



DZIŚ STRONA ZDROWIA

GRZYBOBRANIE NIE DLA KAŻDEGO

KTO POWINIEN UNIKAĆ GRZYBÓW, A KTO UWAŻAĆ?

Nr ISSN 0137-9526

Nr indeksu 348-570



www.gp24.pl

Nr 197 (5955) | Nakład: 4.168 | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

74
lata

Środa, 26.08.2026

Relaks

Krzyżówki,
prognoza pogody
i co warto
obejrzyć w TV



Region

Słupsk

Wyznaczono datę procesu oskarżonych o zabójstwo 3-latki

Sąd Okręgowy w Słupsku wyznaczył na 23 października termin rozpoczęcia procesu Karoliny i Arkadiusza G.

– Str. 3

Region

Kobylnica ma swój pierwszy publiczny żłobek

Żłobek „Koziołek Matołek” zapewni opiekę 32 dzieciom do trzeciego roku życia. Placówka powstała ze środków z KPO.

– Str. 4

„Złota rączka” dla seniorów ze Słupska. Fachmani mają pełne ręce roboty

– Str. 4

Budownictwo notuje obecnie najwyższy popyt na pracowników spośród wszystkich segmentów przemysłu

– Str. 5



FOT. 123RF

Wniosek o referendum ws. odwołania burmistrza Miastka potwierdzony

Wojciech Frelichowski

Komisarz wyborczy w Słupsku przyjął wniosek od grupy inicjatywnej, która zamierza przeprowadzić referendum w sprawie odwołania burmistrza Miastka oraz Rady Miejskiej w Miastku. Teraz inicjatorzy referendum muszą zebrać odpowiednią liczbę podpisów mieszkańców, którzy popierają ten pomysł.

Idea referendum w sprawie odwołania burmistrza Miastka Jerzego Wójtowicza pojawiła się kilka tygodni temu. Jak informuje grupa inicjatywna, powodem jest sytuacja Szpitala Miejskiego w Miastku. Przypomnijmy – placówka jest zadłużona na ponad 50 mln zł, na początku sierpnia straciła kontrakty z Narodowym Funduszem Zdrowia na świadczenie usług medycznych i szpital w zasadzie przestał działać. Duża część personelu od trzech miesięcy nie otrzymuje wynagrodzeń. W ubiegłym tygodniu złożony został wniosek o upadłość szpitala, zaś Powiatowy Urząd Pracy w Bytowie został poinformowany przez szpital o zamiarze zwolnień grupowych – miałyby objąć 181 osób.

O katastrofalną sytuację szpitala w Miastku grupa inicjatywna obwinia burmistrza, ale także radnych. Ich zdaniem samorząd nie spełnia właściwego nadzoru nad szpitalem, który jest spółką gminną.

„Referendum nie jest kalkulacją polityczną ani pytaniem o to, »co to da«. To jest nasz, mieszkańców, głos. Głos ludzi, którzy mają prawo powiedzieć: DOŚĆ. Mamy prawo nie zgadzać się na sposób, w jaki jesteśmy traktowani. Mamy prawo sprzeciwić się decyzjom i działaniom władz, z którymi się nie zga-



Urząd Miejski w Miastku

dzamy. Mamy prawo oczekiwać transparentności, szacunku, dialogu i odpowiedzialności za podejmowane decyzje. Nie chcemy władzy, która uważa, że mieszkańcy mają tylko przyjąć wszystko do wiadomości i milczeć” – informują organizatorzy referendum.

Wniosek o przeprowadzenie referendum złożyli w Biurze Komisarza Wyborczego w Słupsku. Właśnie otrzymali potwierdzenie złożenia powiadomienia.

„W wyniku przeprowadzonych czynności weryfikacyjnych ustalono, iż powiadomienie spełnia przesłanki określone w ustawie. W szczególności został zrealizowany wymóg zainicjowania procedury referendalnej przez co najmniej pięciu obywateli posiadających czynne prawo wyborcze do rady gminy (...).

Wobec powyższego nie stwierdzono przeszkód prawnych do uznania powiadomienia za spełniające wymogi ustawowe” – pisze w odpowiedzi Andrzej Michałowicz, komisarz wyborczy w Słupsku.

ROZMOWA „GŁOSU”

Ks. Grzegorz Strzelczyk, doktor teologii dogmatycznej: Ludzi do konfesjonatów przychodzi mniej, ale spowiedzi są bardziej pogłębione

KRAJ

Minister sprawiedliwości Waldemar Żurek

informuje o przełomie w śledztwie dotyczącym Zondacrypto

Teraz, zgodnie z przepisami, wniosek mieszkańców o przeprowadzenie referendum składa się w terminie 60 dni od dnia powiadomienia burmistrza Miastka o zamiarze wystąpienia z inicjatywą przeprowadzenia referendum. Wniosek musi być poparty przez co najmniej 10% uprawnionych do głosowania mieszkańców gminy Miastko. Liczbę osób uprawnionych do głosowania podaje burmistrz Miastka na podstawie danych ujętych w Centralnym Rejeście Wyborców według stanu na dzień 30 czerwca 2026 roku.

Jak informują organizatorzy referendum, na najbliższej sesji Rady Miasta w Miastku, która odbędzie się 28 sierpnia, zostanie złożony wniosek o referendum.

