazują, że obecność kotów ma pozytywny wpływ na nasze zdrowie.

FOT. FRANCESCO UNGARO / PEXELS

Dzień Kota obchodzi się w Polsce 17 stycznia oraz 8 sierpnia. Ma on podkreślić znaczenie obecności kotów w naszym codziennym życiu

Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój, dawać wsparcie emocjonalne i podnosić morale. Zwierzęta domowe są szczególnie doceniane za wspomaganie socjalizacji osób starszych, dzieci oraz osób chorujących zarówno umysłowo, jak i fizycznie.

Nie do przecenienia jest też wpływ zwierząt na nasze samopoczucie w sytuacjach kryzysowych. Od czasu pandemii COVID-19 relacja ludzi ze zwierzętami domowymi jeszcze bardziej zyskała na jakości.

– Pandemia umocniła rolę więzi człowiek-zwierzę w życiu ludzi, a nasze dane pokazują, że jest to odczuwalne w skali globalnej, z niesamowitymi konsekwencjami, które mogą przynieść korzyści zdrowiu ludzi i zwierząt domowych na całym świecie – mówi dr weterynarii Mike McFarland, globalny dyrektor medyczny Zoetis, ogólnoświatowej spółki działającej w dziedzinie ochrony zdrowia zwierząt.

Jak koty wpływają na nasze zdrowie?

Koty, podobnie jak psy, mogą być zwierzęcymi terapeutami. Felinoterapia to metoda zooterapii polegająca na kontakcie z mruczącym pupilem.

- **Dzieci a koty**

Naukowcy zbadali wpływ obecności kotów domowych na dzieci. Jak wynika z ankiety przeprowadzonej wśród ponad 2200 młodych Szkotów w wieku 11-15 lat, dzieci, które nawiązały silną więź ze swoimi kotami, lepiej oceniały jakość swojego życia.

Im bardziej dziecko było przywiązane do zwierzęcia, tym bardziej czuło się sprawne, energiczne i uważne, a mniej smutne i samotne. Ponadto bardziej cieszyło się zarówno czasem spędzonym w samotności, jak i w szkole.

- **Kot na zdrowie**

Amerykański badacz obserwował przez 10 miesięcy 24 osoby, które właśnie podjęły się opieki nad kotami. Wyniki ankiet wypełnianych przez świeżo upieczonych właścicieli były zaskakujące.

Już po pierwszym miesiącu u badanych zmniejszyły się dolegliwości zdrowotne, takie jak bóle głowy, bóle pleców i przeziębienia – chociaż korzyści te wydawały się zanikać w miarę upływu czasu.

Autor badania przypuszcza, że ludzie, którzy tworzą dobre relacje ze swoimi kotami, nadal widzą korzyści z nich płynące, a ludzie, którzy tego nie robią, nie odczuwają ich. Warto więc cieszyć się obecnością pupila nie tylko w pierwszych miesiącach, ale doceniać jego towarzystwo przez cały czas.

- **Pomagają dzieciom z autyzmem**

Według Human Animal Bond Research Institute (HABRI), adopcja kota ze schroniska może pomóc obniżyć stres i lęk u dzieci z autyzmem. Po przygarnięciu zwierzęcia mali właściciele wykazywali więcej empatii i mieli mniej problemów behawioralnych.

Co ciekawe, wyniki badań pokazują, że także koty korzystają na zamieszkaniu z rodziną, w której chociaż jeden członek znajduje się w spektrum autyzmu. Zwierzęta dobrze się aklimatyzują i są mniej zestresowane.

Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój, dawać wsparcie emocjonalne i podnosić morale

- **Koty podnoszą jakość życia**

Australijskie badania pokazują, że właściciele kotów cieszą się lepszym zdrowiem psychicznym niż osoby nieposiadające zwierząt domowych.

Ankietowani kociarze twierdzą, że czują się bardziej szczęśliwi, pewniejsi siebie i mniej nerwowi, cieszą się także dobrym snem i koncentracją, jednocześnie lepiej radząc sobie z przeciwnościami losu.

- **Koty wspierają osoby starsze**

Ponad trzy czwarte ankietowanych przez badaczy z Uniwersytetu Michigan, będących w wieku od 50 do 80 lat, stwierdziło, że zwierzęta domowe zmniejszają odczuwany przez nich stres, a prawie tyle samo uważało, że pupile dają im poczucie celu.

Ponad 70 proc. starszych osób zadeklarowało, że zwierzęta pomagają im radzić sobie z nieprzyjemnymi objawami fizycznymi lub emocjonalnymi, a 46 proc. stwierdziło, że pomagają im także nie myśleć o bólu.

- **Zwierzęta jak probiotyki**

Trwają badania, które mają potwierdzić hipotezę, że kontakt ze zwierzętami może mieć korzystny wpływ na odbudowę ludzkiego mikrobiomu jelitowego.

– Rosnąca liczba badań udokumentowała wpływ kontaktu ze zwierzętami na ludzki mikrobiom (skład mikroflory jelitowej) w sposób, który może pomóc w zapobieganiu niektórym rodzajom schorzeń, takim jak choroby sercowo-naczyniowe i astma – twierdzi dr Laurel Redding, adiunkt epidemiologii w Penn Vet.

- **Wierne jak psy**

Dla niektórych miłośników psów relacja z kotem nie wydaje się równie głęboka jak ta, którą mają ze swoim pupilem. Wiele osób, które ze względu na wiek lub stan zdrowia, nie mogą już opiekować się bardziej absorbującym zwierzęciem, waha się, gdy ma go zastąpić niewymagającym spacerów kotem.

Do adopcji kota mogą przekonać ich wyniki badań naukowców z Uniwersytetu Stanowego Oregonu, według których koty żyją z człowiekiem, ponieważ jest on dla nich źródłem i gwarantem bezpieczeństwa.

Co ciekawe, badanie udowodniło także, że koty przywiązują się do człowieka w takim samym stopniu co psy.

eprasa.pl 7d79455323

Najbardziej nietypowe objawy raka, które zaskakują nawet lekarzy. Na co musisz uważać?

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Największą przeszkodę w walce z rakiem stanowi jego późne wykrycie. Trudno jednak mieć pretensje do lekarzy: nowotwory dają czasem przedziwne objawy, które zaskakują nawet specjalistów.

FOT. SEREZNIY, 123RF.COM

Niektóre objawy raka zbijają z tropu nawet lekarzy

Według nowego raportu, przygotowanego przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - Państwowy Instytut Badawczy, nowotwory złośliwe zabijają obecnie w Polsce niemal 100 tys. osób rocznie i są drugą najczęstszą przyczyną zgonów wśród Polaków, po chorobach układu krążenia. Każdego roku nowotwory złośliwe diagnozowane są u ok. 90 tys. mężczyzn i prawie 92 tys. kobiet, na raka choruje coraz więcej osób młodszych, 20- i 30-latków. Z rakiem trudno się walczy, bo też trudno go wykryć, a późna diagnoza utrudnia leczenie. W zależności od tego, jaką część ciała atakuje guz, nowotwór może dawać typowe dla danego organu objawy, lub też objawiać się ogólnoustrojowo, tzn. wpływając na stan całego ciała i ogólne samopoczucie. Nowotwory potrafią też zaskoczyć nawet lekarzy, dając nietypowe objawy lub rozwijając się niemal bez objawów. Niektóre objawy raka łatwo pomylić z innymi chorobami.

Jak wcześnie wykryć raka? Na jakie symptomy powinieneś zwracać uwagę? Poniżej praktyczna lista możliwych objawów nowotworu.

Najważniejsze objawy raka

Do najbardziej typowych objawów raka, które można wcześnie zidentyfikować samemu, należą:

- Zmiany skórne: owrzodzenie skóry lub sutków, wycieki z sutków, zmiana wyglądu znamion na skórze
- Nagła asymetria części ciała: piersi, jąder lub innych
- Wyczuwalne pod skórą guzy.

Nietypowe objawy raka

To objawy, które mogą wywoływać także inne choroby, np. infekcje. Przy raku objawy występują jednak bez wyraźnie dostrzegalnej przyczyny, utrzymują się przez długi czas i często wracają.

Na te symptomy powinieneś zwracać uwagę:

- Ogólny stan zapalny bez wykrywalnej infekcji - powiększone węzły chłonne, gorączka, ból mięśni i kości, stałe zmęczenie
- Bóle bez urazów, odczuwalne w jamie brzusznej, klatce piersiowej, okolicach lędźwi
- Krwawienia bez urazów - krew w moczu, kale i ślinie
- Zmiana kształtu stolca (np. na nietypowo cienki)
- Nagła i niezamierzona utrata wagi
- Obfite zimne poty w czasie snu
- Trudności w przełykaniu
- Chroniczny kaszel, zmieniający charakter, ale utrzymujący się stale
- Silne i nawracające bóle głowy
- Zaburzenia świadomości, ataki padaczki
- Złe samopoczucie o poranku: kaszel, ból gardła, zmęczenie utrzymujące się przez resztę dnia.

Czym są zespoły paranowotworowe?

To bardzo nietypowe zespoły objawowe, wywołane pośrednio przez nowotwór, ale nie wynikające wprost z inwazji guza na dany narząd. Mogą wystąpić w innych zakątkach ciała i często zbijają lekarzy z tropu. Do objawów dawanych przez różnego rodzaju zespoły paranowotworowe mogą należeć np.:

- hipoglikemia
- nadmierne owłosienie u kobiet
- drganie gałek ocznych
- światłowstręt
- częsta zakrzepica
- osłabienie czucia powierzchniowego
- trudność z podnoszeniem rąk do góry.

Jak zapobiec rakowi?

Nawet najdokładniejsze przyglądanie się swojemu ciału w poszukiwaniu jakichkolwiek objawów choroby nie zastąpi profilaktyki. Aby wykryć raka w najwcześniejszym stadium, musisz się regularnie badać. Należy wykonywać przede wszystkim badania przesiewowe, takie jak kolonoskopia, mammografia i cytologia.

Unikaj tych rzeczy

Na wystąpienie wielu chorób nie mamy wpływu. Jednak nasz tryb życia i dieta mogą nam pomóc znacznie zmniejszyć ryzyko zachorowania na niektóre z nich. I odwrotnie, spożywając produkty, które nie wnoszą do naszej diety żadnych wartości odżywczych, a tylko nam szkodzą lub trzymając się niezdrowych nawyków sami sobie robimy krzywdę i narażamy się na rozwój wielu schorzeń.

