

PROFILAKTYKA TO MĘSKA SPRAWA

● Narodowy Fundusz Zdrowia – Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach. **Szczegóły wewnątrz wydania**

Zdrowie Depresja nie jest lenistwem. Najbardziej rani unieważnianie

Ludzie Poseł Włodzimierz Skalik, prawa ręka Grzegorza Brauna

Aleksander Spyra i jego pszczyńskie dzieła/Katowice jak Rzym i Nowy Jork. Patrzymy z okien architektów Maleckich

Nr ISSN 2353-6195
Nr indeksu 350-079

magazyn

DZIENNIK ZACHODNI

LAT

Piątek 14.11.2025 | Nr 264 (24 415) | Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT) | www.dziennikzachodni.pl

Michał Froeblich

Pan Babcia

warzy, godo po naszymu i podbija internet
czytaj str. 18



Ksiądz molestował dziewczynki na koloniach. Rusza proces

| CZYTAJ STR. 3

Wielkie pieniądze na onkologię, rewolucja w radioterapii

| CZYTAJ STR. 4

Piętrowe pociągi z chorzowskiego Alstomu popędzą 200 km/h

| CZYTAJ STR. 11

W MAGAZYNIE Puls także:
Kontrowersje wokół prestiżowego konkursu malarzkiego Bielskiej Jesieni

Dziś TELEMAGAZYN



TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

„DZIENNIK ZACHODNI”
● przy SOBOCIE
tłumaczy, radzi, bawi...PONIEDZIAŁEK
● DODATEK SPORTOWY
Wyniki, tabele i analizyWTOREK
● PULS BIZNESU
Przepisy prawne, opinieŚRODA
● STRONA ZDROWIA
Jak zadbać o siebie i bliskichCZWARTEK
● POD PARAGRAFEM
Historie kryminalnePIĄTEK
● PULS POLSKI
Reportaże i publicystyka

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 32 555 02 05, bok.prenumerata@polskapress.pl, prenumerata.dziennikzachodni.pl

KALENDARIUM

1901

Austriacki lekarz Karl Landsteiner odkrył grupy krwi A, B i O, za co w 1930 r. otrzymał Nagrodę Nobla. W 1940 r. z Alexandrem Wienerem odkrył czynnik Rh.

1953

Przyjęto flagę NATO: na tle błękitu (symbol zgody i Atlantyku), biały pierścień (jedność) i róża kompasowa (dążenie do bezpieczeństwa ze wszystkich stron).

1926

W Łazienkach Królewskich w Warszawie odsłonięto pomnik F. Chopina – odlaną w brązie postać kompozytora siedzącą pod stylizowaną wierzbą.

2022

Zmarł Jerzy Połomski, jeden z najpopularniejszych i niezwykle cenionych polskich piosenkarzy (baryton) i artystów estrady II połowy XX wieku. JJ

14 LISTOPADA 2025

Dzisiaj 318. dzień roku.
Do końca roku 47 dni.

Dzień będzie trwał 8 godz. 50 min., jest krótszy od najdłuższego o 7 godz. 57 min. i dłuższy od najkrótszego o 1 godz. i 8 min. Do końca astronomicznej jesieni pozostało 36 dni.

Dzisiaj imieniny obchodzą:
Agata, Damian, Elżbieta, Filomen, Józef, Kosma, Mikołaj, Stefan, Teodot, WawrzyniecPrzysłowie na dziś:
Słońce listopada mrozy zapowiada.

DYŻURNY DZ

facebook.pl/dziennikzachodni
j.muc@dz.com.plDzisiaj od godz. 9 do 15
jestem reporterką dyżurną.
Postaram się odpowiadać
na wszystkie interesujące
Państwa kwestie.Julia Muc
797 602 036

Pogoda w regionie

Dziś

Dzień
13°C
Noc
5°CBarometr
1013 hPa
Wiatr
płd.-zach. 18 km/h
Biomet
korzystny

Sobota

Dzień
10°CNoc
5°C

Niedziela

Dzień
9°CNoc
6°C

Poniedziałek

Dzień
7°CNoc
6°C

Od wtorku możliwe lekkie opady śniegu i nocne przymrozki

Marcin Zasada

PANIE ZASADA, PAN SIĘ ZASTANÓW - RADZI MI POSEŁ MATUSIAK. NO TO SIĘ ZASTANOWIŁEM



Panie Zasada! Dlaczego Niemcy mogą otwierać nowe kopalnie, a Polacy nie mogą? Panie Zasada, pan się zastanów! Śląski poseł PiS, Grzegorz Matusiak wyjaśnił mnie i moje durnowate żarty z Prezesa Kaczyńskiego obiecującego emerytom górniczym, że otworzy im nową kopalnię. Więc specjalnie dla niego, najgorsze, co mogę zrobić: wyjaśniam żart.

Krótki kontekst, jeśli nie wszyscy uważali: za kulisami niedawnego kongresu PiS w Katowicach Jarosława Kaczyńskiego otoczył tradycyjny wianuszek panów w mundurach górniczych. Prezes, który trochę wyglądał, jakby mówił pół żartem, pół serio, rzucił, że po powrocie do władzy będzie otwierał nowe kopalnie, a w nich kopany będzie „kochany węgiel”. Dowcip polegał na tym, że to po pierwsze scena jak z „Ucha Prezesa”, tego kabaretu w odcinkach.

Erwin i Alojz, którzy na kopalni nigdy nie robili, pojawili się na Nowogrodzkiej, żeby budować hale piłkarskie dla dzieci. Ale mówią po śląsku, więc Kaczyńskiemu i Błaszczakowi wydaje się, że to górnicy (z kopalni Erwin-Alojz), którzy chcą kopać węgiel coraz głębiej, a jak nie „to czołgami do Warszawy”. Dlatego Prezes uspokaja sytuację: „Będziemy otwierać nowe kopalnie, nierentowne, bo to jest koło zamachowe polskiej gospodarki. I wszystko będzie się kopcić, wszystko będzie w pyle”.

Czyli, najprościej jak potrafię: coś, co (w formie kabaretu) wymyślili z 8 lat temu twórcy „Ucha Prezesa”, w końcu wydarzyło się naprawdę. Sam przez lata robiłem wielkie oczy, gdy podobne prorocze historie serwowali światu „Simpsonowie”. Prezydentura Donalda Trumpa czy pandemia COVID-19. I proszę: sami też się doczekaliśmy.

Poseł Matusiak w mundurze górniczym dowcipu nie zrozumiał, za co pretensji większych nie mam, jak i oczekiwań w tym zakresie wobec polityków. Pyta mnie więc on: „Dlaczego Niemcy mogą otwierać nowe kopalnie, a Polacy nie mogą?” i doклада nieśmiertelne: „Chłopie, ty się zastanów”.

Czy Niemcy mogą, a Polacy nie mogą? Polacy za premiera Mateusza Morawieckiego otworzyli nową kopalnię. No, założymy, że to była nowa kopalnia. Bzie-Dębina otwarta z wielką pompą dwa tygodnie przed wyborami w 2019 roku. Miała być najnowocześniejsza w Europie, miała otworzyć oczy niedowiar-

kom. Trzy lata później, za tego samego premiera Morawieckiego, kopalnię zlikwidowano jako osobny zakład i włączono do innego, bo... I tu naprawdę nie uwierzycie: bo nie było tam węgla. Okazało się, że nie ma go na tyle, by kopalnia opłacała się w takiej formule, jak obiecywał premier Morawiecki.

Dla ścisłości: Niemcy nie otwierają nowej kopalni, tylko nowe pole z węglem brunatnym. To znaczy - u siebie w Niemczech, bo Niemcy chcą wydobywać węgiel w Afryce, a chcą w Afryce, bo nie bardzo się to im opłaca u siebie. Więc czemu Niemcy mogą, a Polacy nie mogą? To akurat pan poseł Matusiak powinien wiedzieć lepiej ode mnie.

Pamięć mam na tyle dobrą, że pamiętam, jak pierwszy minister energii w rządzie Beaty Szydło przyjeżdżał na Śląsk i karcił samorządowców, że wolą sobie budować domki i place zabaw niż kopalnie. A my węgla potrzebujemy, więcej. Sam słyszałem, jak Krzysztof Tchórzewski mówił: „Dajcie mi nowe tereny pod górnictwo”. Za tego samego ministra Tchórzewskiego i premier Szydło na Śląsku zlikwidowano dwie czynne kopalnie: Makoszowy i Krupińskiego. W kampanii wyborczej Beata Szydło stała przed bramą Makoszków i zapowiadała, że nie tylko uratuje zabrzańską kopalnię, ale i sprawi, że będzie rentowna.

Prezesowi Kaczyńskiemu życzę jeszcze wielu lat w zdrowiu i szczęściu, ale przypomnę tylko, ile trwa załatwianie koncesji na nową kopalnię. Z 15 lat starczy? A budowa? Drugie tyle, miły panie pośle? Więc tak, Polacy mają pełne prawo, tylko ja już po prostu nie wierzę w żadne obietnice renesansu śląskiego górnictwa. Zwłaszcza z ust ludzi, którzy to górnictwo już raz zdemolowali.

PS. Proszę zapytać Prezesa następnym razem, czy i on nie żartował.
© ©

Ksiądz molestował dziewczynki na koloniach. Rusza proces Ryszarda G.

Paweł Pawlik
p.pawlik@dz.com.pl

19 listopada rozpocznie się proces księdza Ryszarda G. z diecezji sosnowieckiej, któremu prokuratura zarzuca molestowanie dziewczynki na kościelnych koloniach - ustalili „Dziennik Zachodni”. Duchownemu za jedno z zarzucanych przestępstw grozi nawet dożywotnie więzienie.

Ryszard G. to 54-letni ksiądz pracujący na terenie diecezji sosnowieckiej. Jest jednym z trzech czynnych duchownych zatrzymanych w związku z pedofilią w wielowątkowym śledztwie prokuratury, która bada nadużycia kleru w diecezji.

Ksiądz G. został zatrzymany rankiem 29 kwietnia w domu dla księży emerytów na terenie Będzina. Został tam odesłany po sygnałach dotyczących jego skłonności. Wcześniej był proboszczem niewielkiej wiejskiej parafii na obrzeżach diecezji sosnowieckiej (znajdującej się jednak na terenie województwa małopolskiego).

Jak ustaliliśmy, ks. Ryszard G. w przyszłym roku obchodzić będzie 30 lat od święceń kapłańskich. Dotąd pracował m.in. na parafiach w Czeladzi, Sosnowcu czy Jaworznie. Znał się z organizowania wyjazdów dla dzieci i młodzieży: zimowisk, wyjazdów na Światowe Dni Młodzieży czy zagraniczne kolonie. To właśnie podczas jednego z nich miał molestować dziewczynki.

Z aktu oskarżenia kapłana, do którego dotarła „Rzeczpospolita” wynika, że chodzi o ubiegłoroczne parafialne kolonie we Włoszech. Jak podaje gazeta, Ryszard G. podczas jednego z wieczorów zaczął na korytarzu uczestniczkę kolonii, którą objął w talii, dotykał w okolicy uda i pośladków, a także próbował całować.

W aktach jest mowa o wyczuwalnej woni alkoholu od księdza.

Później, około godziny 23, wszedł do pokoju zajmowanego przez trzy inne dziewczynki (nie miały skończonych 15 lat). Pod pretekstem zrobienia wspólnego zdjęcia jedną z nich „chwycił za pierś, a następnie wodził ręką po jej udzie”. Miał użyć siły, gdy próbowała się oswobodzić. Ostatecznie siostra i koleżanka pomogły jej wyrwać się z uścisku i dzieci schowały się w łazience.

Duchowny trafi przed sąd 19 listopada (środa). Odpowiadać będzie za przestępstwa opisane w artykule 197 Kodeksu karnego (zgwałcenie i wymuszenie czynności seksualnej).

- Oskarżony odpowie za trzy czyny zabronione na szkodę osób małoletnich. Najsurowszy z czynów zarzucanych Ryszardowi G. zagrożony jest karą od pięciu lat do dożywotniego pozbawienia wolności - podał prokurator Bartosz Kilian, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Sosnowcu, która prowadzi śledztwo.

Prokuratura w komunikacie precyzuje, że kapłanowi zarzucano dwa przestępstwa z użyciem przemocy - pierwsze zakwalifikowano jako czyn o charakterze seksualnym, drugie jako usiłowanie zmuszenia pokrzywdzonej do określonego zachowania. Trzecie dotyczy przestępstwa przeciwko wolności seksualnej i obyczajności.

Ksiądz Ryszard G. nie przyznaje się do zarzucanych mu przestępstw. Argumenty prokuratury są jednak na tyle mocne, że od zatrzymania kapłan przebywa w areszcie. Materiały w jego sprawie prokuratura zabezpieczyła jeszcze w trakcie ubiegłorocznych przesłuchań w kurii sosnowieckiej. Prokuratura na poczet grożącej mu kary i odszkodowań dla ofiar zabezpieczyła jego majątek o wartości 75 tysięcy złotych.

Utrudnienia na S 86. Warto szukać objazdów

Dawid Wygas
Katowice

Od wczoraj na S 86 obowiązuje zmiana organizacji ruchu pod wiaduktem w ciągu ulicy Bohaterów Monte Cassino.

W ramach piątego etapu przebudowy wiaduktów drogowych w ciągu ulicy Bohaterów Monte Cassino nad drogą ekspresową S 86 Katowicach zamknięta została jezdnia S 86 w kierunku Sosnowca.

Ruch został przerwany na jezdnię prowadzącą w kierunku Katowic. Oznacza to, że kierowcy muszą korzystać z jednej jezdni, która podzielona została tak, że dwa pasy zarezerwowane są dla jadących w kierunku Katowic, a dwa dla jadących w kierunku Sosnowca.

Prace przygotowawcze rozpoczęły się przedwczoraj, w środę, 12 listopada, co natychmiast spowodowało znaczne utrudnienia i korki. Kierowcy jadący w kierunku

Katowic napotkali zator już na wysokości skrzyżowania z ulicą Baczyńskiego w Sosnowcu, natomiast jadący w kierunku północnym odczuwali spowolnienie ruchu w rejonie cmentarza komunalnego.

W związku z wysokim natężeniem ruchu na S 86 - jednej z najbardziej obciążonych dróg w aglomeracji - należy się zatem spodziewać ogromnych zatorów i korków, zwłaszcza w godzinach szczytu. Prace mają potrwać około

dziesięciu dni, czyli do niedzieli, 23 listopada.

Służby drogowe i katowicka policja apelują do kierowców o zachowanie ostrożności, zredukowanie prędkości oraz stosowanie się do oznakowania poziomego i pionowego, które wyznaczają nowe trasy jazdy.

Jeśli tylko jest taka możliwość, warto wybierać alternatywne drogi.

Koniec prac przy wspomnianym wiadukcie planowany jest na grudzień br.

REKLAMA

0011427611

ALUPROF
SYSTEMY ALUMINIOWE

**PANUJ NAD KLIMATEM
PANUJ NAD KOSZTAMI**

OKNA | DRZWI | FASADY | OSŁONY PRZECIWSŁONECZNE

Szymon Marciniak

SkyTwin

Pierwsza roleta zewnętrzna zintegrowana ze screenem

GRAMY FAIR z NATURA

www.aluprof.com/dom



FOT. ARC

Duchowny diecezji sosnowieckiej nie przyznaje się do stawianych mu prokuratorskich zarzutów

ZDROWIE SPRZĘT TRAFIŁ DO KATOWICKIEGO CENTRUM ONKOLOGII DZIĘKI PIENIĄDZOM Z KPO

Rewolucja w radioterapii i wielkie pieniądze z KPO dla Katowickiego Centrum Onkologii

Marcin Śliwa
m.sliwa@dz.com.pl

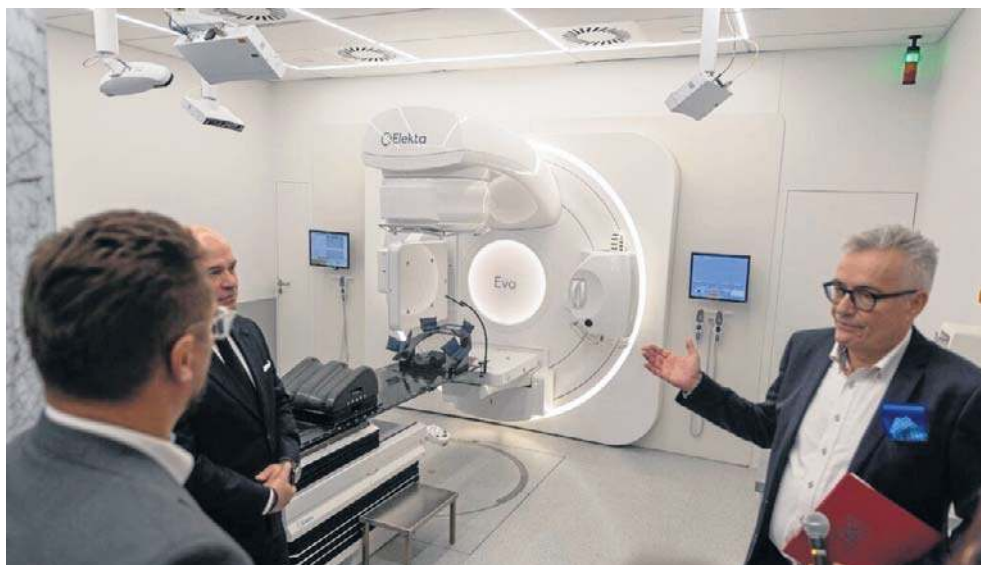
Katowickie Centrum Onkologii kupiło system do radioterapii adaptacyjnej. „To jest absolutnie skala światowa, do tej pory niczego lepszego jeszcze nie wymyślono” - wyjaśnia dyrektor szpitala.

Katowickie Centrum Onkologii realizuje wart 61 mln zł projekt rozwoju radioterapii. W środę 12 listopada zakończył się pierwszy etap, na który złożyły się inwestycje w sprzęt medyczny zakupiony za 35 mln zł.

- Zakupiliśmy system informatyczny do radioterapii adaptacyjnej. To jest najnowocześniejszy system, pierwsza instalacja firmy Elekta w Polsce i trzecia w Europie. To rewolucja jeśli chodzi o radioterapię, efektywność i skuteczność leczenia - wyjaśnia lek. med. Włodzimierz Miklasz, dyrektor naczelny Katowickiego Centrum Onkologii.

- To jest absolutnie skala światowa, do tej pory niczego lepszego jeszcze nie wymyślono. To jest rzecz, która dzieje się od kilku lat w wybranych ośrodkach na świecie, bo ten sprzęt jest kosztowny. Nie wszyscy mogą sobie pozwolić od razu na zakup - prof. dr hab. nauk medycznych Krzysztof Składowski, konsultant krajowy w dziedzinie radioterapii.

Jak wyjaśnia prof. Składowski, zabieg trwa dużo dłużej niż tradycyjna radioterapia, która zakłada pewne marginesy bezpieczeństwa, które mają uchronić pacjentów przed pomyłką. Z tego względu nowa metoda jest bardziej czasochłonna, ale pozwala na „perfekcyjne dopasowywanie” wiązki promieniowania do obszaru z guzem nowotworowym.



„To rewolucja w efektywność i skuteczność leczenia” - wyjaśnia dyrektor Miklasz

System do radioterapii adaptacyjnej wspierany jest przez moduły sztucznej inteligencji, pozwoli na zminimalizowanie negatywnych skutków promieniowania. Zakłada też pewne zmiany w samym modelu leczenia.

- Przed każdym seansem jest weryfikacja planu leczenia i ułożenia pacjenta. Przykładowo prostata przesuwana jest przez jelito grube lub wypełniony pęcherz moczowy. Konwencjonalnie działało się tak, że był jeden plan leczenia i pacjent dostawał 24 seanse - tłumaczy szef katowickiej onkologii. - Teraz przed każdym seansem plan leczenia jest weryfikowany, przeliczany, a sztuczna inteligencja go poprawia. To jest

To jest absolutnie skala światowa, do tej pory niczego lepszego nie wymyślono. To dzieje się w wybranych ośrodkach na świecie

weryfikowane przez lekarzy, co sprawia, że pacjent jest bezpieczniejszy, bo dawka promieniowania idzie bezpośrednio do guza nowotworowego oszczędzając narządy krytyczne - dodaje.

Koniec z operacjami raka trzustki? „Radioterapia może je po prostu zastąpić”

Wiemy też, jaka grupa pacjentów będzie mogła korzystać z nowej formy radioterapii.

- To są przede wszystkim pacjenci z nowotworami, które znajdują się wewnątrz jamy brzusznej, takie jak: rak stercza, pęcherza moczowego, szyjki i trzonu macicy, płuca, a także rak trzustki. To ważna rzecz, bo w tej chwili rak trzustki jest bardzo niebezpieczny, jest na wrażliwej zapadalności w Polsce i nie tylko - podkreśla prof. Składowski.

To właśnie przy leczeniu raka trzustki radioterapia adaptacyjna może przynieść największe zmiany.

- Tych pacjentów będzie coraz więcej, a operacja trzustki jest jedną z najtrudniejszych operacji onkologicznych, bo wymaga ogromnego doświadczenia i umiejętności chirurgicznych. Radioterapia może ją po prostu zastąpić, jako łatwiejsze do wykonania leczenie - mówi Krzysztof Składowski.

Wdrożenie radioterapii adaptacyjnej określane jest jako „nowa epoka” radioterapii.

- W tym roku radioterapia obchodzi swoje 130-lecie. W jej chronologii można wyróżnić pięć okresów, które nazywam epokami. Obecnie kończymy tzw. epokę radioterapii cyfrowej i konformalnej, a rozpoczynamy epokę radioterapii adaptacyjnej, która dopasowuje się do konkretnych, indywidualnych warunków pacjentów - podkreśla prof. Składowski.

Poza systemem do radioterapii adaptacyjnej Katowickie Centrum Onkologii zakupiło także tomograf komputerowy do planowania leczenia, mobilny tomo-

graf wraz z dodatkowymi urządzeniami do bracheterapii oraz mikroskopy operacyjne do zespalania dróg limfatycznych przy nowotworach piersi oraz rezonans magnetyczny.

Katowickie Centrum Onkologii jednym z liderów leczenia i diagnostyki w zakresie onkologii

Leszek Pietraszek, wicemarszałek województwa śląskiego, podkreśla, że ta inwestycja KCO jest częścią szerszego procesu wzmacniania systemu opieki zdrowotnej w naszym regionie.

- Cieszę się, że z każdym tym krokiem Katowickie Centrum Onkologii staje się jednym z liderów leczenia i diagnostyki w zakresie onkologii. To jest nieprawdopodobna sprawa i w tym kierunku na pewno szpital będzie się rozwijał - mówi Leszek Pietraszek. - Z żelazną konsekwencją zmierzamy do tego, by nasz system składający się z 43 placówek, funkcjonował coraz lepiej - dodaje.

Podczas otwarcia nowej pracowni, prezydent Katowic Marcin Krupa obok gratulacji zapowiedział także kolejną inwestycję w KCO, czyli plan budowy nowego parkingu dla personelu szpitala. W ten sposób dla pacjentów mogłoby zostać zwolniony parking wewnętrzny. Miasto w tej sprawie, jak zapewnił prezydent, jest już dogadane z PKP i Kolejami Śląskimi.

Drugi etap projektu realizowanego w Katowickim Centrum Onkologii ma zostać realizowany do końca czerwca 2026 roku. Dofinansowanie z KPO wyniosło 55 mln zł, a resztę z wartego 61 mln zł projektu dołożył Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego oraz Ministerstwo Zdrowia.

Katowice wprowadzą nocną prohibicję

Marcin Śliwa
Katowice

Już nie tylko w sześciu dzielnicach, ale na terenie całych Katowic będzie obowiązywać tzw. nocna prohibicja. Zmiany mogą wejść w życie już w 2026 roku.

W Katowicach nocna prohibicja obowiązuje na terenie sześciu dzielnic: Śródmieścia, Załęża, Koszutki, Bogucic, Dąbrówki Małej i Szopienic-Burowca. Władze zamierzają ujednolicić przepisy i wprowadzić ograniczenie na terenie całych Katowic. Nocna prohibicja obowiązuje już we wszystkich miastach ościennych, a plan rozszerzenia ograniczenia na całe miasto ma położyć kres zjawisku tzw. turystyki alkoholowej.

- Chcemy wprowadzić tak zwaną nocną prohibicję na terenie całych Katowic. Wprowadzenie tego przepisu poprzedzone będzie konsultacjami społecznymi dotyczącymi tego, w jakich godzinach zakaz sprzedaży alkoholu w sklepach i na stacjach benzynowych powinien obowiązywać. Pamiętajmy, że czasowe ograniczenie sprzedaży alkoholu nie dotyczy na przykład restauracji czy barów - mówi Maciej Stachura, wiceprezydent Katowic.

Taki jest zamiar, ale są jeszcze wątpliwości formalne. „Zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości przed podjęciem uchwały w sprawie nocnej prohibicji konieczne jest uzyskanie opinii jednostek pomocniczych gminy, czyli rad dzielnic. Z uwagi na brak rad dzielnic w Katowicach trwają analizy prawne dotyczące możliwości wprowadzenia ograniczenia w przyszłym roku” - wyjaśnia Wydział Komunikacji Społecznej Urzędu Miasta Katowice.

AUTOREKLAMA

0011430402



Jesień

to dobry czas na odkrywanie





- Podróż po miastach
- Smaki kulinarne regionu
- Weekend w SPA i termach
- Aktywny wypoczynek
- Jeszcze jedna historia

stronapodrozy.pl/przewodnik



Zainwestuj w OZE ze wsparciem z ARiMR

Rolnicy, którzy chcą zainwestować w swoich gospodarstwach w odnawialne źródła energii, czy też zmodernizować pod względem energetycznym budynki służące produkcji, mogą składać w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa wnioski o dofinansowanie takich przedsięwzięć. Nabór trwa do 19 listopada 2025 r., a środki na ten cel pochodzą z budżetu Planu Strategicznego dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027.

Obniżenie rachunków za energię potrzebną do prowadzenia działalności rolniczej, zwiększenie niezależności energetycznej gospodarstwa, zagospodarowanie odpadów rolniczych, ograniczenie negatywnego wpływu na środowisko – m.in. dla tych korzyści rolnikowi opłaca się inwestować w odnawialne źródła energii (OZE).

FOTOWOLTAIKA I BIOGAZOWNIE

Energia słoneczna to jedno z najbardziej dostępnych odnawialnych źródeł energii, które z powodzeniem może być wykorzystywane w rolnictwie. Panele fotowoltaiczne przekształcają promieniowanie słoneczne w energię elektryczną, która może być używana na potrzeby gospodarstw. W szczególności panele słoneczne mogą zasilać urządzenia elektryczne, pompy wodne, systemy nawadniające czy oświetlenie budynków gospodarczych.

Kolejnym źródłem energii odnawialnej, które doskonale wpisuje się w potrzeby gospodarstw rolnych, szczególnie prowadzących produkcję zwierzęcą, są biogazownie. Są to instalacje, w których odpady organiczne, takie jak obornik, słoma czy resztki roślinne, ulegają procesowi fermentacji beztlenowej, w wyniku czego powstaje biogaz oraz poferment. Biogaz może być wykorzystywany do produkcji energii elektrycznej i ciepłej w gospodarstwie, z kolei poferment, czyli produkt uboczny procesu fermentacji, może służyć jako wysokiej jakości nawóz organiczny.

Gospodarstwa, które wdrażają rozwiązania OZE, zyskują nie tylko poprzez obniżenie kosztów funkcjonowania, lecz także na wizerunku jako liderzy nowo-



czesnego i odpowiedzialnego rolnictwa, co może zwiększyć ich rynek konkurencyjności i być atutem w rozmowach z partnerami, kontrahentami czy bankami.

ZIELONA ENERGIA Z DOFINANSOWANIEM

Koszty instalacji urządzeń do wytwarzania zielonej energii mogą być znaczące, jednak istnieją programy wsparcia finansowego, które umożliwiają realizację takich projektów. Rolnicy mogą skorzystać z preferencyjnych kredytów, dotacji krajowych czy dofinansowania z budżetu unijnego.

Europejskie środki na inwestycje w gospodarstwach rolnych w zakresie OZE i poprawy efektywności energetycznej dostępne są w Planie Strategicznym dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027. Dofinansowanie można otrzymać na budowę biogazowni, zakup mikroinstalacji do wytwarzania energii z promieniowania słonecznego

czy termomodernizację budynków gospodarczych i wyposażenie ich w energooszczędne oświetlenie. Ten program wsparcia realizuje Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Po raz pierwszy uruchomiła go w 2024 r. Przyjętych zostało wówczas blisko 2,2 tys. wniosków. Najwięcej rolników ubiegało się o dofinansowanie zakupu mikroinstalacji – prawie 1,6 tys.

Kolejny nabór wniosków o wsparcie na inwestycje w OZE z PS WPR na lata 2023-2027 trwa. Dokumenty można składać w ARiMR do 19 listopada 2025 r. Kto i na jakich zasadach może aplikować o te środki?

SETKI TYSIĘCY DO WZIĘCIA

Pomoc finansowa realizowana jest w trzech obszarach inwestycyjnych:

- A** – budowa nowych biogazowni rolniczych;
- B** – zakup mikroinstalacji fotowoltaicznych i instalacji do wytwarzania energii

z promieniowania słonecznego wraz z magazynami energii i systemami zarządzania energią lub z pompą ciepła; **C** – inwestycje poprawiające efektywność energetyczną budynków gospodarskich, m.in.: budowa kotłowni na biomasę, docieplenie ścian czy podłóg, wymiana oświetlenia na energooszczędne w technologii LED.

Aby móc ubiegać się o dofinansowanie, trzeba spełnić określone warunki, m.in.: być rolnikiem – osobą fizyczną, prawną lub jednostką organizacyjną nieposiadającą osobowości prawnej bądź wspólnikiem spółki cywilnej prowadzącej działalność rolniczą; posiadać lub współposiadać z małżonkiem (o ile nie występuje rozdzielność majątkowa) gospodarstwo, które otrzymało jednolitą płatność obszarową lub podstawowe wsparcie dochodów w ramach PS WPR w roku złożenia wniosku lub roku poprzednim; przejść szkolenie z zakresu efektyw-

ności energetycznej w ciągu ostatnich 24 miesięcy lub złożyć zobowiązanie do jego odbycia przed złożeniem ostatniego wniosku o płatność.