Nie będzie to pierwsze referendum w Miastku o odwołanie burmistrza, oczywiście jeśli organizatorom uda się zebrać wymaganą liczbę podpisów. Wiosną 2022 roku odbyło się udane referendum w sprawie odwołania ówczesnej burmistrz Miastka Danuty Karaśkiewicz. Wówczas inicjatywa referendalna radnych powstała po od-

wołaniu Renaty Kiempy ze stanowiska prezesa Szpitala Miejskiego w Miastku. Później ze swoim komitetem dołączyli mieszkańcy. Danucie Karaśkiewicz, poza wieloma różnymi sprawami, również zarzucano zaniżanie kosztów szpitala. Wytykano lekceważenie konfliktu między zarządem szpitala a radą nadzorczą, brak współpracy i szkalowanie zarządu szpitala i jego pracowników, manipulowanie danymi o sytuacji szpitala, podsycanie emocji i skłócanie pracowników szpitala, odwołanie prezesa szpitala w trybie urągającym ludzkiej godności, brak konsultacji z radą miejską w sprawie odwołania prezesa zarządu szpitala, lekceważenie głosów pracowników szpitala i mieszkańców w sprawie rozwoju spółki.

W referendum o odwołanie Danuty Karaśkiewicz z funkcji burmistrza Miastka głosowało 4878 osób. Głosów ważnych oddano 4829. Za odwołaniem burmistrza opowiedziały się 4654 osoby, przeciw było 175 osób. Głosów nieważnych oddano 49. Frekwencja wyniosła 33,19 procent. ©©

POLECAMY

JUTRO: Co umieścić w „kopercie bezpieczeństwa” PIĄTEK: Szkoła bez komórek

26.08.2026

Środa

Dziś imieniny: Marii, Aleksandra, Joanny
Telefon alarmowy: 112

Komentarz dnia



Jakub Guder: Afera pośladowcza. Z tej drogi nie ma już odwrotu

publicysta

Afera pośladowcza z udziałem Anastazji Kuś nabrała rozpędu. Sama młoda lekkoatletka wybrała kurs kolizyjny, z którego nie ma już odwrotu. Nie oszukujmy się: nie będzie lubiana w środowisku. Już dziś trzyma się na uboczu kadry, spędzając najczęściej czas ze swoją największą fanką i trenerką zarazem, czyli mamą Alicją.

Kuś podgrzała jeszcze atmosferę skarżąc się, że nie została zaproszona na Memoriał Kamili Skolimowskiej. - Mam wrażenie, że w lekkiej atletyce, jeśli chodzi o mityngi i Diamentową Ligę, w dużej mierze decydują znajomości. Nie zawsze biegają najlepsi. Wszystko zależy od tego, jakiego ma się menedżera. (...) Najbardziej (wkurzają mnie) układy i to, że nie zawsze są dawane szanse młodym, bo uważam, że to jest bardzo potrzebne, na przykład w sztafetach, żeby młodzi zawodnicy mieli szanse obiegać się na wielkich imprezach - powiedziała na ognisku u Krzysztofa Stanowskiego.

Jak widać - strzela gdzie popadnie. Podczas niedzielного mitingu Diamentowej Ligi w Chorzowie, ostatnia zawodniczka w biegu na 400 metrów uzyskała czas 50.88. Życiówka Kuś to 51.06. Niechybnie byłaby więc ostatnia. Szansę w sztafecie też już dostała - jako 17-latką na igrzyskach w Paryżu. Nie był to wybitny występ.

Lecz co by nie mówić - nastolatkę bronią wyniki. Nie jest zupą pomidorową, by wszyscy ją lubili. Ma wygrywać na bieżni i to robi. Na swoich zasadach, na przekór wszystkim. Popatrzenie na Anitę Włodarczyk. Też jest indywidualistką, trenuje sama, nikogo do siebie nie dopuszcza. Efekt: trzy złote medale olimpijskie. Bo żeby być mistrzem, trzeba być nieco egoistą. Innej drogi nie ma. Lecz dla Anastazji mam jedną radę - by nosiła w torebce Snickersa. Na wszelki wypadek, gdyby z czasem zaczęła gwiazdorzyć.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
 „Głos Pomorza”
 „Głos Koszaliński”
 „Głos Szczeciński”

tel. 94 340 11 14
 bok.prenumerata@polskapress.pl
 prenumerata.gp24.pl

POGODA



dziś
24°C/12°C



jutro
22°C/11°C



Redaktor naczelny
 Jarosław Jaz
Z-cy redaktora naczelnego
 Marcin Stefanowski, Wojciech
 Frelichowski, Ynona Husaim-Sobecka
Wydawca
 Ynona Husaim-Sobecka, Jarosław
 Jaz, Wojciech Frelichowski, Marcin
 Stefanowski, Piotr Polechoński
 www.gp24.pl
 www.gk24.pl
 www.gs24.pl

Polska Press Makroregion Pomorze
 Redakcja Słupsk, ul. Henryka Pobożnego
 19, tel. 59 848 81 00, redakcja.gp24@
 polskapress.pl; Koszalin, ul. Partyzantów 17,
 tel. 94 347 35 52, redakcja.gk24@polska-
 press.pl; Szczecin, Al. Niepodległości
 26/U1, tel. 91 481 33 00, redakcja.gs24@
 polskapress.pl,
Prezes Makroregionu Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy Ewa Żelazko
Druk Polska Press Oddział Poligrafia,
 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

**POLSKA
 PRESS
 GRUPA**

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
 ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
 tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy
 Elżbieta Zuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
 Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
 Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biurowa Konsumenta PPG
 biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10



© - umieszczenie takich dwóch
 znaków przy Artykule,
 w szczególności przy
 Aktualnym Artykule, oznacza
 możliwość jego dalszego
 rozpowszechniania tylko
 i wyłącznie po uiszczeniu opłaty
 zgodnie z cennikiem
 zamieszczonym na stronie
 www.gp24.pl/tresci
 i w zgodzie z postanowieniami
 niniejszego regulaminu.