- Papierosy - mimo że świadomość na temat szkodliwości palenia papierosów wzrasta, to wiele osób nadal jest uzależniona od tej groźnej używki. Palenie tytoniu powoduje nie tylko raka płuca, ale też wiele innych chorób, w tym choroby układu krążenia
- Alkohol - z wielu badań naukowych wynika, że nie istnieje bezpieczna dawka alkoholu, każda jego ilość jest szkodliwa.
- Napoje gazowane - kolorowe, słodzone napoje gazowane to cukier w płynie. W takiej postaci jest łatwo przyswajalny i znacznie podwyższa poziom glukozy we krwi. Taka sytuacja może doprowadzić do rozwoju cukrzycy typu 2.
- Biały chleb - pieczywo z białej, oczyszczonej mąki pszennej powoduje nagłe skoki poziomu glukozy we krwi oraz wzrost ciśnienia krwi. Jest ono łatwiej przyswajalne i szybciej się wchłania, ale nadmiar kalorii powoduje nagły wzrost energii, a potem tak samo nagły jej spadek, ponieważ raptownie spada poziom cukru we krwi. To z tego powodu po jedzeniu czujesz się senny. Nie zawiera też błonnika, który szybciej daje uczucie sytości i przyspiesza trawienie oraz metabolizm. Z tego powodu możemy go zjeść więcej, bo nie czujemy, że już się najedliśmy. Taka sytuacja prowadzi do przybierania na wadze.

WARTO WIEDZIEĆ

Rak krwi
Aby wykryć rozwijającą się chorobę, należy przeprowadzić szereg badań, zaczynając od tradycyjnej morfologii krwi z rozmazem mikroskopowym – to jedno z podstawowych badań, które może wykazać nieprawidłowości sugerujące białaczkę lub inne nowotwory krwi.
Wykorzystuje się także m.in. ● biopsję aspiracyjną szpiku kostnego lub trepanobiopsję ● badanie histopatologiczne, ● badania obrazowe (np. USG, PET-CT), ● metody chirurgiczne.

Nietrzeźwi pacjenci w szpitalach psychiatrycznych?

Barbara Wesoła
redakcja@stronazdrowia.pl

Gdzie powinna trafić osoba nietrzeźwa, która wymaga pomocy medycznej - na izbę wytrzeźwień czy do szpitala psychiatrycznego?

W Polsce wciąż brakuje jasnych przepisów, które jednoznacznie regulowałyby takie sytuacje. W interpelacji skierowanej do Ministerstwa Zdrowia dr Tomasz Rzymkowski pyta wprost, czy obecny system nie prowadzi do niebezpiecznych konsekwencji.

W interpelacji złożonej do ministra zdrowia zwrócono uwagę, że ustawa o świadczeniach opieki zdrowotnej nie przewiduje odrębnych zasad postępowania wobec osób nietrzeźwych. W praktyce oznacza to, że są one traktowane jak każdy inny pacjent.

Autor interpelacji wskazuje, że lekarz dyżurny w szpitalu psychiatrycznym nie może odmówić hospitalizacji osoby przywiezionej przez policję lub zespół ratownictwa medycznego, dopóki nie przeprowadzi podstawowej diagnostyki wykluczającej zagrożenie życia lub zdrowia. Nawet jeśli pacjent znajduje się pod wpływem alkoholu, placówka musi go przyjąć. Historia już jednak pokazała, że to nie jest właściwa droga.

W interpelacji podkreślono, że takie rozwiązanie budzi poważne wątpliwości. Zdaniem dr Rzymkowskiego, szpitale psychiatryczne - zwłaszcza monospecjalistyczne - nie są przygotowane do opieki nad osobami nietrzeźwymi, które często wymagają intensywnego monitorowania stanu somatycznego i terapii dla osób uzależnionych.

W dokumencie przywołano opinie lekarzy, według których placówki psychiatryczne często nie dysponują odpowiednią aparaturą diagnostyczną ani zespołem specjalistów innych dziedzin. Zacytowano stanowisko lekarzy z Mazowieckiego Specjalistycznego Centrum Zdrowia im. prof. Jana Mazurkiewicza, którzy wskazują na systemowy problem:

„Placówki monospecjalistyczne absolutnie nie mają narzędzi, aby odpowiednio zaopiekować się takim pacjentem".

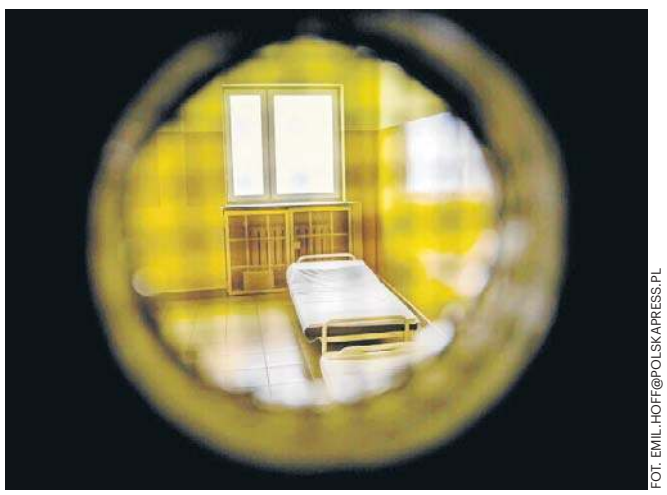
Autor interpelacji zwraca uwagę, że uzależnienie od alkoholu jest chorobą i osoby w takim stanie wymagają fachowej terapii. Jednocześnie podkreśla, że znaczna część nietrzeźwych pacjentów powinna trafiać na izbę wytrzeźwień, a nie do szpitala psychiatrycznego.

W interpelacji dr Rzymkowski nawiązuje do głośnej sprawy opisanej w grudniu 2025 roku przez Wirtualną Polskę, dotyczącą śmierci 32-letniej pacjentki z alkoholowym zespołem odstawiennym, która trafiła do szpitala psychiatrycznego i zmarła po zatrzymaniu krążenia. Autor dokumentu zaznacza, że to wydarzenie pokazuje, jak poważne mogą być skutki obecnych luk systemowych.

„W takich warunkach - mówi cytowana w artykule lekarka - oddział detoksykacyjny nie ma prawa istnieć. A masowe kierowanie pacjentów alkoholowych, którzy są tykającymi bombami, do szpitali psychiatrycznych, to błąd całego systemu. I proszenie się o tragedię".

Na końcu interpelacji sformułowano dwa konkretne pytania skierowane do ministra zdrowia. Dotyczą braku przepisów kompleksowo regulujących możliwość odmowy hospitalizacji osób nietrzeźwych, w szczególności w szpitalach psychiatrycznych, sposobów zaradzenia niedostosowaniu szpitali psychiatrycznych do opieki nad pacjentami pod wpływem alkoholu, jeśli nowe regulacje nie zostaną wprowadzone.

Na moment publikacji odpowiedź ministerstwa zdrowia nie została jeszcze udzielona. Zgodnie z procedurą resort ma na to 21 dni od daty wpływu interpelacji.



FOT. EMIL.HOFF@POLSKAPRESS.PL

Luka w przepisach ujawnia chaos decyzyjny w systemie ratowania zdrowia

eprasa.pl 7d79455323

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

BANANY

Czy można jeść brązowe banany?

Najpierw to tylko kilka brązowych plamek, ale jeśli zostawi się banany zbyt długo, można obserwować, jak w mgnieniu oka robią się całe brązowe. Jedni uważają to za wadę i aż ich przechodzi dreszcz, inni myślą: Nic nie szkodzi, skoro i tak rozgniatam je dla dziecka na papkę, to jeszcze się nada.
- W żadnym wypadku – sprzeciwia się jednak Daniela Krehl z bawarskiego centrum konsumenckiego.
Kiedy banan zmienia kolor z żółtego na brązowy, w wyniku naturalnej fermentacji powstaje alkohol – im dłużej banan dojrzewa, tym więcej. Ile alkoholu i kiedy znajduje się w bananie, zbadał Bawarski Krajowy Urząd ds. Zdrowia i Bezpieczeństwa Żywności (LGL). Przejrzały banan może zawierać ponad 7 gramów alkoholu na kilogram. Z badań wynika, że zielone banany nie zawierają alkoholu. Dojrzałe banany co prawda wytwarzają alkohol, ale nie zawsze. A jeśli już, to tylko w niewielkich ilościach, do 1,4 grama na kilogram. W przejrzałych bananach, czyli takich, które z zewnątrz są naprawdę brzydkie, całkowicie brązowe, alkohol jest natomiast obecny w każdym przypadku. Najwyższa wartość ustalona w badaniu wyniosła 7,37 grama na kilogram – informuje LGL i ostrzega przed skutkami promili. – Grupy wrażliwe, takie jak niemowlęta i małe dzieci, ale także osoby, które chcą całkowicie unikać alkoholu, powinny więc unikać przejrzałych bananów. Bawarscy obrońcy praw konsumentów robią jednak jedno zastrzeżenie: podczas pieczenia i gotowania alkohol się ulatnia. Przejrzałe banany da się więc jeszcze uratować, na przykład w chlebku bananowym lub wmieszane w ciasto na muffiny czy pankejki.

Kto nie powinien jeść bananów?

Banany to wyjątkowo zdrowe owoce, jednak ze względu na obecność niektórych substancji aktywnych nie powinny być spożywane przez osoby przyjmujące określone leki, a także chorujące na pewne schorzenia. Są grupy osób, którym może zaszkodzić jedzenie bananów. Wśród tych szczególnie zagrożonych są pacjenci z wysokim poziomem potasu we krwi oraz alergią na tyraminy.

Jak rozpoznać uczulenie na banany?