Ważne jest również to, że realizacji inwestycji, na którą rolnik ubiega się o dofinansowanie, nie można rozpocząć przed złożeniem w ARiMR wniosku o pomoc, gdyż skutkować to będzie jego odrzuceniem.

Wsparcie ma formę refundacji, którą może zostać objętych do 65 proc. kosztów kwalifikowalnych inwestycji. Wysokość pomocy zależy od obszaru. Dla obszaru A jest to 1,5 mln zł, a dla obszarów B i C po 200 tys. zł. Co istotne, pomoc w ramach pewnych kategorii inwestycji można ze sobą łączyć, wówczas maksymalna wysokość wsparcia wynosi: obszary A i B – 1,5 mln zł; obszary A i C – 1,7 mln zł; obszary B i C – 400 tys. zł, obszary A, B i C – 1,7 mln zł.

Na inwestycje można uzyskać 50-proc. zaliczkę,

a minimalny koszt planowanych przedsięwzięć musi wynosić 20 tys. zł.

TYLKO ONLINE

Wnioski w ramach wszystkich naborów z PS WPR 2023-2027 Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przyjmuje wyłącznie drogą internetową. A to oznacza, że również ubiegający się o wsparcie na inwestycje w gospodarstwach rolnych w zakresie OZE i poprawy efektywności energetycznej mogą składać dokumenty tylko za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych ARiMR.



ZDROWIE OBIEKT JEST GOTOWY, INWESTYCJA KOSZTOWAŁA 20 MILIONÓW ZŁ. DLACZEGO NADAL JEST ZAMKNIĘTY?

A przychodnie wciąż nie działają

Marcin Śliwa
Chorzów

Obiekt, który kosztował 20 mln zł, wciąż stoi pusty. Mają w nim działać poradnie specjalistyczne dla dzieci. Dlaczego budynek, który miał być gotowy latem, nadal świeci pustkami?

Przy Zespole Szpitali Miejskich w Chorzowie powstał budynek poradni specjalistycznych dla dzieci. Choć zgodnie z zapowiedziami latem powinien zostać oddany do użytku, to obiekt, który kosztował 20 mln zł, wciąż stoi pusty. - Powodem opóźnienia są wątpliwości zamawiającego co do jakości robót wykonanych przez wykonawcę - wyjaśnia Katarzyna Hohuł, rzeczniczka chorzowskiego szpitala.

Budowa ruszyła z końcem stycznia 2024 roku. W ramach inwestycji wartej 20 mln zł, w połowie sfinansowanej przez miasto Chorzów, powstał nowy budynek, w którym miały działać specjalistyczne poradnie dziecięce: laryngologiczna, alergologiczna, neurologiczna, chi-

rurgiczna, ortopedyczna, audiologiczna, nefrologiczna, hematologiczna i okulistyczna.

W nowym budynku obok poradni miały działać także nocna i świąteczna dyżurka lekarska, izolatka, punkt szczepień oraz pracownia RTG. Całość miały dopełnić ogólnodostępna część z rejestracją i pokojem socjalnym dla personelu, duża poczekalnia z kąciem zabaw dla dzieci, kiosk ortopedyczny, toalety oraz część socjalna z zapleczem sanitarnym. Nowe poradnie miały zaopatrywać ok. 200 pacjentów dziennie. - Mamy dzisiaj 600 metrów, będzie 1200. Mamy 16 gabinetów, a będzie ich 36. Z dużym holem, poczekalnią, punktem gastronomicznym i ortopedycznym, z pełną klimatyzacją i rentgenem na miejscu. Będziemy mieli tyle miejsca, że jak przyjdą dzieci o kulach czy na wózkach inwalidzkich, będą mogły spokojnie usiąść i pooglądać film. To bardzo ważne, żeby się nie stresowały - podkreślał podczas startu inwestycji Jerzy Szafronowicz, ówczesny dyrektor Zespołu Szpitali Miejskich w Cho-



Trwa spór pomiędzy zamawiającym i wykonawcą. PINB w Chorzowie z tego powodu nie dokonał odbiorów

rzowie. Zgodnie z umową wykonawca, czyli spółka Mostostal Zabrze Gliwickie Przedsiębiorstwo Budownictwa Przemysłowego, miał 18 miesięcy na ukończenie prac. Od tego terminu minęły już 4 miesiące, a obiekt wciąż stoi pusty, ponieważ nie dokonano odbiorów. Powodem opóźnienia jest spór między za-

mawiającym a wykonawcą inwestycji. Chorzowski szpital ma zastrzeżenia dotyczące wykonanych prac budowlanych.

- Powodem opóźnienia są wątpliwości zamawiającego co do jakości robót wykonanych przez wykonawcę, co skutkowało zwróceniem się przez ZSM do Powiatowego Inspektora

Nadzoru Budowlanego w Chorzowie celem przeprowadzenia stosownych czynności kontrolnych, w trakcie których zlecone zostało wykonanie ekspertyzy. Na chwilę obecną trwają czynności związane z uzupełnieniem dokumentacji - wyjaśnia Katarzyna Hohuł, rzeczniczka prasowa Zespołu Szpitali Miejskich w Chorzowie. - Ze względu na trwające postępowanie PINB w Chorzowie nie dokonano odbiorów obiektu - dodaje.

Powiatowy Inspektor Nadzoru Budowlanego w rozmowie z DZ przekazał, że wykonawca dostarczył opinię autorstwa prof. dr. hab. inż. Jacka Hulimki, według której „obiekt jest wykonany zgodnie z przepisami i może być użytkowany”. Jak udało nam się ustalić, szpital zapowiedział, że dostarczy do organów nadzoru kontreksperytyzę, która ma potwierdzić, że budynek nie nadaje się do użytkowania.

Co więcej, do Powiatowego Inspektora Nadzoru Budowlanego do dziś (13 listopada) nie wpłynął jeszcze wniosek o pozwolenie na użytkowanie

obiektu, a dopiero wtedy PINB przeprowadza swoje kontrole, po których podejmuje decyzję.

Z takim wnioskiem występuje inwestor, czyli w tym przypadku Zespół Szpitali Miejskich. W świetle naszych ustaleń nie należy się spodziewać, że to nastąpi szybko.

- Otwarcie poradni nastąpi po uzyskaniu pozwolenia na użytkowanie obiektu oraz gdy będzie istniała pewność, że budynki są bezpieczne i zostały wzniesione zgodnie z dokumentacją - przekazuje rzeczniczka ZSM.

Takiej pewności władze szpitala na razie nie mają i zamierzają to wykazać w przygotowywanej kontreksperytyzie. Wszystko wskazuje na to, że impas w tej sprawie może potrwać co najmniej kilka miesięcy, ponieważ według informacji DZ obie strony zamierzają dochodzić swoich racji w sądzie.

Mostostal Zabrze Gliwickie Przedsiębiorstwo Budownictwa Przemysłowego, który jest wykonawcą, zapowiedział, że odniesie się do naszych pytań w przyszłym tygodniu.

AUTOREKLAMA

0011424627

DZIENNIK ZACHODNI

do kupienia
także
w sieci

Netto



HISTORIA I PAMIĘĆ ZMIENI SIĘ NAZWA ŚLĄSKIEGO CENTRUM WOLNOŚCI I SOLIDARNOŚCI W KATOWIACACH

Będzie Centrum Dziewięciu z „Wujka”

Patryk Osadnik
p.osadnik@dz.com.pl

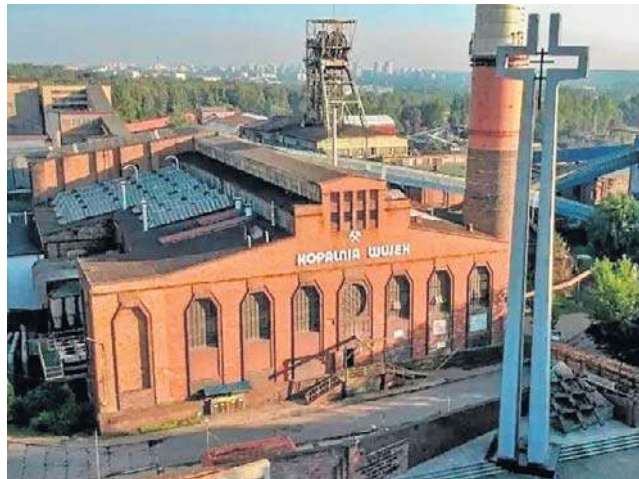
Śląskie Centrum Wolności i Solidarności zostanie – w skrócie – Centrum Dziewięciu z „Wujka”. Celem jest przede wszystkim podkreślenie pamięci o ofiarach pacyfikacji i zachowanie w przestrzeni publicznej nazwy KWK „Wujek”

Ostateczną decyzję o zmianie nazwy podejmie podczas poniedziałkowej sesji Sejmik Województwa Śląskiego. Poprzedziła to zmiana statutu instytucji, który jest prowadzony przez samorządy woj. śląskiego i Katowic. Robert Ciupa, dyrektor Centrum Wolności i Solidarności w Katowicach w rozmowie z „Dziennikiem Zachodnim” wskazał, że kierowana przez niego instytucja będzie starała się posługiwać skróconą nazwą – Centrum Dziewięciu z „Wujka”. Jego zdaniem to kwestia odniesienia się do rzeczywistości, ponieważ Śląskie Centrum Wolności i Solidarności powstało z inicjatywy Społecznego Komitetu Pamięci Górników KWK „Wujek” w Katowicach

po poległych 16 grudnia 1981 roku i zajmuje się pielęgnowaniem pamięci o nich.

- Tak naprawdę naszym głównym zadaniem od początku jest upamiętnienie dziewięciu poległych górników. To zadanie, które zostało przed nami postawione, które realizujemy od początku, wpisuje się w szerszą perspektywę badawczą i edukacyjną, która opowiada o „Solidarności”, o przemianach, o systemie komunistycznym, a tak naprawdę opowiada o wolności człowieka. O wolności opowiadamy za każdym razem, a za przykład służy nam dziewięciu poległych górników z „Wujka” – powiedział Robert Ciupa.

Podkreślił, że kluczowe jest również zlokalizowanie Centrum Dziewięciu z „Wujka” na terenie wciąż czynnej kopalni oraz chęć zachowania jej nazwy w przestrzeni publicznej. - Jesteśmy instytucją kultury zlokalizowaną na terenie czynnego zakładu wydobywczego, co samo w sobie jest fenomenem. Raz jest łatwiej, raz jest trudniej, bo wiąże się to z różnymi problemami, ale również z pewną siłą oddziaływania i możliwością zrozumie-



Celem zmiany jest zachowanie pamięci ofiar i istnienia w przestrzeni publicznej nazwy KWK „Wujek”

nia tego, co dzieje się wśród górników. Wiemy, że ta tożsamość „wujkowa” jest dla nich bardzo ważna. Wiemy, czym tutaj jest „Wujek”, czym jest dla Katowic, Górnego Śląska i całej Polski. Nie chcemy, żeby ta nazwa zniknęła z przestrzeni publicznej, żeby została tylko i wyłącznie w podręcznikach – zaznaczył Robert Ciupa.

Kopalnia Węgla Kamiennego „Wujek” ma szczególne znacze-

nie dla historii Katowic i Polski. Górnicy, którzy strajkowali przeciwko wprowadzeniu stanu wojennego, zostali brutalnie spacyfikowani 16 grudnia 1981 roku. Dziewięciu z nich zginęło: Józef Czekalski, Józef Krzysztof Giza, Joachim Gnida, Ryszard Gzik, Bogusław Kopczak, Andrzej Pełka, Jan Stawisiński, Zbigniew Wilk i Zenon Zajac. 23 górników zostało rannych od kul, a wielu odniosło cięższe obrażenia.

Centrum Dziewięciu z „Wujka” pielęgnuje pamięć o ofiarach pacyfikacji oraz historii Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego „Solidarność” w woj. śląskim.

Pod koniec 2022 r. Polska Grupa Górnicza przekazała Urzędowi Miasta Katowice budynku dawnej straży pożarnej, oddziału instalacyjnego oraz łaźni łańcuskowej KWK „Wujek”.

Centrum Dziewięciu z „Wujka” działa obecnie w budynku magazynu odzieży. Z przylegającej do niego rampy członkowie plutonu specjalnego ZOMO strzelali do strajkujących górników.

Trwa rozbudowa centrum o budynku oddziału instalacyjnego i straży pożarnej. Wewnątrz zaplanowano bibliotekę, archiwum i magazyn książek, pomieszczenia do nagrań, sale wystaw czasowych, edukacyjno-artystyczne i konferencyjne. Do tego przestrzeń biurową i hol wejściowy z recepcją. Prace mają zakończyć się w pierwszej połowie 2026 r.

W przyszłości planowane jest zagospodarowanie budynku łaźni łańcuskowej. Ma ona

szczególny charakter w kontekście pielęgnowania pamięci o pacyfikacji. To tam górnicy protestowali przeciwko wprowadzeniu stanu wojennego. W budynku odbywały się msze święte, a przed nim ks. Henryk Bolczyk udzielił strajkującym absencji zbiorowej, czyli rozgrzeszenia na wypadek śmierci.

Ciupa wskazał, że chciałby zachować jej autentyczność – wiszące ubrania, pozostawione w niej przez górników rzeczy. - Chcemy, żeby każdy, kto tam wejdzie, poczuł się tak, jak górnik przychodzący na szychtę – podkreślił. W planach jest również ekspozycja poświęcona łaźni łańcuskowej, wystawa malarstwa okresu stanu wojennego oraz przestrzeń do organizacji konferencji i wydarzeń kulturalnych.

Z naszych informacji wynika, że decyzje dotyczące wsparcia finansowego z Unii Europejskiej, koniecznego do zaadaptowania łaźni łańcuskowej na potrzeby Centrum Dziewięciu z „Wujka”, powinny zapaść w 2026 r. Prace mogłyby zakończyć się w 2029 r. Szacowany koszt to około 48 mln złotych.

REKLAMA

0011411624

Muzeum Śląskie

16.10.2025-
-15.03.2026

Wystawa o nieprzebranym bogactwie
Jury Krakowsko-Częstochowskiej

Muzeum Śląskie
w Katowicach

JURA

KRAINA BEZ KOŃCA

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Organizacja wystawy „JURA. Kraina bez końca”
Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Województwo Śląskie

Muzeum Śląskie w Katowicach jest instytucją kultury Samorządu Województwa Śląskiego współprowadzoną przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Muzeum Śląskie
ul. T. Dobrowolskiego 1
40-205 Katowice
tel. 32 779 93 00
www.muzeumslaskie.pl

Patroni medialni:

TVP3 KRAKÓW

TVP I info_

TVP3 KATOWICE

Jećynka

Trójka

Radio Kraków

Polskie Radio Katowice

DZ DZIENNIK ZACHODNI.PL

Jak żyć długo, zdrowo i z pasją – XVI Forum Seniora w Ustroniu inspirowało do aktywności i dbałości o siebie



Forum Seniora to wyjątkowe wydarzenie, które stwarza możliwość rozmowy o zdrowiu, profilaktyce i dobrym samopoczuciu osób starszych. Spotkanie ma na celu promowanie aktywnego stylu życia

Szymon Kwiatkowski
Ustroń

Jak dbać o zdrowie, być aktywnym i cieszyć się życiem niezależnie od wieku? Odpowiedzi na te pytania szukali uczestnicy Forum Seniora.

Forum Seniora - z troską o zdrowie i jakość życia. Współczesny senior to osoba aktywna, świadoma i coraz bardziej zaangażowana w dbanie o własne zdrowie oraz jakość życia. Starzenie się społeczeństwa stawia przed nami nowe wyzwania, ale jednocześnie otwiera przestrzeń do rozmowy o tym, jak żyć długo, zdrowo i z pasją.

Forum Seniora to wyjątkowe wydarzenie, które stwarza możliwość rozmowy o zdrowiu, profilaktyce i dobrym samopoczuciu osób starszych. Spotkanie ma na celu promowanie aktywnego stylu życia, zwiększanie świadomości zdrowotnej oraz budowanie poczucia bezpieczeństwa i jakości życia seniorów.

Celem inicjatywy jest inspirowanie uczestników do troski o siebie (zarówno w aspekcie fizycznym, jak i psychicznym)

oraz zachęcanie do korzystania z nowoczesnych rozwiązań wspierających codzienne funkcjonowanie. To także okazja do wymiany doświadczeń i wiedzy: seniorzy mogą wysłuchać wykładów ekspertów, zadać pytania i porozmawiać o realnych potrzebach oraz wyzwaniach, z jakimi mierzą się na co dzień.

XVI edycja Forum Seniora

7 listopada odbyła się XVI edycja Forum Seniora. Gospodarzem wydarzenia było Ustrońskie Centrum Rehabilitacji Onkologicznej i Limfologii „Rosomak”. Spotkanie stało się doskonałą okazją, by wysłuchać wartościowych prelekcji, wziąć udział w warsztatach, pokazach i rozmowach z ekspertami.

- To był dla nas naturalny krok, ponieważ bardzo często gościimy seniorów, choć nie tylko ich. W naszym uzdrowisku prowadzimy różne formy rehabilitacji, a goście mogą również skorzystać z pobyków połączonych z zabiegami. Wykorzystujemy przy tym dwa naturalne surowce: solankę, wydobywaną na terenie Ustro-

nia, oraz borowinę, pozyskiwaną w pobliskich rejonach. Stosujemy je nie tylko w zabiegach leczniczych, ale także w produkcji naszych kosmetyków - mówi Izabela Bożek, dyrektor ds. marketingu i sprzedaży Uzdrowiska Ustroń.

Nowoczesna rehabilitacja

Jednym z najważniejszych punktów programu była prelekcja Centrum Rehabilitacji Robotycznej - NeuroKlinika Grupy EPIONE, poświęcona rehabilitacji neurologicznej i ortopedycznej. Przekazana przez specjalistów wiedza stanowiła istotny wkład w debatę o możliwościach wsparcia osób starszych z ograniczeniami ruchowymi lub neurologicznymi.

- Chcieliśmy przybliżyć seniorom możliwości, jakie stwarza robotyka w rehabilitacji, pokazać, z czym się to wiąże i jakie efekty można dzięki niej osiągnąć. Niedawno otworzyliśmy nową placówkę - NeuroKlinikę, działającą od października. Oferujemy rehabilitację długoterminową oraz dzienną, a co szczególnie ważne, wykorzystujemy nowoczesne rozwiązania robotyczne stosowane



Celem inicjatywy jest inspirowanie uczestników do troski o siebie (zarówno w aspekcie fizycznym, jak i psychicznym) oraz zachęcanie do korzystania z nowoczesnych rozwiązań wspierających codzienne funkcjonowanie

wane w ośrodkach w Polsce i na całym świecie - mówi Marcin Wręczycki, koordynator zespołu fizjoterapeutów.

Zdrowy słuch - podstawa dobrej komunikacji

Wśród zaproszonych gości znalazł się także Tomasz Cichoń z firmy Audio-Med, specjalizującej się w kompleksowych rozwiązaniach problemów ze słuchem. W swoim wystąpieniu podkreślał znaczenie profilaktyki i ochrony słuchu oraz zwracał uwagę na sposoby minimalizowania wpływu hałasu na zdrowie.

- Gratuluję Dziennikowi Zachodniemu za organizację XVI edycji Forum Seniora. Uważam, że takie spotkania są niezwykle potrzebne, ponieważ przybliżają seniorom ważne informacje i umożliwiają skorzystanie z bezpłatnych badań, takich jak oferowane przez nas badania słuchu. To realna pomoc w zapobieganiu izolacji społecznej i wsparcie w powrocie do świata sprawnej komunikacji - mówi Tomasz Cichoń z firmy Audio-Med. - Uczestnikami Forum są głównie osoby w wieku 60+, czyli w okresie, gdy naturalnie

następuje pogorszenie percepcji słuchu. W swoim wykładzie poruszyłem temat zależności między niedosłuchem a demencją - im gorzej słyszymy, tym większe ryzyko wystąpienia objawów otępiennych. W tym kontekście przypomina się podstawowa zasada ewolucji: narząd nieużywany stopniowo zanika - dodaje.

Koleje Śląskie z ofertą dla seniorów

Na Forum Seniora obecni byli również przedstawiciele Kolei Śląskich, którzy informowali uczestników o ofercie przewoźnika, zasadach bezpiecznego podróżowania oraz dostępnych ulgach dla osób starszych.

- Seniorzy to bardzo ważna i liczna grupa naszych pasażerów, szczególnie podróżujących w kierunku miejscowości uzdrowiskowych, takich jak Wisła czy Ustroń. Dostosowujemy nasz tabor i ofertę, by podróżowało im się komfortowo i taniej. Podczas tegorocznego Forum po raz pierwszy zdecydowaliśmy się nie tylko informować o Kolejach Śląskich, ale również zaprezentować naszą aplikację dla seniorów i prze-

prowadzić szkolenia z jej obsługi. Otrzymujemy wiele sygnałów, że osoby starsze czują się pominięte, bo nie korzystają z aplikacji mobilnych, a to właśnie tam dostępne są atrakcyjne oferty. Dlatego rozpoczęliśmy cykl spotkań szkoleniowych - pierwsze odbyło się właśnie podczas Forum Seniora, a kolejne będą organizowane co dwa tygodnie w naszym Centrum Obsługi w Katowicach - informuje Arkadiusz Pilarz, dyrektor biura handlowego Kolei Śląskich.

Jak co roku, organizatorzy przygotowali również muzyczną niespodziankę. Tym razem uczestnicy mieli okazję wysłuchać występu zespołu Meczyje, który dodał wydarzeniu wyjątkowego, radosnego charakteru.

- Jestem bardzo zadowolona, ponieważ było tutaj wiele paneli, których tematyka mnie dotyczy. Szczególnie zainteresowała mnie wykład dotyczący słuchu - po nim postanowiłam, że muszę coś z tym zrobić, bo jak usłyszałam od pana profesora, słuch sam się nie poprawi, a z wiekiem może się tylko pogarszać - mówi Anna Jakubowska, uczestniczka z Będzina.

REKLAMA

Q504798176A

ORGANIZATORZY

DZIENNIK ZACHODNI

PARTNERZY

WSPS WYŻSZA SZKOŁA
PLANOWANIA
STRATEGICZNEGO

ambicki Trela
adwokaci

diakoneo
Diakonie
Neuendettelsau
SENIOR RESIDENCE
Katowice ul. Piłkarska 4

Mazowsze
METALURGIA

AHP American
Heart of Poland
Gruppo San Donato

Uzdrowisko
Ustroń

NeuroKlinika+
centrum rehabilitacji robotycznej

AUDIO-MED
Spółka z o.o.

Koleje Śląskie

PRONMED
GROUP

Muzeum Górnictwa
Węglowego w Zabrze

Sztolnia
Królowa
Luiza

Kopalnia
Guido

ASEPTA
Założony naturą od 1998

ZUCHA
CENTRUM HARBURG

Województwo
Śląskie

Śląskie.
DLA SENIORA

PROFILAKTYKA TO MĘSKA SPRAWA

Twoje ciało to nie maszyna - nie naprawisz go na szybko w warsztacie. Nie czekaj, aż coś się zepsuje na dobre. Statystyki są przytłaczające: tysiące mężczyzn w Polsce co roku dowiaduje się, że ma nowotwór, bo... za długo udawali, że wszystko gra. Profilaktyka to więcej niż hasło - to konkretne działania, które mogą uratować Ci życie.

Statystyczny mężczyzna unika lekarza

Statystyki nie kłamią. Niestety, częściej niż kobiety zaniedbujemy swoje zdrowie. Zgłaszamy się do lekarza dopiero wtedy - gdy boli. Zapominamy o regularnych badaniach profilaktycznych.

Za główną przyczynę złego stanu zdrowia uważamy stres i ogólne przemęczenie oraz choroby sercowo-naczyniowe (w tej grupie także nadciśnienie tętnicze i cukrzycę). U kardiologa przynajmniej raz w życiu było tylko 43 proc. z nas - mężczyzn. Do urologa, zwłaszcza jeśli nie mamy alarmujących objawów, też jest nam nie po drodze.

Boimy się wykrycia nowotworu lub innej poważnej choroby (36 proc. mężczyzn), ale także wstydu i skrępowania, które łączą się z samym badaniem urologicznym (33 proc. mężczyzn).

Każdego dnia 48 mężczyzn słyszy tę diagnozę

Jak wynika z raportu „Nowotwory złośliwe w Polsce” z 2021 roku, średnio 48 mężczyzn każdego dnia dowiaduje się, że ma raka prostaty. Jest to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u mężczyzn - co piąty mężczyzna zmagający się z chorobą onkologiczną, choruje na raka prostaty. Im wcześniej wykryta choroba, tym większa szansa na jej wyleczenie. Profilaktyka to nie słabość - to broń. Czas ma duże znaczenie nie tylko w przypadku chorób nowotworowych. Dzięki badaniom profilaktycz-

nym możesz uniknąć wielu schorzeń, w tym cukrzycę czy zakrzepicę. Regularne badania to najlepsza polisa na życie.

Styl życia wpływa na rozwój choroby

Blisko 25 proc. panów ma nadciśnienie tętnicze. Aż 70 proc. mężczyzn ma nadwagę, a jedna piąta zmagają się z otyłością. W Polsce zgodnie z Eurobarometrem z 2021 r. aż 32 proc. dorosłych mężczyzn pali papierosy. Dodatkowo, według tego samego badania, w Polsce aż 66 proc. mężczyzn w grupie wiekowej 15+ jest nieaktywna fizycznie. Największe odsetki nieaktywnych fizycznie mężczyzn zaobserwowano w grupach wiekowych 40-54 lata - 73 proc. i 55+, aż 88 proc. Prowadzi to do rozwoju cukrzycy typu 2, nadciśnienia tętniczego, hipercholesterolemii, miażdżycy, zawału mięśnia sercowego, udaru mózgu, choroby układu ruchu, choroby układu pokarmowego, zaburzeń hormonalnych, a także nowotworów.

Nowotworem, które spotykają mężczyzn na całym świecie przynajmniej w 1/3 przypadków można zapobiec, **zmieniając styl życia, nawyki i badając się profilaktycznie**. Nie musisz od razu biec maratonu. Zaczynaj od tych małych kroków:

- **odżywiaj się zdrowiej** - sprawdź bezpłatne plany żywieniowych na portalu diety.nfz.gov.pl/
- **bądź aktywny** - ćwicz, jak lubisz i unikaj siedzącego trybu życia
- **rzuć palenie i ogranicz alkohol**

- **wykonuj samobadanie jąder i prącia**
 - **badaj się** - raz w roku zrób m.in. morfologię, badanie ogólne moczu czy lipidogram
 - po 40. roku życia - obowiązkowo **kontroluj prostatę**
 - po 60. roku życia - raz w roku zrób **USG jamy brzusznej**, aby ocenić m.in. nerki i pęcherz moczowy.
- WAŻNE! w razie niepokojących objawów zgłoś się do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej**

Objawy, których nie możesz zlekceważyć

Czy znasz objawy męskich nowotworów, które powinny Cię zaniepokoić? Wiele z nich jesteś w stanie wykryć sam, jeszcze na wczesnym etapie rozwoju choroby.

Zobacz, na co zwrócić uwagę:

- **rak prostaty**
 - podwyższone stężenie PSA we krwi
 - dolegliwości związane z oddawaniem moczu
 - zaburzenia erekcji, które nie wynikają z podłoża emocjonalnego
 - bóle podbrzusza
 - obrzęk kończyny dolnej i/lub genitaliów
- **rak jądra**
 - wyczuwalna obecność guzka w jądrze
 - zmiana konsystencji jądra
 - uczucie dyskomfortu w mosznie lub pobołowanie jądra
 - nawracający ból w podbrzuszu lub okolicy lędźwiowej
- **rak prącia**
 - zmiana skóry na prąciu: może zmienić kolor, stać się cieńsza

lub może dojść do uwypuklenia tkanek, owrzodzenia (nadżerka lub guzek)

- opuchlizna na końcu prącia
- powiększenie węzłów chłonnych pachwinowych.

Nie czekaj aż coś „samo minie”. Zrób badania. To nic nie kosztuje, a może uratować Ci życie.

PROFILAKTYKA RAKA JĄDER - SAMOBADANIE

Jądra produkują plemniki i wydzielają hormony, jak testosteron. Są męskimi narządami rozrodczymi. Na nowotwór jądra najczęściej chorują młodzi mężczyźni: od 20 do 39 lat. Wykonuj samobadanie jąder od okresu dojrzewania. Ważna jest regularność - wtedy zauważysz najdrobniejszą zmianę.

Badaj jądra raz w miesiącu, najlepiej podczas kąpieli lub pod prysznicem. Zapoznaj się najpierw z prawidłową budową jąder. Jedno może być nieco większe od drugiego. W szczytowej części jądra jest wyczuwalne zgrubienie. To najądrze. Może przypominać mały guz. To są normalne cechy. Obserwuj, czy coś się nie zmieniło od ostatniego badania.

1

Złap jądro przy pomocy obu dłoni.



2

Sprawdź każde jądro osobno. Powinno być gładkie. Obracaj między palcami. Nie powinno sprawiać dużego bólu ani dyskomfortu.



3

Sprawdź, czy nie ma niepokojących zgrubień, wypukłości. Czy kolor skóry nie zmienił się.



4

Oceń, czy jedno z jąder jest wyraźnie większe lub nie zwiększyło się od ostatniego badania.



To tylko 5 minut

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13 40-844 Katowice

www.nfz-katowice.pl

www.nfz.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590

Rada nadzorcza SRK zablokowała przekazanie terenów w Bytomiu. Tłumaczy się w ministerstwie

Arkadiusz Biernat
a.biernat@dz.com.pl

**Bytom chciał przejąć nie-
używane tereny po kopalni
KWK „Centrum”, aby wybu-
dować tam basen. Przekaza-
nie zablokowała rada nad-
zorcza, która teraz musi się
tłumaczyć w Ministerstwie
Aktywów Państwowych.**

Przypomnijmy. Kilka miesięcy temu władze Bytomia zainteresowały się działkami po KWK „Centrum”, aby w ich miejscu wybudować miejski basen. Kopalnię zlikwidowano w 2015 roku i od tego czasu nieruchomości były nieużywane, niszczały. Władze śląskiego miasta chciały wykorzystać ten teren pod nową działalność.