ROZMOWA

Ludzi do konfesjonałów przychodzi mniej, ale spowiedzi są bardziej pogłębione

Martyna Jurkowska (PAP)

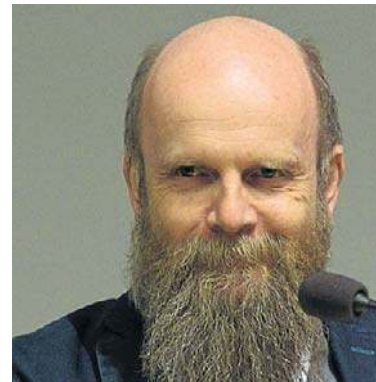
**Rozmowa z ks. Grzegorzem
 Strzelczykiem, doktorem teo-
 logii dogmatycznej**

**Czy ludzie dziś wciąż tak
 samo potrzebują spowie-
 dzi? Czy przychodzi ich
 do konfesjonału wciąż tylu,
 ilu przychodziło trzydzieści
 lat temu?**

Pewnie można tu sięgnąć do badań socjologicznych i precyzyjnie to określić. Ja jako spowiednik mogę jedynie powiedzieć, jak to wygląda w mojej diecezji i moim doświadczeniu. I tu faktycznie widzę - i inni księża też to potwierdzają, że ludzi do spowiedzi przychodzi mniej. Jest ich też po prostu mniej w kościołach. Wyraźne tąpnięcie można było zauważyć w okresie pandemii, po której zakończeniu część wiernych do kościołów nie wróciła. Jest to też wynik procesów sekularyzacyjnych: jest coraz mniej ludzi, którzy mają zaufanie do Kościoła jako instytucji - i to się przekłada bezpośrednio również na sakrament pokuty.

Jest także inna zmiana. Jeszcze kilkanaście lat temu znacznie więcej było ludzi, dla których spowiedź była wyuczonym rytuałem. To osoby, które przychodzą do spowiedzi raczej dla zaspokojenia potrzeby religijnej niż z powodu głębszego przeżycia winy i grzechu i z potrzeby doświadczenia przebaczenia w związku z tym. Kiedyś takich mechanicznych spowiedzi było znacznie więcej, zwłaszcza przed świętami. Jest to moim zdaniem bardzo pozytywny proces.

Coraz częściej spotykam też w konfesjonałach osoby, które są do spowiedzi dobrze przygotowane. Te osoby idą nie tyle w stronę zewnętrznego wylizania grzechów, które popełnili, ale w stronę głębszej refleksji, za co jestem rzeczywiście odpowie-



FOT. WIKIPEDIA / ADRIAN TYMC

Ks. Grzegorz Strzelczyk: - 30 lat temu nikt się nie spowiadał z nadużywania mediów społecznościowych

dzialny i z czego powinienem się nawrócić. Te pogłębione spowiedzi bardzo cieszą, choć jednocześnie są pewnym wyzwaniem dla spowiednika. Bo taki penitent nie oczekuje jedynie pojednania sakramentalnego, ale często chce także, aby spowiednik towarzyszył mu w procesie nawrócenia.

Czy w związku z tym ludzie częściej dzisiaj proszą księży o stałe spowiednictwo? Czy szukają osoby, która poprowadzi je dalej i głębiej?

Zdecydowanie tak. Ja w tej chwili towarzyszę dwudziestu czterem osobom, które spowiadają się u mnie regularnie, mniej więcej co cztery tygodnie. I ciągle zgłaszają się kolejne. To jest wymagające dla księży, ale z drugiej strony niesamowicie rozwijające, uczy uważności. To naprawdę piękne być świadkiem tego, jak doświadczenie bliskości Boga przemienia kogoś od środka.

Czy zdaniem księdza ludzie wciąż spowiadają się z tych samych grzechów?

Mamy bardzo wyraźną kategorię nowych grzechów związanych z internetem i rozwojem nowych technologii. 30 lat temu nikt się nie spowiadał z nadużywania mediów

społecznościowych czy tracenia czasu na TikToku. Dziś penitenci mówią o tym bardzo często. Niestety nowe technologie stwarzają nowe możliwości grzeszenia. Wzrosła również świadomość odpowiedzialności za dobro wspólne. Dawniej niewiele osób uważało, że grzechem jest wynoszenie czegoś z zakładu pracy. Dziś ludzie się z takich praktyk spowiadają.

A czy są jakieś grzechy, które dawniej słyszał ksiądz często, a obecnie niemal zniknęły?

Dawniej ludzie traktowali dekalog bardziej zero-jedynkowo. Uważali na przykład, że grzechem jest, jeśli z powodu choroby nie poszli w niedzielę na mszę św. Dziś raczej nikt się z tego nie spowiada. Znacznie rzadziej słyszę też na spowiedzi, że ktoś dał łapówkę. Przypuszczam, że dzieje się tak nie dlatego, że ludzie przestali uważać dawanie łapówek za grzech, tylko faktycznie mniej jest korupcji w społeczeństwie.

Psychologia jest dziś tematem bardzo popularnym. W mediach społecznościowych jest mnóstwo tego typu treści. Czy ludziom czasem spowiedź nie myli się z psychoterapią?

To się rzeczywiście dość często zdarza. Penitenci mają czasem trudność, by odróżnić pracę nad pogłębieniem modlitwy i relacji z Bogiem od pracy nad, na przykład, stabilnością emocjonalną. Tam jest oczywiście szara strefa, w której te dwie sfery życia się przenikają. Bo kiedy się człowiek nawraca i chce na przykład rzadziej klócić się z żoną, to powinien popracować nad emocjami. A nad tym nie pracuje się z księdzem, tylko z terapeutą. Ale motywacja duchowa mu może bardzo pomóc w terapii.

©

Miasto/Region

• **Dyżur reportera**

Wojciech Lesner, tel. 510 026 924 (w godz. 10-14)

SŁUPSK

W październiku ruszy proces rodziców zastępczych oskarżonych m.in. o zabójstwo trzylatki

oprac. Wojciech Lesner

Sąd Okręgowy w Słupsku wyznaczył na 23 października termin rozpoczęcia procesu Karoliny i Arkadiusza G. Są oskarżeni o znęcanie się nad niespełna 3-letnią Różą i jej zabójstwo ze szczególnym okrucieństwem oraz o znęcanie się nad 8-letnim chłopcem, dla których byli rodzicami zastępczymi.