Alergią pokarmową określa się nieprawidłową i niewspółmierną do bodźca reakcję układu odpornościowego na dany alergen, dostarczony wraz z żywnością. Uczulenie może się przejawiać w postaci różnych objawów klinicznych. Wśród najczęstszych są:
● zaburzenia układu żołądkowo-jelitowego (wymioty, biegunki),
● zaburzenia pracy układu oddechowego (kaszel, katar),
● zmiany na skórze (pokrzywka, egzema),
● zaburzenia pracy układu sercowo-naczyniowego.
Reakcja alergiczna na dany pokarm może wystąpić u osoby w każdym wieku, choć większość uczuleń daje objawy już u niemowląt i małych dzieci (ok. 8 proc. dzieci cierpi z powodu alergii pokarmowej). Nie oznacza to jednak, że będzie ona towarzyszyła dziecku, gdy dorośnie. Zaledwie 1 do 2 proc. ludzi dorosłych cierpi z powodu alergii pokarmowych. Uczulenie na banany jest dość powszechną alergią pokarmową. Obejmuje szereg różnych objawów, są to m.in.:
● zaczerwienienie, mrowienie, pieczenie i swędzenie oraz obrzęk w obrębie jamie ustnej i jej okolicy,
● świąd, pokrzywka i wypryski na skórze całego ciała,
● objawy ze strony układu pokarmowego, takie jak bóle brzucha, wymioty czy biegunki,
● zaczerwienienie i łzawienie oczu,
● trudności w oddychaniu, kaszel i katar.
● wstrząs anafilaktyczny jest rzadką, ale najsilniejszą reakcją alergiczną, która wymaga natychmiastowej pomocy lekarskiej. Uczulenie na banany często idzie w parze z alergią na inne owoce np. awokado, kiwi, owoce cytrusowe czy kasztany jadalne. Objawy uczulenia występują najczęściej w przypadku alergii krzyżowej, którą w tym przypadku wywołuje podobieństwo między białkiem zawartym w owocach a tym, które znajdziemy w lateksie lub innym pożywieniu. Alergię na banany można potwierdzić wykonując oznaczanie poziomu IgE we krwi, natywne testy skórne lub próby prowokacyjne. Leczenie alergii opiera się na diecie eliminacyjnej, a także na podawaniu środków przeciwalergicznych i antyhistaminowych. Z menu alergika muszą zniknąć nie tylko surowe owoce, ale także wypieki z dodatkiem bananów, np. chlebek bananowy, a także syropy i inne przetwory, które mają je w swoim składzie.

Wszechstronna i tania maść z apteki

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Zimą skóra łatwo się przesusza, łuszczy i swędzi. Jednak wiele kosmetyków nawilżających, zamiast ją regenerować, podrażnia. Ta wszechstronna maść zregeneruje suchą skórę.

Zimą masz problem z suchą i swędzącą skórą? Wypróbuj tę wszechstronną maść, która nie dość, że nawilża i odbudowuje suchą skórę, to jeszcze przyspiesza gojenie ran, a nawet wspiera odbudowę kości przy złamaniach. Maść z żywokostu to kosmetyczny must have na zimę i nie tylko.

FOT. GETTYIMAGES.COM

Maść z żywokostu nie tylko łagodzi podrażnienia i przynosi ulgę skórze, ale też przyspiesza gojenie ran, a nawet wspomaga odbudowę kości

Jak działa maść żywokostowa?

Żywokost lekarski (Symphytum officinale) jest rośliną wieloletnią należącą do rodziny ogóreczników i w Polsce występuje pospolicie na terenie całego kraju. Spotkać go można też w innych miejscach na terenie Europy oraz w Azji Mniejszej, środkowej i na Syberii. Rośnie na terenach podmokłych, obrzeżach jezior i rzek, podmokłych lasach i zaroślach.

Żywokost zawiera śluzy, polifenole, fruktany, krzem, garbniki, asparaginę, alantoinę, kwas digalusowy, kwas chlorogenowy, kwas kawowy, rozmarynowy, trójterpen – izobauerenol, sole potasu, wapnia i sodu, glukuromannany oraz alkaloidy pirolizydynowe. Ze względu na zawartość alkaloidów o działaniu karcerogennym zaliczany jest do roślin trujących, dlatego wewnętrzne używanie go zostało zakazane. Komisja E dopuszcza jedynie zewnętrzne stosowanie żywokostu w formie 5-20 proc. maści i żelu. W tych produktach stosuje się wyciąg z korzenia żywokostu lekarskiego.

Nawilża, regeneruje, uelastycznia. Na co jeszcze pomaga maść z żywokostem?

Maść żywokostowa jest przeznaczona do pielęgnacji suchej i wrażliwej skóry podrażnionej czynnikami zewnętrznymi, ale też przyspiesza gojenie ran, proces regeneracji naskórka, a nawet ubytków kostnych.

Wskazana jest również do stosowania po oparzeniach i odmrożeniach, a także w przypadku odleżyn, odparzeń czy owrzodzeń.

Maść z żywokostu regeneruje, nawilża i odżywia skórę, a także uelastycznia ją i zmiękcza. Zawarta w wyciągu z żywokostu alantoina działa przeciwzapalnie i łagodząco.

Stosowanie maści na rany zmniejsza ryzyko powstania blizn.

Jak informuje dr Henryk Różański, żywokost pobudza ziarninowanie, czyli powstawanie nowej tkanki łącznej, łagodzi stany zapalne skóry, aktywuje także procesy regeneracji chrząstek i kości oraz przyśpiesza zrastanie się kości złamanych i pękniętych.

Jak stosować maść żywokostową?

Jeśli stosujesz maść z żywokostu w celu regeneracji i nawilżenia skóry nanieś cienką warstwę preparatu z żywokostu na skórę i pozostaw do wchłonięcia. W przypadku bólu stawów czy w razie potrzeby regeneracji kości wsmaruj większą ilość maści w wybrane miejsce, wykonując masaż aż do wchłonięcia produktu.

Przeciwwskazania do stosowania maści z żywokostu

Maści z żywokostem nie należy stosować w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek z jej składników. Ostrożność podczas stosowania maści z żywokostu powinny zachować kobiety w ciąży oraz matki karmiące piersią. Jak każdy produkt może ona wywołać działania niepożądane. Jeśli takie wystąpią, nie używaj maści i skonsultuj się z lekarzem.

WAŻNE

Żywokost lekarski
Korzeń żywokostu w ok. 15 procent składa się ze związków śluzowych. Oprócz tego znajdziemy tu również allantoinę (do 1,5 proc.), garbniki (ok. 6,5 proc.), a także asparaginę, krzem, kwasy wielofenolowe, związki cukrowe, aminokwasy, polifenole i olejki eteryczne.
Liście żywokostu zawierają z witaminy A, C, E oraz z grupy B, alantoinę i składniki mineralne, takie jak wapń, żelazo, krzem, mangan czy kobalt. Ich istotnym składnikiem jest również symfytocynoglossyna – alkaloid o właściwościach znieczulających i lekko odurzających.
Żywokost lekarski ma właściwości przeciwzapalne, ściągające, pobudzające procesy regeneracji i mechanizmy obronne organizmu. Do celów leczniczych wykorzystuje się przede wszystkim kwitnące ziele i korzeń żywokostu w postaci świeżej lub suszonej.
Żywokost lekarski jest bardzo bogatym źródłem alantoiny. Związek ten wspomaga namnażanie się komórek, a tym samym regenerację tkanek, błon śluzowych oraz okostnych nadwyrężonych stanem zapalnym. Usprawnia też miejscowy przepływ krwi, co pozwala skuteczniej odbudowywać ubytki. Tu właśnie swoje źródło ma skuteczność preparatów z żywokostu w procesie wspomagania zrastania się kości.
Żywokost jest zalecany zwłaszcza w sytuacjach niekrwawiących urazów. Stosowanie żywokostu daje bardzo dobre efekty także w przypadku leczenia zmian skórnych.

eprasa.pl 7d79455323

Piękne miłości dzieją się nie tylko w walentynki, ale między ludźmi, którzy wybrali siebie na każdy dzień. Bo im RAZEM NAJLEPIEJ! Też tak macie? Zgłoście się!

kb
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Jesteśmy po pierwszym tygodniu głosowania w plebiscycie Razem Najlepiej 2026 - akcji dla szczęśliwych par. W tym wydaniu gazety pokazujemy zdjęcia pierwszych liderów Waszego głosowania.

Spójrzcie na te zdjęcia. Czasami bardzo naturalne, czasami zabawne, czasami wzruszające. Każde inne. Ale każde prawdziwe. - Nasi Czytelnicy wybiorą spośród wszystkich zgłoszonych par te najsympatyczniejsze, a my je nagrodzimy - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek, odpowiedzialna za realizację plebiscytu: - Na zwycięzców czekają nagrody.

A te nagrody to - między innymi - wyjazdy do SPA i wczasy w Grecji. A na finał zajedzie nagroda główna, bo będzie to... samochód! Piękny, nowiutki Citroen C3 Aircross Plus!

Na zdjęciach par już zgłoszonych do akcji miłość widoczna jest i w spojrzeniu idących ze sobą przez życie od wielu lat, i w uśmiechu tych, którzy dopiero uczą się swoich gestów, nawyków, poranków. Na jednych zdjęciach widać śmiech, na innych czułość. Na wszystkich - bliskość. To właśnie te i inne fotografie tworzą karty naszego wspólnego albumu Razem Najlepiej 2026. Albumu regionu, w którym miłość nie jest wielkim hasłem od wielkich walentynek, ale codziennością. Jest spacerem, wspólną kawą, objęciem.

Jeśli czytając, to pomyślicie, „przecież my też tak mamy" - to... znak, że warto się zgłosić do plebiscytu Razem Najlepiej 2026. Jeszcze możecie - na zgłoszenia czekamy do 24 lutego.

Pamiętajcie jednak, ta akcja nie jest konkursem na perfekcyjność. Nie chodzi o Wasze idealne zdjęcie ani najbardziej spektakularną historię miłosną. Chodzi o odwagę, aby powiedzieć światu: „To jesteśmy my. To jest moja najulubieńsza osoba na świecie. To nasze bycie razem". Chodzi o chwilę zatrzymania w codziennym biegu i spojrzenie na siebie z boku, by dać sobie okazję na przygodę jako para. Publikujemy dziś kadry liderów akcji, by pokazać ich miłości - i pokazać, że nie trzeba profesjonalnej sesji ani idealnej scenerii, by miłość wisiała w powietrzu. Wystarczy być razem. Wystarczy spojrzeć na siebie tak, jak patrzycie zawsze. Przecież to Wasz najulubieńszy człowiek na świecie!