Zarząd SRK wyraził zgodę i o podjęcie takiej samej decyzji wnioskował do rady nadzorczej. Podkreślano, że teren jest nieprodukcyjny i zbędny dla spółki, a do tego nie był dotychczas przedmiotem sprzedaży i obecnie również nie jest przedmiotem postępowań przetargowych. Pomimo tych argumentów decy-

zja rady nadzorczej była odmowna.

**Rada nadzorcza
musi się tłumaczyć
w ministerstwie**
Władze Bytomia nie kryły rozczarowania decyzją.
– Decyzja jest kompletnie niezrozumiała. Tereny po kopalni nie są używane i staramy się o nie

już długo. Dzięki zarządowi SRK nastąpiło przyspieszenie, ale jest opór ze strony rady nadzorczej – mówił Michał Bieda, zastępca prezydenta Bytomia.
Jak się okazuje, wyjaśnienie domaga się Ministerstwo Aktywów Państwowych, które przez radę nadzorczą sprawuje nadzór nad Spółką Restrukturyzacji Kopalni.

„Ministerstwo Aktywów Państwowych zwróciło się z pilnym wezwaniem o zajęcie stanowiska przez zarząd i Radę Nadzorczą we wspomnianej sprawie” – przekazał „Dziennikowi Zachodniemu” Departament Komunikacji w MAP.

Jak podkreślono, będziemy informowani o dalszych krokach w tej sprawie.

**Ponowny wniosek
w sprawie
KWK „Centrum”**
Prezes SRK Jarosław Wieszolek podkreślił, że ponowny wniosek w tej sprawie został przekazany do rady nadzorczej. Wyraził nadzieję, że w wyniku ponownego jego rozpatrzenia decyzja będzie inna. Z naszych nieoficjalnych informacji wynika, że posiedzenie rady nadzorczej może odbyć się w grudniu.

„Zarząd SRK jest zdeterminowany, aby z sukcesem realizować założone cele w zakresie współpracy z gminami, zagospodarowywania terenów pogórnich i przyczyniania się do transformacji regionu, czego dowodem są dotychczasowe działania zarządu od kwietnia 2024” roku – informowała SRK.

Ze strony rady nadzorczej dotąd nie pojawiły się żadne publiczne wyjaśnienia.

Nie była to pierwsza tego typu niezrozumiała sytuacja, kiedy zarząd SRK wydaje zgodę na przekazanie pokopalnianych działek samorządowi, a później blokuje ją rada nadzorcza. Chodzi o blisko 12,3 ha na budowę akceleratora biznesu KSSENON.

Ostatecznie po nagłośnieniu sprawy i interwencji w ministerstwie tereny zostały przekazane.

**„Samorząd najlepszym
gospodarzem”**

Od lat SRK nie miała dobrej opinii w samorządach. Zarzucano jej zbyt wolne przekazywanie pokopalnianych działek. Zwracano uwagę, że spółka raczej chętniej sprzedaje nieruchomości (tłumaczyła się koniecznością zarobku). Na ten problem uwagę zwrócił nawet Donald Tusk, kiedy jeszcze przed ostatnimi wyborami parlamentarnymi odwiedzał Śląsk.

– Samorząd jest najlepszym gospodarzem. Uprawnionym do tego, żeby wykorzystywać grunty i nieruchomości, które są pozostałością po zamykanych kopalniach. Musimy zrobić wszystko, żeby skupić pozytywną energię samorządów – mówił.

Podkreślał, że SRK jest w rękach państwa i potrzeba odważnych decyzji. Jak tłumaczył, grunty powinny być przekazywane wraz z pomocą finansową. Kilka tygodni temu premier Donald Tusk zapewnił, że w kwestii transformacji Bytom będzie „pod specjalną pieczęcią”. Chyba nie wszędzie dotarły te słowa.

**Bytom chce
budować basen**

Władze Bytomia są przekonane, że tereny po KWK „Centrum” idealnie nadają się na basen miejski (obecnie miasto ma tylko jeden tego typu obiekt), bo są dobrze skomunikowane z dzielnicami Bytomia. Dobry dojazd zapewnia komunikacja publiczna z Bobrka, Karbia, Michowic i Stroszka. Do tego na przeciwko działki jest Szkoła Podstawowa nr 51, a w niedalekiej odległości szkoła sportowa.

Samorząd pracuje już nad dokumentacją. Opracowywany jest plan funkcjonalno-użytkowy, co wiąże się z wydatkowaniem pieniędzy.

REKLAMA0011429647



OBWIESZCZENIE STAROSTY BĘDZIŃSKIEGO

z 3.11.2025 r.

Zgodnie z art. 11a i art. 11d pkt 5 ustawy z 10.04.2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity: Dz.U. z 2024 r., poz. 311)

Starosta Będziński

zawiadamia, że na wniosek **Zarządu Powiatu Będzińskiego z 8.09.2025 r.**, i. dz. **58435.2025**, została wydana **3.11.2025 r.** decyzja numer **7.2025** o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pod nazwą:

PRZEBUDOWA DROGI POWIATOWEJ NUMER 4731S – ULICY LEGIONÓW W CZELADZI

która realizowana będzie na działkach o numerach geodezyjnych:

lp.	numer działki przed podziałem (aktualny numer działki po podziale)	obręb	dotychczasowy właściciel
1.	6610	Czeladź	Powiat Będziński
2.	6612 (6612/2)	Czeladź	osoby fizyczne
3.	6617 (6617/2)	Czeladź	osoby fizyczne
4.	6644 (6644/2)	Czeladź	Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn” osoby fizyczne
5.	6662 (6662/2)	Czeladź	Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn” osoby fizyczne SAJDSYSTEM Sp. z o.o. Sp.K.
6.	6664	Czeladź	Skarb Państwa użytkowanie wieczyste: Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn”
7.	6665 (6665/2)	Czeladź	Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn” osoby fizyczne
8.	6682	Czeladź	Skarb Państwa użytkowanie wieczyste: Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn”
9.	6679 (6679/2)	Czeladź	Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn” osoby fizyczne
10.	6680 (6680/2)	Czeladź	Spółdzielnia Mieszkaniowa „Saturn” osoby fizyczne
11.	5642	Czeladź	Powiat Będziński
12.	5838 (5838/2)	Czeladź	Gmina Czeladź
13.	5836 (5836/2)	Czeladź	Gmina Czeladź użytkowanie: Polski Związek Działkowców
14.	5834 (5834/2)	Czeladź	osoby fizyczne
15.	5837	Czeladź	Gmina Czeladź
16.	14167 (14167/2)	Czeladź	Gmina Czeladź
17.	14168	Czeladź	Gmina Czeladź
18.	5829	Czeladź	Gmina Czeladź
19.	5826	Czeladź	Gmina Czeladź
20.	5822	Czeladź	Gmina Czeladź
21.	5818	Czeladź	Gmina Czeladź
22.	5814	Czeladź	Gmina Czeladź
23.	5809	Czeladź	Gmina Czeladź
24.	5805	Czeladź	Gmina Czeladź
25.	5801	Czeladź	Gmina Czeladź
26.	5798/2	Czeladź	Gmina Czeladź
27.	5471 (5471/2)	Czeladź	Gmina Czeladź
28.	4809	Czeladź	Powiat Będziński

Wgląd do materiałów oraz informacje o przedsięwzięciu będą udostępnione w Wydziale Architektury Starostwa Powiatowego w Będzinie – Będzin, ul. Ignacego Krasickiego 17, numer telefonu: 32 368 07 71.

Z upoważnienia Starosty Będzińskiego
Dariusz Kruczkowski
Naczelnik Wydziału Architektury



Miasto Bytom stara się o przejęcie od SRK kolejnych terenów po kopalni KWK „Centrum”

KOLEJ ROŚNIE W SIŁĘ CHORZOWSKI ALSTOM ZBUDUJE DLA PKP INTERCITY NOWOCZESNE PIĘTROWE POCIĄGI

„Piętrusy” popędzą 200 km/h

Arkadiusz Biernat
a.biernat@dz.com.pl

PKP Intercity podpisało największą w historii umowę na dostarczenie taboru. Alstom za 4,1 mld zł wyprodukuje 42 piętrowe pociągi, które pomkną 200 km/h po polskich torach.

- Tak jak pociągi Pendolino Intercity zaczęły odmieniać polską kolej, tak pociągi piętrowe Intercity zmienią wszystko na rynku przewozów dalekobieżnych - zapowiada Janusz Malinowski, prezes PKP Intercity.

Spółka za 4,1 mld zł zamówiła 42 nowoczesne piętrowe składy od Alstomu, który za kolejne 2,8 mld zł zapewni ich serwis na 30 lat. To największy tego typu kontrakt w historii polskich kolei.

Pojazdy będą składać się z sześciu członów (czterech piętrowych i dwóch jednopiętrowych), skład pomieści ponad 550 pasażerów, a w zestawieniu podwojnym - ponad 1000 osób. Pociągi osiągną prędkość do 200 km/h, a ich dostawy rozpoczną



FOT. PKP INTERCITY/ALSTOM

Pociągi dla PKP Intercity powstaną na bazie modelu Coradia Max, który od wielu lat realizowany jest w zakładzie w Chorzowie

się w połowie 2029 roku i zakończą na początku 2032 roku.

„Piętrusy” będą kursować m.in. na trasach z Warszawy do Gdańska, Łodzi, Olsztyna, Wrocławia, Katowic, Krakowa, Białegostoku i Terespoła. W planach mają przewozić od 100 do 160 tysięcy osób dziennie. Dziś PKP Intercity w ciągu doby

przewozi ok. 220 tysięcy pasażerów.

Umowa przewiduje możliwość zamówienia kolejnych 30 składów, a tym samym zwiększenia kontraktu do 14 mld zł.

Pociągi dla PKP Intercity powstaną na bazie modelu Coradia Max, który od wielu lat realizo-

wany jest w zakładzie w Chorzowie. W Europie eksploatowanych lub zamówionych tego typu jednostek jest ponad 500 (m.in. w Niemczech czy Chorwacji).

- „Piętrusy” z Chorzowa to pociągi o wysokiej pojemności, które mogą przewozić dużą liczbę pasażerów. Dużo większą

w porównaniu z normalnymi, tradycyjnymi jednopiętrowymi pociągami - przekonuje Beata Rusinowicz, prezes Alstom Polska.

Pierwszy model dla polskiego przewoźnika będzie gotowy za trzy i pół roku. Niestety, ze względu na decyzję klienta Alstomu, nie możemy pokazać tego typu pociągu z wnętrza na etapie produkcji.

Wiadomo m.in., że na dolnym pokładzie tuż przy wejściach znajdują się pojedyncze siedzenia, przygotowane z myślą o pasażerach podmiejskich. Dalej są już wygodne fotele na dłuższą trasę. W wersji pierwszej klasy na piętrze są jeszcze wygodniejsze fotele ze stolikami.

Ostateczna wersja Coradii Max dla PKP Intercity zostanie dopiero dopracowana na dalszym etapie - zgodnie z życzeniami klienta. Dopiero wtedy będzie wiadomo, w jaki sposób zostaną m.in. rozmieszczone miejsca siedzące.

Nowa flota Coradia Max składa się z sześciowagonowych składów, z przestrzen-

nym układem wnętrza, strefami dla rodzin, osób z niepełnosprawnościami, przewoźu rowerów, bagażu oraz z udogodnieniami takimi jak: Wi-Fi, klimatyzacja, gniazda elektryczne, porty USB, czytelna informacja pasażerska, automatyczne drzwi umożliwiające bezstopniowe wsiadanie i wsiadanie.

Pociągi będą przystosowane do zasilania na liniach o napięciach 3 kV i 25 kV AC, co umożliwi ich pracę zarówno w Polsce, jak i w Europie. Pojazdy będą mogły poruszać się na tradycyjnych liniach kolejowych jak Centralna Magistrala Kolejowa w kierunku Katowic, jak również po planowanych liniach Kolei Dużych Prędkości, co jest związane z budową Centralnego Portu Komunikacyjnego.

Jak usłyszeliśmy, łączonych składów, które będą mogły pomieścić nawet do tysiąca osób, będzie można się spodziewać m.in. na wakacyjnych trasach do miejscowości turystycznych, np. ze Śląska nad Morze Bałtyckie.

REKLAMA

0011430429

18 listopada w Jastrzębiu-Zdroju odbędzie się Konferencja Gospodarcza 2025 – o przyszłości regionu i nowych kierunkach rozwoju

18 listopada 2025 roku Jastrzębie-Zdrój stanie się centrum rozmów o gospodarce, innowacjach i transformacji regionu. W nowoczesnej przestrzeni Carbonarium przy ul. Towarowej 7 odbędzie się Jastrzębska Konferencja Gospodarcza 2025 – wydarzenie, które połączy środowiska biznesowe, samorządowe i naukowe.

Organizatorem konferencji jest Miasto Jastrzębie-Zdrój, które od lat konsekwentnie wspiera lokalnych przedsiębiorców i inwestorów. Spotkanie ma służyć wymianie doświadczeń, wskazaniu aktualnych wyzwań gospodarczych oraz pokazaniu możliwości rozwoju w kontekście zmian zachodzących w regionach górniczych i przemysłowych.

Konferencja będzie miejscem dialogu między przedstawicielami administracji publicznej, instytucji otoczenia biznesu i sektora prywatnego. Wśród gości znajdą się eksperci Polskiej Agencji Inwestycji i Handlu, Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej, Spółki Restrukturyzacji Kopalń, przedstawiciele lokalnych przedsiębiorstw oraz młodzi innowatorzy.



Obszar inwestycyjny „Ławczok I”

FOT. UM JASTRZĘBIE-ZDRÓJ

Bogaty program i znamienici goście

Konferencję o godzinie 14:00 otworzy **Prezydent Miasta Jastrzębie-Zdrój, Michał Urgoś**, który powita uczestników i przedstawi główne założenia spotkania.

Gościem honorowym wydarzenia będzie **Ambasador Turcji w Polsce, Rauf Alp Denктаş**, który w swoim wystąpieniu podkreśli znaczenie współpracy międzynarodowej w rozwoju gospodarczym i innowacyjnym. Nie zabraknie również miejsca dla młodych talentów – uczniowie **Zespołu Szkół nr 6 w Jastrzębiu-Zdroju** zaprezentują projekty stworzone w ramach szkolnych inicjatyw technologicznych, pokazując, że przyszłość innowacji może zaczy-

nać się właśnie tutaj, w naszym mieście.

Sport, biznes i współpraca instytucjonalna

O tym, jak skutecznie łączyć pasję, zespół i zaangażowanie w działaniach społecznych, opowiedzą **Adrian Myszor** i **Dariusz Dudek** z Grupy Silesia podczas wystąpienia zatytułowanego „Siła drużyny – jak połączyć sport, biznes i CSR”.

W dalszej części konferencji odbędzie się rozmowa o współpracy między biznesem, samorządem i instytucjami wspierającymi przedsiębiorców. W krótkim wywiadzie udział wezmą **Anna Pawelak (ELPLAST+)**, **Andrzej Koba (Powiatowy Urząd Pracy w Jastrzębiu-Zdroju)** oraz **Kazimierz**

Wawrzyczek (Cech Rzemieślników i Innych Przedsiębiorców w Jastrzębiu-Zdroju).

Z kolei **Tatiana Nocoń**, ekspertka Polskiej Agencji Inwestycji i Handlu, przybliży temat internacjonalizacji polskich firm oraz możliwości, jakie daje współpraca z Regionalnymi Biurami Handlowymi PAIH.

Transformacja, jakość i nowe technologie

Jednym z najważniejszych punktów programu będzie **panel dyskusyjny „Miasta górnicze w obliczu transformacji energetycznej”**, który poprowadzi **Prezydent Michał Urgoś**. W panelu udział wezmą:

Andrzej Zabiegliński, Wiceprezes Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A.,

Jarosław Wieszołek, Prezes Spółki Restrukturyzacji Kopalń S.A.,

Jarosław Zagórowski, Dyrektor Głównego Instytutu Górniczego, oraz przedstawiciel **Jastrzębskiej Spółki Węglowej S.A.**

Dyskusja skupi się na praktycznych aspektach przekształcania miast przemysłowych w nowoczesne ośrodki gospodarcze. Następnie **Anna Farion**, twórczyni projektu „Jakość bez retuszu z Anną Farion”, Wiceprezes Fundacji Qualitas i ekspertka Komitetu Inżynierii Produkcji PAN, zaprezentuje wystąpienie „Kultura jakości w praktyce – jak ją budować, rozwijać i utrzymywać?”. Technologiczny akcent zapewni **Piotr Cieluchowski**, który przedstawi praktyczne przykłady wy-

korzystania sztucznej inteligencji w zarządzaniu i rozwoju firm.

Muzyka, nagrody i networking

Część artystyczną uświetni **występ pianisty Tomasza Pali**, który zaprezentuje krótki repertuar muzyczny, wprowadzając uczestników w kameralną atmosferę przed finałem konferencji.

Tradycyjnie, punktem kulminacyjnym wydarzenia będzie **wręczenie Nagród Gospodarczych Prezydenta Miasta Jastrzębie-Zdrój za 2025 rok**. To wyjątkowe wyróżnienia dla przedsiębiorstw, które wnoszą znaczący wkład w rozwój gospodarczy miasta, tworzą miejsca pracy i promują etyczne oraz nowoczesne praktyki biznesowe. Na zakończenie zaplanowano **bankiet**, będący okazją do rozmów kulturalnych, nawiązywania kontaktów i zacieśniania relacji między uczestnikami.

Jastrzębska Konferencja Gospodarcza 2025 to wydarzenie, które stawia na współpracę, praktyczne rozwiązania i wymianę wiedzy. Spotkanie w Carbonarium będzie przestrzenią do rozmowy o kierunkach rozwoju, innowacjach i gospodarczym potencjale miasta, które odważnie patrzy w przyszłość.



Obszar inwestycyjny „Ławczok II”

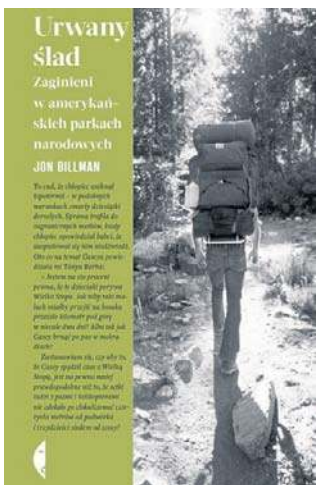
FOT. UM JASTRZĘBIE-ZDRÓJ

na półce



„Urwany ślad” Jon Billman

Wydawnictwo Czarne



Książka Jona Billmana „Urwany ślad” ma podtytuł: „Zaginieni w amerykańskich parkach narodowych”, który wyjaśnia, o czym ta książka jest. Parki narodowe w USA to miejsca o statusie niemal mitycznym – symbole wolności i obietnice przygody. Jednak mają też mroczną stronę. Na początku kwietnia 2017 roku Jacob Gray zatrzymał rower przy jednej z dróg prowadzących przez gęste lasy Parku Narodowego Olympic w stanie Waszyngton – i zniknął. Jakby rozpułnął się we mgłę. Żadnych świadków, żadnego tropu. Jego historia nie jest wyjątkiem: co roku w amerykańskiej głuszy giną setki, może tysiące ludzi. Ile dokładnie? Nikt nie wie.

W poszukiwaniach pomagają helikoptery, psy tropiące i wolontariusze, ale równie często szczęśliwy traf. Mimo to wiele spraw nigdy nie znajduje rozwiązania. Wtedy pojawiają się teorie spiskowe: od porwania przez Wielką Stopę, przez przejście do innego wymiaru oraz do interwencji UFO. Jon Billman tygodniami przemierzał bezdroża razem z rodziną Jacoba Graya, przede wszystkim z jego ojcem – ekscentrycznym surferem z Santa Cruz, który nie potrafił przestać szukać syna. Z tej podróży powstała wstrząsająca opowieść o nadziei i rozpacz.

Oto przykładowe recenzje, które pokazują, jaki horror serwuje czytelnikom Jon Billman: „To książka, która sprawi, że dwa razy się zastanowisz, zanim samotnie wyruszysz w głuszę”. „Większość z nas postrzega i docenia naturę jako źródło radości, natchnienia i podziwu. A jednak potęga dzikiej przyrody polega także na tym, że może ona pochwycić nas zębami, rozszarpać na strzępy i połknąć, tak, że nie pozostanie po nas żaden ślad. Książka Jona Billmana ujawnia przed nami właśnie tę przerażającą stronę głuszy. Przejmująca, upiorna i porywająca lektura. (Kevin Fedarko). „Wstrząsający reportaż o prawdziwych duchach, który dowodzi, że nawet w erze GPS-u i Instagrama zabłądzenie w dzicz jest jak najbardziej możliwe”. (Bill Gifford). JJ



Jerzy Markowski, dr inż. górnik

LEKCJA NA DZIŚ: BEZPIECZEŃSTWO ENERGETYCZNE KRAJU

L Należę do tej grupy ludzi, którzy nie odbyli zasadniczej służby wojskowej. Przyczyna jest prozaiczna, a na Śląsku i w Zagłębiu bardzo powszechna – byłem reklamowany przez kopalnię, bowiem był taki okres w historii Polski, kiedy młodzi ludzie byli bardziej potrzebni na dole w kopalniach niż na poligonach wojskowych, a wojna wydawała się nierealną perspektywą.

Jednak życie dało mi wyjątkową okazję do poznawania problematyki obronności kraju. Stało się tak za sprawą sprawowanej przeze mnie funkcji sekretarza stanu z zakresem odpowiedzialności: bezpieczeństwo energetyczne kraju. Ta funkcja spowodowała, że znalazłem się – z urzędu – w składzie gremium wyjątkowego, jeżeli chodzi o kompetencje i doświadczenia, oraz wybitnego, jeżeli chodzi o kreowanie strategii, przeciwdziałanie zagrożeniu dla funkcjonowania i bezpieczeństwa państwa – w składzie Komitetu Obrony Kraju. Przewodniczącym był wicepremier, a członkami generałowie wojsk i służb, i jeden szeregowy, a do tego górnik.

2 Już po pierwszym posiedzeniu okazało się, że ja nie wiem – co oczywiście – tego, co wiedzą oni, ale i oni nie wiedzieli tego, co wiem ja. Właśnie ten stan rzeczy zbudował wyjątkową relację, wówczas służbową, a dziś koleżeńską sympatię, wciąż trwającą. To właśnie na posiedzeniach Komitetu Obrony Kraju uczyłem się myślenia o państwie w kategoriach bardziej wnikliwych niż nawet na posiedzeniach Rady Ministrów czy Komitetu Ekonomicznego Rady Ministrów, nie mówiąc już o doświadczeniach parlamentarnych.

Sposób oceny funkcjonowania państwa długo wolny był od zagrożeń realną wojną. Ostatnie lata, niestety, dostarczają nam takich doświadczeń.

Wydawać by się mogło, że wojna w Ukrainie i łatwość, z jaką wybuchają na świecie konflikty zbrojne, dają nam przyspieszoną lekcję wyobraźni i myślenia strategicznego. Niestety, tak nie jest. Ostatnio miałem, za sprawą rozmów z deputowanymi do Rady Najwyższej oraz ministrami w rządzie Ukrainy, okazję do szczególnej konstatacji.

Oni, w Ukrainie, powodowani realnym zagrożeniem dla gospodarki i życia ludzi, dokonali przede wszystkim szczególnego postępu w trybie podejmowania decyzji. Te decyzje, które w Unii Europejskiej podejmowane są latami, tam, w Ukrainie, i również w Rosji, podejmowane są, i – co ważne – realizowane w ciągu miesięcy, a czasami dni. Nie analizuję kwestii uzbrojenia, bo na tym się nie znam, ale oceniam to na przykładzie polityki energetycznej i surowcowej.

3 W Ukrainie podczas działań wojennych energetyka węglowa i górnictwo węglowe przestały istnieć. Wyjątkowe kłopoty przeżywa, zwłaszcza w obliczu zimy, ciepłownictwo. Mają jeszcze działającą, dzięki wyobraźni dotyczącej skutków unicestwienia – i to zarówno przez stronę ukraińską, jak i rosyjską – potężną energetykę jądrową. Ale, co najważniejsze, odbudowują niemal codziennie potencjał energetyczny z wyjątkową wrażliwością na jego przetrwanie, czyli mocno rozproszoną.

WYDAWAĆ BY SIĘ MOGŁO, ŻE WOJNA W UKRAINIE I ŁATWOŚĆ, Z JAKĄ WYBUCHAJĄ NA ŚWIECIE KONFLIKTY ZBROJNE, DAJĄ NAM PRZYSPIESZONĄ LEKCJĘ W YOBRAŹNI I MYŚLENIA STRATEGICZNEGO. ALE TAK NIE JEST

My, w Polsce, idziemy dokładnie w przeciwną stronę. To przeświadczenie bierze się nie tylko z lektury publikacji medialnych, ale, co ważniejsze, ze słuchania głosów niekwestionowanych, przynajmniej dla mnie, autorytetów. Do grona tego zaliczam byłego zastępcę dowódcy NATO, generała broni dr. Henryka Bieńka, z którym znam się od lat, oraz pułkownika dr. hab. Jacka Siewierę – byłego szefa Biura Bezpieczeństwa Narodowego, z którym nie znam się wcale. Trzeci wybitny autorytet, jakim był zmarły w ubiegłym roku generał broni Henryk Skrzypczak, często wymieniał ze mną opinie, co zauważyłem po lekturze jego książki.

Zatem co robimy? Z punktu widzenia bezpieczeństwa energetycznego państwa szczególnie nieroztropnie, żeby nie użyć silniejszego określenia. Zbudowaliśmy bowiem w ciągu ostatnich 10-15 lat model dostaw energii i surowców energetycznych oparty na dostępie wyłącznie drogą morską.

4 To przez Bałtyk dostarcza się do Polski 100 proc. użytecznej energetycznie ropy naftowej, 80 proc. gazu ziemnego w obu jego postaciach, 90 proc. węgla kamiennego. To u wybrzeży Bałtyku budujemy, w okolicach Choczewa, pierwszą naszą elektrownię jądrową. Jej przyszła zdolność do produkcji energii jest nie tylko skromnym ułamkiem intensywnie likwidowanej energetyki konwencjonalnej, ale już

dziś powinna być wspierana kolejną energetyką, również jądrową, bo przecież trudno budować dostatek energetyczny na zależnych od pogody energetykach wiatrowej czy słonecznej.

Niemcy już dziś zrozumieli efekt swojej „Energiewende” (transformacja energetyczna – przyp. red.), my jeszcze nie! Również istniejący kabel energetyczny łączący Polskę ze Szwecją leży na dnie Bałtyku, co zresztą jest moją „winą”, chociaż kiedy podejmowaliśmy decyzję o budowie tego kabla, myślałem o eksporcie energii elektrycznej z Polski, a nie o coraz bardziej rozwijającym się imporcie do kraju.

5 Polskie wybrzeże Bałtyku to oczywiście porty przeładunkowe, bo innego morza nie mamy, to lokalizacja morskiej energetyki wiatrowej, z tego samego powodu, to fantastycznie rozwijający się przemysł na rzecz energetyki wiatrowej, ale czy aby nie robimy błędów, planując w najbliższych latach likwidację zlokalizowanych w różnych miejscach kraju elektrowni: Opole, Łagisza, Pątnów, Łaziska, Jaworzno, Połaniec, Kozienice, zakładając ich całkowitą likwidację bądź przebudowę na gaz ziemny, ale dostarczany drogą morską przez Bałtyk?

Jest jeszcze czas na refleksję, ale nie będzie go wcale, jeżeli pojawi się głęboki deficyt mocy w polskim systemie energetycznym, a już zupełnie nie będzie czasu na refleksję, kiedy – co oby nigdy się nie stało – nasze kluczowe obiekty infrastruktury energii i surowców energetycznych na Bałtyku staną się celami ataków militarnych.

W tej sprawie nigdy dość ostrzeżeń i sugestii. A może jednak urodzą się realne decyzje? W rządzie dotyczące uchwalenia polityki energetycznej państwa, a w Kancelarii Prezydenta RP powołania Rady Bezpieczeństwa Energetycznego Kraju... ©



Jadwiga Jenczelewska

CORAZ STARSZA POLSKA

Charles Augustin Sainte-Beuve, francuski pisarz żyjący w XIX w., pozostawił nam po sobie między innymi taką cenną maksymę: „Starość to jedyny sposób, jaki istnieje, by żyć długo”. To świetne motto zwłaszcza na dziś, bo 14 listopada każdy, kto się kwalifikuje, może obchodzić Ogólnopolski Dzień Seniora. To tylko pozornie prywatna sprawa

wa w szybko starzejącym się kraju, z dynamicznie rosnącą liczbą seniorów i coraz mniejszą liczbą rodzących się dzieci.

Jeśli przyjąć, że w wiek senioralny wchodzi osoba z grupy 65+, to w Polsce jest już około 8 milionów seniorów, czyli prawie 21 procent populacji kraju szacowanego na około 38,3 mln mieszkańców. Żadna to dla nas pociecha, że w innych

krajach jest jeszcze gorzej, a w Unii Europejskiej ponad jedną piątą (21,6 proc.) populacji to seniorzy w wieku 65 lat i więcej. To dane z 2024 r. Szacuje się, że właśnie wtedy 97 milionów osób miało co najmniej 65 lat – spośród 449,3 miliona mieszkańców UE. Starzenie się społeczeństw jest spowodowane nie tylko spadkiem tzw. dzietności, ale także znaczącym wydłużaniem się życia, co akurat powinno nas cieszyć.

Warto odnotować, że spośród krajów UE najwyższy odsetek osób starszych w całkowitej populacji notuje się we Włoszech – 22,8 proc., w Grecji – 22,0 proc., w Portugalii i Finlandii – po 21,8 proc., w Niemczech – 21,5 proc. i Bułgarii – 21,3 proc. Natomiast według prognoz Głównego Urzędu Statystycznego w 2060 roku liczba polskich seniorów wzrośnie do około 9,9 miliona. Będziemy naprawdę krajem ludzi starych.