Pierwszy termin rozprawy w procesie 26-letniej Karoliny G. i jej 27-letniego męża Arkadiusza G. sąd wyznaczył na posiedzeniu wstępnym przy udziale stron postępowania. Sprawę rozpoznawać będzie pięcioosobowy skład orzekający pod przewodnictwem sędzi Aldony Chrusciel-Struskiej.

Akt oskarżenia przeciwko Karolinie i Arkadiuszowi G., rodzicom zastępczym z Wrzącej w powiecie słupskim, zo-



FOT. LUKASZ CAPAR

Wyprowadzenie oskarżonej z Sądu Rejonowego w Słupsku w maju 2025 r. po posiedzeniu aresztowym

stał skierowany do sądu przez Prokuraturę Rejonową w Słupsku 20 kwietnia br.

Oboje zostali oskarżeni o znęcanie się fizyczne i psychiczne nad powierzoną im w pieczę zastępczą niespełna 3-letnią Różą oraz dokonanie, wspólnie i w porozumieniu, jej zabójstwa ze szczególnym okrucieństwem. Zabójstwo było konsekwencją znęcania

się nad dzieckiem, spowodowania u dziewczynki ciężkiego uszczerbku na zdrowiu i nieudzielenia jej pomocy we właściwym czasie.

Trzylatka zmarła w słupskim szpitalu 9 maja 2025 r. Lekarze stwierdzili zgon dziecka krótko po przywiezieniu go do placówki przez zespół pogotowia, który już w miejscu akcji ratunkowej

stwierdził wczesne cechy śmierci dziewczynki. Mimo to ratownicy medyczni podjęli działania resuscytacyjne.

Dziewczynka miała rozległe, głębokie poparzenia niemal całego ciała. Sekcja zwłok potwierdziła, że przyczyną śmierci dziecka była choroba poparzeniowa, tzw. wstrząs oparzeniowy.

W ocenie biegłego, lokalizacja oparzeń na ciele dziecka wskazywała, że do ich powstania doszło wskutek zadziaania co najmniej kilku litrów gorącej cieczy na ciało dziecka. Dziewczynkę musiały trzymać dwie osoby – jedna za ręce, jednocześnie podtrzymując głowę, a druga za stopy, by doszło do stwierdzonych oparzeń oszczędzających część głowy, ręce i stopy. Wykluczono możliwość oblania dziecka w pozycji stojącej, siedzącej lub leżącej gorącą wodą, a także to, że „oparzenia powstały w wyniku polewania czy chlapania dziecka gorącym strumie-

niem wody z kranu lub podczas kąpienia dziecka w wannie w sposób typowy”. W toku śledztwa ustalono, że do poparzenia Róży doszło kilka dni przed jej śmiercią.

Oskarżeni staną przed sądem również za znęcanie się nad nieporadnym ze względu na wiek 8-letnim Lucasem, dla którego byli rodziną zastępczą. Mieli go bić i kopać po całym ciele, szarpać, wyzywać, przygniatać i dusić od lutego do maja 2025 r.

Karolina i Arkadiusz G. w śledztwie przyznali się jedynie do zaniechania udzielenia natychmiastowej pomocy Róży. Złożyli wyjaśnienia i wzięli udział w konfrontacji. Przedstawiane przez nich wersje zdarzeń są rozbieżne.

Karolina i Arkadiusz G. pozostają w areszcie. Grozi im dożywocie.

Rodzice zastępczy zostali zatrzymani 9 maja 2025 r. Służby zaalarmowali lekarze. Dzień później Karolina i Arkadiusz G. usłyszeli zarzuty spo-

wodowania u Róży ciężkiego uszkodzenia ciała ze skutkiem śmiertelnym. 13 lutego br. te zarzuty zostały im zmienione, na zabójstwo ze szczególnym okrucieństwem. Jak informowała wówczas PAP prokurator Natalia Gawrych, pozwoliła na to „prowadzone drobniawo i bardzo szczegółowo postępowanie, uzyskane w jego toku opinie biegłych, w tym z zakresu medycyny sądowej, jak również z zakresu oparzeń”.

Ponadto w toku śledztwa prokuratura ustaliła, że małżeństwo, które wychowywało dwoje własnych dzieci, znęcało się nad jeszcze jednym dzieckiem z sześciorga przekazanych im w pieczę zastępczą, nad 8-letnim chłopcem.

W odrębnym postępowaniu Prokuratura Rejonowa w Miastku bada wątek dotyczący niedopełnienia obowiązków przez pracowników Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR) w Słupsku. Śledztwo trwa. (PAP)

SŁUPSK

Ulica Gdyńska w Słupsku przechodzi wielką przemianę

Wojciech Lesner

Ulica Gdyńska w Słupsku przechodzi gruntowną przebudowę. Kierowcy muszą liczyć się z objazdami, na placu budowy trwają już prace ziemne i brukarskie. Remont realizowany jest etapami i obejmie całą długość ulicy.

Przebudowa Gdyńskiej jest częścią większej miejskiej inwestycji, której wartość sięga blisko 61 milionów złotych. Projekt obejmuje również uzbrojenie strefy przemysłowej po wschodniej stronie miasta, rozbudowę ul. Europejskiej do ul. Gdańskiej oraz



FOT. LUKASZ CAPAR

Roboty na ulicy Gdyńskiej

przedłużenie ul. Inwestycyjnej.

Sama ulica Gdyńska będzie modernizowana etapami

na całej długości. Od końca czerwca wykonawca prowadzi prace na odcinku od strony ul. Bohaterów Westerplatte.