Szczegóły na **gazetawroclawska.pl/razem-najlepiej**

RAZEM DO 10 LAT WŁĄCZNIE

Alicja Fijałkowska i Darek Krajewski, powiat trzebnicki

Agnieszka Szurma i Andrzej Oleksy, Wałbrzych

Aleksandra Kafel i Miłosz Kuta, powiat świdnicki

Katarzyna Zwierzycka i Przemysław Majewski, Wrocław

Justyna i Tomasz Nowak, Jelenia Góra i powiat karkonoski

Patrycja i Patryk Bekała, Legnica i powiat legnicki

Sabina Dzedzej i Krzysztof Bomba, powiat bolesławiecki

Marta Urbanowska i Klaudiusz Kaczorowski, powiat głogowski

RAZEM WIĘCEJ NIŻ 10 LAT

Małgorzata Stankiewicz i Wojciech Paszyn, Wrocław

Kasia i Jacek Filip, powiat kłodzki

Maria i Mirosław Kopeć, Legnica i powiat legnicki

Ewa i Andrzej Pluta, powiat dzierżoniowski

Danuta i Krzysztof Lubkiewicz, powiat wrocławski

Dorota i Mariusz Madej, Wałbrzych

Barbara i Waldemar Ciechanowicz, powiat złotoryjski

Halina i Ryszard Mariowscy, powiat bolesławiecki

eprasa.pl 7d79455323

Gazeta Wrocławska
Środa, 18.02.2026

Doradca ubezpieczeniowy/finansowy Roku. Poznaj uczestników MISTRZÓW HANDLU

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Niektórzy trafiają do doradców z teczką dokumentów. Inni nawet bez jednej kartki, za to z jednym wielkim „nie wiem". Są tacy, którzy przychodzą „tylko zapytać", a wychodzą z dobrym planem na najbliższe 20 lat.

Zanim pojawi się podpis na umowie dotyczącej ubezpieczenia czy finansów, trzeba odpowiedzieć na pytania, które nie zawsze są wygodne: co by było, gdyby? Co jeśli coś się wydarzy? Jak zabezpieczyć bliskich? To dlatego praca doradców ubezpieczeniowych i pośredników finansowych to przede wszystkim spokojna rozmowa, kalkulator, notatnik, ale i kubek kawy, bo to nie są krótkie rozmowy. Wbrew stereotypom, nie są też wyłącznie o liczbach. To tak naprawdę rozmowy o życiu - o własnym mieszkaniu, obawach związanych z kredytem czy zdrowiem, odpowiedzialności za rodzinę. O tym, jak spać spokojniej.

I właśnie to zdanie najlepiej oddaje sens tych spotkań. Doradca nie wyczaruje spokoju, ale pomoże uporządkować chaos informacji. Pokazać, jakie rozwiązania są realne, a jakie tylko brzmią dobrze.

Poniżej publikujemy dwie historie uczestników akcji Mistrzowie Handlu, którzy opowiadają o swojej codzienności.

Praca daje poczucie niezależności oraz możliwość rozwoju

Mieczysław Ficner (Agencja Ubezpieczeniowa, Wrocław) podkreśla, że ciągły rozwój i poszerzanie swojej wiedzy to ogromny plus tej pracy. W ten może realnie pomagać swoim klientom w kluczowych kwestiach.

- Praca doradcy ubezpieczeniowego daje mi poczucie niezależności oraz możliwość niesamowitego rozwoju ciągle szkolenia pozwalają mi służyć moją wiedzą moim klientom w doborze odpowiedniego ubezpieczenia - podkreśla pan Mieczysław.

Jaką jedną, krótką, praktyczną radę dałaby osobom, które chcą lepiej zadbać o swoje finanse, ale nie wiedzą, od czego zacząć? - Aby zadbać o swoje finanse, należy samodzielnie poszukiwać wiedzy i sprawdzać oferty na rynku. Doradca może jedynie ukierunkować podsuwając najlepsze rozwiązania - radzi.

W pracy spotyka się z wieloma przykładami zaufania moich klientów i ich sympatii. Wspomina rozmowę, kiedy klientka zadzwoniła do Niego i powiedziała: „panie Mietku, niech już pan przyjedzie ubezpieczyć mieszkanie, bo jestem w ciąży, mąż w pracy i nie mam z kim porozmawiać". Innym razem ubezpieczał klientkę na podróż po Japonii. Wspomniał przy tym, że Jego córka dużo czyta o kraju kwitnącej wiśni. Po powrocie klientka zadzwoniła, żeby pan Mieczysław podjechał do niej, bo przywiozła prezent dla córki prosto z Japonii. To drobne gesty, które jasno świadczą o tym, jak dużą sympatią oraz zaufaniem ludzie Go obdarzają. Pokazują też, że oprócz wyników w tej pracy liczą się też relacje z ludźmi.

W pracy stawia na jakość obsługi, a nie ilość sprzedaży

Sylwia Tomczyk (Sylwia Tomczyk - Agent Superspecjalny, Wrocław) od 12 lat z pasją i konsekwencją porusza się po rynku finansowo-ubezpieczeniowym, budując trwałe relacje oparte na zaufaniu, rzetelności i wsparciu.

Ubezpieczenia nie są dla Niej produktem, są narzędziem bezpieczeństwa, które powinno być idealnie dopasowane do życia, pracy i planów klienta. Specjalizuje się w ubezpieczeniach życiowych, grupowych oraz firmowych, a także w ochronie majątku prywatnego i biznesowego.

Szczególne miejsce w Jej praktyce zajmują ubezpieczenia grupowe i życiowe, ponieważ to właśnie one w najbardziej wymierny sposób wpływają na poczucie stabilności rodzin i zespołów pracowniczych. W swojej pracy stawia na jakość obsługi, a nie ilość sprzedaży. Każde spotkanie traktuje indywidualnie, słucha, analizuje potrzeby i wspólnie z klientem buduje rozwiązania, które mają sens dziś i będą realnym wsparciem w przyszłości. Klienci cenią panią Sylwię za jasny język, brak presji oraz obecność również wtedy, gdy ubezpieczenie przestaje być teorią, a staje się realną pomocą.

Nominowana do tytułu Doradca ubezpieczeniowy/finansowy Roku wierzy, że dobry agent to nie sprzedawca, lecz partner i doradca, który bierze odpowiedzialność za rekomendowane rozwiązania.

Dlatego największą wartością dla pani Sylwii są długofalowe relacje, polecenia oraz świadomość, że w trudnych momentach Jej klienci nie zostają sami.

Liderzy w skali województwa we wszystkich kategoriach

SPRZEDAWCA ROKU
1. **Jakub Wojtoń,** Zielona Chatka, Oleśnica
2. **Renata Sychla,** Inmedio, Wrocław
3. **Andżelika Pławska,** Carrefour Express, Zgorzelec

FLORYSTA ROKU
1. **Magdalena Piskorz,** Kwiaciarnia Stokrotka Mariusz Kozak, Ewelina Kozak, Lubin
2. **Aneta Huć,** Kwiaciarnia Zielony Zakątek, Radków
3. **Agnieszka Twardoń,** Kwiaciarnia Funeralna Memento, Bogatynia

POŚREDNIK NIERUCHOMOŚCI ROKU
1. **Klaudia Szymczak,** Abra Nieruchomości, Wrocław
2. **Elżbieta Kędziora,** Biuro Nieruchomości FOXHOUSE, Bolesławiec
3. **Aleksandra Stolarska,** Pani Pośrednik, Wrocław

SKLEP ROKU - RÓŻNE BRANŻE
1. **Sklep u Arlety,** Wałbrzych, Niepodleglosci 213
2. **Sezam - sklep spożywczy PSS Społem,** Lubin, Śląska 1
3. **Sklep Na Matejki,** Kłodzko, Matejki 7

KWIACIARNIA ROKU
1. **Kwiaciarnia Czary Mary,** Wołów, Piłsudskiego 19
2. **Kwiaciarnia u Basi,** Jelenia Góra, Wolności 56/1
3. **Agawa Kwiaciarnia,** Strzegom, al. Wojska Polskiego 1

BUTIK ROKU
1. **Sendi,** Wrocław, Warmińska 20/31
2. **Ciuchomaniaczki u Alicji,** Wałbrzych
3. **Złoty Diament Butik,** Głogów, Słodowa 14

SKLEP Z ARTYKUŁAMI DLA DZIECI ROKU
1. **Sklep dziecięcy Ewa Markiewicz,** Legnica, Nowy Świat 12A
2. **Tiny Land,** Lubin, 1 Maja 1G

SKLEP Z BIŻUTERIĄ I SALON JUBILERSKI ROKU
1. **Jubiler Mennica Świdnicka,** Świdnica, Rynek 38
2. **Karo Jubiler,** Legnica, Najświętszej Marii Panny 14
3. **Jubiler Raj,** Legnica, Witelona 14A

DORADCA UBEZPIECZENIOWY/FINANSOWY ROKU
1. **Anna Brodawka,** Węglarowicz-Ubezpieczenia, Wrocław
2. **Jacek Kownacki,** Ekspert w kamizelce, Wrocław
3. **Agnieszka Czeszejko,** Doradztwo Ubezpieczeniowe Agnieszka Czeszejko, Wrocław

EKO SKLEP ROKU
1. **Zdrowy Sklep,** Wrocław, Komandorska 66
2. **Sklep zielarski Farma Ziół,** Głogów, Długosza 8B
3. **U Progu Natury,** Wrocław, Warmińska 20/4

SALON OPTYCZNY ROKU
1. **Vide-Optyk Marzena Zoń,** Wrocław, Żelazna 48
2. **Salon Optyczny Oczko,** Świdnica, Wałbrzyska 5
3. **Look Silkowski Optyk,** Wrocław, Bulwar Ikara 15/6A

Pełne aktualne wyniki głosowania znajdziesz na:
www.gazetawroclawska.pl/handel

eprasa.pl 7d79455323

DROBNE

Gazeta WROCŁAWSKA

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Telefonicznie: 800-472-852, 71/37-48-249
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: ogloszenia.wroclawska@polskapress.pl

W Biurze Reklamy:
Biuro Ogłoszeń: **Wrocław**, ul. Świętego Antoniego 2/4
tel. 71/37-48-249, 71/37-48-132
Czekamy od poniedziałku do piątku w godz.: 8.00-16.00

BIURA W REGIONIE: • **Jelenia Góra,** tel. 797 607 853 • **Legnica,** tel. 514 800 870 • **Syców,** tel. 514 800 969 • **Lubin,** tel. 514 800 969 • **Wałbrzych**, tel. 502 499 983 • **Głogów,** tel. 798 751 830 • **Świdnica,** tel. 502 499 983

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ bez pośrednika 500-185-254.