Niestety, w I półroczu 2025 r. zarejestrowano w Polsce tylko 115,5 tys. urodzonych dzieci, czyli mniej o ponad 10 tys. noworodków w stosunku do I połowy 2024 r. Ekspersi prognozują, że w całym 2025 r. liczba urodzeń utrzyma się na poziomie poniżej 240 tys. Jeśli demografia w naszym kraju się nie zmieni i jej ponure prognozy, to z biegiem lat Ogólnopolski Dzień Seniora będziemy obchodzić jako święto narodowe. Cóż, ludzie, którzy dzisiaj zechcą je celebrować, mogą już tylko apelować do swoich wnuków, aby „coś” zrobili i pozwolili im doczekać ślicznych prawnucząt, bo sami nie mają już siły sprawczej.

A na ośłodę „złota myśl” naszej niezapomnianej gwiazdy estrady Hanka Bielickiej, która żyła prawie 91 lat: „Człowiek jest naprawdę stary dopiero wtedy, gdy świeczki na urodzinowym torcie kosztują więcej niż sam tort”. ©

PULS

#190

Depresja nie jest lenistwem. Najbardziej rani unieważnianie,
mówienie, że trzeba wziąć się w garść i wszystko minie
Str. 14-15



Możesz mieć gorszy dzień, ale kiedy konkretne objawy trwają co najmniej dwa tygodnie, to najprawdopodobniej chorujesz na depresję. Co dziś o niej wiemy, co działa w leczeniu i co w Polsce jest naprawdę dostępne – mówi dr Piotr Krawczyk, psychiatra, autor książki „Zrozumieć depresję”

Anita Czapryn

DR PIOTR KRAWCZYK: DEPRESJA NIE JEST LENISTWEM. NAJBARDZIEJ RANI UNIEWAŻNIANIE

Jaka jest pana definicja depresji?

Taka, jaka obowiązuje w tej chwili, a wypracowana jest od dawna w oparciu o różnego rodzaju dane i konsensus. Ta definicja mówi, że depresja to zaburzenie psychiczne polegające na występowaniu kilku objawów; w zależności od szczegółów mówimy o dziewięciu albo dziesięciu, z których nie wszystkie muszą wystąpić naraz, by spełnione były kryteria. Te objawy są bardzo konkretne i muszą pojawiać się niemal codziennie przez co najmniej 14 dni.

Jakie to objawy?

Można je podzielić na główne i dodatkowe. Do głównych należą obniżenie nastroju, czyli nastrój depresyjny, w skrócie możemy powiedzieć smutek czy przygnębienie, oraz utrata zdolności do odczuwania przyjemności albo jej zmniejszenie, inaczej mówiąc: spadek zainteresowań i czerpania radości z przyjemności. Do pozostałych objawów należą między innymi zaburzenia koncentracji, poczucie niskiej wartości, utrzymujące się poczucie winy, zaburzenia snu, zaburzenia apetytu, a także obniżenie energii, a mówiąc nietylko: duże zmęczenie.

W swojej książce „Zrozumieć depresję” pisze pan we wstępie, że to jedna z najczęstszych, ale też najbardziej niezrozumiałych chorób. Jest powszechna – może dotknąć każdego, niezależnie od płci, wieku czy momentu życia. Czego wciąż o depresji nie wiemy?

Wydaje mi się, że nie wiemy wielu rzeczy, natomiast nie chcę wpadać w pesymistyczne tony ani filozofować. Nawijając do tego, co pani zacytowała, depresja jest niezrozumiała dlatego, że należy do zaburzeń emocji. Z jednej strony wszyscy mamy emocje, więc wydają

nam się one codziennością, ale kiedy się zaburzają, niekoniecznie potrafimy je rozpoznać; to może umykać naszej uwadze. Z drugiej strony rozpoznawanie emocji nie jest czymś, z czym człowiek się rodzi; tego się uczymy, od bliskich i od reszty ludzi. W związku z tym czasem mamy trudność z rozpoznawaniem świata emocjonalnego. Dlatego depresja, moim zdaniem, jest tak trudno rozpoznawalna i tak niezrozumiała.

Słyszymy o różnych rodzajach depresji, np. poporodowej. Czy są jeszcze jakieś inne? Na przykład depresja alkoholowa?

O alkoholowej nie słyszałem. Generalnie jest zasadnicza różnica między szeroko rozumianym, ogólnym pojęciem złego samopoczucia a depresją. Depresja to jednak bardzo konkretne zjawisko. Ono czasem jest trudne do zdefiniowania albo do znalezienia u danego pacjenta, ale pozostaje zjawiskiem konkretnym. Co do jej rodzajów, to stoję na stanowisku, że jeśli przyjmujemy definicję, którą podałem, to depresja jest jedna. Trwają na ten temat bardzo duże spory. Myślę, że to dobrze, że tak się dzieje, ale formalnie depresja jest jedna. Natomiast może mieć różne aspekty. Możemy zobaczyć, że niektóre depresje pojawiają się w jakimś konkretnym czasie, na przykład zaraz po porodzie albo o danej porze roku. W tym pierwszym wypadku mówimy o depresji poporodowej i rzeczywiście taki rodzaj, czy podtyp depresji, istnieje. W tym drugim mówimy o depresji sezonowej, czyli ogólnie mówiąc o sezonowym zaburzeniu nastroju, i taki podtyp też istnieje.

Ion dotyczy właśnie tej pory roku, która nadeszła, czyli jesieni?

Dobre pytanie. Tak to kojarzymy i wydaje się, że najczęściej rzeczywiście depresja sezonowa pojawia się jesienią.

Natomiast to wcale nie jest takie oczywiste. Badania, ale też i moje doświadczenie, pokazują, że są osoby, które chorują na depresję co roku albo niemal co roku, ale na przykład tylko latem albo tylko wiosną, i dla nich to jest charakterystyczne. Jeżeli jednak spojrzymy z lotu ptaka na ogólną populację, to rzeczywiście jesień jest czasem najtrudniejszym. Jesień i zima.

Skąd się bierze depresja?

To dobre pytanie, ale też trudno na nie znaleźć jednoznaczną odpowiedź. Mam pewne pomysły, natomiast z całą pewnością muszę powiedzieć, że nie ma jednej przyczyny. Nie da się też wskazać jakichś konkretnych, uniwersalnych przyczyn. W wypadku każdego człowieka, który przyjdzie do lekarza psychiatry, możemy spróbować ustalić dla niego właściwą przyczynę. Jeśli jednak chodzi o ogólne sformułowanie przyczyn, to mamy pewne trudności, bo jest ich kilka. Jest na przykład znana od lat 70. tzw. hipoteza neuroprzekaznikowa, która zakłada, że w mózgu osoby chorującej na depresję dochodzi do pewnej nierównowagi, niedoboru pewnych substancji chemicznych zwanych neuroprzekaznikami, które są potrzebne do zdrowego funkcjonowania mózgu i umysłu. To hipoteza jedna z wielu, dlatego że wiemy, iż nie wyjaśnia bardzo wielu innych zjawisk w ramach depresji. Nie wyjaśnia też do końca pewnych tajemnic związanych z leczeniem. Jak na przykład z tym, że niektóre leki działają,

a inne nie. Inna hipoteza to genetyka: widzimy, że depresja pojawia się w obrębie rodzin; jeśli w rodzinie chorują osoby na depresję, to zwiększa się ryzyko, że kolejne osoby też zachorują. Jednocześnie nie udało się ustalić żadnych konkretnych genów; na pewno można powiedzieć, że nie mamy genu depresji. Wydaje się, że to coś bardzo skomplikowanego i wielogenowego. Inną potencjalną hipotezą jest hipoteza zapalna, która mówi, że pewne substancje zapalne, różnego rodzaju cytokiny, tzw. interleukiny i inne substancje chemiczne, mogą mieć wpływ na mózg. Znamy je, bo odczuwamy ich efekt, kiedy jesteśmy np. przeziębieni. Wtedy czujemy zmęczenie, boli nas ciało i mięśnie, mamy gorączkę. One w depresji nie wywołują przeziębienia ani gorączki, ale mogą się pojawiać wiemy, że wykładniki stanu zapalnego w depresji są podwyższone. To są przyczyny, które wymieniałem, ale jest co najmniej kilka innych: jest choćby przyczyna „kortyzolowa”, związana ze stresem.

Jakich odpowiedzi szukają u pana chorzy na depresję, a jakich ich bliscy? Czy to się różni?

Trochę może się różnić. Chorzy na depresję zadają bardzo różne pytania i starałem się na nie odpowiedzieć w książce. Napisałem ją, mając w głowie przede wszystkim pacjentów, którzy do mnie przychodzą, i pytania, które zadają. To są pytania, które ostatecznie sprowadzają się

do tego, czy wyzdrowieją i to jest pytanie sensowne. Wtedy wspólnie się zastanawiamy, skąd się u nich depresja wzięła, jak mogą sobie pomóc; takie pytania też padają. Natomiast rodziny reagują bardzo różnie. Można powiedzieć, że część rodzin nie jest zainteresowana zadawaniem pytań i to jest coś, co chciałbym, żeby uległo poprawie. Te rodziny, które pytają, to na przykład pytają o to, czy one jakoś zawiąły, czy przyczyna leży w nich, a z drugiej strony pytają, jak mogą pomóc.

Czy jest coś, co w rozmowie o depresji odstrasza? Czy bliscy boją się o niej rozmawiać?

Myślę, że w rozmowie o depresji jest trochę tematów tabu. Wynikają z tego, co dzieje się w mediach społecznościowych i w ogóle z tego, co wiemy o depresji, albo co nam się wydaje, że wiemy. Pierwszy temat to sytuacja, kiedy rodziny mówią, że rozumiemy, iż ktoś choruje na depresję, ale nie potrafimy zrozumieć, że leczenie jest tak skomplikowane i może trwać długo. Nie bardzo rozumiemy, że osoba chora rzeczywiście nie ma siły, na przykład przez kilka miesięcy.

Że to nie depresja, tylko lenistwo?

Tak. I bliscy wiedzą, że to trochę niefajnie zadawać pytania tego typu, ale je zadają. To dobrze, można zadawać takie pytania. Inne obawy rodzin to wątpliwość, czy jeśli zaczną rozmawiać z osobą chorującą o depresji, to nie wywołają pogorszenia jej stanu: czy samo używanie słów „smutek”, „przygnębienie”, „płacz” nie sprawi, że ta osoba poczuje się gorzej. To jest z jednej strony wyraz troski, a z drugiej zupełnie nieuzasadniona obawa. Tematem tabu są też oczywiście myśli samobójcze i różnego rodzaju gesty samobójcze, które mogą się zdarzać u osób z de-

presją. Natomiast można o nich rozmawiać i umiejętna rozmowa jest bardzo pomocna.

Pisze pan w książce, że myśli o śmierci nie zawsze stanowią objaw tej choroby. Gdzie jest granica, po której natychmiast trzeba reagować?

Jeśli pyta pani o to, kiedy powinniśmy reagować my, osoby niechorujące na depresję, to myślę, że reagowanie może mieć różne postaci. Jeżeli mamy osobę bliską, która mówi nam, że nie chce żyć, to adekwatną reakcją jest zapytać ją o samopoczucie i ustalić, o co tak naprawdę chodzi: „Dlaczego nie chcesz żyć?”. Natomiast jeżeli ta osoba, która choruje na depresję, mówi, że właściwie nie widzi żadnego sensu i chciałaby popełnić samobójstwo, to reakcja powinna być mocniejsza. Mamy możliwość pójścia z tą osobą do psychiatry albo nawet wezwania karetki i często to bywa bardzo pomocne, szczególnie w sytuacjach zagrażających, kiedy widzimy, że ta osoba przygotowuje się do podjęcia próby samobójczej.

Częściej chorują na depresję kobiety, natomiast samobójstwa częściej popełniają mężczyźni. Dlaczego tak jest?

To pytanie jest badane i częściej mamy już na nie odpowiedź. Kobiety chorują częściej, bo częściej spełniają kryteria depresji. Wydaje się natomiast, że mężczyźni podejmują próby samobójcze częściej pod wpływem substancji psychoaktywnych, głównie alkoholu, i częściej mają w swojej emocjonalności element autogresywny oraz większą decyzyjność. Rzeczywiście mężczyźni często wybierają metody odebrania sobie życia, które są zdecydowanie groźniejsze. Między innymi dlatego mężczyźni, którzy podejmują próby samobójcze to częściej są to próby skuteczne.

W ROZMOWIE O DEPRESJI JEST TROCHĘ TEMATÓW TABU. WYNIKAJĄ Z TEGO, CO WIEMY O DEPRESJI, ALBO CO NAM SIĘ WYDAJE, ŻE WIEMY



FOT. 123RF

Dr Piotr Krawczyk: Jeśli umysł podpowiada, że szklanka jest do połowy pusta i wszystko jest czarne, trzeba próbować poszukać myśli alternatywnych. To są techniki, które wykorzystują terapeuci

W książce pisze pan, że depresja to choroba ludzi młodych, ale przecież dotyka też osób przepracowanych, wypalonych pracowników korporacji, samotne matki, a także ludzi starszych i samotnych. Gdzie dziś jest jej najwięcej i jak wpłynęła na to pandemia?

Mamy bardzo mocne statystyki, że pandemia, w swoim najmocniejszym okresie w latach 2020–2021, zwiększyła w niektórych krajach częstość zgłaszania się do psychiatry nawet o 30–40 procent. To był olbrzymi wzrost zachorowań lub rozpoznania depresji. Ekspertki zastanawiają się, na ile wpływ miała sama pandemia i stan zagrożenia, który przecież był naprawdę przerażający, a na ile stało się to w związku z pojawieniem się możliwości technologicznych. Nagle okazało się, że możemy odbywać wizyty online i w związku z tym ja również u siebie widziałem grupę pacjentów, która nagle się pojawiła, a sami mówili, że nigdy by nie przyszli do psychiatry, bo nie przyjechaliby z innych miejscowości, a tak to mogli skorzystać. To było dobre. Jeżeli chodzi o częstość zachorowań i o to, u kogo pojawia się depresja, to takie dane również mamy. Statystyki ogólne mówią, że szczyt zachorowań dotyczy osób w wieku 20–30 lat, a to rzeczywiście są młode osoby. Drugi szczyt zachoro-

wań dotyczy osób dużo starszych: po sześćdziesiątce, a nawet po siedemdziesiątce czy osiemdziesiątce. Natomiast najczęściej jest to choroba osób młodych i w tej chwili również dzieci i młodzieży. U nich depresja pojawia się coraz częściej.

Chciałam też pana zapytać o różnego rodzaju kłamstwa związane z depresją. O jednym już powiedzieliśmy: że bliscy uważają, iż ktoś się leni. Spotkałam się z sytuacją, gdy matka mówiła o synu, że cacka się ze sobą, bo kiedyś człowiek wstawał rano, nie myślał, że mu się nie chce, tylko trzeba było pracować i tyle.

Trudno mi powiedzieć, jak to wygląda w poszczególnych przypadkach, ale jeśli pyta pani ogólnie: jeżeli ktoś choruje na depresję, to z całą pewnością nie jest tak, że on sobie to wybrał albo że jest leniwy. Pacjenci również o to pytają. Pytają wprost, czy może im się coś nie pomyliło albo czy mnie się coś nie pomyliło w diagnozie, bo może oni po prostu są leniwi. Natomiast różnica, nawet słownikowa, między lenistwem a depresją jest taka, że lenistwo to jednak jakiś rodzaj wyboru. Lenistwo ma odcień pewnej przyjemności, mówimy „poleniuchuję sobie” i dla wielu osób to bywa przyjemne, możemy rzeczywiście

wybrać ten stan. Depresja czy inne zaburzenia psychiczne nie są kwestią wyboru. Jeżeli nie możemy rano wstać z łóżka, to nie dlatego, że jesteśmy leniwi, tylko dlatego, że chorujemy na depresję. Większość moich pacjentów chorujących na depresję mówi, że oni by już chcieli wstać z łóżka, chcieliby pójść do pracy, ale nie mają siły. I tak na to odpowiadam.

Albo na przykład boją się leków, bo nie chcą się uzależnić od antydepresantów i mówią o tym sami chorzy. Jak pan by na to odpowiedział?

Jeżeli chodzi o lekarstwa, można używać różnych argumentów i pacjenci często mówią o lęku przed uzależnieniem. Wtedy rozmawiamy o planie leczenia, na przykład: „Spróbujmy leczenia przez pół roku albo dziewięć miesięcy i zobaczymy, co będzie; sprawdzimy też, czy pojawia się jakieś uzależnienie”. Prawda jest taka, że leki przeciwdepresyjne, z punktu widzenia biologicznego i naszych doświadczeń są stosowane od dziesiątek lat. Te starsze to lata 70., a obecnie używane, najnowsze są z końca lat 80. i z lat 90. Mamy więc już około 30 lat użycia tych leków i na razie nie wskazuje na to, żeby nawet długotrwałe używanie powodowało uzależnienie. Przez uzależnienie rozumiemy sytu-

ację, w której człowiek musi używać leków, zwiększać dawki, a efekt jest coraz słabszy; to skrócowa definicja uzależnienia. Tego w przypadku leków przeciwdepresyjnych po prostu nie widzimy.

Dziś są też nowoczesne metody leczenia depresji. Tylko pytanie: co u nas jest realnie dostępne z tych nowoczesnych metod?

To pytanie, przy którym trzeba rozróżnić, co jest w ogóle dostępne, co jest łatwo dostępne, a co dostępne w ramach publicznej ochrony zdrowia. Jeżeli chodzi o nowoczesne metody, myślę, że nie skłamię, mówiąc, że mamy dostęp do wszystkiego; mamy pełne możliwości. Te metody, które stosuje się na całym świecie i uznaje za nowoczesne, to na przykład prędkostymulacja magnetyczna albo niektóre rodzaje leków, takie jak ketamina. Są też różne odmiany psychoterapii, nowe nurty; to wszystko są narzędzia obecnie dostępne. Najczęściej jednak są dostępne na rynku komercyjnym. Na pewno, jeśli chodzi o stymulację prędkostymulacją czy ketaminą, to metody przebadane i obecne w literaturze, ale nie są oficjalnie stosowane jako metody w publicznej ochronie zdrowia. Nowoczesne metody to także leki: mamy dziś bardzo nowoczesne preparaty i coraz

nowocześniejsze i one również są dostępne, nawet w publicznej ochronie zdrowia. Tutaj nie mamy się czego wstydzić. Natomiast w publicznej ochronie zdrowia mamy trochę mniej możliwości technicznych. Przyznam jednak, że byłbym zbyt surowy, gdybym powiedział, że jesteśmy do tyłu; rzeczywiście mamy różne rozwiązania, które, jak mi się wydaje, są w zupełności wystarczające. Problemem jest oczywiście finansowanie, liczba psychiatrów i psychoterapeutów oraz łatwa dostępność świadczeń. Nie jest łatwo znaleźć termin do psychiatry w publicznej ochronie zdrowia. To są wyzwania, które warto przezwyciężać, bo to rzeczywiście może pomóc leczyć depresję. A jeśli chodzi o stronę techniczną i merytoryczną: leki, psychoterapię i inne metody, to mamy tego w Polsce wystarczająco.

Jak pomagać ludziom z depresją? Jak ich pocieszać? Słowa „nie przejmuj się, jutro będzie lepiej” chyba nie zadziałają, podobnie jak „weź się w garść”. Co rani osoby z depresją, a jakie zdania im pomagają?

Myślę, że to wszystko, co pani wymieniła, jest właśnie raniące albo, nawet jeśli nie wprost raniące, to unieważniające. Podstawowa myśl osoby chorującej na depresję brzmi: „Nie będzie dobrze, jest beznadziejnie i nie będzie lepiej”.

A tu przychodzi ktoś bliski i mówi: „Żle myślisz, będzie dobrze”. Osoba chorująca odbiera to jako gest unieważnienia, może poczuć się niewysłuchaną. Takie wypowiedzi bywają zupełnie nieprzydatne. Tak zresztą kończą się różne relacje: pacjenci mówią mi, że mieli znajomych, ale oni w kółko powtarzali „będzie dobrze”, podczas gdy pacjent czuł, że to nierealne. Mija kolejny miesiąc i nie jest dobrze, więc dla własnego dobra przestaje się do nich odzywać. Często przydatna jest obecność. I ta obecność dla każdego wygląda trochę inaczej. Ja wyobrażam ją sobie tak: jeśli jesteśmy bliskimi osoby chorującej na depresję, to nie warto obchodzić się z nią jak z jankiem, bo to tacy sami ludzie jak inni. Możemy namawiać na różne rzeczy, czy prosić o drobne sprawy, ale z uwagą: jeśli odmówi – nie złościćmy się.

Bierzmy pod uwagę, że może nie mieć siły wynieść śmieci czy zrobić zakupów. Pomoc polega na tym, że to uwzględniamy i nie nazywamy tej osoby złą albo leniwą. Jeśli chcemy pomóc, możemy zaproponować wspólne spędzenie czasu: wyjście do kina, na spacer, spotkanie na kawie. Jeśli odmówi, a ma do tego prawo, powiedzmy jej, że nam na tym zależy i że zadzwonimy, na przykład w środę o 18:00. I zrobmy to: zadzwonimy w środę o 18:00, na-

wet jeśli rozmowa znów nic nie wniesie, w tym sensie, że będzie podobna do poprzedniej. Osoby chorujące na depresję mówią, że sama obecność, to że ktoś się umówił i dotrzymuje obietnicy, pokazuje im, że są dla kogoś ważne. I to jest bardzo istotne.

Na końcu książki podał pan najważniejsze kroki, które warto podjąć, by sobie pomóc: wizyta u lekarza, ruch, danie sobie prawa do wolniejszego tempa, niewierzenie we wszystko, co podsuwa umysł, leki i szukanie wsparcia. Gdyby miał pan wybrać najważniejsze, niezbędne kroki, to co by pan powiedział?

Trudno wybrać, bo to są wszystkie te, które wymieniłem i dla jednych będzie to robienie kroków, a dla innych próba znalezienia alternatywnej myśli. Ludzie się różnią. Jedni zaczną terapię od ciała: spróbują zmienić dietę, poprawić rytm dobowy, wyjść na spacer i robić kroki. Inni powiedzą: „zacznę od zmiany myślenia”. Jeśli ich umysł podpowiada im, że szklanka jest do połowy pusta i wszystko jest czarne, spróbują poszukać myśli alternatywnych. To są techniki, które wykorzystują terapeuci, więc można w ten sposób pracować. Wydaje mi się, że to zbiór różnych zasad, z których każdy może wybrać i na początek zacząć od jednej z nich.

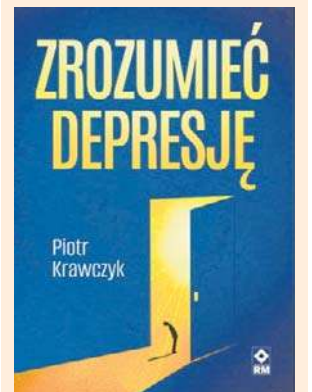
CV



FOT. MATERIAŁ PRASOWY

Dr Piotr Krawczyk

Lekarz psychiatra z ponad dziesięcioletnim doświadczeniem klinicznym. Pracował m.in. na Oddziale Chorób Afektywnych w Instytucie Psychiatrii i Neurologii oraz w Poradni Psychoonkologii Narodowego Instytutu Onkologii w Warszawie. Autor książki „Zrozumieć depresję”, jaka ukazała się nakładem Wydawnictwa RM.



Szara eminencja partii Grzegorza Brauna. Od świetnego pilota i eksperta do wroga Eurokołchozu, wietrzącego ukraiński spisek. – Zawsze był prawicowcem, ale nikt nie spodziewał się, że aż tak się zradykalizuje – mówią nam znajomi pośła Włodzimierza Skalika. Polityka, który oficjalnie poparł „Polexit”

Bartłomiej Romanek

KIM PAN JEST, PANIE SKALIK?

Jeden z najlepszych polskich pilotów w historii, ekspert lotniczy, sprawny przedsiębiorca, wreszcie prawa ręka Grzegorza Brauna. Kim jest Włodzimierz Skalik, były prezes Aeroklubu Częstochowskiego, dzisiaj poseł Konfederacji Korony Polskiej? – Zawsze był prawi-

cowcem, ale nikt nie spodziewał się, że aż tak się zradykalizuje – mówią nam znajomi polityka, który 7 listopada oficjalnie poparł „Polexit”.

Prolog – kim pan jest, panie Skalik?

To jedyny obiektywny, w miarę obiektywny, dzienni-

karz w Częstochowie – czuję wskazanie na moją osobę. Jest 24 lutego 2022 roku. Rosja właśnie zaatakowała Ukrainę, ale to nie przeszkadza kilkunastu osobom świętować na Rynku Wieluńskim w Częstochowie przyjazd TIR-a Wolności Konfederacji. Świętują, bo ich zdaniem to presja Konfederacji

sprawiła, że premier Mateusz Morawiecki za kilka dni cofnie znaczną część pandemicznych obostrzeń.

– Presja była skuteczna, warto było naciskać. To sukces Konfederacji, ale to też sukces wszystkich Polaków – mówi Włodzimierz Skalik, członek Rady Liderów Konfederacji



Posel Włodzimierz Skalik przemawia podczas antyimigranckiego protestu

WiN. To on nazywa mnie „w miarę obiektywnym dziennikarzem”. To on nie wspomina słowem o sytuacji na Ukrainie. Dzisiaj nikogo to nie dziwi, bo wśród trzech tenorów Konfederacji Korony Polskiej, to był szef Aeroklubu Częstochowskiego śpiewa najbardziej antyukraińskim głosem.

Kim tak naprawdę jest Włodzimierz Skalik, najważniejszy współpracownik Grzegorza Brauna i Romana Fritza? Cemu w swoich social mediach wielokrotnie mówi tym samym głosem, co Kreml, a byłego prezydenta RP Andrzeja Dudę oskarża o pochodzenie ukraińskie i nazywa go wiceprezydentem Ukrainy? Dlaczego chce zostać jednym z ojców założycieli operacji „Polexit”?

Akt I – znakomity pilot, ekspert lotniczy i wytrwały przedsiębiorca

6 maja 2013 roku, konferencja na podczęstochowskim lotnisku Rudniki. Włodzimierz Skalik, prezes Aeroklubu Częstochowskiego i Polskiego zaprasza na drugą edycję Targów Lotnictwa Lekkiego Para Rudniki. Chwali się, że po sukcesie pierwszej edycji imprezy, tym razem weźmie w niej udział aż 42 wystawców. – To rekordowa liczba, biorąc pod uwagę targi lotnicze na przestrzeni ostatnich dziesięciu lat nie przypominam sobie, żeby inna impreza tego typu przyciągnęła więcej firm – mówi Włodzimierz Skalik. To sukces Aeroklubu Częstochowskiego, ale i samego Skalika, skutecznego przedsiębiorcy.

Jeden z najlepszych polskich pilotów w historii, sprawny przedsiębiorca, nieżyły prezes Aeroklubu Częstochowskiego i Polskiego, autorytet w dziedzinie lotnictwa cywilnego – poseł Włodzimierz Skalik może się pochwalić bogatym dorobkiem zawodowym. **Pilotem był znakomitym.** Ma na swoim koncie m.in. tytuł mistrza świata w lataniu precyzyjnym (1990) oraz dwukrotnego rajdowo-nawigacyjnego mistrza (1993, 1997).

Doświadczenie pilota przekuł w późniejsze sukcesy w roli przedsiębiorcy i prezesa Aeroklubu Częstochowskiego. W 2010 roku został wybrany nawet prezesem Aeroklubu Polskiego (funkcję tę pełnił do 2018 roku). W tym samym roku został jednym z wiceprezydentów Międzynarodowej Federacji Lotniczej (FAI).

Jako prezes Aeroklubów Polskiego i Częstochowskiego dał się poznać jako sprawny menedżer. Włodzimierz Skalik to również niekwestionowany autorytet w dziedzinie lotnictwa, zwłaszcza lotnictwa cywilnego. Swoją wiedzę dzielił się chętnie. Nic dziwnego, że dziennikarze często wybierali jego numer, aby uzyskać ciekawą i wiarygodną opinię.

Włodzimierz Skalik to również znany w Częstochowie przedsiębiorca. Stworzona przez niego spółka z o.o. Wilga, działająca w branży grzewczej, kanalizacyjnej i sanitarnej, ma od lat stabilną pozycję na rynku, wykazując milionowe zyski (3,7 mln zł w 2023 roku).

– Włodzimierz Skalik nie jest typem szefa, który spoufala się ze swoimi podwładnymi. Rzadko ma czas, by porozmawiać z pracownikami, ale jest sprawny w zarządzaniu – mówi nam jedna z osób, która pracowała w firmie dzisiejszego pośła.

O ile Wilga wciąż prężnie działa, o tyle formuła prowadzenia przez pośła Skalika Aeroklubu Częstochowskiego z roku na rok się wyczerpywała, głównie z powodu jego kontrowersyjnej działalności politycznej.

Kiedy po 27 latach nowym prezes został Krystian Krasieński, instytucja odetchnęła, a dowodem na to, jak wielki jest jej potencjał, była tegoroczna impreza lotnicza Air Show Rudniki, współorganizowana z władzami samorządowymi. Zakończyła się ona pełnym sukcesem. Włodzimierz Skalik nadal ceniony jest w częstochowskim środowisku lotniczym za swoją wiedzę i profesjonalizm (niedawno uczestniczył nawet w imprezie z okazji 80-lecia Aeroklubu), ale zmiany w zarządzie organizacji wszystkim wyszły na lepsze.

Akt II – oskarżenie i oczyszczenie

17 stycznia 2021 roku. Pandemia w pełni. Jestem jednym z nielicznych dziennikarzy, którzy uczestniczą w konferencji prasowej online zorganizowanej przez prezesa Włodzimierza Skalika. Informuje on, że po ponad 4 i pół roku został oczyszczony z zarzutów w śledztwie prowadzonym przez Mazowiecki Wydział Zamiejscowego Departamentu do Spraw Przeszłości Zorganizowanej i Korupcji Prokuratury w Warszawie. Zdaniem Włodzimierza Skalika jego sprawa była „pokazówką” Prokuratury Krajowej, która trzy miesiące po zmianach, potrzebowała spektakularnego sukcesu. W 2016 roku sprawą żyły wszystkie media, także te ogólnopolskie. **Po latach sprawa oczyszczenia prezesa nie budzi większego zainteresowania.**

Ówczesnego prezesa Aeroklubu Polskiego zatrzymano 5 lipca 2016 roku. Zatrzymania dokonało Centralne Biuro Antykorupcyjne. Miał on zabrać na pokład samolotu wynajętego przez Aeroklub Polski, lecącego z Warszawy na południe Polski, pośła Ireneusza Rasia. Był to lot związany z przygotowaniem konferencji pod auspicjami Międzynarodowej Federacji Lotnictwa Sportowego. Samolot leciał do ho-



FOT. ADAM JANKOWSKI

Włodzimierz Skalik od lat współpracuje z Grzegorzem Braunem. Znalazł się na listach Konfederacji w wyborach do Sejmu w 2023. Dostał „jedynekę” na opolskiej liście partii

telu w Arłamowie. Poseł miał w ten sposób przyjąć korzyść majątkową w ramach za przychylność w procedowaniu zmian w ustawie o sporcie. Drobniagowe śledztwo prokuratury zostało umorzone, a Włodzimierz Skalik został oczyszczony z zarzutów i podejrzeń.