Obecnie prowadzone są tam roboty ziemne i brukarskie. Po zakończeniu prac na tym fragmencie remont obejmie kolejny odcinek ulic.

W ramach inwestycji zaplanowano m.in. budowę nowej nawierzchni jezdni, chodnika oraz ciągu pieszo-rowerowego. Przebudowa ma również poprawić układ komunikacyjny w tej części miasta – ulica Gdyńska zostanie połączona z istniejącą ul. Inwestycyjną.

Zanim ulica zyska nową nawierzchnię i infrastrukturę dla pieszych oraz rowerzystów, mieszkańców czekają kolejne etapy prac i związane z nimi utrudnienia, szczególnie że rozpoczyna się także remont sąsiedniej ul. Sułkowskiego. ©

REGION

Plantacja konopi w lesie. Dwóch zatrzymanych

oprac. Wojciech Lesner

Policjanci ze Słupska i funkcjonariusze Straży Granicznej w Ustce zlikwidowali leśną plantację konopi. Zabezpieczono 17 krzewów. Dwaj 28-letni mężczyźni, którzy pojawili się na plantacji, zostali zatrzymani i usłyszeli zarzuty.

Policjanci ustalili, że na terenie leśnym w gminie Ustka dwaj mężczyźni mogą zajmować się hodowlą konopi innych, z których następnie mogą pozyskać znaczne ilości narkotyków.

- Słupscy mundurowi przy wsparciu funkcjonariuszy

Placówki Straży Granicznej w Ustce zatrzymali dwóch mężczyzn, którzy przyszlizli w miejsce swojej hodowli. Obaj 28-latkowie byli zaskoczeni. Funkcjonariusze zabezpieczyli 17 krzewów, z których zatrzymani mężczyźni mogliby pozyskać znaczne ilości środków odurzających - informuje mł. asp. Amadeusz Galus, oficer prasowy Komendy Miejskiej Policji w Słupsku.

Słupszczanin i mieszkaniec powiatu słupskiego usłyszeli zarzuty nielegalnej uprawy konopi, za którą grozi do 8 lat pozbawienia wolności, a prokurator zastosował wobec nich środki zapobiegawcze w postaci dozoru policji oraz zakazu opuszczania kraju. ©

REGION

Kobylnica ma swój pierwszy publiczny żłobek. „Koziołek Matołek” oficjalnie otwarty

Wojciech Lesner

To ważny dzień dla młodych rodzin z gminy Kobylnica. Przy ul. Młyńskiej 21A oficjalnie otwarto pierwszy publiczny żłobek w gminie. Placówka „Koziołek Matołek” zapewni opiekę 32 dzieciom do trzeciego roku życia.

Nowy żłobek, według zapewnień samorządu, ma być miejscem bezpiecznym, przyjaznym i dostosowanym do potrzeb najmłodszych.

- To chwila przełomowa dla naszej lokalnej społeczności. Tworzymy nowe, bezpieczne i pełne ciepła miejsce dla najmłodszych mieszkańców naszej gminy. Jako dyrektor tej placówki chcę zapewnić wszystkich rodziców - powierzacie pań-

stwo swoje skarby w ręce wykwalifikowanej, pełnej empatii i pasji kadry. Naszym celem jest stworzenie atmosfery drugiego domu, pełnego ciepła, uśmiechu, cierpliwości i wzajemnego szacunku - mówiła Andżelika Jończyk, dyrektorka żłobka.

Otwarcie placówki to przede wszystkim odpowiedź na potrzeby rodzin, które chcą łączyć życie rodzinne z aktywnością zawodową.

- To jest dla nas wyjątkowy dzień, ponieważ jest to pierwsza placówka gminna żłobkowa na terenie gminy Kobylnica. Ta placówka zapewni opiekę nad dziećmi do lat trzech. Także mamy będą mogły wrócić do pracy i realizować swoje życie zawodowe, a my tutaj postaramy się ze swojej strony zaopiekować tymi



Oficjalne otwarcie żłobka gminnego w Kobylnicy. Placówka już rozpoczyna działalność

maluszkami jak najlepiej - podkreślała Anna Gliniecka-Woś, burmistrz Kobylnicy.

Inwestycja nie byłaby możliwa bez zewnętrznego

wsparcia. Gmina otrzymała z programu Aktywny Maluch ze środków KPO blisko 2 mln złotych.

- Środki zostały przeznaczone na zakup nieruchomości,

dostosowanie budynku do obowiązujących przepisów i standardów. Otrzymaliśmy również środki na funkcjonowanie żłobka - wymienia burmistrz.

Znaczenie publicznego żłobka podkreślał również wicewojewoda pomorski Emil Rojek. Jak zaznaczył, dostęp do opieki nad najmłodszymi jest jednym z czynników wpływających na decyzje rodzin dotyczące posiadania dzieci.

- Jesteśmy w czasach, w których decyzja o tym, żeby mieć dzieci jest konfrontowana z kwestiami komfortu życia, jakości tego życia, trudności związanych też po pierwsze z opieką nad tym dzieckiem, a po drugie z wyłączeniem na jakiś czas życia zawodowego. I takie miejsca jak „Koziołek Matołek”, ale także inne żłobki, które dzięki programowi Aktywny Maluch powstają, są szansą dla rodzin, dla kobiet w tych rodzinach, żeby mogły łączyć życie zawodowe z rozwojem rodzinnym - podkreślał wicewojewoda. ©©

ŚLUPSK

„Złota rączka” dla seniorów ze Słupska. Fachmani mają pełne ręce roboty

Wojciech Lesner

Bezpłatne drobne naprawy w domach słupskich seniorów cieszą się ogromnym zainteresowaniem. W ramach programu „Fachman dla seniora” wykonano już kilkadziesiąt zleceń, a kolejnych wciąż przybywa. Na pomoc trzeba jednak czasem poczekać nawet dwa tygodnie.