KUPIĘ każde, got. w 24 h, 500-002-486

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

INNE

BUDYNEK poniemiecki mieszkalny, Kowary 500 m do Centrum. Tel. 603-891-408.

Handlowe

ANTYKI

ANTYKI, stare obrazy, meble, starocie - kupię, 660-532-696.

Motoryzacja

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

SPRZĘGŁA-NAPRAWA Szczęki hamulcowe - wymiana okładzin. Świdnica. www.metalowiec.com Tel. 728-493-565.

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

UPADŁOŚĆ KONSUMENCKA • ODDŁUŻENIE • ANTYWINDYKACJA
Pomagamy w wyjściu z długów: przygotowanie wniosków, negocjacje z wierzycielami, ochrona przed egzekucją.
Szybka analiza sytuacji i jasne warunki współpracy.
Tel. 533-672-000.

Praca

ZATRUDNIĘ

OCHRONA z gr. niepełnosprawności Ujazd tel. 668 085 925

SPRZĄTANIE klatek schodowych oraz posesji, Wrocław, tel. 515-144-576.

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

NAŁOGI - www.kudzu.pl 451 575 023.

Usługi

AGD RTV FOTO

Domowa naprawa telewizorów LED, LCD; 71/351-60-02, 502-175-735.

BUDOWLANO-REMONTOWE

ELEKTRYCZNE inst. Pomiary. 71/351-15-15, 603-867-128.

ELEKTRYCZNE Pogotowie 71/351-15-15, 603-867-128.

MALARZ, gładzie bezpył. 730-325-737

MALOWANIE, tapetowa. 530-501-772.

REMONT - pogotowie, 694-724-672.

REMONT express! 576-843-659.

REMONTY łazienek, mieszkań. Doświadczenie. Tel. 661-303-197.

ROLETKI, żaluzje, moskitiery, okna, rolety, drzwi. Montaż, produkcja, naprawa, tel. 71/341-83-03.

INSTALACYJNE

ANTENA absolutnie profesjonalnie, tel. 603-867-128, 71/351-15-15.

HYDRAULIK - pogotowie 694-724-672

HYDRAULIK 24h, awarie 505-982-689.

Hydraulik natychmiast 500323373

PORZĄDKOWE

ZWALCZANIE pluskwy, 660-811-020.

PRZEPROWADZKI

TANIO 508-287-106, 71/784-55-63.

STOLARSKIE

Tapicerstwo tanio 601-892-927.

TRANSPORTOWE

WYWÓZ starych mebli, 660-811-020.

ZABEZPIECZAJĄCE

AWARIE zamków, montaż, serwis drzwi antywłam. 501-104-158.

INNE

KUCHNIE junkersy piece 609-528-079.

Matrymonialne

WDOWA, 70 l., opiekuńcza, bez nałogów pozna starszego, całkowicie bezdzietnego Pana, może być niepełnosprawny, bez nałogów, tel. 601-577-415

REKLAMA 0011479844

INFORMACJA

BURMISTRZ MIASTA I GMINY CHOCIANÓW

informuje,

o zamieszczeniu na tablicy ogłoszeń oraz w Biuletynie Informacji Publicznej http://chocianow.bip.pbox.pl

informacji o WYKAZIE nieruchomości gruntowej zabudowanej przeznaczonej do sprzedaży w drodze przetargu.

REKLAMA 0011479546

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego we Wrocławiu,

działając zgodnie z art. 35 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami oraz art. 54 ust. 1 pkt 3 ustawy z dnia 10 lipca 2015 r. o Agencji Mienia Wojskowego informuje, że w siedzibie przy ul. Sztabowej 32 został wywieszony na okres 21 dni (od dnia 18.02.2026 r. do dnia 11.03.2026 r.) wykaz nr 15/2026 nieruchomości z zasobu Agencji Mienia Wojskowego przeznaczonej do sprzedaży, położonej we Wrocławiu przy ul. Zegadłowicza, oznaczonej geodezyjnie jako działka nr 6/12, AM-4, obręb Kleczków.

Informacje na temat nieruchomości uzyskać można we Wrocławiu przy ul. Zwycięskiej 39, pok. nr 32, oraz w sekretariacie Oddziału Regionalnego AMW we Wrocławiu, tel. 71/710 72 00, a także na stronie internetowej: https://amw.com.pl/pl.

ODDZIAŁ REGIONALNY AMW we Wrocławiu
ul. Sztabowa 32, 50-984 Wrocław
tel. (71) 710 72 00 • fax (71) 710 72 01
e-mail: wroclaw@amw.com.pl • www.amw.com.pl

WYKAZ WYKAZ WYKAZ WYKAZ WYKAZ

REKLAMA 0011480018

NIERUCHOMOŚĆ ZABYTKOWA

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa

ODDZIAŁ TERENOWY WE WROCŁAWIU
podaje do publicznej wiadomości informację o zamiarze sprzedaży nieruchomości obręb Jędrzychowice, gmina Wiązów, powiat strzeliński, województwo dolnośląskie

Nieruchomość gruntowa, zabudowana **oficyną pałacową dz. nr 135/5, 135/44, 135/45, pow. 0,1761 ha**

Cena nieruchomości: 198 000,00 zł
**Istnieje możliwość obniżenia ceny z tytułu wpisu do rejestru zabytków*

Przeznaczenie w MPZP: U/ZP – przeznaczenie podstawowe: teren usług i zieleni urządzonej; przeznaczenie uzupełniające: zabudowa mieszkaniowa, obiekty socjalne i technicznego wyposażenia, obiekty i urządzenia sportowe, komunikacja, parkingi, dopuszcza się: rzemiosło, produkcję i magazynowanie o profilu niekolidującym z historycznym charakterem obiektów, 3KDW – teren dróg wewnętrznych.

Szczegółowy opis nieruchomości zawiera wykaz nr **WRO.WKUZ.GZ.4240.93.2025.SD.201** wywieszony w miejscach zwyczajowo przyjętych w dniach **od 18.02.2026 roku do 5.03.2026 roku** oraz na stronach www.gov.pl/web/kowr i BIP.

WIĘCEJ INFORMACJI: Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa Oddział Terenowy we Wrocławiu, ul. Mińska 60, 54-610 Wrocław, tel. 797-604-773, e-mail: sandra.dupuis@kowr.gov.pl oraz na stronie: www.gov.pl/web/kowr.

www.gov.pl/web/kowr

REKLAMA 0011478870

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego we Wrocławiu,

działając zgodnie z art. 35 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, informuje, że w siedzibie przy ul. Sztabowej 32 we Wrocławiu został wywieszony na okres 21 dni (od dnia 18.02.2026 roku do dnia 11.03.2026 roku) **wykaz nr 13/2026** obejmujący najem pomieszczenia gospodarczego o pow. 29,13 m² w budynku Wspólnoty Mieszkaniowej, ul. Gajowicka 132-136, położonego we Wrocławiu przy ul. Gajowickiej 136, woj. dolnośląskie, działki nr: 45/2, AM-33, obręb 0022-Południe.
Dodatkowe informacje na temat nieruchomości można uzyskać w Agencji Mienia Wojskowego we Wrocławiu przy ul. Zwycięskiej 39, pok. nr 28 lub pod nr tel. 71/710 72 79.

ODDZIAŁ REGIONALNY AMW WE WROCŁAWIU
ul. Sztabowa 32, 50-984 Wrocław
tel. (071) 710 72 00 • fax. (071) 710 72 01
e-mail: wroclaw@amw.com.pl • www.amw.com.pl

WYKAZ WYKAZ WYKAZ WYKAZ

REKLAMA 0011475363

Stacja demontażu pojazdów
ZŁOMUJGRATA.PL
KASACJA POJAZDÓW
64-100 Lasocice k. Leszna
ul. Wschodnia 36A (przy S5)
500 545 500

AUTOREKLAMA

strefa AGRO
Grunt to biznes.
strefaagro.pl

REKLAMA 0011480464

BURMISTRZ NOWOGRODŹCA
59-730 Nowogrodziec, ul. Rynek 1
tel. 75 738 06 71, fax 75 731 64 16, e-mail: urzad@nowogrodziec.pl
www.nowogrodziec.pl bip.nowogrodziec.pl

Działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U z 2024 r., poz. 1145 ze zm.) Burmistrz Nowogrodźca informuje, że w siedzibie Urzędu Miejskiego przy ul. Rynek 1 w Nowogrodźcu w dniu 18.02.2026 r. zostały wywieszone **wykazy nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży, użyczenia i dzierżawy.**

REKLAMA 0011478503

Prezes Sądu Okręgowego w Legnicy ogłasza konkurs na:

0,5 etatu na stanowisko specjalistki/specjalisty w zakresie pedagogiki w I Opiniodawczym Zespole Sądowych Specjalistów w Sądzie Okręgowym w Legnicy.

Szczegóły konkursu na stronie
www.legnica.so.gov.pl.

eprasa.pl 7d79455323

Nigdy nie mogłabym być z nerwowym facetem. Ja potrzebuję faceta, który wycisza

Małgorzata Rozenek w podcaście „Jestem kobietą” Fot. Adam Jankowski

Z ŻYCIA GWIAZD

Roksana Węgiel założyła maskę
Młoda piosenkarka i Kevin Mglej z okazji święta zakochanych wybrali się na elegancką kolację.
W sieci podzielili się obszerną relacją. Ona postawiła na czarną suknię z wycięciami i głębokim dekoltem. On przywdział białą koszulę i garnitur. Ich stylizacje dopełniały... maski na oczach.

Joanna Opozda ma dużego chłopaka
Tegoroczne walentynki aktorka spędziła z synem.
Na jej profilu ukazała się urocza fotografia z pociechą, do której zapozowali w takich samych bluzach. Twarz chłopca została częściowo przesłonięta serduszkiem, ale na zdjęciu widać, że czterolatek wyrósł na dużego chłopca.