- Moje działania w Sejmie odnośnie do ustawy o sporcie były w pełni legalne, nie naruszyły żadnych zasad procesu legislacyjnego, jak i innych przepisów oraz wynikały z moich obowiązków statutowych jako prezesa Aeroklubu Polskiego. Działania te były ukierunkowane na usunięcie błędnych zapisów ustawy o sporcie, które uniemożliwiały Aeroklubowi Polskiemu dostosowanie do wymagań tejże ustawy, co groziło jego rozwiązaniem - podkreślał podczas konferencji prasowej w 2021 roku Włodzimierz Skalik.

Ichociąg jest jednym z nie-licznych uczestników życia publicznego w Polsce, który po zatrzymaniu CBA później został całkowicie oczyszczony z zarzutów, to cała sprawa mocno wpłynęła na obecnego posła. Nigdy nie ukrywał on swoich prawicowych poglądów, ale nawet dla ludzi z jego najbliższego otoczenia jego radykalizacja poglądów w ostatnich latach jest sporym zaskoczeniem.

W politykę zaangażował się dawno, bo już w 1989 roku jako kandydat Aeroklubu PRL starał się o mandat posła, ale przegrał wybory z Jarosławem Kapsą z KO Solidarność.

- Włodzimierz Skalik zawsze miał prawicowe poglądy. Nigdy się z tym nie ukrywał, mówiąc m.in., że osoby homoseksualne nie powinny uczyć dzieci - mówi jedna z osób, które współpracowały z Włodzimierzem Skalikiem kilkanaście lat temu, kiedy obecny poseł KKP był radnym wojewód-

kim z listy Prawa i Sprawiedliwości.

- Wydawał się zmęczony polityką, zawiedziony, że nie ma realnego wpływu na najważniejsze decyzje, a jednak kontynuował polityczną karierę. To, że znalazł się w środowisku Konfederacji nie jest dla mnie zaskoczeniem, ale tego, że dzisiaj jest prawą ręką Grzegorza Brauna, nigdy bym się nie spodziewał - mówi nasz rozmówca.

Akt III – antyszczepionkowiec i prawa ręka Grzegorza Brauna

15 stycznia 2021 roku, Restauracja 68 mieszcząca się przy Armii Krajowej w Częstochowie. Właściciel lokalu decyduje się go otworzyć, mimo obowiązujących rządowych obostrzeń. Na miejscu są policja i sanepid, a także Włodzimierz Skalik. Obwieszcza on, że policja zakłóca... pracę Sejmu. Skalik tłumaczy, że właśnie uczestniczy on w spotkaniu online jednego z zespołów parlamentarnych, a posłowie Grzegorz Braun i Janusz Korwin-Mikke zaprosili wszystkich w lokalu w charakterze gości do pracy w zespole i poprosili policjantów o opuszczenie lokalu i niezakłócanie prac zespołu.

Policjanci opuszczają lokal po kilkudziesięciu minutach dyskusji. Sabina Chyra-Giereś, ówczesna rzeczniczka prasowa Komendy Miejskiej Policji w Częstochowie, zapewnia nas, że funkcjonariusze opuścili Restaurację 68, bo wykonali wszystkie czynności, ale trudno nie odnieść wrażenia, że byli oni zdezorientowani słowami Włodzimierza Skalika.

Dzień później otwarta zostaje w Częstochowie Gospoda Żłoty Garniec. Na miejscu znów jest Włodzimierz Skalik. Tym razem policja wyciąga wniosek z wcześniejszych wydarzeń

i wykonuje czynności bez udziału mediów. Dziennikarze są zawiedzeni, że ominęło ich przedstawienie takie jak w Restauracji 68. Na pocieszenie Włodzimierz Skalik zaprasza wszystkich na obiad, ale nikt z tego wspianolomysłnego gestu polityka nie korzysta.

Oczyszczenie z zarzutów zbiegło się w czasie z pandemią. Włodzimierz Skalik jest jedną z wiodących postaci ruchu antyszczepionkowego. Już 10 października 2020 roku jest organizatorem Marszu o Wolność w Częstochowie, który zgromadził kilkudziesięciu „antymaseczkowców”. Do prawdziwego marszu nie dochodzi, bo policja po 20 minutach rozwiązuje zgromadzenie, tłumacząc, że brak maseczek jest zagrożeniem dla życia i zdrowia uczestników protestu.

- To bezprawie, ale jako prawni obywatele zastosujemy się do tej decyzji. Nie zostawię jednak tak tej sprawy, trafi ona do sądu - komentuje na gorąco Włodzimierz Skalik.

W styczniu 2022 roku organizuje on kolejny protest na placu Biegańskiego w Częstochowie, tym razem przeciwko ustawie nr 1846, która umożliwia pracodawcy zapytania pracownika, czy został zaszczepiony i na tej podstawie o przeniesieniu go do innych obowiązków. „Eksperyment”, „holokaust” - to najłagodniejsze określenia używane przez protestujących w odniesieniu do decyzji rządu Mateusza Morawieckiego.

*DZISIAJ WŁODZIMIERZ SKALIK
JEST ZAGORZAŁYM BRAUNISTĄ,
KTÓRY WSZELKIEGO ZŁA
UPATRUJE W KIJOWIE, BERLINIE
I BRUKSELI*



BARTŁOJEWI ROMANEK

Włodzimierz Skalik podczas protestu w październiku 2020 r. w Częstochowie. Został on rozwiązany przez policję

W pandemii Włodzimierz Skalik ugruntowuje swoją pozycję w środowisku szeroko pojętej Konfederacji. Od lat współpracuje z Grzegorzem Braunem. Już w 2015 roku współtworzy z nim fundację Pobudka. Skalik znalazł się na listach Konfederacji w wyborach do Sejmu w 2023 roku. Dostał pierwsze na opolskiej liście partii.

Dlaczego nie w Częstochowie? Bo w tym mieście trudno byłoby mu uzyskać mandat, o czym przekonał się Tomasz Stala. Częstochowski lider Konfederacji mimo aktywnej kampanii nie uzyskał mandatu w okręgu, w którym od lat karty rozdają KO, PiS i Lewica (mandat dla Henryka Kiepy z PSL w ostatnich wyborach to raczej wyjątek).

Na początku 2025 roku Włodzimierz Skalik wraz z Romanem Fritzem opuszczają sejmowy klub Konfederacji. To jedyna możliwa decyzja po tym, kiedy obaj zdecydowali się poprzeć w wyborach prezydenckich Grzegorz Brauna, a nie Sławomira Mentzena. Braun, Fritz i Skalik stają się trójką tenorów Konfederacji Korony Polskiej, która w sondażach ma wyniki pozwalające myśleć o dostaniu się do Sejmu w 2027 roku.

Robimy swoje. Szeroki front gaśnicowy idzie odzyskać Niepodległość - pisze na portalu X Włodzimierz Skalik, który w social mediach staje się specjalistą od ścigania ukraińskich spisków. Spójrzmy na pierwszy z brzegu wpis z 7 listopada:

Stolicę Eurokołchozu nieoficjalnie przeniesiono z Brukseli

do Kijowa. Teraz obok niemieckich priorytetów dominować będą też ukraińskie, bo eurosowieciarze zgodzili się włączyć Ukrainę do Europejskiego Funduszu Obronnego - finansowanego z udziałem polskiego podatnika. Hańba!

Poseł Skalik, którego internauci złośliwie zaczynają nazywać „Włodzimierzem Moskaliem” ze względu na wpisy, w których wielokrotnie mówi tym samym językiem, co Kreml, z upodobaniem szuka związków polskich polityków z Ukrainą. **A kto ma ukraińskie korzenie, tego trzeba się pozbyć pozbyć.**

Minister Motyka, poseł Kowal, marszałek Kuchciński, wiceprezydent Ukrainy Andrzej Duda, minister Szeptycki. To tylko pierwsze z brzegu nazwiska osób będących z pochodzenia Ukraińcami lub mających ukraińskie powiązania. Z tym właśnie walczymy i tego właśnie musimy się pozbyć.

W tej antyukraińskiej narracji lider Konfederacji Korony Polskiej nie boi się sięgać nawet po fake newsy takie, jak ten, według którego Ukraińiec miał zastrzelić z broni automatycznej trzech Polaków w Krakowie. Twit zniknął z profilu posła, ale niesmak po tej sytuacji pozostał.

Włodzimierz Skalik broni również z uporem Bogdana Rymanowskiego, nazywając go dziennikarzem przez „duże D”.

Brednie to są u Was. Jesteście antypolskim brukowcem na pasku Żydów, który przebił już nawet Gazetę Wyborczą. Nie macie nic wspólnego z dziennikarstwem. Bardziej przypominać propagandę Goebbelsa z czasów III Rzeszy. Na szczęście zbliża się Wasz koniec. Polacy otwierają oczy - to wpis pod Twitem Newsweeka o Bogdanie Rymanowskim.

Włodzimierz Skalik jest zagorzałym braunistą, który wszelkiego zła upatruje w Kijo-

wie, Berlinie i Brukseli. Uznawany jest za szarą eminencję Konfederacji Korony Polskiej, głównie ze względu na swoje wielkie doświadczenie biznesowe i menedżerskie. Razem z Grzegorzem Braunem i Romanem Fritzem współtworzą sieć kilku fundacji, których głównym celem jest szerzenie prawicowych, katolickich i narodowych wartości. W Częstochowie, z którą przez niemal całe życie związany jest Włodzimierz Skalik, od dawna mówiono, że pod względem poglądów, **na prawo od Grzegorza Brauna jest ściana. Teraz między Brauna a ścianę próbuje się wcisnąć byłego prezesa Aeroklubu Częstochowskiego.**

Epilog – Eurokołchoz i „Polexit”

7 listopada 2025 roku, konferencja prasowa pod pomnikiem Państwa Podziemnego w Warszawie. Liderzy Konfederacji Korony Polskiej ogłaszają, że jedynym wyjściem dla Polski jest „Polexit”. Specjalnym gościem wydarzenia jest Tomasz Sommer, prawicowy dziennikarz, znany m.in. z nazwaniami reprezentanta Polski w koszykówce, Jeremy'ego Sochana „murzynem z tarantulą na głowie”. Autor książki „Poza Unią jest życie” wielokrotnie rozpowszechniał w sieci fake newsy, m.in. o rządowym programie in vitro.

- Eurosowieci ingerują niemal w każdą dziedzinę życia społecznego i gospodarczego Polaków - mówi Włodzimierz Skalik, snując dalej opowieść o eurosowieciach, którzy razem z kolejnymi rządami Mateusza Morawieckiego i Donalda Tuska niszczą polskie rolnictwo, górnictwo i energetykę. - Jest życie poza eurokołchozem, odzyskajmy niepodległość, tylko „Polexit” - kończy opowieść o eurosowieciach poseł Włodzimierz Skalik. Kim pan się stał, panie Skalik?

TAK PAN BABCIA WARZY

Nie potrzebuje modnej kuchni ani telewizyjnego studia, by zdobywać miliony wyświetleń. Michał Froehlich z Rybnika-Ochojca, znany w sieci jako Pan Babcia udowodnił, że prawdziwy smak i autentyczność bronią się same. Zwłaszcza gdy w garnku pyrka rolada z kluskami i modrą kapustą. Jego filmy o śląskim gotowaniu podbijają internet

Ireneusz Stajer

Michał Froehlich, 23-latek z Rybnika-Ochojca, w starej klimatycznej kuchni gotuje śląskie potrawy. Często to, co robi, nagrywa jego kuzyn Maciej Molenda i filmiki trafiają na Tik-Toka oraz Facebooka. Gotowanie ze śląskim komentarzem nie jest sztuką dla sztuki, bo jak mówi Michał, wszystkie potrawy są zjadane.

- Przez rodzinę, przyjaciół, znajomych. Zakładam fartuch i gotuję na nasze potrzeby, choć czasem trzeba uwarzyć coś na zewnątrz - np. upiec babkę czy kołocz. Posiłki spożywamy na ogół w mojej kuchni - mówi Michał Froehlich, któremu internauci nadali ksywę Pan Babcia. Często ludzie zaczepiają go na ulicy, mówiąc do Michała: „O, Pan Babciu!”. Ten uśmiecha się serdecznie i z każdym porozmawia.

Tak bardzo spodobała mu się ta nazwa, że w internecie gotuje teraz właśnie pod tym pseudonimem. Ma wielu fanów, którzy nie wyobrażają sobie tygodnia bez spotkania z Michałem w sieci. Jego przepisy robią furorę, bo potrawy są naprawdę smaczne, co podkreślają internauci.

„W Rybniku-Ochojcu jest najpiękniej”

Michał Froehlich urodził się w Rybniku i od początku mieszka w dzielnicy Ochojec. W miejscu szczególnie pięknym, zalesionym, wypełnionym śpiewem ptaków, przypominającym „dawne, dobre czasy”, jak zaznacza Pan Babcia. Pomimo szumu medialnego wokół jego osoby, nigdzie nie chce się wyprowadzić, bo w Ochojcu jest najpiękniej.

- Nie dla mnie jest życie światowe. Cenię sobie spokój i tradycję oraz moją starą kuchnię, którą odworzyłem własnym wysiłkiem - oznajmia rybniczanie.

Pomieszczenie powstało w zaadaptowanych pod stary dom garażach. W budynku jest kuchnia i tzw. trzecia izba, czyli pokój gościnny. Drugą izbą w tradycyjnym śląskim domu zwano laubę. Michał Froehlich od zawsze chciał mieć taki dom, wyposażony w stare sprzęty.

- Nie podoba mi się nowy styl. Nie czułbym się dobrze



Michał Froehlich jest już gwiazdą internetu, ale i skromnym młodym człowiekiem z wielką, śląską pasją

w takim budynku. Kupiłem sobie więc stare meble z byfyjem (kredensem kuchennym - red.) na czele. I jestem zadowolony. Spełniłem swoje marzenia. Udało mi się zachować w swoim domu dawny świat i w takim sobie żyję - wyjaśnia Michał Froehlich.

Talent do gotowania ma niewątpliwie po babciach. Jako dziecko głęboko oddychał klimatem i zapachami śląskiej kuchni. Przesiąkł nimi - w przenośni i dosłownie, to jego żywioł.

- W domu panowała rodzinna, serdeczna atmosfera. Czułem się tam bezpiecznie. Uważam, że ludzie na Śląsku tęsknią za starą kuchnią, gdzie wiele się działo. Mówią, że byli wtedy szczęśliwsi. Lepiej, jak człowiek jest szczęśliwy niż zaginiony za wieloma sprawami doczesnego żywota. Niemający na nic czasu. Nasze babcie, dziadkowie zawsze mieli czas na spotkanie, rozmowę - stwierdza Michał.

Jak dodaje, dawne pokolenia niemal wszystko robiły same. Ludzie na wsi mało co kupowali w sklepach. W ogrodzie i sadzie rosły warzywa i owoce. Po placu biegali drób, w chłwiku rządziły świnię, a mleko dawały krowy.

- To było naprawdę fajne. Bo przecież najważniejsze są

relacje jednego człowieka do drugiego. Niech każdy będzie traktowany tak, jak chciałby być traktowany - podkreśla Michał, wnuk babć Haliny i Gertrudy.

To one oraz siostra jednej z babć (ciocia Aneczka) nauczyły Michała najwięcej. Nauczył się od nich warzynio (gotowania - red.) przede wszystkim najważniejszej śląskiej potrawy - rolady z kluskami i modrą kapustą. Potrafi wypiekać kołocz śląski, przygotować szpajzę (tradycyjny deser na Górnym Śląsku, podawany po obiedzie podczas ważnych uroczystości rodzinnych - red.) czy kopę (deser w kształcie półkuli pokrytej bitą śmietaną z symetrycznie ułożoną dekoracją z ananasa, posypaną wiórkami gorzkiej czekolady - red.).

Przed wszystkim konopiotka

Michał Froehlich myśli już o świętach Bożego Narodzenia. W menu na śląskim wigilijnym stole nie może zabraknąć moczki i makówki. Pan Babcia dodaje do tych dwóch sztandarowych słodkich łakoci - konopiotkę. Bez tej zupy nie wyobraża sobie świętowania. Do wigilijnej wierzery rozpocznie przygotowania już z początkiem grudnia.

- Jako pierwsza powstanie konopiotka, bo dostałem już zaproszenia od różnych organizacji, żeby pokazać, jak się robi tę zupę. Konopiotkę będę przygotowywał na warsztatach świątecznych. Niestety, zupa ta wymaga. Mało kto już ją gotuje, więc o konopiotce trzeba mówić, by ta tradycyjna śląska potrawa całkowicie nie straciła się z naszych stołów - wskazuje Michał i przypomina, że do konopiotki niezbędne są konopie siewne.

Ich ziarna gotuje się długo w wodzie; około dwie - trzy godziny. Jak popękają, wyciąga się je z wody na deskę i rozgniata nudelką, czyli wałkiem. Z ziarenek trzeba bowiem wypłukać całe mleczko. Do ziaren dodaje się mleko, cebulę, ziele angielskie, listek laurowy i całość zagęszcza się kaszą manną. Potrawę można podawać z ryżem lub kaszą.

Młodzi w ogóle nie chcą jeść konopiotki, bo im nie smakuje. Konopiotka ma słodko-gorzki smak. Młodzi lubi teraz inne rzeczy, bo w sklepach jest mnóstwo różnych dobroci. Nasze babcie i dziadkowie nie mieli takich możliwości. Konopiotkę uważali za pyszną potrawę - tłumaczy Michał Froehlich.

Na Boże Narodzenie na stole Pana Babci nie może zabraknąć

także karpia smażonego na maśle klarowanym. Masło klarowane to bodaj jedyna nowinka, którą Michał stosuje w swojej kuchni. Kiedyś, jak nie było jeszcze masła klarowanego, karpia smażono na oleju, margarynie, czeresie czy tłuszczu oma.

- Nie warto utrudniać sobie w kuchni życia. Jak coś nowego jest lepsze, tak jak masło klarowane, śmiało można wykorzystać go do smażenia ryb - twierdzi rybniczanie.

Karpia szykowano dzień przed konsumpcją. Rybę obsypywano Jarzynką (dziś Kucharek), kroilo się cebulę „na piórka”, dodawało cytrynę i całość umieszczano w misce. Karpia pieczono w panierce, składającej się z mąki, jajka i tartej bułki. Smażono go na oleju, zawsze na piecu węglowym.

- Ryba bądź inne mięso smażone na blasze smakuje lepiej niż przygotowane na gazie czy indukcji. Tego smaku nie da się porównać, wszystko z węglowego pieca jest o wiele lepsze. Rosół np. stojący na rozgrzanej blasze powoli wrze, osiągając znakomity smak - zapewnia rybniczanie.

Powtarza, że sercem dawnej kuchni jest piec kaflowy, na którym można było przygotować jedzenie i nagrzać w izbie.

- Przy tym piecu siedziało się na ryczkach, jak oma (babcia - red.) kulała kluski, to się je podkładało, kładło na blasze i były z tego pyszne placuszki. To samo działo się z ciastem na makaron. Jak jesienią wiało i w piecu gwizdało, babcia go dała, „deście pozor, bo w piecu śpiewają duszyczki” - opowiada Michał Froehlich.

Nie wyobraża sobie, żeby w jego domu nie było pieca kaflowego. Bez tego urządzenia chałupa byłaby bez duszy, serca.

Jak tapicer dekorator został kucharzem

Michał Froehlich z wykształcenia jest tapicerem - dekoratorem. Taki też zawód wykonywał jego ojciec, który przekonał syna do nauki tapicerstwa. Michał tymczasem od małego lubił gotować, ale nie wybrał szkoły kucharzkiej, bo zdecydował argument, że jako kucharz musiałby pracować w święta i weekendy. Tapicerstwo nie podobało mu się jednak, więc i tak trafił do kuchni. Aktualnie nie pracuje na etacie, bo zajęć związanych z prowadzeniem profili w mediach społecznościowych czy organizacją warsztatów było już tak dużo, że nie mógł pogodzić tego z zatrudnieniem w firmie. Myśli natomiast o otwarciu własnej restauracji.

Michał Froehlich mówi, że jego strój to nie przebranka, lecz naturalna kolej rzeczy. Nie miał zamysłu, by swoim wyglądem wywoływać sensację w internecie. Po prostu zakłada fartuch, tak jak jego babcia, by się nie pobrudzić przy robocie w kuchni. I to cała prawda o wyglądzie Pana Babci.

Póki co jest kawalerem.

- Może w przyszłości, jak poznam jakąś fajną dziewczynę, to się z nią ożeni. Bydymy mieli dzieci, które dobrze wychowamy. W kulturze śląskiej, w szacunku do tradycji - podsumowuje Michał Froehlich.

Nie znają Państwo jeszcze Pana Babci? Zastrzyżcie nie tylko na jego profil w mediach społecznościowych. **Będzie także gościem programu „Dej pozor” Izoldy Czmok w TVP 3 Katowice w najbliższą niedzielę, 16 grudnia o godz. 18.**

FOT. FB ANTYKI/TVN SCREEN



LOTERIA

WYKLARUJ SOBIE KUCHNIĘ MARZEŃ!



nagroda główna

20 000

na Twoją
wymarzoną
kuchnię
zł

nagrody tygodniowe



x1
robot
KitchenAid

10x
na kuchenne
dodatki

300 zł

1

Kup dowolne **Masło
Klarowane Mlekovita**
i zachowaj dowód zakupu.

2

Wypełnij formularz
zgłoszeniowy na
www.loteriaklarowane.pl

3

Twoje zgłoszenie **weźmie
udział w losowaniu nagród
tygodniowych i głównej!**

Sprzedaż promocyjna i przyjmowanie zgłoszeń: 01.10.2025 - 31.01.2026 r. Loteria promocyjna dla osób powyżej 18 roku życia.
Organizator: First Line Polska sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie. Regulamin loterii: loteriaklarowane.pl

KATOWICE JAK... RZYM I NOWY JORK

Czerwone dachówki, w których odbija się światło wschodzącego słońca, w oddali kopuła katedry, słyhać melodię dzwonów. Włoski poranek. Z drugiej strony widok na drapacze chmur, a między nim solidną modernę z lat 60. i 70. przeszklenia, minimalizm, prosta geometria, wieczorna panorama niczym w iskrzącym się od świateł Nowym Jorku. Taki widok mają architekci Joanna i Wojciech Małeccy ze swojego mieszkania w Katowicach

Magdalena Nowacka-Goik

Mieszkanie mieści się w centrum Katowic, dosłownie dwa kroki od ich Biura Projektowego położonego przy ul. PCK. Ta bliskość to niewątpliwa zaleta, zwłaszcza, kiedy poza pracą trzeba ogarnąć rodzinę z czworogiem dzieci. Kamienica z lat 70. w stylu modernistycznym. Jak mówi Wojciech, o nietypowej, bo biurowej konstrukcji - stąd mamy wewnątrz stropy żelbetowe i belki.

- Trochę to ogranicza przestrzeń, bo w środku mamy słup - pokazuje gospodarz.

Jednak tak naprawdę to ograniczenie nie ma przełożenia na komfort mieszkania. W zasadzie - dwóch połączonych ze sobą mieszkań. Z klatki schodowej na piętrze, gdzie mieści się mieszkanie architektów, wchodzimy w przeszklony boks, który pełni rolę przedpionki - przedpokoju. Kilka białych drzwi. Jedne z nich prowadzą do części salonowo-jadalnej z łazienką.

- Ta część ma 38 metrów, pozostała, gdzie są cztery sypialnie i druga łazienka, zajmuje 54 metry. Ma też osobne wejście. Całość tworzą dwa mieszkania. Pierwsza część to bardziej nasz świat. Po drugiej stronie rządzą dzieci. Taki podział był przemyślany. Dziś wszyscy czworo są już wprawdzie dorośli, ale kiedy byli mali, było to bardzo funkcjonalne. Tam toczył się beztrudny świat ich bałaganu, a w tej części mieliśmy nasz - poukładany. Bez chaosu i zagraconych blatów - śmieje się Joanna.

Choć mamy tu aż dwa łączone mieszkania, część salonowo-jadalna stanowi odrębną przestrzeń oddzieloną drzwiami w miejscu gdzie był podział lokali. Po lewej stronie od wejścia do salonu mamy wyspę kuchenną, proste, jasne, meble. Na wprost narożna sofa, niski, okrągły drewniany stolik, papierowa lampa, fotel. Z boku telewizor, dziwnie nieduży, jak na modne obecnie w domach kino.

W drugiej części stół, krzesła, nisko zawieszona lampa, dające ciepłe światło. Na ścianie jeden, jedyny kolorowy ak-



Tu mamy widok w stylu włoskim: czerwone dachówki, kopuła katedry błyszczą w porannym słońcu. Istny Rzym

cent w postaci abstrakcyjnego obrazu.

- Wędruje z nami od lat, mamy do niego sentyment, wywołuje skojarzenia, działa na wyobraźnię, prowokuje do rozmowy przy stole - opowiadają gospodarze.

Poza tym, wszystko utrzymane jest w tonacji biało-beżowej. No, może jeszcze z wyjątkiem srebrzystej szarości, bo piękne, puszyste futro w takim kolorze ma najmłodsza członkini rodziny, 16-letnia kotka.

- Lubię jasność i funkcjonalność - podkreśla Joanna. - Biel to podstawa, ale ze względów praktycznych zdecydowaliśmy się także na beż. Od ponad 18 lat, czyli od narodzin naszej ostatniej córki, właściwie tu nic nie zmieniliśmy. Chyba przydałby się remont - śmieje się.

Jak na razie, remontu doczekał się hol windy i korytarz, który wyróżnia się przejrzystością i nowoczesnością na tle pozostałych w budynku.

Architekci przyznają, że ku zdziwieniu wielu klientów, którzy stawiają na oryginalność, oni, ze względów praktycznych



Joanna i Wojciech Małeccy

wybrali... meble i sprzęty z popularnej na całym świecie szwedzkiej marki.

- Pochodzą z różnych lat. Osobiście preferujemy skromny dizajn. Dla naszych klientów wybieramy inne elementy. To, że to jest tani produkt, nie musi być wadą. Pewnie niektórych tym szokujemy, ale nie widzimy powodu, aby się od tego odcinać. Solidność, prostota, funkcjonalność i naprawdę całkiem ciekawe projekty. Dlaczego nie? - mówi Joanna.

Wojciech dodaje: Sprawdziło się przez lata. Ponadto podają nazwiska konkretnych projektantów, to nie jest takie fabryczne, maszynowe, jak sądzą niektórzy. Pod kątem użytkowym przetestowane - zapewnia.

Kiedy mówimy o dizajnie, pokazuje ściemniacz na jarzeniówkę.

- To był kiedyś wypas - zgadujemy się. Sypialnie też są jasne. - Na życzenie dzieci testowaliśmy u nich kolorowe ściany, ale w miarę, jak dorośli, zaczęli po nas mieć zami-

łowanie do białych wnętrz i minimalizmu - przyznają architekci.

Parkiet przemysłowy, tylko olejowany, w brązowym macie, nie wymagał cyklinowań. Za to wytrzymał... chodzenie w nartach (trzeba sprawdzić sprzęt przed sezonem) lub ślizganie się na płytach CD (cóż, pomysły dzieciaków...) w wykonaniu młodszych członków rodziny.

W tej oazie bieli, beżu czy delikatnej mięt/szałwii w części kuchennej, łazienka nas... zaskakuje. Spodziewaliśmy się podobnej tonacji, może jakichś pastelowych odcieni. Tymczasem jest mocno energetycznie, po prostu tonie w pomarańczowym kolorze, zarówno ściany, jak i podłoga są wykończone pomarańczową mozaiką. Połączenie ciepłego światła, kolorowej mozaiki z białą błyszczącą płytką i mamy słoneczną kapsułę w pochmurny dzień.

- Skóra wygląda od razu promiennie, nawet jeśli właśnie wstaliśmy nie do końca obudzeni - żartuje Joanna.

Co ciekawe, podobnie wygląda łazienka dzieci. Gospodarze przyznają, że w przeciwieństwie do innych sprzętów, aranżacja łazienki nie należała do najtańszych, ale liczy się efekt. A ten jest super - zwłaszcza, że załamujące się światło jeszcze podbija barwę.

Cała przestrzeń jest bardzo przytulna, z niskim sufitem sprawia wrażenie, jakbyśmy byli na poddaszu, co oczywiście potęguje widok za oknem. Ale o widoku, a raczej widokach - później. Poza świecami, mało tu bibelotów, nie za wiele ramek ze zdjęciami. Za to uwagę przyciąga lodówka. To ona pełni rolę rodzinnej tablicy wspomnień.

A na lodówce - magnesy, zdjęcia - pamiątki z podróży. „Dziś bądź wesół, dziś użyj biesiady, O przyszłym dniu niechaj próżnej rady” - cytat z polskiego Szekspira, czyli Jana Kochanowskiego.

- Tu nasze wspólne zdjęcie z wyjazdu do Belgii, rok 1994, a my w roli studenckiej, zakonanej pary - pokazują.

Magnesy przeważnie z wspólnych, rodzinnych podróży - Paryż, Nowy Jork, Bar-



Narożna sofa, niski, okrągły drewniany stolik, papierowa lampa, fotel, z boku nieduży telewizor



Z tej strony - klimaty bardziej nowojorskie

celona, Londyn, Grecja, Włochy - turniej tenisowy, Wyspy Kanaryjskie.