Wymiana baterii, udrożnienie odpływu, skrócenie szafki, wymiana uszczelki w oknie czy regulacja klamki i zawiasów - z takimi zadaniami seniorzy ze Słupska mogą zwrócić się do fachmanów działających w ramach programu „Fachman dla seniora”.

- Pan Jakub, Pan Marek i Pan Sławek są to fachmani, którzy na co dzień wspierają seniorów z naszego miasta. Usługa cieszy się ogromną popularnością. Mam nadzieję, że w kolejnych latach będzie



Ulotka promująca „Fachmana dla seniora”

ona kontynuowana, bo rzeczywiście jest ona bardzo potrzebna - podkreśla Monika Zenik-Krupień ze Stowarzyszenia Horyzont.

Zainteresowanie pomocą jest tak duże, że seniorzy muszą czasem liczyć się z dłuższym oczekiwaniem na przybycie „złotej rączki”

- Na tą chwilę zleceń wykonał już bardzo dużo - kilkadziesiąt - a przed nami jesz-

cze do końca roku z pewnością wiele zleceń do wykonania. Chciałabym poprosić o cierpliwość seniorów, dlatego że usługi staramy się realizować według kolejności, według potrzeb, ale mamy ich bardzo dużo, dlatego że one dla seniorów są nieodpłatne - mówi Monika Zenik-Krupień. - Zaznaczam, że nie jesteśmy pogotowiem i nie przyjedziemy w ciągu kilku-

nastu minut, raczej jest to kilka dni, czasami może to być tydzień czy dwa, ale tylko i wyłącznie dlatego, że jest tak dużo seniorów, którzy tego wsparcia potrzebują - dodaje.

Podkreśla, że kolejka oczekiwania jest długa również z tego powodu, że profesjonalne firmy remontowe i budowlane często nie są zainteresowane drobnymi zleceniami, których realizacja jest dla nich nieopłacalna lub trudna do wyceny. Wtedy właśnie, seniorzy postanawiają poszukać wsparcia u „fachmanów”.

- Firmy nie są zainteresowane wykonywaniem drobnych usług, bo trudno jest wycenić przykręcenie kilku zawiasów w meblach czy wyregulowanie szafki, a nasi fachmani to robią na co dzień - podkreśla Monika Zenik-Krupień.

Zgłoszenia od seniorów przyjmowane są pod numerem 577 774 500 od poniedziałku do piątku w godzinach 8-14. ©©

ŚLUPSK

Będzie nowa atrakcja na Osiedlu Niepodległości

Wojciech Lesner

W Parku Witkacego na Osiedlu Niepodległości w Słupsku trwa budowa nowego pumtracka. Inwestycja realizowana jest w ramach projektu Słupskiego Budżetu Obywatelskiego.

Pumtrack to specjalnie wyprofilowany tor przeznaczony m.in. do jazdy na rowerach, ale też hulajnogach i rolkach. Taki obiekt funkcjonuje już w Parku Kultury i Wypoczynku, gdzie cieszy się dużym zainteresowaniem dzieci i młodzieży.

Z podobnego miejsca aktywności będą mogli korzy-

stać mieszkańcy osiedla Niepodległości. Nowy pumtrack powstaje bowiem w Parku Witkacego. W ramach inwestycji wybudowane zostaną dwa tory. Pierwszy, przeznaczony dla początkujących, będzie miał 71 metrów długości. Drugi - dla bardziej zaawansowanych użytkowników - będzie liczył 267 metrów.

Projekt zakłada również stworzenie dodatkowej infrastruktury towarzyszącej. Wokół pumtracka powstanie strefa wypoczynku, a teren zostanie odpowiednio zagospodarowany.

Koszt inwestycji wynosi około 550 tys. zł. Prace budowlane mają zakończyć się we wrześniu. ©©



Budowa pumtracka na Osiedlu Niepodległości

NAWIGATOR

Budownictwo szuka rąk do pracy

Patrycja Zemła

Budownictwo notuje obecnie najwyższy popyt na pracowników spośród wszystkich segmentów przemysłu. Za wysoką aktywnością rekrutacyjną stoją inwestycje infrastrukturalne, energetyczne, sieciowe i OZE, wynika z „Raportu wynagrodzeń w sektorze przemysłowym 2026” Grafton Recruitment.

Firmy szukają zarówno pracowników fizycznych, jak i kierowników budów i kontraktów, projektantów, inżynierów i specjalistów z uprawnieniami budowlanymi.

Budownictwo liderem popytu na kadry

Na tle słabszej koniunktury w przemyśle budownictwo pozostaje jedną z branż, w których widać poprawę. W marcu wskaźnik ogólnego klimatu koniunktury wyniósł tu -2,8, wobec -4,9 rok wcześniej. Sprzyjają temu inwestycje finansowane ze środków KPO oraz wysokie nakłady na rozwój infrastruktury, energetyki, kolei, dróg i OZE.

– Budownictwo jest jednym z tych sektorów, których kondycja szybko uruchamia popyt w innych częściach gospodarki. Nowe inwestycje w tej branży generują zamówienia dla producentów materiałów, firm transportowych i logistycznych, zwiększają też zapotrzebowanie na usługi projektowe i finansowe – mówi Danuta Protasiewicz, Regional Manager Grafton Recruitment.

Wysokie nakłady przekładają się bezpośrednio na potrzeby kadrowe branży. Z „Raportu wynagrodzeń w sektorze przemysłowym” Grafton Recruitment wynika, że w I kwartale 2026 roku indeks popytu na pracowników w budownictwie wyniósł 1,39, przy średniej rynkowej na poziomie 0,99.