Justyna Steczkowska rozumie koleżankę
Piosenkarka udzieliła wywiadu Żurnaliście. W rozmowie nie zabrakło wzmianki o jej relacji z Edytą Górniak.
– Wiem, że media robią zadymę, że się nie lubimy. Ja tego tak nie widzę. Edi czasem gniewa się za rzeczy, których nie rozumiem, ale rozumiem, że się gniewa i nie biorę tego pod uwagę. [...] To jest piękna dziewczyna, która ma talent do śpiewania, a to, że jest specyficzna? Każdy z nas jest jakiś. Trzeba też brać pod uwagę, że jest artystką – powiedziała gwiazda.
(GZL) Fot. Jakub Steinborn

W TELEWIZJI

Mississippi w ogniu
Stopklatka, 20:00
USA, 1964 r. W Meridan, miasteczku opanowanym przez Ku Klux Klan, FBI prowadzi śledztwo w sprawie brutalnego morderstwa afroamerykanina oraz dwóch obrońców praw czarnej społeczności. Agenci szybko przekonują się, że mieszkańcy nie będą im pomagać.

Piep*zyć Mickiewicza
Polsat, 21:35
Wyrzucony z uczelni pisarz i wykładowca Jan Sienkiewicz podejmuje pracę jako polonista w warszawskim liceum. Pod jego opiekę trafia grupa zbuntowanych wyrzutków. Nauczyciel, uzbrojony w literaturę i niekonwencjonalne metody nauczania, podejmuje wyzwanie.

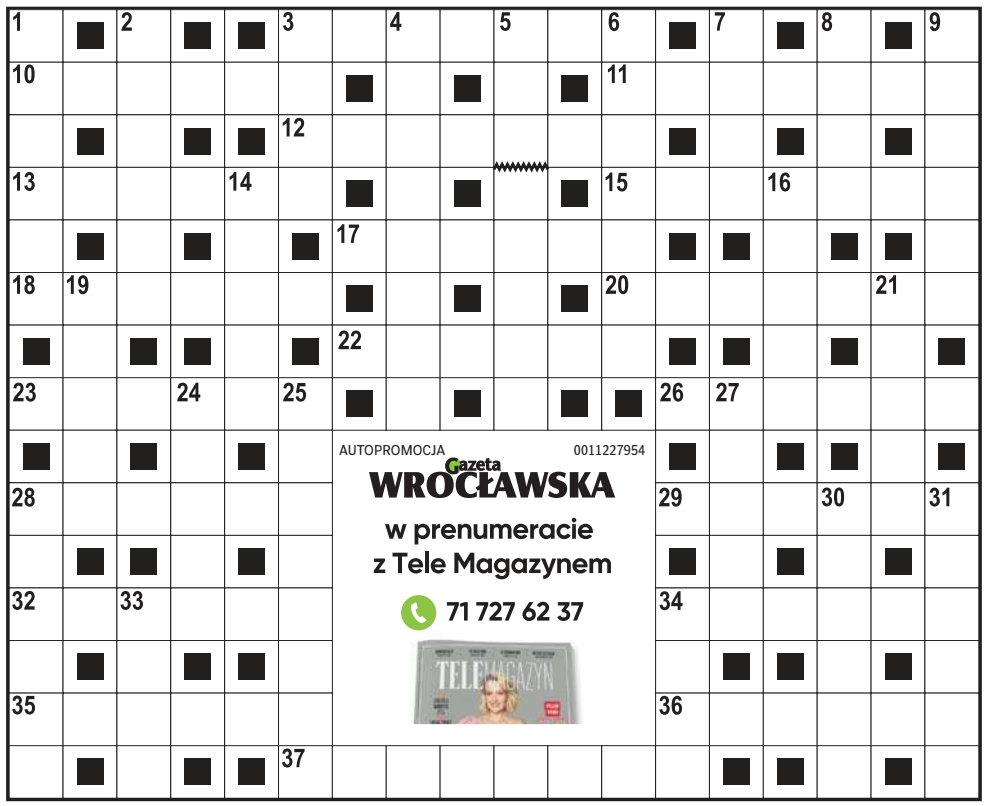
Największe miasta świata
BBC Earth, 22:55
Hongkong to rozległe miasto, które wzbogaciło się dzięki handlowi na wielką skalę. Autorzy dokumentu odwiedzają mieszkańców domów o rozmiarach spiżarni oraz poznają miejscowe tradycje.

W co wierzą Osbournowie
Metro, 23:00
Legendarny rockman Ozzy Osbourne i jego żona Sharon Osbourne są sceptykami w kwestii zjawisk paranormalnych. Wraz z synem Jackiem oglądają najbardziej szalone i nadprzyrodzone aktywności, jakie nagrano. Czy uwierzą w duchy?

KRZYŻÓWKA NR 26

Poziomo:
3) upominek dla solenizanta,
10) narzędzie do wyciągania gwoździ,
11) zespół bloków mieszkalnych,
12) pejoratywne określenie biurokraty,
13) mieszkaniec wawelskiego grodu,
15) domowe – do odrobienia,
17) kraina przylegająca do Mazur,
18) myszka na ciele,
20) przejmująca, czasem czarna,
22) … Rourke, aktor z filmu „Harry Angel”,
23) burza z porywistym wiatrem nad oceanem,
26) chrząszcz żyjący pod korą drzew,
28) werbunek do wojska,
29) wierzchnie nakrycie namiotu,
32) pierożek nadziewany śliwką,
34) uczucie przerażenia, bojaźń,
35) jeden z trzech rodzajów literacki,
36) najstarszy w rodzinie,
37) napis nad tekstem artykułu.

Pionowo:
1) wydany przez dowódcę,
2) działowa w pomieszczeniu,
3) imię wielu papieży,
4) subiektywne przeżycie, odczucie,
5) serial amerykański, prequel „Gry o tron”,
6) budynki przeznaczone do kwaterowania żołnierzy,
7) płaski w gimnastyce,
8) stawia piece kaflowe,
9) kary koń z domieszką białych włosów,
14) „… w operze”, musical Andrew Webera,
16) jednostka natężenia prądu,
19) wyraz oznaczający kogoś lub coś,
21) ostra przyprawa kuchenna,
24) główny posiłek dnia,
25) Ferdynand, pierwszy żeglarz, który opłynął Ziemię,
27) krzywa płaska kreślona cyrklem,
28) zakręt rzeki, meander,
30) wizerunek twarzy widzianej z boku,
31) ozdobna metalowa część pasa,
33) w portfelu Holenderki,
34) dochód uzyskany ze sprzedaży towarów.



AUTOPROMOCJA 0011227954
Gazeta WROCŁAWSKA
w prenumeracie z Tele Magazynem
71 727 62 37

ROZWIĄZANIE NR 25

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, ale z rozwagą. Horoskop dzienny wróży, że spontaniczny krok przyniesie dziś korzyść i spokój. Czeka Cię udany dzień.

Ryby (19.02 - 20.03)
Skup się na finansach. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie zapowiada, że drobna decyzja zaprocentuje szybciej, niż się spodziewasz.

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowa wyjaśni nieporozumienia. Horoskop dzienny na środę radzi słuchać uważnie. Możesz zyskać dzięki temu sprzymierzeńca.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o domowe sprawy. Horoskop dzienny mówi, że porządek wokół Ciebie oraz dobre relacje z ludźmi przyniosą ulgę i jasność myśli.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Pokaż inicjatywę w pracy. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś z grona znajomych doceni Twoją kreatywność oraz odwagę działania.

Rak (22.06 - 22.07)
Detale mają znaczenie. Horoskop dzienny na środę wróży, że precyzja pomoże uniknąć błędu i zyskać uznanie w oczach ludzi.

Lew (23.07 - 22.08)
Szukaj równowagi między sercem a rozumem. Horoskop dzienny zapowiada, że kompromis okaże się najlepszym rozwiązaniem.

Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja Cię nie zawiedzie. Horoskop na dziś radzi zaufać przeczuciu w ważnej rozmowie. Wszystko dzięki temu ułoży się po Twojej myśli.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowy pomysł doda energii; zaplanuj krok naprzód i działaj bez wahania. Horoskop dzienny na środę mówi, że wiele dzięki temu osiągniesz.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny zapowiada, że cierpliwość będzie Twoją siłą. Niektórzy Ci tego trochę pozazdroszczą.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Nieszablonowe myślenie otworzy drzwi. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się swoją wizją z innymi osobami.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość stanie się atutem. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że jeśli okażesz wsparcie, dobro wróci do Ciebie z nawiązką.

Gazeta WROCŁAWSKA
www.gazetawroclawska.pl

Redaktor naczelna **Maja Majewska**, Z-ca redaktor naczelnej **Mateusz Różański**, Prezes Makroregionu **Robert Glinkowski**, Dyrektor marketingu oddziału **Anna Bijak-Bednarska**

Redakcja ul. św. Antoniego 2/4 (wejście A, I p.) 50-073 Wrocław, **tel. 71 37 48 151, 71 37 48 100** **redakcja@gazeta.wroc.pl**
Druk Polska Press Oddział Poligrafia 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10

Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.gazetawroclawska.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 7d79455323

Wojciech Topór: Wierzyliśmy w jeden medal, ale trzy?!

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. **Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek zdobyli srebrny medal w konkursie duetów w skokach narciarskich na dużym obiekcie podczas igrzysk w Mediolanie.**

Wygrali Jan Hoerl i Stephan Embacher z Austrii. Brąz wywalczyli Johann Andre Forfang i Kristoffer Eriksen Sundal z Norwegii. Przed skokami sześciu ostatnich zawodników zaczął intensywnie padać śnieg. Pojawiły się też mocne podmuchy wiatru. Po nieudanym skoku Tomasiaka jury zdecydowało o przerwaniu konkursu i uwzględnieniu wyników dwóch z trzech planowanych serii.

Pogoda sprzyjała Polakom

Śnieg nie pierwszy raz pomógł polskim skoczkom narciarskim w osiągnięciu sukcesu. Obfite opady i wiatr sprawiły, że anulowano rundę finałową, dzięki czemu Tomasiak i Wąsek zdobyli srebro. W 2019 roku podobne okoliczności dały Polakom w Seefeld dwa medale mistrzostw świata (pierwszy Dawid Kubacki, drugi Kamil Stoch).

To 27. medal olimpijski w historii startów polskich sportowców na zimowych igrzyskach, a czwarty podczas XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich. W tej dyscyplinie sportu to 13. olimpijski krążek Biało-Czerwonych.