To właśnie stąd, z salonu, roztacza się najpiękniejszy widok na Katowice. Można go podziwiać przez okno, albo wyjść z filiżanką kawy na niewielki balkonik.

- Tu mamy widok w stylu włoskim, czerwone dachówki,

kopuła katedry błyszczy w porannym słońcu (okna są od wschodu), a wieczorem przyciąga wzrok podświetleniami. Jak biją katedralne dzwony to można naprawdę poczuć się jak w Rzymie, albo innym, włoskim mieście. Albo jak w Portugalii? Byliśmy niedawno w Porto i teraz patrząc z góry na katowickie budynki, nasuwają się skojarze-

nia z tym miastem, chociaż sam układ jest inny, ale domy w czymś go przypominają, choćby dachami. Popołudniem cała ekspozycja dostaje zachodniego, tylnego światła, okno złapie refleks, percepcja się zmienia, słońce odbija się w katedrze - opowiada Joanna, pokazując jednocześnie zdjęcia w telefonie.

Podobnie zapierające dech wschody słońca, kiedy horyzont mieni się od krwistych, przez różowe, kończąc na złocistych odcieniach.

- A kiedy jest burza, mamy tu prawdziwy spektakl na niebie - dodaje Joanna. - Widać też Muzeum Śląskie, przebiega się Spodek, hotel przy Starym Dworcu, budynek Opalu. A tu

blisko, widać też jak odremontowano elewacje przez te lata. Została już tylko jedna i będzie naprawdę pięknie - mówi.

A my stoimy i patrzymy, patrzymy...

Równie fascynująca jest panorama z pokoiów w drugiej części mieszkania. Zwłaszcza z tego, w którym kiedyś zaczęła

się ich pracownia, a dziś jest pokojem jednej z córek.

- Stadion Śląski, osiedle Tyśiąclecia, Superjednostka, punktowce z lat 60. Cavatina, Drapacz Chmur, Kościół Garnizonowy, KTW Medusy, najwyższe budynki Atalu. Z salonu mamy klimaty włoskie, tu bardziej nowojorskie - pokazuje Wojciech.

MATERIAL INFORMACYJNY HOME CONCEPT

0011430023

Katowice w nowym świetle. Home Concept zmienia krajobraz śląskiego designu

Śląsk od lat zmienia swoje oblicze - od przemysłowego regionu po przestrzeń kreatywną i nowoczesną. Najnowszym symbolem tej przemiany stało się otwarcie trzeciego budynku Centrum Wnętrz Home Concept w Katowicach. To inwestycja, która łączy biznes, architekturę i sztukę w jedno, a przy tym umacnia pozycję miasta na mapie polskiego designu.

17 tysięcy metrów kwadratowych inspiracji

Trzy budynki połączone zabawkową Aleją Kasztanowców tworzą dziś największe centrum wnętrz na Śląsku. Łącznie to aż 17 tysięcy metrów kwadratowych powierzchni, w których działa 40 salonów - od podłóg i mebli po oświetlenie, kuchnie i łazienki. Twórcy **Home Concept** założyli, że projektowanie wnętrz powinno być procesem świadomym, a nie zbiorem przypadkowych decyzji. Dlatego w jednym miejscu spotykają się tu najlepsze marki, doradcy i architekci, tworząc przestrzeń, w której design staje się doświadczeniem.



Rzeźba Oskara Zięty w sercu Home Concept

W centrum odnowionej Alei Kasztanowców pojawiła się przestrzeń, w której zieleni, światło i stal tworzą niemal teatralną scenografię. To właśnie tu stała się pierwsza na Śląsku rzeźba Oskara Zięty - uznanego na świecie projektanta, którego prace można oglądać w MoMA w Nowym Jorku i Centre Pompidou w Paryżu; artysty, który potrafi nadać stalowym formom miękkość i lekkość. Jego praca, odbijająca rytm drzew i ruch słońca, stała się symbolem nowego etapu Home Concept - miejsca, gdzie design staje się częścią krajobrazu, a nie tylko wnętrza. Instalacja harmonijnie wpisuje się w zieloną przestrzeń

pomiędzy budynkami, tworząc miejsce spotkania natury, architektury i sztuki. Dzieło powstało dzięki mecenatowi rodziny Kołaszewskich, inwestorów i właścicieli Home Concept.

- **Home Concept** ma być przestrzenią otwartą; nie tylko dla kupujących, ale też dla wszystkich, którzy interesują się designem i szukają inspiracji - podkreślają inwestorzy.

Nowe marki, nowe możliwości

Trzeci budynek Home Concept to nie tylko kolejne metry powierzchni - to także nowy rozdział w historii śląskiego designu. Do katowickiego kompleksu wprowadzili się

marki, które od lat wyznaczają standardy w swoich kategoriach: **BoConcept** ze skandynawskim podejściem do funkcjonalnego piękna, **Jawor-Parkiet** z drewnianymi podłogami klasy premium czy **Mirad**, specjalizujący się w wielkoformatowych płytkach i wyposażeniu łazienek. Obok nich znalazły się **Moco Home**, **Vongai Concept** i **Wajnert** - salony, w których design łączy się z rzemiosłem i wygodą. Na większe przestrzenie postawiły również **Dion** i **Bizzarto**, marki, które od lat współpracują z polskimi projektantami i architektami wnętrz. Dzięki nowym ekspozycjom mogą prezentować swoje kolekcje w sposób bardziej kompletny - z dbałością o detale i atmosferę, jaka towarzyszy dobrze zaprojektowanym przestrzeniom. Jak podkreśla **Krzysztof Kołaszewski**, prezes **AB Development**: - Chcemy, by Home Concept był miejscem, do którego przychodzi się nie tylko po produkt, ale po doświadczenie. Naszą ambicją jest tworzenie przestrzeni, w której marki premium mogą w pełni pokazać

swój charakter, a klienci - odkrywać własny styl.

Home Concept rośnie w siłę - i w piękno

Nowa część kompleksu dopełniła wizualną i ideową całość. Zrehabilitowana aleja, łącząca trzy budynki, to dziś zielone serce inwestycji - otwarta, przyjazna przestrzeń, w której można zatrzymać się na chwilę między showroomami, usiąść w cieniu kasztanowców i po prostu poczuć atmosferę miejsca. Dla inwestorów to nie tylko estetyczny gest, ale wyraz przekonania, że najlepszy design zawsze idzie w parze z harmonią oraz pięknem.

Śląsk z ambicją

Dziś Home Concept w Ka-

towicach to trzy budynki, 40 salonów i artystyczna instalacja Oskara Zięty. To dowód na to, że region, który przez dekady utożsamiany był z przemysłem, dziś buduje nową tożsamość - otwartą na kulturę, estetykę i współczesne wzornictwo. Za rozwój projektu odpowiada rodzina Kołaszewskich oraz spółka **AB Development**. To dzięki nim Katowice **przy alei Roździeńskiego 191** stały się miejscem, gdzie można dotknąć materiałów, porozmawiać z doradcami, sprawdzić proporcje i zobaczyć, jak design przenika codzienność. Home Concept to dziś przestrzeń handlowa, kulturowa i symboliczna - wpisana w śląski krajobraz z nową, artystyczną energią.



BEZ NIEGO PSZCZYNA NIE BYŁABY TAKIM KLEJNOTEM

Aleksander Spyra, twórca pszczyńskiego skansenu, Muzeum Prasy Śląskiej, Izby u Telemanna, Spotkań pod Brzymem, pszczyńskiego hejnału i innych, został Honorowym Obywatelom Pszczyny

Jolanta Pierończyk

Wspólnota naszej gminy składa dziś hołd człowiekowi, który swoim życiem, pracą i pasją zasłużył na najwyższe wyróżnienie, jakie może nadać Pszczyna - tytuł Honorowego Obywatela. Pan Aleksander Spyra to postać, której nazwisko od ponad sześciu dekad nierozdzielnie jest związane z historią i kulturą naszego miasta. To człowiek instytucja, artysta, etnograf, animator, dokumentalista, strażnik dziedzictwa ziemi pszczyńskiej. Dzięki jego nieustannej pracy i pasji, Pszczyna stała się rozpoznawalna również w wielu krajach Europy jako ośrodek żywej kultury ludowej - powiedział burmistrz Dariusz Skroboł podczas uroczystości nadania Aleksandrowi Spyrze honorowego obywatelstwa przy okazji obchodów Święta Niepodległości.

W swoim wystąpieniu burmistrz Pszczyny przypomniał, że to właśnie Aleksander Spyra był założycielem i wieloletnim kierownikiem Zespołu Regionalnego Pszczyna, który przez dziesięciolecie prezentował piękno folkloru pszczyńskiego w 32 krajach świata, „niosąc w świat muzykę, taniec i ducha regionu”. Przypomniał, że Aleksander Spyra współtworzył Towarzystwo Miłośników Ziemi Pszczyńskiej; że z jego inicjatywy powstał skansen, „dziś jedna z najpiękniejszych wizytówek gminy wpisana w szlak architektury drewnianej”.

- Dzięki tej koncepcji i zaangażowaniu pana Aleksandra skansen stał się przestrzenią, w której kolejne pokolenia uczą się rozumieć i szanować naszą przeszłość - podkreślił burmistrz Dariusz Skroboł.

Skansen ten rokrocznie rozbrzmiewa muzyką ludową podczas „Spotkań pod Brzymem” [brzym - śląska nazwa modrzewia - red.], które też zainicjował Aleksander Spyra i jako członek swojego Zespołu Regionalnego Pszczyna (do dziś prężnie działającego) przyczynił się do ocalenia od zapomnienia wielu pieśni ludowych i tańców. „Spotkania pod Brzymem” to przegląd zespołów ludowych ziemi pszczyńskiej, który w przyszłym roku świętować będzie swoje pięćdziesiątce.



Aleksander Spyra (z lewej) obok burmistrza Dariusza Skroboła i przewodniczącego RM Pszczyna, Leszka Szczotki

Od prawie ćwierć wieku - także z inicjatywy pana Aleksandra - w skansenie odbywa się przegląd dziecięcych zespołów ludowych ziemi pszczyńskiej, który „Dziennik Zachodni” na swoich łamach nazwał „Małym Brzymem” i tak zostało.

Burmistrz przypomniał także, że Aleksander Spyra to również współtwórca Muzeum Prasy Śląskiej im. Wojciecha Korfańskiego, którym do dziś opiekuje się jako kustosz.

- Jest także twórcą Izby u Telemanna, (...) założył również oficynę drukarską. Jako wydawca i redaktor współtworzył lokalne czasopismo kulturalne, opublikował ponad 30 monografii poświęconych historii i kulturze regionu, pielęgnując pamięć i tożsamość naszej małej ojczyzny - mówił burmistrz.

W Izbie u Telemanna (miejsce, gdzie Aleksander Spyra zgromadził zabytkowe instrumenty, nie tylko ludowe) przez wiele lat odbywały się Dialogi Muzyki i Poezji (także inicjatywa pana Aleksandra), które przy każdej edycji wydobywały z zapomnienia jednego poetę śląskiego (i wydawano tomik jego wierszy).

W ten sposób został odkryty Piotr Wachenius (1550-1618), cesarski poborc (,,wybierca”, jak sam o sobie pisał) ceł i podatku piwnego w wolnym państwie



Aleksander Spyra w swoim ulubionym stroju pszczyńskim przy okazji sadzenia dębu „Aleksander” w roku 2020

pszczyńskim. Wspomina o tym w zakończeniu jednego ze swych utworów. Pobierał m.in. podatek od obywateli, którzy nie tylko ludowe) przez wiele lat odbywały się Dialogi Muzyki i Poezji (także inicjatywa pana Aleksandra), które przy każdej edycji wydobywały z zapomnienia jednego poetę śląskiego (i wydawano tomik jego wierszy).

Wachenius był jedynym poetą związanym z Pszczyną wśród bohaterów „Dialogów i Muzyki” i w 2008 r. upamiętniono go tablicą na budynku dawnego urzędu skarbowego przy rynku.

Z inicjatywy Aleksandra Spyry i założonego przez niego Towarzystwa Miłośników Ziemi

Pszczynskiej przypominany mieszkańcom Pszczyny został znakomity poeta z Łąki, Jan Kupec, autor m.in. wybitnego poematu pt. „Sejmik w Jassach”, którego reprint z okazji 170. rocznicy urodzin autora ukazał się w 2011 r. również staraniem Aleksandra Spyry i wspomnianego TMZP. Można go nabyć w rzeszonym Muzeum Prasy Śląskiej mieszczącym się w XVIII-wiecznej kamienicy, którą od wyburzenia ocalił nie kto inny, jak Aleksander Spyra i jego przyjaciele z Towarzystwa Miłośników Ziemi Pszczyńskiej.

technice. To sgraffita. Też dzieło Aleksandra Spyry,

Jest on ponadto twórcą herbów sołectw Pszczyny, które wiszą w sali sesyjnej pszczyńskiego ratusza. Był też twórcą pierwszego herbu Pszczyny. Dziś herb jest inny, zgodny z wymogami herldyki, ale sentyment i przywiązanie do tego pierwszego pozostały.

- Jako artysta, jako plastyk ma w dorobku dziesiątki tablic pamiątkowych, medali i pomników - mówił burmistrz Pszczyny.

Długo by wymieniać to, co w Pszczynie powstało za sprawą Aleksandra Spyry. Czasem tylko z jego inspiracji, podpowiedzi, ale bez tego mogło tego nie być.

Długa jest również lista nagród i wyróżnień. Aleksander Spyra jest laureatem m.in. Nagrody im. Oskara Kolberga, Nagrody im. Karola Miarki. Na swoim koncie ma również Brązowy i Złoty Krzyż Zasługi oraz odznaczenia ministra kultury i licznych instytucji kultury.

- Dziś pragniemy dodać od tej listy Honorowe Obywatelstwo naszego miasta. Szanowny panie Aleksandrze, dzięki pana pracy, pasji i wierności naszym tradycjom Pszczyna zyskała nie tylko bogatszą kulturę, ale i silniejszą tożsamość. To pan nauczył nas, że przeszłość nie jest zamkniętą księgą, lecz źródłem, z którego możemy czerpać siłę i dumę - mówił burmistrz Dariusz Skroboł.

Laureat powiedział krótko: Ziemia pszczyńska to niesamowicie żyzna gleba dla nowych talentów, nowych entuzjastów, nowych artystów.

I wymienił cztery nazwiska: Katarzyny Machnik, założycielki zespołu Con Fuoco, jednego z najlepszych chórów kameralnych na Śląsku; Sławomira Pastuszki, którego dziełem jest renowacja kirkuta pszczyńskiego; Tomasza Marca, założyciela Pszczyńskiej Orkiestry Ludowej i Waldemara Rokity, założyciela Orkiestry Diverto. Jak powiedział Aleksander Spyra, od czasu Teofila Smółki, takiego zespołu dętego w Pszczynie nie było. - Przepiękne granie, przepiękna harmonia - ocenił laureat.

Aleksander Spyra jest trzecim Honorowym Obywatelom Pszczyny, po 6. księciu von Pless, Bolku von Hochberg (rok 2000) i Józefie Klyku, twórcy śląskich westernów (2009 r.).

Kształtują wiedzę, ale też charakter, marzenia i odwagę

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

W Plebiscycie Edukacyjnym 2025 wyróżniamy tych, którzy nie tylko uczą, lecz także inspirują. Tych, którzy potrafią w uczniach rozbudzić pasję, ciekawość świata i wiarę w siebie.

Uczestnicy wielkiego Plebiscytu Edukacyjnego 2025 to ludzie, dla których szkolne sale są miejscem spotkań, roz-

mowy i odkrywania talentów, a nie tylko przekazywania materiału. Każda z osób nominowanych w tej akcji ma swoją własną, wspianą historię do opowiedzenia. Historii o uczniach, chwilach wzruszenia. O pracy, która staje się częścią życia - misją i powołaniem, a nie tylko zawodem. Dzięki takim właśnie osobom - które dziś możecie bliżej poznać z naszej publikacji - szkoła jawi się nie tylko jako instytucja, ale również prze-

strzeń, w której rodzą się przyszłe pokolenia - pełne odwagi, empatii i ambicji.

To oni kształtują nie tylko ich wiedzę, ale też charakter, marzenia i odwagę, by sięgać po więcej. Ci z nas, którzy już dawno pokończyli swoje szkoły, wiedzą, że właśnie tacy nauczyciele, pedagodzy zostają w pamięci na całe życie. A jak oni widzą swoją pracę? Tego możemy dowiedzieć się właśnie z rozmów z nimi. Mówią, że praca na-

uczyciela to codzienność pełna emocji, odpowiedzialności i chwil, które zostają także w ich sercach na zawsze. Bo przecież każda lekcja to nie tylko przekazywanie wiedzy, ale też spotkanie z człowiekiem, który dorasta na ich oczach. Wspieranie w tym procesie wymaga nie tylko cierpliwości i zaangażowania, ale także wiary w sens tego, co się robi, zasiewa - bo przecież czasami efekty, plony widać dopiero po latach...

LIDERZY RANKINGÓW

Oto lista nauczycieli, którzy od początku głosowania do czwartku, do godz. 10 zdobyli najwięcej głosów wśród liderów z powiatów oraz lista liderów głosowania na dyrektorów, nauczycieli akademickich, psychologów i pedagogów szkolnych oraz placówki edukacyjne.

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Milena Grabowska**, Sportusie Przedszkole Niepubliczne O Profilu Sportowym, Katowice
2. **Justyna Michalska**, Przedszkole nr 32, Dąbrowa Górnicza
3. **Dżesika Pietrzyba**, Przedszkole nr 4, Chorzów
4. **Monika Ptok**, Przedszkole nr 4, Chorzów
5. **Paula Borucka-Buras**, Przedszkole Mistrzowie Zabawy, Sosnowiec

NAUCZYCIEL KLAS O-III

1. **Natalia Szymanek**, Szkoła Podstawowa nr 2 im. Jana Pawła II, Chorzów
2. **Dorota Wójcik**, Szkoła Podstawowa nr 9, Częstochowa
3. **Agnieszka Zawrzykraj**, Zespół Szkół Prywatnych nr 1, Sosnowiec
4. **Agnieszka Matuszyna**, Szkoła Podstawowa nr 3 im. Macierzy Szkolnej, Bielsko-Biała
5. **Agnieszka Żukowska**, Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1, Jastrzębie-Zdrój

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Aleksandra Borowiecka-Kwolek**, Zespół Szkół Ogólnokształcących Specjalnych nr 7, Gliwice
2. **Monika Zajac**, Szkoła Podstawowa nr 23, Bielsko-Biała
3. **Monika Tylińska**, Szkoła Podstawowa nr 22 im. Agaty Mróz, Sosnowiec
4. **Aleksandra Olejnik**, Zespół Szkół Specjalnych im. Matki Teresy z Kalkuty, Żory
5. **Karolina Szczesny**, Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 2, Mysłowice

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Agnieszka Twardowska**, Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 5, Zabrze
2. **Joanna Nowak**, Zespół Szkół im. Juliana Tuwima, Bielsko-Biała
3. **Agata Zabada**, Zespół Szkół nr 6 im. Króla Jana III Sobieskiego, Jastrzębie-Zdrój
4. **Ewa Póda-Michalska**, Liceum Ogólnokształcące im. Mikołaja Kopernika, Żywiec
5. **Jolanta Reszka**, Zespół Szkół nr 2 im. H. Kołłątaja, Mysłków

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **Łukasz Walusiak**, Akademia Śląska, Katowice
2. **dr Maria Mondry**, Uniwersytet SWPS, Katowice
3. **Natalia Szkop**, Uniwersytet Śląski, Katowice

DYREKTOR PLACÓWKI EDUKACYJNEJ

1. **Agnieszka Lasocka-Wysocka**, Szkoła Podstawowa nr 3 im. Kawalerów Orderu Uśmiechu, Mysłowice
2. **Aleksandra Downar-Liwoch**, Przedszkole nr 9, Dąbrowa Górnicza
3. **Klaudia Latak**, Żłobek integracyjny Przyjazny zakątek, Katowice

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Grażyna Kala-Czeszek**, Szkoła Podstawowa nr 28 im. Witolda Budryka w Gliwicach, Gliwice
2. **Agnieszka Głimańska**, ZDZ Technikum Lotnicze, Katowice
3. **Wojciech Surma**, Szkoła Mistrzostwa Sportowego, Tychy

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Niepubliczne Przedszkole Pingwinki**, Świętochłowice, Śląska 23
2. **Elfiki z Baśniowej Krainy Ewa Wróblewska**, Bielsko-Biała, Laskowa 18a
3. **Przedszkole Gucio i Maja**, Racibórz, Długa 43-47

SZKOŁA ROKU

1. **Zespół Szkół nr 2 im. Wojciecha Korfante**, Jastrzębie-Zdrój, Poznańska 1A
2. **Prywatna Szkoła Podstawowa Szkoła Jak Dom**, Katowice, Witosa 18
3. **Szkoła Podstawowa nr 28 im. Królowej Jadwigi**, Bytom, Armii Krajowej 40

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **By The Way**, Radzionków, św. Wojciecha 35
2. **Szkoła Języków Obcych Pear Tree**, Kłomnice, Częstochowska 69
3. **Deutsch professionell**, Częstochowa, Pużaka 1

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na:
www.dziennikzachodni.pl/nauczyciel

Radość daje widok uczniów czerpiących satysfakcję z twórczej pracy

Dla Niej praca w oświacie to przede wszystkim łączenie pasji z nauczaniem i działaniem na rzecz innych.

- To możliwość rozwijania talentów młodych ludzi, odkrywania ich potencjału oraz kształtowania w nich pewności siebie, kreatywności i współpracy - dodaje Aleksandra Borowiecka-Kwolek (Zespół Szkół Ogólnokształcących Specjalnych nr 7, Gliwice). Praca w oświacie to dla Niej również budowanie wspólnoty opartej na szacunku, zrozumieniu i ak-



ceptacji, przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu oraz promowanie wartości, takich jak empatia i wrażliwość. To też przekazywanie nie tylko wiedzy, ale i pasji, w Jej przypadku do muzyki i sztuki, co pozwala integrować różne środowiska i inspirować do działania ponad ograniczeniami i różnicami. W oświacie każdy dzień daje szansę na wpływanie na rozwój młodych ludzi i na tworzenie przestrzeni, w której mogą się uczyć, współpracować i rozwijać talenty w poczuciu akceptacji i wsparcia.

Jest częścią drogi, gdzie rodzi się odwaga, wiara w siebie i marzenia

Mówi, że Jej uczniowie są Jej największymi nauczycielami. Oto Aleksandra Olejnik (Zespół Szkół Specjalnych im. Matki Teresy z Kalkuty, Żory).

To właśnie od uczniów uczy się cierpliwości, autentyczności i radości z najmniejszych rzeczy. Dzięki nim wie, że nauczyciel uczy się przez całe życie - nie z książek, lecz z obecności drugiego człowieka. Praca w oświacie jest dla Niej powołaniem - niezwykłą przestrzenią, w której może realnie



kształtować na życie młodego człowieka, wspierać jego rozwój i towarzyszyć mu w odkrywaniu własnych możliwości. - To nie jest zwykłe wykonywanie obowiązków. To spotkanie człowieka z człowiekiem, serca z sercem. Szczególnie w szkole specjalnej każdy dzień uczy mnie pokory, uważności i wdzięczności. Widzę, że edukacja może być drogą do godności, samodzielności i poczucia sprawczości, a każdy - niezależnie od swoich ograniczeń - ma prawo do sukcesu, radości i rozwoju.

Towarzyszy maluchom w ich pierwszych krokach edukacyjnych

Towarzyszy maluchom w ich pierwszych krokach edukacyjnych i życiowych. Oto Milena Grabowska.

Praca z przedszkolakami to dla Niej połączenie odpowiedzialności, kreatywności i empatii. Milena Grabowska (Sportusie Przedszkole Niepubliczne O Profilu Sportowym, Katowice) uważa, że w tym wieku edukacja powinna być przede wszystkim przyjazna, oparta na zabawie i doświadczeniu. - Staram się wspierać rozwój emocjonalny, społeczny i poznawczy



dzieci, tworząc atmosferę bezpieczeństwa, współpracy i radości z odkrywania świata - wyjaśnia. Decyzja o wyborze tej ścieżki zawodowej wynika z kilku ważnych dla Niej doświadczeń i przemyśleń. W Jej pamięci na zawsze pozostanie też wychowawczyni z klas 1-3, pani Ola, która była dla Niej wzorem i autorytetem już od najmłodszych lat. To właśnie różne doświadczenia złożyły się na Jej decyzję, by z pasją pracować z dziećmi i towarzyszyć im w ich pierwszych krokach edukacyjnych i życiowych.

MALARZE KONTRA TRAMPKARZE

Dawno główna nagroda w konkursie malarskim organizowanym przez Galerię Bielską BWA nie wywołała takich emocji. - Mam tego dość!- skomentował werdykt prof. Ernest Zawada

Jacek Drost

Bielska Jesień to jeden z najważniejszych konkursów malarskich w Polsce. Ma otwartą formułę - nie narzuca tematu, problemu, techniki ani nie określa wieku uczestników. Artyści nadsyłają prace z dwóch ostatnich lat swojej twórczości. Od 2013 r. mogą zgłosić się osoby bez dyplomu uczelni artystycznej. W tym roku zgłosiły się do niego 1003 osoby, nadsyłając 3015 prac.

W jury Bielskiej Jesieni 2025 zasiadli Dorota Buczkowska, Anna Mituś, Karol Radziszewski, Agata Smalcerz i Stach Szablowski. Przegląd i klasyfikacja obrazów odbywały się podczas dwóch posiedzeń jury: na podstawie prezentacji elektronicznej i w oparciu o oryginały prac. Jury przyznało trzy nagrody główne oraz pięć wyróżnień.

Przed kilkoma dniami podczas 47. Biennale Malarstwa Bielska Jesień 2025 zostały ogłoszone wyniki i otwarto wystawę pokon-

kursową. Okazało się, że Grand Prix i 30 tys. zł jury przyznało Małgorzacie Mycek za - jak uzasadniło werdykt - „odważne przepisanie wizualnej geografii wsi - wrażliwe, ironiczne i polityczne zarazem - które redefiniuje ją jako przestrzeń oporu, wspólnoty i queerowej wyobraźni”.

Galeria poinformowała, że „Małgorzata Mycek to mieszkająca w Radoszycach (województwo podkarpackie) absolwentka Rysunku i Malarstwa na Uniwersytecie Artystycznym w Poznaniu (2020), a obecnie studentka Uniwersytetu Ludowego Rzemiosła Artystycznego (...). W swojej twórczości bada wątek peryferyjności, koncentrując się na regionie, w którym mieszka. Interesują go perspektywy wykraczające poza patriarchalne spojrzenie w interpretacji historii ludowej”. Jury nagrodziło zestaw prac Mycek: „Transmutacja”, „Miecz na młot na czarownicę” i „Upał jak diabli”.



Artysta Małgorzata Mycek na tle nagrodzonych prac „Upał jak diabli” oraz „Miecz na młot na czarownicę”

- W tegorocznym finale dostrzegam wiele ekspresji, gwałtowności i niepokoju. Jako jurorki nie szukaliśmy ich w zgłoszonych pracach na siłę. To raczej one znalazły nas - i nie pozwoliły się zignorować. Wydaje mi się, że mówi to również wiele

o kondycji malarstwa, co o momencie, w którym się znajdujemy - o chwili, na którą malarstwo reaguje czujnie, wrażliwie i odważnie - podsumował wybór przewodniczący jury Szablowski.

Jednak tegoroczny werdykt wywołał gigantyczną falę ko-

mentarzy internautów. Niektórzy gratulowali nagrodzonym twórcom, pisząc m.in. „Fantastyczne te nagrodzone prace (nie tylko nagrodzone)! Konkurs ma coraz bardziej wyraźną tożsamość, jednocześnie pozostaje różnorodny, czuć też ogromną energię i autentyczność wśród biorących udział artystów. Intrygujące, poruszające, odważne, polityczne (...)”.

Jednak znakomita większość internautów nie podzieliła tego zdania. - To fejk, prawda? Czy ktoś się włamał na konto BWA i pokazuje tu idiotyczne bohomy? - napisał jeden z internautów. Ktoś inny dodał: - To jest jakaś totalna masakra! Obraża i spluniecie w twarz wszystkim młodym artystom (...).

Głos zabrał także malarz abstrakcjonista prof. Ernest Zawada, wykładowca Uniwersytetu Białosk-Bialskiego.

- To po prostu jakiś żart. Przez szereg lat doceniałem aspiracje twórców nieprofesjonalnych, którzy podejmują próby samodoskonalenia i to jest bardzo

cenne. Nierozumiem jednak tendencji ukierunkowywania malarstwa współczesnego w stronę prymitywizmu, podsytego wielkimi teoriami. Mam tego dość - napisał prof. Zawada. I dodał: - (...) Według tego myślenia powinno się zlikwidować Akademię Sztuk Pięknych i wszystkie Szkoły Plastyczne. Natomiast uczyć powinni niedouczeni trampkarze.

Do sytuacji odniosło się szefstwo Galerii Bielskiej BWA.

- Droga publiczności Galerii Bielskiej BWA, nie umykają nam ani Wasze wiadomości pełne rozczarowania werdyktem jury Bielskiej Jesieni, ani Wasze słowa podzielające naszą ekscytację pracami prezentowanymi na wystawie finałowej. W następnych tygodniach pojawi się wiele okazji, aby przejść przez wystawę z kuratorką, edukatorami i ekspertkami w zakresie sztuki i dzięki nim jeszcze lepiej poznać kryteria doboru prac. Pojawiają się także wypowiedzi, które wyjaśniają motywację jury - komentuje Galeria Bielska BWA.

REKLAMA

0011242314

REKLAMA

4411243075

Mazowsze

www.mazowszemedispa.com

Zadbaj o zdrowie i dobre samopoczucie w Beskidach

PAKIETY PROFILAKTYCZNO-LECZNICZE · REHABILITACJA · OFERTY SEZONOWE
ODNOWA BIOLOGICZNA I ODCHUDZANIE · RYTUAŁY DAY SPA · ZABIEGI KOSMETYCZNE
I MASAŻE · STREFA AQUA · SAUNY · JACUZZI · GROTA SOLNA · KOMORA SZUNGITOWA



Pozwól sobie na odrobinę przyjemności.
Wsluchaj się w swoje ciało i usłysz jego potrzeby...