– Budownictwo wyraźnie się zmienia. Coraz większy udział mają inwestycje w energetykę, sieci przesyłowe, OZE i modernizację infrastruktury przemysłowej. Takie projekty są znacznie bardziej wymagające niż tradycyjne inwestycje drogowe czy kubaturowe, dlatego firmy potrzebują specja-



FOT. 123RF

Znaczenie inwestycji energetycznych znajduje odzwierciedlenie w wynagrodzeniach. W budownictwie jedno z najwyższych stawek dotyczą ról związanych właśnie z energetyką, na przykład kierownicy ds. uruchomień mogą liczyć na 26-36 tys. zł brutto miesięcznie

listów z doświadczeniem w projektowaniu, prowadzeniu i koordynacji złożonych inwestycji. To właśnie dostęp do takich kompetencji będzie coraz częściej decydować o sprawnej realizacji kontraktów – mówi Danuta Protasiewicz.

Kogo szuka dziś budownictwo

Największe zapotrzebowanie obejmuje role związane z bezpośrednim prowadzeniem i realizacją inwestycji. Firmy poszukują inżynierów budowy, kierowników robót, kierowników budowy oraz kierowników projektów, szczególnie z doświadczeniem w sektorze przemysłowym i energetycznym. Popyt obejmuje także specjalizacje kolejowe i teletechniczne przy dużych projektach infrastrukturalnych. Po stronie przygotowania i kontroli projektów poszukiwani są kosztorysanci obsługujący przetargi publiczne, specjaliści od roszczeń oraz planiści pracujący na harmonogramach projektowych.

Wspólnym mianownikiem tych ról jest praca przy inwestycjach o większej skali organizacyjnej, technicznej i formalnej. Dlatego firmy zwracają uwagę na doświadczenie projektowe, cyfrowe i dokumentacyjne, w tym znajomość BIM, automatyzacji, prefabrykacji oraz wymagań ESG. Przy takich realizacjach liczy się też umiejętność koordynacji wielu uczestników procesu budowlanego, kontrola budżetu i terminów oraz prowadzenie prac zgodnie

z wymaganiami jakościowymi i formalnymi.

Specjalistyczne doświadczenie

Projekty energetyczne są jednym z głównych źródeł popytu na specjalistów w budownictwie. Modernizacja sieci elektroenergetycznych, rozwój OZE i inwestycje w infrastrukturę wysokiego napięcia przesuwają akcent z samej realizacji prac na doświadczenie w prowadzeniu złożonych projektów technicznych.

– Energetyka wprowadza do budownictwa inną skalę odpowiedzialności. Projekty sieciowe czy rozruchowe wymagają bardzo dobrej organizacji budowy, znajomości i rozumienia norm, procedur odbiorowych, zasad bezpieczeństwa pracy i konsekwencji technicznych każdej decyzji. To zawęża pulę kandydatów – doświadczenie zdobyte w prostszych projektach nie zawsze wystarcza przy inwestycjach energetycznych – komentuje Ewa Gumbarewicz, ekspertka ds. rekrutacji w Grafton Recruitment.

Znaczenie inwestycji energetycznych znajduje odzwierciedlenie w wynagrodzeniach. W budownictwie jedno z najwyższych stawek dotyczą ról związanych właśnie z energetyką: kierownicy ds. uruchomień mogą liczyć na 26-36 tys. zł brutto miesięcznie, kierownicy budowy WN na 24-30 tys. zł, kierownicy robót WN na 19-25 tys. zł, a zarobki projektantów stacji WN i linii WN wynoszą średnio 18-26 tys. zł. W 2026 roku widełki na tych

stanowiskach pozostały na poziomach z poprzedniego roku, utrzymując je w górnej części siatki płac dla budownictwa. Wysoko wyceniane są także role związane z jakością: koordynatorzy jakości zarabiają 19-23 tys. zł brutto miesięcznie, a specjaliści ds. jakości 11-16 tys. zł.

Organizacja budowy z wysokimi stawkami

W górnej tabeli płac pozostają także stanowiska kontraktowe i kierownicze. Dyrektorzy kontraktów mogą liczyć na pensje w wysokości 29-35 tys. zł brutto miesięcznie, a wynagrodzenie kierowników kontraktu lub projektu wynosi obecnie 19-26 tys. zł.

Wśród kierowników robót najwyżej wyceniane są role elektryczne oraz mostowodrogowe. Stawki kierowników robót elektrycznych plasują się na poziomie 14-21 tys. zł, kierowników robót mostowych lub drogowych 14-20 tys. zł, a kierowników robót sanitarnych średnio 12-18 tys. zł. Z kolei kierownicy budowy w budownictwie ogólnym utrzymali ubiegłoroczny poziom wynagrodzenia w wysokości 16-20 tys. zł brutto miesięcznie. Za takimi stawkami stoi odpowiedzialność za harmonogram, bezpieczeństwo, współpracę z podwykonawcami i bieżące decyzje na placu budowy. Przy dużych inwestycjach opóźnienia czy błędy organizacyjne mogą bezpośrednio zwiększyć koszt projektu.

Stabilne pozostają wynagrodzenia na stanowiskach brigadzystów i koordynatorów prac budowlanych. Mogą oni liczyć na wynagrodzenia w wysokości 8-10 tys. zł brutto miesięcznie.

Projektanci i kosztorysanci

Wynagrodzenia inżynierów budowy mieszczą się dziś najczęściej w przedziale od 8 do 13 tys. zł brutto miesięcznie, w zależności od specjalizacji. Inżynierowie budowy zarabiają obecnie 9-12 tys. zł, inżynierowie budowy elektryczni 9,5-13 tys. zł, a inżynierowie budowy sanitarnej 8-11 tys. zł. To role bliższe codziennej realizacji projektu niż strategicznemu zarządzaniu kontraktem, ale ich znaczenie rośnie wraz ze skalą i złożonością inwestycji.