Historyczny wyczyn

Kaccper Tomasiak został pierwszym polskim skoczkiem narciarskim, który wywalczył trzy medale na jednych igrzyskach. Na normalnej skoczni chłopak z Bielska-Białej był drugi, a na dużej zajął trzecie miejsce. Jako debiutant na igrzyskach dokonał niesamowitej rzeczy i wpisał się na karty historii nie tylko polskiego olimpizmu w wieku zaledwie 19 lat.

FOT. PAP/GRZEGORZ MOMOT

Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek na skoczni w Predazzo. Polacy przegrali tylko z Austriakami

Przed nim po trzy krążki z jednej edycji - licząc letnie i zimowe igrzyska - wywalczyły tylko ikony polskiego sportu: lekkoatletka Irena Szewińska (Tokio, 1964 - złoto i dwa srebra), pływaczka Otylia Jędrzejczak (Ateny, 2004 - złoto i dwa srebra) oraz w zimowych zmaganiach Justyna Kowalczyk (Vancouver, 2010 - złoto, srebro, brąz).

- Skoki Kacpra i Pawła były na bardzo wysokim poziomie, wkradły się tylko drobne błędy. Dobrze, że odwołano trzecią serią, bo po intensywnych opadach śniegu dalsza rywalizacja nie miała sensu i nie byłaby już sprawiedliwa - mówi w rozmowie z Polska Press Wojciech Topór, trener kadry B polskich skoczków.

Zwłaszcza postawa Pawła Wąska była w poniedziałek sporym, pozytywnym zaskoczeniem. W obecnym sezonie niespełna 27-letni zawodnik spisywał się słabo, nie kwalifikował się nawet do polskiej kadry na poszczególne konkursy Pucharu Świata.

Trener Maciej Maciusiak postawił jednak na lidera Biało-Czerwonych w poprzednim sezonie i ta decyzja okazała się słuszna.

- Paweł rozkręcał się już w treningach, wskakiwał nawet do pierwszej „dziesiątki", a zawody indywidualne na dużej skoczni już były dobre w jego wykonaniu. Teraz pokazał prawdziwy charakter i wielkie serce do walki. Kacper z kolei jest w tak wielkiej formie, że mimo niewielkiego błędu nie przeszkodziło mu to polecieć bardzo daleko. Drugi skok to już była w jego wykonaniu prawdziwa bomba - dodaje.

Przed igrzyskami mało kto spodziewał się, że polscy skoczkowie wywalczą w Italii chociażby jeden medal. Trzy krążki to wynik zdecydowanie powyżej nawet najśmielszych oczekiwań największych optymistów.

- Będę szczery. Chcieliśmy i wierzyliśmy w przynajmniej jeden medal, ale trzy? Nasze szczęście jest przeogromne - podsumował trener Kacpra Tomasiaka w ubiegłym sezonie.

Od Calgary do Pekinu - przez dziesięć kolejnych edycji zimowych igrzysk olimpijskich - w skokach narciarskich rozgrywano zawody drużynowe. We Włoszech zastąpiono je duetami.

Konkursy duetów są organizowane od 2023 roku. Pierwszy z nich odbył się w trakcie zawodów Pucharu Świata w amerykańskim Lake Placid. Historyczne zwycięstwo odnieśli reprezentanci Polski: Dawid Kubacki i Piotr Żyła.

Polska ekipa zdobyła podczasd XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, których gospodarzem są Mediolan i Cortina d'Ampezzo, już cztery medale. Oprócz skoczków, srebro wywalczył panczenista Władimir Semirunnij na dystansie 10 000 metrów.

©℗

Liga Mistrzów: Zieliński w mroźnej Norwegii, Kochalski z Anglikami

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Wieczorem do fazy pucharowej Ligi Mistrzów dołączą kolejni Polacy - Piotr Zieliński i Mateusz Kochalski.**

Zieliński przeżywa właśnie najpiękniejsze chwile w Interze. W weekend we włoskim klasyku golem na 3:2 strzelonym tuż przed ostatnim gwizdkiem sędziego rozstrzygnął mecz z Juventusem. Teraz jako lider środka pola ma poprowadzić zespół do awansu do 1/8 finału Ligi Mistrzów. Wbrew pozorom czeka go spore wyzwanie; na wyjeździe, w mrozie, z nieobliczalnym rywalem. Bodo/Glimt złożone głównie z norweskich piłkarzy dało się już w tym roku we znaki topowym drużynom. Na finiszu fazy ligowej ograło nie tylko Manchester City, ale i Atletico Madryt. Wcześniej duże problemy sprawiło Borussii Dortmund i wspomnianemu Juventusowi. Kto jeśli jednak nie Inter z fenomenalnym ostatnio Zielińskim miałby z nim zapunktować? To spotkanie także w paśmie otwartym- w TVP 1 od godz. 21.00.

Wszystkie trzy pozostałe mecze obejrzymy na kodowanych kanałach Canal+ Sport. Chronologicznie pierwszy polski akcent od godz. 18.45 nastąpi w odległym Azerbejdżanie. Kochalski, łączony w zimowym okienku z Widzewem Łódź, zamierza dopisać z Karabachem Agdam kolejny piękny rozdział, czyli wygrać czwarty mecz w tej edycji. Czeka go bardzo trudne zadanie, ponieważ naprzeciw stanie ofensywa Newcastle United. Polak w przeciwieństwie do kolegów z defensywy prezentuje równą, solidną formę. Dzielnie stawiał już czoła zawodnikom Chelsea czy Napoli (obronił karnego). Bezradny okazał się tylko wobec tym z Liverpoolu, którzy wbili aż sześć bramek.

1/16 finału Ligi Mistrzów
Środa, 18 lutego
- 18.45 Karabach - Newcastle United
- 21.00 Bodo/Glimt - Inter Mediolan
- 21.00 Club Brugge - Atletico Madryt
- 21.00 Olympiakos Pireus - Bayer Leverkusen

FOT.PAP/EPA/MATTEO BAZZI

W sobotę Piotr Zieliński stał się bohaterem Interu, strzelając zwycięskiego gola w hicie z Juventusem

Nie tylko prestiż, ale i wielkie pieniądze + luksusowe bonusy

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. **Kacper Tomasiak, zdobywając trzy medale - dwa srebrne i jeden brązowy - na XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, może liczyć na godziwe wynagrodzenie.**

Zarówno Ministerstwo Sportu i Turystyki, jak i Polski Komitet Olimpijski postarały się, aby najlepsi z naszych sportowców nie mogli narzekać. Stąd milionowe premie, mieszkania, samochody i... tokeny, czyli w skrócie przedmiot płatniczy niebędący monetą czy banknotem.

Z tytułu nagród zapowiedzianych przez Polski Komitet Olimpijski, do 19-letniego Kacpra Tomasiaka trafi 400 000 (srebrny) i 300 000 złotych (brązowy) za medale indywidualne plus 200 000 złotych za wspólny sukces z Pawłem Wąskiem w konkursie duetów (srebrny).

Ponadto trafi do niego - w postaci tokenów - 550 000 złotych. Do tego dochodzą obrazy, vouchery na wakacje oraz biżuteria o wartości do 2000 złotych.

Bardziej skomplikowane jest wyliczenie nagród ministerialnych. Zgodnie z ustawą o sporcie, w przypadku zdobycia w czasie tych samych zawodów - w tym wypadku XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich - dwóch lub więcej medali, zawodnik otrzymuje TYLKO jedną nagrodę finansową. Jej wysokość nie może przekroczyć 75 procent sumy nagród za poszczególne osiągnięcia.

W przypadku Kacpra Tomasiaka suma jednorazowych świadczeń wyniesie 218 000 złotych, a 75 procent z tej kwoty to 163 500 złotych.

Oprócz tego skoczek może liczyć na dwuletnie stypendium przewidziane dla najcenniejszego z medali, czyli w tym wypadku srebrnego, a zatem będą to 24 raty po 15 427,26 złotych, czyli łącznie 370 254,24 złotych.

Zatem łącznie będzie to 1 980 000 złotych!!!

Jakby tego było mało, Tomasiak ma już zapewnione tzw. świadczenie olimpijskie, czyli popularną emeryturę olimpijską, która od 1 stycznia tego roku wynosi 5116,99 złotych netto. Te należności finansowe przysługują jednak naszym sportowcom dopiero po ukończeniu 40. roku życia, pod warunkiem, że mają polskie obywatelstwo, są niekarani i nie byli zdyskwalifikowani za doping w wymiarze większym niż 24 miesiące lub więcej niż raz.

Otrzymują ją byli zawodnicy, którzy nie kontynuują kariery sportowej poprzez uczestnictwo w zawodach organizowanych przez polskie związki sportowe.

Na liście płac w zawodach Pucharu Świata w skokach narciarskich Kacper Tomasiak też nie może narzekać. Po 25 z 37 zawodów Polak jest pewny już wypłaty 53 300 euro, czyli równowartość ok. 224 000 złotych...

Oficjalne premie nie są jedynymi dochodami skoczków narciarskich. Zawodnicy ze światowej czołówki mają podpisane prywatne kontrakty sponsorskie i reklamowe, których wysokość jest objęta tajemnicą.

©℗

eprasa.pl 7d79455323

WYNIKI LOSOWAŃ LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 16.02
Multi Multi – godz. 22:00
[3], 6, 7, 12, 20, 21, 26, 27, 28, 32, 34, 35, 36, 37, 40, 44, 59, 67, 69, 74
Mini Lotto
5, 21, 26, 32, 36
Kaskada – godz. 22:00
1, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 21, 24
Ekstra Pensja
9, 17, 21, 25, 32 + 2
Ekstra Premia
13, 23, 27, 31, 33 + 3

WTOREK, 17.02
Multi Multi – godz. 14:00
3, 5, 8, 10, 20, 30, 35, 41, 42, 47, 48, 50, 58, 59, 61, 65, 71, 74, 76, [78]
Kaskada – godz. 14:00
1, 3, 5, 7, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24

Saneczkarze niczym Lewandowski bez boiska

Przemysław Kaczałko
przemyslaw.kaczalko@polskapress.pl

Sprawa kondycji polskiego saneczkarstwa wraca jak bumerang. Mimo braku bazy treningowej, kadrowicze dokonują niemożliwego. Rozmawiamy z Przemysławem Pochłodem, trenerem SMS-u Karpacz.