ZADZWOŃ LUB NAPISZ I ZAPYTAJ O OFERTĘ
tel. 33 857 72 71; e-mail: mazowsze@mazowszemedispa.com



RADIO SILESIA SZUKA: SPECJALISTY DS. REKLAMY!

OBOWIĄZKI

- planowanie kampanii i budowanie relacji z klientami
- nawiązywanie nowych kontaktów i szukanie innowacyjnych rozwiązań

WYMAGANIA

- kreatywność, zaangażowanie, prawo jazdy kat. B
- mile widziane doświadczenie w mediach/reklamie

OFERUJEMY

- podstawa + prowizje
- narzędzia pracy i rozwój zawodowy
- przyjazną atmosferę
- szansę na współtworzenie projektów radiowych

WYŚLIJ CV Z KLAUZULĄ
POD ADRES E-MAIL:
krzysztof.lesniewski@silesia.fm



BIELSKA JESIEŃ W OKU CYKLONU

Rozmowa z Adą Piekarską, kuratorką biennale Bielska Jesień 2025 w Galerii Bielskiej BWA

Jacek Drost

Małgorzata Mycek wielkim malarzem jest?

Zdecydowanie jest artystą, który zasługuje na naszą uwagę i zasługuje na nagrodę Bielskiej Jesieni. Podpisuję się pod uzasadnieniem pięcioosobowego jury, tworzonego przez ekspertów, którzy znają historię sztuki, dynamikę pola artystycznego i są absolutnie świadomi wyboru, którego dokonali. Małgorzata Mycek jest artystą, który w nowy sposób przedstawia nam wizerunek polskiej wsi. Przedstawia go w sposób radykalnie inny od tych, które do tej pory były najczęściej powielane. Mam na myśli takie wizerunki romantyczne, naiwne, przedstawiające polską prowincję w sposób paternalistyczny. Małgorzata Mycek wywodzi się ze wsi Radoszyce na Podkarpaciu i po studiach artystycznych, pokonując cały tradycyjny akademicki model kształcenia, poznając język sztuki, język malarstwa, tam powrócił, więc sposób w jaki przedstawia rzeczywistość jest świadomym wyborem, pewną artystyczną postawą, indywidualnym językiem, do którego, jak każdy inny artysta, ma prawo.

rem, pewną artystyczną postawą, indywidualnym językiem, do którego, jak każdy inny artysta, ma prawo.

Nagrodzone prace zachwycają?

Budzą duże emocje. Jednych zachwycają, innych oburzają. Pojawiają się różne komunikaty, najczęściej wyrażane w Internecie, co też jest zjawiskiem bardzo współczesnym, gdzie opinie są bardzo szybkie, często radykalne, nie wynikające z jakiegokolwiek głębokiego namysłu czy próby zrozumienia, z otwartej postawy, w której zadajemy pytania, w której możemy usłyszeć co osoba artystyczna w tym przypadku chce nam powiedzieć, ale od razu wydajemy werdykt, który zamyka całą dyskusję. Niestety, Internet nie jest dobrym nośnikiem dla tego typu debat, dlatego zapraszam do galerii, by pobyć z tymi obrazami, zarówno samego laureata, jak i wszystkich innych osób uczestniczących w wystawie. Zapraszam na oprowadzania kuratorskie, podczas których opowiadam także o różnych ścieżkach, którymi podążają obecnie artyści, gdzie wspólnie próbujemy wysnuwać wnioski, gdzie po prostu mamy czas, który jest niezbędny, by dać szansę obronić się pracom, o których mówimy. Bez postawy otwartości nie jesteśmy w stanie tak naprawdę podjąć tego dialogu, a przecież sztuka też jest polem dialogu. Emocje budzi każde spotkanie z czymś czego nie rozumiemy, a mamy prawo nie rozumieć drugiej osoby, ale na tym polega otwarta postawa i życie w społeczeństwie, że decydujemy się spróbować zrozumieć, wysłuchać, empatycznie spojrzeć na coś z czyjejś perspektywy, czyjeś doświadczenia na przykład w tym przypadku dorastania Małgorzaty Mycek w podkarpackiej wsi jako osoba niebinarna, queerowa. To jest coś z czym nie wszyscy mieliśmy do czynienia i dużym atutem tej sytuacji jest to, że możemy wejść w świat takiej osoby.



FOT. JOANNA MUSIAŁ

czeństwie, że decydujemy się spróbować zrozumieć, wysłuchać, empatycznie spojrzeć na coś z czyjejś perspektywy, czyjeś doświadczenia na przykład w tym przypadku dorastania Małgorzaty Mycek w podkarpackiej wsi jako osoba niebinarna, queerowa. To jest coś z czym nie wszyscy mieliśmy do czynienia i dużym atutem tej sytuacji jest to, że możemy wejść w świat takiej osoby.

Rozumiem, że panią prace zachwycają, ale profesora nie zachwycają.

Profesora Ernesta Zawady nie zachwycają. Profesor Zawada wyraził swoją opinię. Nie chcę jej komentować.

Spodziewali się państwo takich reakcji?

To nie jest pierwszy raz, kiedy Bielska Jesień znajduje się w oku cyklonu; kiedy rzeczy, które prezentujemy i werdykt, jakie wydaje niezależne grono eksperckie, okazują się dla wielu nie do przyjęcia. To tak naprawdę trwa od wielu dekad

działania instytucji. Co jakiś czas coś wzbudza tzw. skandal i jest przedmiotem szerokiej dyskusji. Te dyskusje są naturalną konsekwencją naszej działalności i działalności osób artystycznych, które bardzo często przekraczają to, co uznawane jest za normatywne, kanon, bezpieczne i znane nam wszystkim. Oczywiście jest, że taki wybór u części osób może budzić sprzeciw lub zdziwienie. Mamy tego pełną świadomość, ale z odpowiedzialnością realizujemy swoją misję i nie ulegamy presji ani autocenzurze – inaczej zaprzeczilibyśmy naszym wartościom. Musimy być także gotowi stanąć w obronie artystów, kiedy – jak w tym przypadku – dochodzi do przekroczeń tego, co możemy uznać za konstruktywną krytykę, a pojawiają się agresywne wyzwiska, wulgarne treści, które są niedopuszczalne w publicznej debacie. Na nie nie wyrażamy zgody.

Nie prowokujecie dla samego prowokowania?

Nie. Sama decyzja, jeśli chodzi o werdykt, jest demokratycznym wynikiem głębokich, długich, wielogodzinnych dyskusji pomiędzy osobami, które reprezentują ekspercki głos w polskim polu sztuki współczesnej.

Co proponujecie w tej sytuacji? Rozumiem, że najlepiej przyjść i na własne oczy zobaczyć te prace?

Tak. Proponujemy dać sobie szansę i spróbować otworzyć się na to, co wydaje nam się nie do przyjęcia, nie sugerować się opiniami przeczytanymi w Internecie, nie poddawać się łatwym werdyktom, natychmiastowym reakcjom, ale też spróbować włożyć w odbiór prac pewien rodzaj wysiłku, bo sztuka współczesna wymaga od nas wysiłku.

Do kiedy można zobaczyć nagrodzone prace?

Poza poniedziałkami, kiedy galeria jest nieczynna, można je oglądać codziennie do 11 stycznia 2026 roku. Wstęp jest bezpłatny.

REKLAMA

0111426115

FESTIWAL ARS CAMERALIS

15 listopada | godz. 19:00
koncert | Kinoteatr Rialto, Katowice
AJLA

18 listopada | godz. 19:00
koncert | Kinoteatr Rialto, Katowice
Circuit des Yeux

20 listopada | godz. 18:00
spotkanie | Black Woolf Coffee & Books, Katowice
**Agnieszka Dauksza
Małgorzata Halber
Anna Cieplak**

STRACH



Województwo
Śląskie

ORGANIZATOR:
**Ars
Cameralis
Silesiae
Superioris**

PARTNER:
**TYCZONNIK
POWSZECHNY**

HOTEL
HONOLULU

PATRONAT MEDIALNY:
GAZETA.PL

RADIO 357

Polskie
Radio
Katowice

BILETY:
ticketmaster

PORADNIK OD 1 STYCZNIA 2026 ROKU KWOTA PRZEZNACZONA NA POCHÓWEK WZROŚNIE Z 4000 DO 7000 ZŁOTYCH

Będzie wyższy zasiłek pogrzebowy

Jadwiga Jenczelewska
Sosnowiec

Listopad to miesiąc, w którym mówimy nie tylko o sprawach doczesnych, ale często też o kresie życia. A ważna informacja jest taka, że od nowego roku będzie więcej pieniędzy na wyprawienie pogrzebu.

To pilnie oczekiwana zmiana i pierwsza znacząca podwyżka zasiłku pogrzebowego od 2011 r.; wtedy wprowadzono obowiązującą wciąż kwotę - 4000 zł. Od 1 stycznia 2026 roku wzrośnie ona znacząco - z 4000 do 7000 zł, a do tego ZUS zapowiada coroczną waloryzację świadczenia, jeżeli inflacja przekroczy 5 procent. Ma to na celu dostosowanie pomocy do rosnących kosztów pogrzebu, które dla wielu rodzin oznaczają poważne wydatki, by godnie pożegnać kogoś bliskiego.

O tym, jak ważny jest to problem i finansowy, i społeczny, świadczą liczby. W 2024 r. ZUS wypłacił w całej Polsce 359,6 tys. zasiłków pogrzebowych na łączną kwotę 1,44 mld zł. Najwięcej wypłacił ich w województwie



Wyższa kwota zasiłku pogrzebowego wspomże rodziny, które muszą zmierzyć się z nagłym i dużym wydatkiem

śląskim - 50,5 tys. i w woj. mazowieckim - 48,7 tys., najmniej w woj. podlaskim - 8,5 tys.

Komu przysługuje zasiłek

Zasiłek pogrzebowy przysługuje osobie, która pokryła koszty pogrzebu zmarłego ubezpieczonego w ZUS-ie (pracownika, emeryta, rencisty) lub członka jego ro-

dziny. Do rodziny zalicza się m.in. małżonka, dzieci (własne, przysposobione, z rodziny zastępczej), rodziców, dziadków, wnuki, rodzeństwo oraz osoby pod opieką prawną. Świadczenie mogą otrzymać także pracodawcy, domy pomocy społecznej, gminy, powiaty czy instytucje religijne, jeśli pokryły koszty pogrzebu.

- Członkom rodziny osoby zmarłej przysługuje pełna kwota zasiłku niezależnie od poniesionych kosztów pogrzebu. Jeśli koszty pogrzebu zostaną pokryte przez osobę spoza rodziny, świadczenie przysługuje w wysokości faktycznie poniesionych wydatków, nie wyższej jednak niż obowiązujący limit, czyli do 4 tys. zł - do końca 2025 roku, lub do 7 tys. zł - od 2026 roku. Gdy koszty pogrzebu poniosło kilka osób lub instytucji, zasiłek pogrzebowy przyznaje się proporcjonalnie do ich udziału w tych kosztach - wyjaśnia Beata Kopczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS-u w województwie śląskim.

Konieczne dokumenty

Aby ZUS mógł wypłacić zasiłek pogrzebowy, należy przygotować wniosek (formularz Z-12) i złożyć go w oddziale ZUS-u lub wysłać tradycyjną pocztą. Można go też złożyć elektronicznie przez PUE/eZUS.

Może to też zrobić upoważniony zakład pogrzebowy, dołączając skrócony odpis aktu zgonu i dowody poniesienia kosztów pogrzebu. Co ważne - rachunki

wszystkich wydatków muszą być złożone w oryginałach, a nie elektronicznie przez PUE/eZUS, chyba że zostały wystawione w formie elektronicznej. Jeśli oryginały rachunków zostały przekazane do banku, należy dołączyć kopie potwierdzone przez bank za zgodność z oryginałem.

Do wniosku należy załączyć odpis skrócony aktu zgonu osoby zmarłej, dokumenty potwierdzające pokrewieństwo lub powinowactwo ze zmarłym osobą składającą wniosek, np. skrócone odpisy aktów stanu cywilnego czy dowód osobisty zawierający odpowiednie dane.

- W sytuacji gdy osoba zmarła była ubezpieczona albo była członkiem rodziny osoby ubezpieczonej, należy dołączyć zaświadczenie płatnika składek (np. pracodawcy) o podleganiu ubezpieczeniu emerytalnemu i rentowemu przez osobę, której dotyczy wniosek, lub przez osobę zmarłą w dniu jej śmierci. Wymogu tego nie stosuje się wobec osób prowadzących działalność na własny rachunek czy też osób z nimi współpracujących - informuje Beata Kopczyńska.

WARTO WIEDZIEĆ

● Od sierpnia br. zmieniły się przepisy dotyczące zasiłku pogrzebowego w sytuacji, gdy dziecko urodzi się martwe, ale nie zostanie sporządzony akt jego urodzenia z adnotacją, że urodziło się martwe. Dokumentem, który wystarczy do tego, by ubiegać się o świadczenie, jest karta zgonu lub zaświadczenie lekarza bądź położnej. Dotąd, jeśli nie został sporządzony akt urodzenia dziecka z adnotacją, że urodziło się martwe, kobiety po stracie ciąży nie mogły skorzystać z prawa do zasiłku pogrzebowego.

● Na zgłoszenie wniosku o zasiłek pogrzebowy jest 12 miesięcy od dnia śmierci, po której przysługuje zasiłek. Gdy ten termin nie zostanie dotrzymany, wówczas nie przysługuje, choć są wyjątki niezależne od osoby uprawnionej (np. późniejsze odnalezienie zwłok).

REKLAMA



Sztolnia Królowa Luiza



Kopalnia Guido



**WEEKEND
ZA PÓŁ
CENY!**

22-23.11

-50%



podziemnaprzygoda.pl

0011429388

ŚLÓWNIK: AMMAN, ASTORIA, CARUSO, IKAT, KADARKA, ROKADA, STARKING, URIAL;

ROZWIĄZANIE: IM DALEJ W LAS, TYM WIĘCEJ SKANDALU.

REKLAMA0011405817

The Legend of Rock Symphonic IV

Rock Never Dies!

22.11.2025 SPODEK Katowice

a na scenie mega głosy i gwiazdy wieczoru - legendarni członkowie zespołu Nightwish

TARJA MARKO

Koncert wypełni również grono wyjątkowych artystów w składzie **Adam Wolski (Golden Life), Grzegorz Kupczyk (ex. TURBO), Maciej Balcar (ex. DZEM), Wojtek Cugowski**, ale to jeszcze nie wszystkie ogłoszenia. Na scenie nie zabraknie również niezwykłych gitarzystów oraz niezawodnego **Piotrka Szalika** na perkusji. Całość dopełni niezastąpiona **Legendarna Orkiestra Symfoniczna** pod kierownictwem **Stanisława Słowińskiego**.

Spektakularna produkcja! Poczuj niesamowite emocje podczas jednego takiego koncertu w Polsce! To już kolejna edycja, która cieszy się niesamowitą popularnością. Największe światowe przeboje rockowe wykonane **NA ŻYWO w niezwyklej symfonicznej aranżacji!** Niecodzienne muzyczne emocje zagwarantują rewelacyjni i bez wątpienia najlepsi muzycy **Legendarnej Orkiestry Symfonicznej** oraz gwiazdy znane z największych scen rockowych! Dotychczas na scenie The Legend of Rock Symphonic wystąpili niesamowici artyści, w tym: Tarja (Legenda Zespołu NIGHTWISH), Krzysztof Cugowski, Kasia Kowalska, Małgorzata Ostrowska, Marek Piekarczyk, Piotr Cugowski, Krzysiek Sokołowski, Maciek Balcar, Mateusz Ziółko, Wojtek Cugowski czy Grzegorz Kupczyk. **Petarda na scenie!** Widowisko stworzone, by poczuć nieprawdopodobne doznania, zagwarantowane przez najwyższej jakości dźwięk oraz potężne efekty świetlne i wizualne przenoszące widzów w zupełnie inny, nowy, niecodzienny i zadziwiający świat muzyki rockowej! Podczas koncertów usłyszycie największe **ROCKOWE** przeboje w niezwykłych aranżacjach takich zespołów jak: QU-



EEN, IRON MAIDEN, LED ZEPPELIN, AC/DC, GUNS N/ ROSES, METALLICA, SCORPIONS, BON JOVI, AEROSMITH, NIRVANA, NIGHTWISH, LINKIN PARK czy CZESŁAW NIEMEN, KORA, DZEM, TSA i wiele więcej. Każdego roku repertuar jest zmieniany, dając widzom nową dawkę rockowych brzmień.

Lighting SHOW - Potężne i widowiskowe efekty świetlne Legendy Rocka wymagają niesamowitej oprawy, dlatego koncert połączy na tak dużą skalę nowatorskie efekty wizualne oraz niezwykle efekty świetlne. Widowisko odbędzie się na żywo w legendarnej Hali SPODEK oraz Ope-rze Leśnej w Sopocie, zapewniając widzom niecodzienne doznania, efekty i niezapomniane wrażenia.

Guitar Drum Show - rewelacyjne show na gitarze i perkusji! The Legend of Rock Symphonic powstał z pasji do muzyki rockowej, które wspólnie przenoszą nas do świata największych przebojów w zupełnie nowej pięknej aranżacji. Chcemy, by odbiorcy odnaleźli się w lubianych przebojach ze znanego repertuaru, a jednocześnie zobaczyli coś nietypowego i nowego. Dlatego też zaprosiliśmy do tego projektu nie tylko cenionych na całym świecie muzyków



z Legendarnej Orkiestry Symfonicznej, ale także polskie i zagraniczne gwiazdy znane z największych scen rockowych. Ich współpraca zapewni wyjątkowe emocje, a widzowie przeżyją doświadczenie, które zostanie w ich pamięci na długo. Wszyscy uczestnicy będą mogli również doświadczyć niesamowitych solowych występów gitarowych i perkusyjnych w niecodziennych wykonaniach. Ten koncert koniecznie trzeba zobaczyć i przede wszystkim usłyszeć niesamowite wykonania najbardziej znanych rockowych przebojów. A tak o nas piszą: *Super koncert, polecam. Orkiestra symfoniczna pierwsza klasa, gitarzysta i perkusista po prostu sztos!! Fajne kawałki legendarnego rocka w wykonaniu naprawdę świetnych wokalistów. Warto było czekać pół roku od zakupu biletu. Marta Wspaniałe, prawdziwa uczta muzyczna, wspaniałe występy Marka, Grzegorza i Małgosi. GRZEGORZ Super, gitarzysta i perkusista petarda! Ogólnie widowisko na dużą skalę, war-te swojej ceny. Polecam i z pewnością wybiorę się jeszcze raz. ann Cudowny występ. Orkiestra fantastyczna, skrzypce genialne, wokaliści cudowni. Asik*

Bilety dostępne na
www.legendy-rocka.pl

REKLAMA0011376219

Dom Seniora AMAZONKA

Oferujemy:

- pobyty długoterminowe,
- pobyty rekonwalescencyjne,
- pobyty wypoczynkowe.

*Zamieszkać w komfortowym
Domu Seniora Amazonka!*

Lokalizacja: Prudnicka 4, Moszna
(woj. opolskie)

Tel. 515 078 002
E-mail: repcja@assistanca.pl
www.domsenioraamazonka.pl

REKLAMA0011431153

OBWIESZCZENIE WOJEWODY ŚLĄSKIEGO

nr IFXV.7840.7.31.2025

z dnia 17 października 2025 r.

Na podstawie art. 49 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jedn.: Dz.U. z 2024 r. poz. 572 ze zm.) w związku z art. 9ac ust. 1a ustawy z dnia 28 marca 2003 r. o transporcie kolejowym (tekst jedn.: Dz.U. z 2025 r. poz. 1234 ze zm.), podaję do publicznej wiadomości, że na wniosek Inwestora – PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. (z siedzibą: 03-734 Warszawa, ul. Targowa 74), działającego przez pełnomocnika zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie zmiany decyzji Wojewody Śląskiego nr 48/21/K z dnia 31 grudnia 2021 r. (znak IFXV.7840.7.35.2021), zmienionej decyzją z dnia 7 lipca 2025 r. nr 25/25/K (znak IFXV.7840.7.16.2025), o pozwoleniu na budowę dla zamierzenia budowlanego pn.: „**Budowa, przebudowa, rozbudowa, remont oraz rozbiora układu torowego wraz z elementami infrastruktury towarzyszącej, w szczególności instalacji, sieci i urządzeń oraz dróg i obiektów inżynieryjnych, budynków i budowli na odcinku Katowice Szopienice Pld. - Katowice - Katowice Piotrowice**” obejmujący następujące linie kolejowe:

- linia kolejowa nr 1 od km 312,200 do km 318,706;
- linia kolejowa nr 137 od km 0,623 do km 2,202;
- linia kolejowa nr 138 od km 26,253 do km 33,160;
- linia kolejowa nr 139 od km 0,700 do km 7,624;
- linia kolejowa nr 656 od km 0,000 do km 6,071;
- linia kolejowa nr 142 od km -0,375 do km 1,000;
- linia kolejowa nr 171 od km 40,335 do km 41,465;
- linia kolejowa nr 141 od km -1,385 do km 1,885;
- linia kolejowa nr 140 od km 0,500 do km 1,523;
- linia kolejowa nr 660 od km 2,627 do km 3,141;
- linia kolejowa nr 659 od km 7,093 do km 13,503;
- linia kolejowa nr 713 od km 0,000 do km 2,208;
- linia kolejowa nr 401 CTL Maczki Bór od km 19,452 do km 20,399;

oraz szlaki styczne wraz z przebudową elementów infrastruktury technicznej i kolejowej” w zakresie:

- zmiany sposobu zagospodarowania terenu,
- zmiany charakterystycznych parametrów w zakresie powierzchni zabudowy,
- zmiany charakterystycznych parametrów w zakresie wysokości, długości i szerokości

- dla budynków Nastawni Ligota, LCS Katowice Osobowa, SRK Szopienice, SRK Akademia, budynków zwrotniczych na peronach.

- zmiany sposobu użytkowania budynku technicznego na budynek wyposażony w urządzenia do zdalnego sterowania pracą urządzeń kolejowych – Nastawnia Ligota.
- rozbioru istniejącej kładki KP-1a w km 1,984 LK nr 137 i budowa nowej kładki w tej samej lokalizacji,
- budowy przejścia podziemnego PPT-9a, łączącego ul. Mikołowską z istniejącym przejściem podziemnym na stacji Katowice”

na działkach kolejowego terenu zamkniętego o numerach ewidencyjnych: 246901_1.0001.AR_34.62/2, 246901_1.0001.AR_34.91/2, 246901_1.0001.AR_34.52/5, 246901_1.0001.AR_34.54/5, 246901_1.0001.AR_34.57, 246901_1.0001.AR_34.58, 246901_1.0001.AR_34.56/1, 246901_1.0001.AR_34.62/1, 246901_1.0003.AR_20.62, 246901_1.0003.AR_68.98/18, 246901_1.0001.AR_27.61/10, 246901_1.0002.AR_41.273/1, 246901_1.0002.AR_41.276/1 w Katowicach

Wobec powyższego informuję, że w ciągu 7 dni od dnia otrzymania niniejszego zawiadomienia, zgodnie z art. 10 oraz art. 73 § 1 *Kodeks postępowania administracyjnego strony postępowania lub ich przedstawiciele i pełnomocnicy* mogą zapoznać się z aktami sprawy w Śląskim Urzędzie Wojewódzkim w Katowicach, Wydział Infrastruktury, Oddział ds. Administracji Architektoniczno-Budowlanej I instancji (ul. Jagiellońska 25, 40-032 Katowice), a także mają prawo wypowiedzieć się co zebranych dowodów i materiałów oraz zgłoszonych żądań, jak również składać ewentualne uwagi. Wizyta klientów w urzędzie odbywa się po uprzednim uzgodnieniu terminu i godziny przyjęcia w zakresie, który nie może zostać zrealizowany poprzez inne kanały komunikacyjne, takie jak: telefon, e-Doręczenie, ePUAP, e-mail czy poczta tradycyjna. Informację o przebiegu postępowania oraz o możliwości zapoznania się z aktami sprawy można uzyskać telefonicznie pod nr tel. 32 20 77 530 w godzinach obsługi klientów (poniedziałek - piątek od 7.30 do 14.30), poprzez e-Doręczenie: AE:PL-14603-15693-ECFGD-26; ePUAP: /SUW2/urząd

Po tym terminie sprawa zostanie rozpatrzona w oparciu o posiadane dowody i materiały.

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl

Know-how
w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

AUTOREKLAMA4411243095

RANKING „ZŁOTEJ SETKI” WOJEWÓDZTWA ŚLĄSKIEGO

JUŻ 21 LISTOPADA W DZIENNIKU ZACHODNIM

ORGANIZATOR

PARTNER

PARTNER GŁÓWNY

PATRONAT HONOROWY

eprasa.pl b6cab38789

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 32 420 73 74

Przez internet: ibo.polskapress.pl E-mailem: ogloszenia@dz.com.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

SKUP udziałów w nieruchomościach. Tel. 884 308 046, www.solidnyskup.pl

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

WYNAJMĘ pokój z dostępem do kuchni, do łazienki i pralni, TV 40" i internet w cenie - 850zł/os. za miesiąc w Mysłowicach, Chorzów -1500zł/os. Kawalerka 1700zł Będzin, 888-197-088

POŚREDNICTWO

SKUP NIERUCHOMOŚCI :DOMÓW, MIESZKAŃ, DZIAŁEK, INNYCH. Kupujemy za gotówkę również z zadłużeniami, komornikiem i problemami prawnymi, tel.602552099, ul. 3 Maja 9 Bielsko-Biała

Handlowe

ANTYKI

ANTYKI i wszelkie starocie - od igły po szafę kupię - 660-35-35-35

SKUP antyków, szkło, zegary, inne. Tel.: 662-941-776.

KOLEKCJONERSTWO, SZUKA

ARKADIA - skup i sprzedaż monet i banknotów, Katowice, 32-251-16-43, 500-223-234

MASZYNY URZĄDZENIA

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

AUTOZŁOMOWANIE 602-871-305

REKLAMA

0011431579

OBWIESZCZENIE WOJEWODY ŚLĄSKIEGO nr IFXIII.7821.10.2025 z dnia 6 listopada 2025 r.

Napodstawie art. 11fust. 3w związku z art. 11fust. 6ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity: Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity: Dz. U. 2024 r. poz. 572 z późn. zm.), podaję do publicznej wiadomości, że po rozpatrzeniu odwołania od decyzji Starosty Pszczyńskiego nr 2.2025 z dnia 19 lutego 2025 r., znak: AB.6740.698.2024.IV o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Rozbudowa ul. Jeleniej w Jankowicach”, zwanej dalej *Decyzją*, Wojewoda Śląski, decyzją z dnia 22 października 2025 r., znak IFXIII.7821.10.2025, uchylił *Decyzję* w części i w tym zakresie orzekł co do istoty oraz w pozostałym zakresie utrzymał *Decyzję* w mocy.

POUCZENIE

Decyzja Wojewody Śląskiego jest ostateczna w administracyjnym toku instancji.

Wszystkie zainteresowane strony mogą zapoznać się z jej treścią w Wydziale Infrastruktury Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w Katowicach, ul. Jagiellońska 25, pok. 522 w godzinach od 9⁰⁰ do 14⁰⁰ po uprzednim uzgodnieniu z inspektorem prowadzącym sprawę pod numerem telefonu: (32) 20 77 522, adres e-mail: kureka@katowice.uw.gov.pl.

Zgodnie z art. 50, art. 53 § 1 i art. 54 § 1 ustawy z dnia 30 sierpnia 2002 r. Prawo o postępowaniu przed sądami administracyjnymi (tj. Dz. U. z 2024 r. poz. 935 z późn. zm.), stronom przysługuje prawo wniesienia skargi na ww. decyzję do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Gliwicach za pośrednictwem Wojewody Śląskiego, w terminie 30 dni od dnia jej doręczenia.

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

SPŁACIMY Twoje chwilówki i inne długi, zamienimy na jedną niską ratę, 20 lat doświadczenia 733-556-449

TANIE POŻYCZKI, kredyty dla zadłużonych, konsolidacyjne, gotówkowe, również na spłatę komornika, długów, ze złym BIK ODSZKODOWANIA, pomoc prawna przy szkodach majątkowych, osobowych, komunikacyjnych, tel.602552099, ul.3 Maja 9 Bielsko-Biała

USŁUGI PRAWNE

SPRAWDZENIE bezpłatne umów kredytowych bieżących i wcześniejszych, wyliczymy należyty zwrot pieniędzy od banku, duże korzyści finansowe dla Ciebie, pozbądź się wszystkich kosztów kredytu. Sankcja kredytu darmowego umożliwia odzyskanie wszystkich kosztów kredytu, tel. 602 552 099, ul.3 Maja 9 Bielsko-Biała

UPADŁOŚĆ KONSUMENCKA, pomoc prawna w całkowitym zlikwidowaniu i anulowaniu wszystkich długów, ochrona prawna przed agresywnymi windykatorami. Bezpłatna analiza i konsultacje. Sporządzanie wniosków, reprezentacja, tel.602552099, ul.3 Maja 9 Bielsko-Biała

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

ABSOLUTNIE wszystkie marki, płacimy najwięcej! Dojazd, własny transport 509-796-001, 798-835-341

Autoskup, wszystkie 515274430

Zdrowie

INNE

Zainteresowanych Stowarzyszeniem Renciści i Niepełnosprawni lub Epileptyków proszę o kontakt tel. 579-716-493

Praca

ZATRUDNIĘ

OCHRONA z gr. niepełnosprawności Czechowice-Dziedzice tel. 604 630 556

OCHRONNA z gr. niepełnosprawności Gliwice/Zabrze tel. 604 630 556

REAL-CONSTRUCT Sp. z o.o. zatrudni rekrutera z doświadczeniem w branży montażowej i elektrycznej. Umowa o pracę, benefity: Multisport, pakiet medyczny, dofinansowanie wczasów. Tel. 603 044 480, e-mail: praca@realconstruct.pl

SERWIS sprząający z gr. niepełnosprawności Psar/Gródków tel. 668 085 925

SERWIS sprząający z gr. niepełnosprawności Sosnowiec tel. 604 630 556

REKLAMA

0011431578

OBWIESZCZENIE WOJEWODY ŚLĄSKIEGO nr IFXIII.7821.36.2024 z dnia 6 listopada 2025 r.