FOT. ARCHIWUM KLAUDII DOMARADZKIEJ

Od lewej: Wojciech Chmielewski, Mateusz Sochowicz i Klaudia Domaradzka – reprezentanci Polski na zimowych igrzyskach olimpijskich Mediolan-Cortina 2026

Za nami występy sanaczkarzy na zimowych igrzyskach olimpijskich. Można powiedzieć, że jak bumerang wraca temat bazy treningowej i sprzętu, którym dysponują reprezentanci Polski. W 2016 roku rozmawialiśmy o tym po zdobyciu mistrzostwa świata do lat 23 przez dwójkę Chmielewski/Kowalewski, osiem lat temu przy okazji zjazdu bez maski Mateusza Sochowicza, cztery lata temu przy jego wypadku na ZIO, rok temu po piątym miejscu sztafety na mistrzostwach świata. I dalej nic...

Na pewno jest to męczące dla większości kibiców czy pasjonatów sportu, że my tak narzekamy. Ale to trochę tak, jakby porównać, że Robert Lewandowski miałby się przygotować do ważnych meczów bez stadionu, bez boiska, bez placu do gry i bez kolegów. My tak naprawdę ani nie dysponujemy obiektem sportowym, ani sprzętem. Mamy stare sanki kupowane od osób, które już ten sprzęt używały. To nie jest sprzęt z najwyższej półki, ale takie są warunki. Na pewno Ministerstwo Sportu wyciągnie wnioski. Być może będzie pozytywna ocena wniosku, który już leży od 2023 roku. To kolejny raz złożony wniosek o budowę toru w Karpaczu, blisko Szkoły Mistrzostwa Sportowego.

Inwestorem ma być gmina Karpacz, a w dużym stopniu do inwestycji mają się dołożyć Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego i Ministerstwo Sportu. Czy to będzie tor, na którym można rozgrywać zawody Pucharu Świata?

To będzie letni tor do rozgrywania letnich Pucharów Świata. Takie same tory są w Niemczech, m.in. w Zwickau. Tam są rozgrywane letnie Puchary Świata, tzw. Summer Cup. Tam startują na przykład Max Langenhan, mistrzyni olimpijska z tego roku Julia Taublitz, która wygrywa w Zwickau praktycznie co roku. Tam się też przygotowują w treningu letnim, uzupełniając ten trening zimowy. Max Langenhan w Oberhofie też odbywa bardzo dużo ślizgów na sankorolkach, przed pierwszymi ślizgami na lodzie. Ten tor posłuży nam do szkolenia dzieci, a także tych najstarszych i do rozgrywania zawodów. Wtedy my wyjdziemy na pewien wysoki poziom, jeśli chodzi o współpracę międzynarodową. Możemy za darmo jeździć do Niemiec, Czech czy Austrii, a oni do nas przyjeżdżają, mamy wspólne campy. Aktualnie jesteśmy petentami, którzy proszą o dostęp do toru. Tory trzeba rezerwować z półrocznym, czasami rocznym wyprzedzeniem. Podpisujemy umowę, nie wiedząc czy dostaniemy dofinansowanie do tego zgrupowania czy zawodów. Jak będziemy mieli swój tor, to my będziemy mogli współpracować. Będziemy mogli narzucać też nasze warunki. Tor kompozytowy w Karpaczu posłuży do rywalizacji o przyszłe medale olimpijskie.

Doprecyzujmy – to będzie właśnie tor kompozytowy, czyli w sezonie zimowym będziecie musieli jeździć za granicę.

Tak, to jest tor kompozytowy, więc jeździ się na nim dziewięć miesięcy. Można go lodzić, ale musi być bardzo zimno, minus 7, minus 11 stopni przez tydzień, żeby taką mgiełką go zalodzić, ale Niemcy tego nie praktykują. Zaoszczędzimy ogromne pieniądze, bo tych obozów i zawodów na sankorolkach jest sporo. To w naszym regionie zostaną te pieniądze, a nie np. w Niemczech czy w Austrii.

Bez względu na to, kto rządził, to wiecznie były obietnice, ale teraz wiedząc, że gotowy jest miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego w Karpaczu, dofinansowanie już niemal pewne, to chyba możecie powiedzieć, że w końcu się uda wybudować tor w Polsce.

Ministerstwo wydało kilka dni temu – po szóstym miejscu dziewczyn na igrzyskach olimpijskich w Cortinie – informację, że weryfikuje jeszcze raz ten wniosek i myślę, że w ciągu kilku tygodni dostaniemy informację pozytywną albo negatywną, miejmy nadzieję pozytywną. Natomiast Karpacz ma wszystko – ma zgodę na budowę od 2023 roku, gotowy plan, wszystkie pozwolenia, także tutaj nie ma żadnych przeciwskazań, czekamy już tylko na informacje z Ministerstwa Sportu. Jest też zmieniony plan zagospodarowania przestrzennego w Jeleniej Górze – Sobieszowie, na terenie Transgranicznego Centrum Turystyki Aktywnej. Tam jest planowany krótszy tor treningowy dla dzieci, który zapewni to podstawowe szkolenie.

Jelenia Góra i Karpacz to doskonałe miejsca do rozwoju saneczkarstwa, to stąd mamy większość olimpijczyków. Wszyscy zawodnicy, którzy teraz brali udział w igrzyskach, byli na pewnym etapie kariery szkoleni przez Przemysława Pochłoda, miały jakiś związek z Jelenią Górą.

Oczywiście, że tak. Klub MKS Karkonosze Sporty Zimowe od lat wychowuje. To nie tylko ja, bo to jest bardzo duża grupa trenerów: Monika Pawlak-Warzybok, Marta Pochłód, Sylwester Poniatowski, Robert Dobrowolski, Edward Maziarz czy Tomasz Koćmierowski, który ze mną pracuje w SMS Karpacz. Ci ludzie pracują od wielu lat, to pasjonaci sportu, bo – trzeba powiedzieć to z żalem – oprócz pracowania w szkole, często wykonujemy bardzo dużo działań za darmo, bo wiemy, że jak nie zrobimy czegoś, to po prostu to nie będzie funkcjonowało. To jest pasja, każdy z nas jeździł na sankach, tu nie ma przypadku. Próbujemy w to wciągać byłych olimpijczyków, byłych zawodników, kadrowiczów, żeby ta ciągłość pracy była i czekamy na ten obiekt, żeby ruszyć z miejsca.

Potrzebne jest sześć-osiem lat treningu od wieku juniorskiego do seniorskiego, żeby dopiero liczyć się na świecie

Nawet jak będzie tor – ten treningowy w Sobiszowie i kompozytowy w Karpaczu, to jeszcze potrzebny jest dobry sprzęt, bo jesteśmy w tyle za czołówką światową.

Tak, jesteśmy zmuszeni do kupowania sprzętu na zachodzie, w związku z tym, że nie jesteśmy producentami. Kiedyś były wielkie tradycje – zakłady szybowcowe w Jeleniej Górze produkowały elementy do sanek: miskę, płozy. Myślę, że są przedsiębiorcy w Polsce, którzy mogą poczuć w tym interes i produkować sprzęt. To nie jest bardzo trudna technologia. Są projekty i regulaminy, można wzorować się na tym. Jest potrzebna dobra chęć inwestycyjna, powiązana może z Instytutem Sportu, który wspiera takie inicjatywy, Ministerstwem Sportu. Mamy doświadczonych inżynierów, naukowców, którzy pracują dla innych sportów. Np. jest naukowiec ze Szczecina, który pracuje dla Federacji Łotewskiej – oni zdobyli medale olimpijskie. Polski naukowiec był wynajęty przez nich, bo znał się na specjalności obrabiania, ostrzenia metali. Mamy specjalistów w wielu dziedzinach, tylko nikt nie potrafi się po prostu dogadać, każdy rozgrywa te swoje regionalne karty. W saneczkarstwie, bobslejach i skeletonie jest 36 medali olimpijskich do zdobycia na jednym torze.

Nikola Domowicz i Dominika Piwkowska zaskoczyły wszystkich w dwójce – zajęły szóste miejsce na ZIO. Gdyby miały właśnie lepszy sprzęt, o ile mogły poprawić ten czas, jak to wygląda w detalach, czy można to wyliczyć?

Na pewno troszeczkę można wyliczyć, ale potrzeba też trochę szczęścia. Igrzyska olimpijskie to jest stres. Trener kadry narodowej udzielił takiego wywiadu, kiedy mówił, że to nie za wiele by zmieniło, bo dziewczyny potrzebują lepszych metali. Na pewno stal jest najważniejsza, sam sprzęt jest ważny, ale on jest już dopracowany, nawet jak jest starszy. Są stopy metalu, które szybciej suną po lodzie, a są takie, które mają gorszą jakość. Najczęściej mamy od jednego do trzech kompletów na cały sezon. Zawodnicy z czołówki światowej często przychodzą z czterema, sześcioma na zawody, mają osobno treningowe szyny i do zawodów. Mają mechaników, serwismenów, którzy po ślizgu już widzą, co się dzieje, zmieniają, smarują.

Poza wyjazdami za granicę, co rodzi koszty – trenujecie jak się da, m.in. na lodowisku w Jeleniej Górze.

Może to źle wygląda, ale szczerze dziękuję prezydentowi miasta i zarządowi Term Cieplickich, bo musieliśmy jeździć do Świdnicy czy do Łagowa koło Zgorzelca. Wstawać o 2:30, 3:00 nad ranem, żeby o 6:00 czy 7:00 rano odbyć trening. Dla nas to jest rewelacyjna sprawa, że jest lodowisko w Jeleniej Górze. Ono zapewnia nam trening elementu startu, rywalizację. Małymi kroczkami możemy zbudować potencjał, a ten potencjał wykorzystać na torze kompozytowym i z tych ludzi po prostu szlifować mistrzów.

Jeśli wszystko dobrze pójdzie, za dwa-trzy lata będą tory w Karpaczu i Jeleniej Górze. Kiedy możemy się spodziewać efektów? Wyniki przyjdą na igrzyskach za osiem lat?

Potrzebne jest sześć-osiem lat treningu od wieku juniorskiego do seniorskiego, żeby dopiero liczyć się na świecie. My i tak oszukujemy ten świat, zaklinamy rzeczywistość, bo to, że mamy olimpijczyków bez toru, bez możliwości, bez wsparcia, to cud. Zakwalifikowanie się na igrzyska olimpijskie jest trudne. To dwa lata kwalifikacji, zdobywania punktów w dwóch sezonach. Trzeba doceniać, że tacy zawodnicy są. ©℗

eprasa.pl 7d79455323