Na podstawie art. 11f ust. 3 w związku z art. 11f ust. 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity: Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity: Dz. U. 2024 r. poz. 572 z późn. zm.), podaję do publicznej wiadomości, że po rozpatrzeniu odwołania od decyzji Prezydenta Miasta Tychy nr 301/2024 z dnia 11 października 2024 r., znak: GWB.6740.5.3.2023.BC o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Rozbudowa ul. Szkolnej na odcinku od ul. Wilczej do ul. Obywatelskiej w Tychach”, zwanej dalej *Decyzją*, Wojewoda Śląski, decyzją z dnia 30 października 2025 r., znak IFXIII.7821.36.2024, uchylił *Decyzję* w części i w tym zakresie orzekł co do istoty oraz w pozostałym zakresie utrzymał *Decyzję* w mocy.

POUCZENIE

Decyzja Wojewody Śląskiego jest ostateczna w administracyjnym toku instancji.

Wszystkie zainteresowane strony mogą zapoznać się z jej treścią w Wydziale Infrastruktury Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w Katowicach, ul. Jagiellońska 25, pok. 522 w godzinach od 9⁰⁰ do 14⁰⁰ po uprzednim uzgodnieniu z inspektorem prowadzącym sprawę pod numerem telefonu: (32) 20 77 522, adres e-mail: kureka@katowice.uw.gov.pl.

Zgodnie z art. 50, art. 53 § 1 i art. 54 § 1 ustawy z dnia 30 sierpnia 2002 r. Prawo o postępowaniu przed sądami administracyjnymi (tj. Dz. U. z 2024 r. poz. 935 z późn. zm.), stronom przysługuje prawo wniesienia skargi na ww. decyzję do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Gliwicach za pośrednictwem Wojewody Śląskiego, w terminie 30 dni od dnia jej doręczenia.

SERWIS sprząający z gr. niepełnosprawności Wojkowice tel. 604 630 556

SOSNOWIEC - złotą rączkę zatrudnię. Tel.: 662-941-776.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

USŁUGI cięcie złomu tel. 696-336-472.

BIUROWO - PROJEKTOWE

ŚWIADECTWA energetycz: 606307123

PORZĄDKOWE

CZYSZCZENIE wykładzin, tapicerek, dywanów. Solidnie! Tel.: 606-274-056.

PRZEPROWADZKI

A-Z Przeprowadzki+Ekipa: 504709047

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

WISŁA - Sylwestrowy Kulig z Biesiadą w Kolybie, regionalne menu, Kapela.Tel.503-492-612

Matrymonialne

"ROMEO" biuro matrym. 502 363 127

PANNA, 52 l., szuka kawalera lub wdowca, samotnie mieszkającego i zmotoryzowanego, bez nałogów, do przyjaźni i wspierania się wzajemnie na resztę życia. Tylko z okolic Zatora, Oświęcimia, tel.: 730-741-676.

Różne

GOTÓWKA za KSIAŻKI, 881-934-948

KUPIĘ monety, banknoty, starocie, znaczki, medale, zegarki, rogi, płyty, widokówki, porcelanę: 660-482-319.

SPAWARKI transformatorowe i wirowe oraz silniki kupię, mogą być uszkodzone. Dobre ceny. Odbiór własnym transportem, 696-336-472.

Rolnicze

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

Usługi pogrzebowe

0011232402
POGOTOWIE POGRZEBOWE
KATOWICKIE CMENTARZE KOMUNALNE
ul. Murckowska 9, Katowice
Całodobowo:
32-255 15 51, 607 399 321
www.kck.katowice.pl

AUTOREKLAMA



Wspomnienia. Te najważniejsze...

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na neurologi.net i dziennikzachodni.pl/neurologi

0011431446

Z głębokim żalem i smutkiem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Stanisława Kowarczyka

zasłużonego spółdzielcy, założyciela,
wieloletniego i Honorowego Prezesa
Siemianowickiej Spółdzielni Mieszkaniowej.

W zmarłym tracimy przyjaciela spółdzielców,
mądrygo i życzliwego człowieka.

Pozostanie na zawsze w naszej pamięci.

Wyrazy głębokiego współczucia
Żonie, Synom z rodzinami

składa
*Zarząd, Rada Nadzorcza
Katowickiej Spółdzielni Mieszkaniowej*



Boks nie jest wcale niebezpieczny, a sport to niesamowita droga

Jacek Sroka
j.sroka@dz.com.pl

BOKS. Aneta Rygielska łamie stereotypy i cieszy się, że bywa inspiracją dla dziewcząt, które namawia do sportu.

Aneta Rygielska w weekend wystartuje w Pucharze Świata w Indiach. Wicemistrzyni świata w boksie walczy o wyjazd na swoje drugie z kolei igrzyska olimpijskie.

- Narazie zbieramy punkty do rankingu światowego przed kolejnymi igrzyskami. Jestem druga w klasyfikacji generalnej, a zawody w Delhi kończą tegoroczny cykl PŚ i wystartuje w nich tylko po osiem najlepszych zawodniczek i zawodników w każdej wadze - powiedziała Rygielska.

Przed rokiem w Paryżu głośno było o Julii Szeremecie, która zdobyła pierwszy olimpijski medal w boksie od czasu Wojciecha Bartnika w 1992 roku.

- Po sukcesie Julki więcej się onas mówi, jesteśmy w mediach. Mamy wspaniałą kadrę. Wcześniej też zdobywaliśmy medale różnych imprez, tylko nikt o tym nie mówił. Ja jestem dwukrotną wicemistrzynią Europy i nikt o tym nie słyszał. To bolało. My naprawdę w treningi wkładamy całe serce i życie. Boks jest w tym momencie dla mnie wszystkim. Fajnie, że ktoś to zaczął doceniać - stwierdziła 30-letnia bokserka dodając, że w reprezentacji Polski nie ma rywalizacji między kobietami oraz mężczyznami i wszyscy bardzo się lubią. Choć panowie nie zdobywają ostatnio medali, to panie mocno trzymają za nich kciuki startując razem w tych samych zawodach PŚ.

Rygielska jako dziecko była bardzo aktywna i brała udział we wszystkich zawodach. Zanim trafiła do boks trenowała judo i lekką atletykę, ale odnalazła się dopiero w ringu i dziś chętnie namawia dziewczyny do sportu.



Aneta Rygielska uważa, że sport jest wspaniałą drogą, choć wymaga poświęceń

- Jako kobieta łamię stereotypy, że nie każdy sport jest dla nas. Ja uważam, że wręcz przeciwnie. Sport buduje determinację, a boks uczy pewności siebie pozwalając wyznaczać kolejne cele i marzenia, co się przekłada także na życie osobiste. Sport to niesamowita droga, choć na pewno wymaga poświęceń. Poznaje się mnóstwo ciekawych ludzi i dba o zdrowie, ale przede wszystkim jest to świetna zabawa - powiedziała tegoroczna wicemistrzyni świata w wadze do 60 kg.

Rygielska namawia do uprawiania boks młode dziewczyny.

- Prowadzę program dla dziewcząt „Piękno w ruchu - boks dla każdego” i gdy słyszę, że jestem dla nich inspiracją, to jest to dla mnie bardzo budujące. Boks wcale nie jest niebezpieczny. Staram się pokazać, że jest to sport jak każdy inny. Liczą się zasady fair play, trenujemy pod okiem szkoleniowców, w ringu walczymy pod nadzorem sędziów, korzystamy z ochraniaczy i kasków, mamy bardzo duże rękawice, które nikomu krzywdy nie robią. Trenuję już 15 lat i nie doznałam żadnej poważnej kontuzji - dodała Rygielska, po której nie widać udziału w walkach w ringu. ©©

PIŁKA NOŻNA 66-KROTNY REPREZENTANT POLSKI NA ŁAWCE W TYCHACH

Piszczyk: Trochę Kloppa, trochę Tuchela oraz mój styl

Tomasz Kuczyński
t.kuczynski@dz.com.pl

Rozmowa z Łukaszem Piszczykiem, nowym trenerem pierwszoligowych piłkarzy GKS-u Tychy.

Pierwszy raz podjął się pan pracy trenerskiej na tym poziomie. Jak to uczucie?

Cieszę się bardzo, że tutaj jestem. Cztery lata temu, jak wróciłem do Polski, postanowiłem, że będę chciał zostać trenerem. Przez te cztery lata poczyniłem kroki ku temu, żeby zacząć pracować na poziomie profesjonalnym. Po ostatnim pobycie w Dortmundzie, gdzie byłem asystentem, zobaczyłem, że praca pierwszego trenera, to jest coś więcej dla mnie. Dlatego w ostatnim czasie zdecydowałem się, że w Goczałkowicach będę pracować jako pierwszy trener, przygotowując się do tego, żeby znaleźć się na poziomie profesjonalnym. Cieszę się, że zgłosił się po mnie taki klub jak GKS Tychy, który jest ustabilizowanym klubem, ma bardzo dobrą infrastrukturę i drużynę, która jest młoda i głodna tego, żeby się rozwijać.

Jakie argumenty przekonały pana, aby wejść do GKS-u, który ma serię 10. ligowych meczów bez wygranej i zajmuje spadkowe miejsce w Betcliku 1. Lidze?
Bez wątpienia jesteśmy w trudnej sytuacji, ale ja uważam, że ta drużyna pokazała na początku sezonu, że potrafi nieźle grać w piłkę. Po dwóch treningach, które już miałem okazję odbyć z drużyną, widzę dobrą energię. To jak chcemy bronić i jak chcemy atakować drużyną bardzo szybko sobie przyswaja. Myślę,



Łukasz Piszczyk podpisał kontrakt z GKS-em Tychy do 30 czerwca 2027 roku z opcją przedłużenia o kolejny sezon. Wcześniej był grającym trenerem LKS-u Goczałkowice

że jeśli będziemy dalej tak pracować i koncentrować się na swoich zadaniach, to prędzej czy później z tej trudnej sytuacji wyjdziemy.

Co jest największym problemem tej drużyny?

Na pewno gra w defensywie. Drużyna traciła dużo bramek. To jest pierwsze na czym się koncentrujemy, pierwsze co musimy poprawić. Natomiast to, co jest bardzo dobrego w tej drużynie, że od samego początku jest to drużyna bardzo odważna z piłką. To mnie też przekonało do tego, że jeśli wejdę do niej w tym momencie, to nie dlatego, że do tej pory cały czas przegrywała, ale dlatego, że cały czas grała odważnie w piłkę.

Jest pan na razie trenerską niewiadomą. Jak ma pan ideały, wzorce pod tym względem?

Jako zawodnik pracowałem z trenerami Kloppem, Tuchelem, Nawalką, Favre, Boszem. To są wszystkie osoby, które na pewno miały na mnie wpływ, najpierw jako zawodnika, ale też jak byłem zawodnikiem bardzo często te aspekty taktyczne mnie interesowały i lubiłem rozmawiać z trenerami na ten temat. Dlatego połączenie trenera Kloppa i Tuchela byłoby czymś, na czym by mi zależało, ale chcę też wypracować swój styl. Wiadomo, że piłka zmienia się. Nie można cały czas myśleć, że będziemy grać tak samo. Jedno ustawienie 3-4-3 jest dla mnie istotne, ale też przekazujemy drużynie, że to ustawienie jest bazą wyjściową, a później decyduje sytuacja na boisku.

Co z Jurgena Kloppa, a co z Thomasa Tuchela chce pan wziąć do swojego trenerskiego warsztatu?

Pressing i tak zwany gegen pressing trenera Kloppa, ogólnie gra w defensywie, to jest coś co mi zawsze imponowało u Kloppa, a gra ofensywna trenera Tuchela. Chcę, aby w GKS Tychy to było wypośredkowane.

Jak pan wszedł do tyskiej szatni? Jako ten Łukasz Piszczyk z Borussii Dortmund, legenda reprezentacji Polski czy jako starszy kolega? Chodzi mi o pana styl pracy z piłkarzami.
Przed wszystkim jako trener Łukasz Piszczyk. Myślę, że empatia i to jakim cały czas chcę być człowiekiem jest istotne do tego, żeby zawsze wyczuć moment. Nie można zawsze być tylko grzecznym, czasami trzeba też mocniej uderzyć pięścią w stół. Na tę chwilę jesteśmy skoncentrowani na tym, aby po prostu w drużynie wdrożyć zasady funkcjonowania, których oczekujemy. ©©

Koszykarki dwa razy zagrają w Sosnowcu

Tomasz Kuczyński
t.kuczynski@dz.com.pl

KOSZYKÓWKA. Arena Sosnowiec będzie gościć Biało-Czerwone w sobotę na meczu z Rumunią i we wtorek na spotkaniu z Cyprem.

Od 6 listopada polskie koszykarki w Sosnowcu przygotowywały się do listopadowych meczów kwalifikacji do EuroBasketu 2027. W środę wieczorem zaczęły od wyjazdowego spotkania ze Słowacją w Bratysławie. Polki wygrały 62:55 (18:13, 17:7,

12:11, 15:24). Najwięcej punktów dla Biało-Czerwonych zdobyły Stephanie Mavunga i Liliana Banaszak - po 15. Mavunga zaliczyła double-double, bo miała też 10 zbiórek.

- Trochę uciekł nam wynik w czwartej kwarcie, ale jest to efektem braku wystarczającej koncentracji i nad tym na pewno musimy wspólnie popracować. Graliśmy z drużyną, która była na ostatnich siedmiu z dziewięciu mistrzostw Europy. My w najważniejszym turnieju Starożytności nie graliśmy od 2015 roku - przypomniał tre-



Stephanie Mavunga była liderką Polek w meczu ze Słowacją w Bratysławie

ner reprezentacji Polski Karol Kowalewski. - Słowaczki chciały zrobić wszystko, aby ten mecz wygrać. Oczywiście doceniamy klasę naszych następnych rywali, czyli Rumunii i Cypru, ale nie wyobrażam sobie innego scenariusza niż dwie wygrane.

Kolejne dwa mecze Polek w grupie C pierwszego etapu kwalifikacji do mistrzostw Europy odbędą się w Arenie Sosnowiec ArcelorMittal Parku. W sobotę polska reprezentacja zagra z Rumunią (początek o godz. 18). We wtorek odbędzie się mecz z Cyprem (godz. 20.45). ©©

Wicemistrz pokonał mistrza

Tomasz Kuczyński
t.kuczynski@dz.com.pl

SIATKÓWKA. W meczu awansu z 13. kolejki PlusLigi Aluron CMC Warta Zawiercie wygrał z Bogdanką LUK Lublin 3:2.

W środowy wieczór zegrali wicemistrz i mistrz z poprzedniego sezonu, fundując kibicom pięciosetowe emocje.

- To bardzo ważne zwycięstwo. Cieszymy się. Myślę, że mogliśmy trochę lepiej zagrywać, bo to jest nasza broń, szcze-

gólnie w naszej hali, ale w takim meczu na szczycie czasami styl się nie liczy - ocenił MVP spotkania Bartłomiej Bołdż.

W sobotę „Jurajscy Rycerze” w ramach 6. kolejki zagrają u siebie z JSW Jastrzębskim Węglem (początek o godz. 14.45).

Aluron CMC Warta Zawiercie - Bogdanka LUK Lublin 3:2 (22:25, 25:20, 30:28, 20:25, 15:11)
Aluron Bieniek, Bołdż, Kwolek, Russell, Tavares, Miłosz, Popiwczak (libero) oraz Łaba, Markiewicz.
Bogdanka Grodzanow, Henno, Komenda, Leon, McCarthy, Sasak, Hoss (libero) oraz Gyimah, Malinowski, Prokopczuk, Young. ©©

Polacy chcą sprawić niespodziankę z Oranje

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Reprezentacja Polski zmierzy się w piątek z Holandią w przedostatnim meczu eliminacji MŚ 2026. Bialo-Czerwoni szanse na zajęcie 1. miejsca w grupie mają jedynie iluzoryczne.

Niestety, dla podopiecznych Jana Urbana, w regulaminie eliminacji jest zawarte, że przy identycznej liczbie zdobytych punktów, o kolejności w tabeli decyduje bilans bramkowy, a pod tym względem Holendrzy mają gigantyczną przewagę nad Polakami. Mimo to, w stolicy ekipa prowadzona przez doświadczonego szkoleniowca będzie chciała wywieźć cenne zwycięstwo.

- Wydaje mi się, że ta różnica jest duża jakościowa. Wystarczy sobie zobaczyć gdzie ci zawodnicy grają i tak dalej. Natomiast reprezentacja to zbiór tych najlepszych zawodników reprezentujących dany kraj, to z reguły jest jedno spotkanie na jakiś czas i później rewanżowe z danym przeciwnikiem. Ta atmosfera w reprezentacji, to jak zawodnicy się rozumieją. Jedno spotkanie, to jest możliwe, że tam, możesz sprawić niespodziankę. Patrząc globalnie na reprezentację Holandii i Polski. No nieestety tam jest dosyć duża różnica, ale ten mecz z Holandią pokazuje, że można powalczyć. Natomiast, no sam fakt, gdzie my jesteśmy w rankingu, gdzie oni. No to już podkreśla różnice między naszymi reprezentacjami. Ogólnie piłka nożna jest taką dyscypliną, w której te niespodzianki są możliwe i kibic czy w klubie czy w reprezentacji zawsze wierzy w to, że nawet



Jan Urban powiedział przed piątkowym meczem, że chce zobaczyć drużynę stawiającą kolejny krok

z nie wiadomo jak mocnym przeciwnikiem można go pokonać. Jeśli bym miał powiedzieć, że dzisiaj my już jesteśmy tak silni, tak mocni, że możemy w każdym meczu z Holandią grać jak równy z równym, na dzień dzisiejszy oni mają zdecydowanie większy potencjał, co nie oznacza, że my nie chcemy nawiązać z nimi równorzędnej walki i naszą strategią do meczu, naszym sposobem chcemy jak najbardziej utrudnić życie. Wydaje mi się, że oni są w 100 procentach pewni, że mają awans i jeśli tak myślą i chociaż troszeczkę nas zlekceważą, nawet niechcący, no bo często tak się dzieje, to chciał-

bym, żebyśmy to umieli wykorzystać - powiedział selekcjoner na przedmeczowej konferencji prasowej.

Szkoleniowiec nie chciał ujawnić, kto stanie w bramce reprezentacji Polski pod nieobecność kontuzjowanego Łukasza Skorupskiego. Najprawdopodobniej będzie to Kamil Grabara, który zagrał już raz w drużynie prowadzonej przez Jana Urbana. Ponadto pod znakiem zapytania stoją pozycje środkowego obrońcy oraz pomocnika. W pierwszym przypadku uraz wykluczył z występu Jana Bednarka. Natomiast w drugim, za kartki będzie pauzować Bartosz Slisz.

- Chcemy spróbować czegoś innego. Ta sytuacja poza tym ma miejsce w jednym spotkaniu, bo w kolejnym już będziemy mieli do dyspozycji w tym przypadku Bartka Słisza. Także nie widzę w tym problemu, a jednocześnie, jak już uważamy, to za problem. To ja staram się wykorzystać tę sytuację do czegoś innego - zaznaczył Jan Urban.

Prestżiżowego meczu w stolicy nie może doczekać się Matty Cash, który we wrześniu pięknym golem dał reprezentacji Polski niespodziewany remis w Rotterdamie z Holandią. Teraz piłkarz grający na co dzień w angielskiej Premier League również marzy o wpisaniu się na listę strzelców, po raz pierwszy w Warszawie.

- To jest fantastyczne miejsce, fantastyczna atmosfera. To jest stadion, na którym jeszcze nie strzeliłem. Więc to, co zrobiłem w Chorzowie, będą musiał zrobić też tutaj. Kocham Warszawę, prawdopodobnie to najwspanialszy stadion, na którym grałem - powiedział piłkarz Aston Villi.

Transmisję z meczu Polska - Holandia od godziny 20.45 będzie można obejrzeć za darmo na kanałach TVP 1 oraz TVP Sport. Spotkanie prosto z trybun stadionu PGE Narodowy skomentują znany duet: Mateusz Borek i Grzegorz Mielcarski. Studio przedmeczowe rozpocznie się już o godzinie 18.30. Poprowadzi je Jacek Kurowski, a jego gośćmi będą Tomasz Iwan, Janusz Michallik, Artur Wichniarek, Dariusz Szpakowski oraz Jakub Wawrzyniak.

W internecie mecz eliminacji MŚ 2026 będzie można obejrzeć za darmo na stronie sport.tvp.pl, a także w aplikacji TVP Sport. ©©

Inauguracja Pucharu Świata z oficjalnym debiutem w kadrze Semirunnija

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE. Dzisiaj zainaugurowany zostanie sezon 2025/26 Pucharu Świata w łyżwiarstwie szybkim. Pierwszym z pięciu przystanków cyklu będzie amerykańskie Salt Lake City.

Zawody kontrolne odbyły się na tym samym torze w Salt Lake City, na którym od piątku do niedzieli odbędzie się rywalizacja w Pucharze Świata. Polacy uzyskali dobre wyniki, m.in. Marek Kania wygrał wyścig na 500 m z rekordem Polski - 34,01s, nowy najlepszy wynik w kraju ustanowił także na 3000 m Władimir Semirunnij - 3.38,73, który w USA oficjalnie zadebiutuje w cyklu PŚ w bialo-czerwonych barwach.

Tor w Salt Lake City wyjątkowo pasuje również specjalizującemu się w rywalizacji na 500 metrów Damianowi Żurkowi.

- Lubię startować na szybkich torach. W takich warunkach można pracować stricte nad techniką, nie trzeba się skupiać

na innych aspektach. Fajną rzeczą są też przeciążenia na wirażach - wówczas czuje się różnicę w porównaniu ze startami na wolniejszych torach, gdzie czasem musimy dokładać rytmu. Za każdym razem startuję, żeby zdobywać medale. Ale jeśli nie stanę na podium w PŚ, a będzie kwalifikacja na igrzyska, to biorę to w ciemno - powiedział Żurek na stronie Polskiego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego.

Przygotowania do rozpoczynającego się sezonu nie należały do najłatwiejszych dla jednej z liderki polskiej ekipy, Andżeliki Wójcik, która miała problemy zdrowotne i wciąż nie wróciła do najwyższej formy. - Andżelika jest zawodniczką o dużym talencie, ale borykała się z wieloma problemami zdrowotnymi, kontuzjami i cały czas to trwa, więc jej forma jest małą niewiadomą - przyznał trener polskiej kadry Roland Cieślak.

PŚ w Salt Lake City to początek walki o kwalifikację na igrzyska - zarówno indywidualną, jak i drużynową.

©©



Rosjanin Władimir Semirunnij oficjalnie zadebiutuje w polskich barwach na Pucharze Świata w Salt Lake City

Billie Jean King Cup w Gorzowie Wlkp.: Świętek wraca na polski kort

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

TENIS. Z Igą Świętek na czele reprezentacji Polski od piątku do niedzieli zagra w Gorzowie Wielkopolskim o awans do przyszłorocznych kwalifikacji Billie Jean King Cup.

Wiceliderka światowego rankingu tenisistek wystąpi w Polsce po dwóch latach przerwy.

Iga Świętek zdecydowała się na grę w barwach reprezentacji, mimo że ma za sobą bardzo in-

tensywny sezon w cyklu WTA. 24-letnia tenisistka z Raszyna wystartowała w tym roku w 19 turniejach i rozegrała 80 spotkań - najwięcej ze wszystkich tenisistek. Wygrała trzy turnieje, w tym odniosła historyczny triumf w wielkoszlemowym Wimbledonie. Najlepsza była również w Cincinnati (WTA 1000) i Seulu (WTA 500).

- To był bardzo intensywny sezon, ale cieszę się, że ostatnie mecze rozegram w rodzinnym kraju. Atmosfera na pewno będzie świetna, a wsparcie ogromne. Jestem za nie bardzo

wdzięczna, i myślę tu o całym sezonie, bo jeżdżąc po świecie, zawsze widzę bialo-czerwone flagi na trybunach. Kibice nie zawiodą. Nie mogę się też doczekać spotkania z ekipą. Na pewno damy z siebie wszystko - zapewniła Świętek.

Raszynianka wystąpi przed polską publicznością po raz pierwszy od... lipca 2023 roku, gdy wygrała turniej WTA 250 w Warszawie. Była nieobecna podczas turnieju kwalifikacyjnego Billie Jean King Cup w Radomiu w kwietniu tego roku, gdy Bialo-Czerwone nie wywal-

czyły awansu do tegorocznych finałów, które po raz pierwszy odbędą się w Chinach.

Polki, których skład uzupełniają Katarzyna Kawa, Linda Klimovicova i Martyna Kubka, rozpoczną rywalizację w piątek meczem z Nową Zelandią o godz. 15. W niedzielę zmierzą się z Rumunkami, też o 15. W sobotę mają dzień wolny, ale o godz. 14.30, tuż przed meczem Nowej Zelandii z Rumunią, spotkają się z kibicami na sesji autografowej.

W związku z reformą rozgrywek, polegającą na zmniejszeniu uczestników decydującego tur-

nieru z 12 do ośmiu ekip, drużyna prowadzona przez Dawida Celta musi przejść dwa etapy kwalifikacji. Pierwszym będzie właśnie turniej w Arenie Gorzów - nowoczesnej hali widowiskowo-sportowej otwartej w grudniu 2023 roku, która posiada trybuny na około pięć tysięcy miejsc. Bilety na mecze reprezentacji Polski zostały wyprzedane.

W tym samym terminie odbędą się w sumie siedem turniejów, których triumfatorce awansują do decydującej fazy eliminacji zaplanowanej na kwiecień 2026 roku. Pozostałe

14 zespołów z miejsc drugich i trzecich w tabelach zagra na wiosnę w Grupie I BJKC.

Polki zajmują 9. miejsce w rankingu Międzynarodowej Federacji Tenisa (ITF). Rumunki plasują się na 15. miejscu, a Nowozelandki są 31. W kadrze Rumunii znalazły się: Elena-Gabriela Ruse, Gabriela Lee, Elena Ruxandra Berteau, Maria Gae i Monica Niculescu. Nową Zelandię reprezentować będą trzecia w światowym rankingu deblistki Erin Routliffe, a także Vivian Yang, Jade Otway oraz Elyse Tse. ©©

ZTEKI GWIDONA MIKLASZEWSKIEGO NA DOBRY HUMOR



GWIDON MIKLASZEWSKI 75



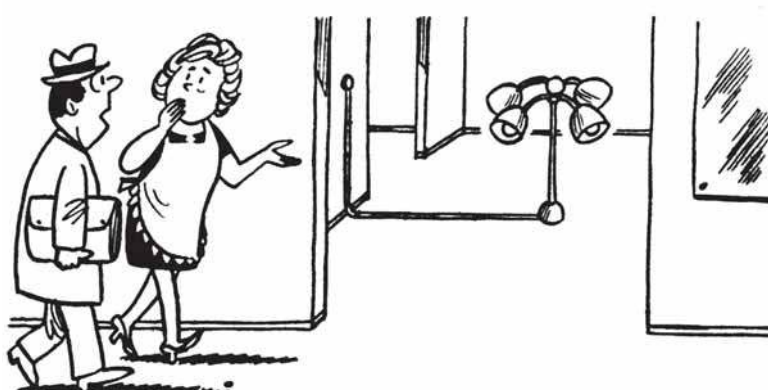
No, kraj już naprawiony! Płaci pani stówkę!



Gdzie tu jest ten kontakt elektryczny do naprawienia?



Wie pan co? Najlepiej niech pan przyniesie tę całą umywalnię do mojego warsztatu i wtedy zobaczę, co się da zrobić!



Dlaczego sądzisz kochanie, że ten elektryk był pod gazem?



Pan chyba nie jest dobrym fachowcem! Wczoraj telefonowałam w sprawie naprawy - i już dziś pan przyszedł...



Nie, jeszcze nie zacząłem naklejać tapet - na razie wypisuję dla pani rachunki!



To jest rachunek za naprawę drzwi!

HOROSKOP

**Wodnik (20.01 - 18.02)**

Odwaga będzie Twoją mocną stroną. Horoskop dzienny radzi podjąć decyzję, której unikasz od dłuższego czasu.

**Ryby (19.02 - 20.03)**

Uporządkuj sprawy finansowe. Horoskop na dziś wróży, że spokój umysłu da Ci więcej niż szybki zysk lub ryzyko.

**Baran (21.03 - 19.04)**

Zaufaj intuicji. Ktoś z przeszłości może się odezwać. Horoskop dzienny na piątek mówi, że to dobry moment, by wyjaśnić stare sprawy.

**Byk (20.04 - 20.05)**

Daj sobie odrobinę luzu. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by nie przejmować się drobiazgami.

**Bliźnięta (21.05 - 21.06)**

Uważaj, by nie zdominować rozmów z innymi osobami. Horoskop dzienny na piątek to wskazówka, by słuchać uważnie innych ludzi.

**Rak (22.06 - 22.07)**

Nie przesadzaj z kontrolą innych ludzi. Horoskop dzienny na piątek przypomina, że czasem improvisacja daje lepszy efekt niż plan.

**Lew (23.07 - 22.08)**

Znajdź równowagę między sercem a rozumem. Horoskop dzienny zapowiada, że drobny gest może odmienić na długo czyjs nastrój.

**Panna (23.08 - 22.09)**

Sekret może wyjść na jaw. Zachowaj zimną krew. Horoskop na dziś zapowiada, że prawda okaże się Twoim sprzymierzeńcem.

**Waga (23.09 - 22.10)**

Przygoda kusi, ale zastanów się dwa razy. Horoskop dzienny na piątek mówi, że nie wszystko, co błyszczące, jest warte Twojej uwagi.

**Skorpion (23.10 - 21.11)**

Dziś liczy się cierpliwość. Nie przyspieszaj wydarzeń. Horoskop dzienny mówi, że efekty przyjdą wkrótce same.

**Strzelec (22.11 - 21.12)**

Inspiracja pojawi się z zaskoczenia. Nie odrzucaj szalonych pomysłów. Horoskop na dziś mówi, że jeden z nich ma bardzo duży potencjał.

**Koziorożec (22.12 - 19.01)**

Emocje będą intensywne. Nie bój się marzyć, ale trzymaj nogi na ziemi. Horoskop dzienny na piątek zapowiada, że realizm Ci pomoże.