– Wyższe widełki widać tam, gdzie kompetencje techniczne łączą się z odpowiedzialnością projektową. Rynek wyżej wycenia role powiązane z infrastrukturą i instalacjami, czyli obszarami szczególnie istotnymi przy projektach energetycznych, sieciowych i modernizacyjnych, gdzie dokumentacja techniczna wpływa na koszty, harmonogram i późniejszą realizację prac – zauważa Danuta Protasiewicz.

Stawki projektantów instalacji elektrycznych wynoszą obecnie 12-19 tys. zł, projektantów infrastruktury 12,5-21 tys. zł, projektantów kubaturowych 11-18 tys. zł, a projektantów instalacji sanitarnych 10-16 tys. zł. Ważną rolę pełnią również osoby odpowiedzialne za wyceny, ponieważ w projektach realizowanych pod presją terminów i kosztów dobrze przygotowana wycena może ograniczyć ryzyko przekroczenia budżetu już na etapie wykonawczym. Specjaliści ds. wycen zarabiają obecnie 9-12 tys. zł brutto miesięcznie, natomiast specjaliści ds. wycen drogowych 9-17 tys. zł.

Edukacja techniczna

Po kilku latach spadków liczba studentów na kierunkach technika, przemysłu i budownictwa wzrosła w roku akademickim 2024/2025 o 0,8 proc. rok do roku. To zmiana po spadkach o 3,5 proc. w roku 2023/2024 oraz 5 proc. w roku 2022/2023. Największy wzrost liczby studentów kierunków technicznych odnotowano w województwach śląskim i zachodniopomorskim (po 6 proc.) oraz w lubuskim (4 proc.). Ogólna liczba studentów w Polsce zwiększyła się w tym samym czasie o 2,8 proc.

Dla budownictwa to dobry sygnał, jednak na efekty trzeba będzie poczekać. Branża potrzebuje osób przygotowanych do pracy przy złożonych projektach, a zdobycie niezbędnych kompetencji i uprawnień

zajmuje kilka lat. Studia są dopiero początkiem ścieżki, którą uzupełnia doświadczenie zdobywane przy projektowaniu i realizacji inwestycji.

– Najtrudniej pozyskać specjalistów, których kompetencje buduje się przez kilka lat. Młody inżynier może stosunkowo szybko dołączyć do zespołu projektowego lub wykonawczego, jednak samodzielne prowadzenie inwestycji wymaga znacznie większego doświadczenia. Dlatego wzrost liczby studentów nie rozwiąże w krótkim czasie problemu niedoboru kadr. Branża potrzebuje dobrze zorganizowanych staży, mentoringu, wsparcia w zdobywaniu uprawnień oraz ścisłej współpracy firm z uczelniami i szkołami technicznymi – ocenia Ewa Gumbarewicz.

Jak utrzymać specjalistów

Firmy budowlane konkurują dziś o ograniczoną grupę doświadczonych kierowników, projektantów, inżynierów i specjalistów technicznych. Część z nich wybiera inne branże, m.in. energetykę lub sektor zbrojeniowy, gdzie realizowane są równie atrakcyjne projekty, często przy bardziej konkurencyjnych wynagrodzeniach. W tej sytuacji pozyskanie i utrzymanie doświadczonych pracowników staje się jednym z najważniejszych wyzwań, szczególnie na stanowiskach związanych z prowadzeniem kontraktów, projektowaniem, nadzorem i realizacją inwestycji.

– W najbliższych latach przewagę zbudują firmy, które będą potrafiły przyciągnąć i zatrzymać doświadczone kadry oraz stworzyć ścieżkę rozwoju dla młodszych specjalistów. Dla kandydatów liczy się realna perspektywa: atrakcyjne wynagrodzenie, możliwość zdobywania uprawnień oraz perspektywy rozwoju zawodowego – podsumowuje Ewa Gumbarewicz.

REKLAMA

0011570696

BURMISTRZ KĘPIC

informuje,

że zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami na tablicach ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Kępicach przy ul. Niepodległości 6 został wywieszony wykaz nieruchomości gruntowych niezabudowanych przeznaczonych do sprzedaży w trybie przetargowym, działka nr 3/10, nr 3/11, nr 3/18 i nr 3/19, obręb Barcino, gm. Kępice.

FOKUS

• **Dzisiaj benzyna 95 będzie kosztować nie więcej niż 6,58 zł za litr, benzyna 98 – 7,40 zł/l, a olej napędowy – 7,54 zł/l**

PRZESTĘPCZOŚĆ

Waldemar Żurek informuje o przełomie w śledztwie dotyczącym Zondacrypto

Minister sprawiedliwości i prokurator generalny poinformował, że w śledztwie ws. Zondacrypto są nowi podejrzani, nowe dowody i nowe osoby, które chcą współpracować z prokuraturą

oprac. Karolina Wrońska

Oświadczenie prokuratora generalnego opublikowała Prokuratura Krajowa na swojej stronie internetowej.

„Prokurator Generalny informuje, że w ostatnich miesiącach nastąpił istotny przełom w śledztwie dotyczącym giełdy kryptowalutowej ZondaCrypto. Postępowanie w sprawie ZondaCrypto ma charakter dynamiczny – pozyskiwane są nowe dowody, przeprowadzane kolejne czynności procesowe, a w ich wyniku dokonywane są nowe ustalenia, istotne dla pełnego wyjaśnienia okoliczności sprawy” – przekazał Żurek.

Podkreślił, że na tym etapie prokuratura nie może ujawnić danych osób posiadających status podejrzanych w tym postępowaniu ani treści przedstawionych im zarzutów.

Żurek poinformował także, że w oparciu o zabezpieczony w sprawie materiał dowodowy „prokuratura weryfikuje informacje uzyskane w trakcie postępowania, dotyczące możliwości popełnienia przestępstw w związku z finansowaniem przez ZondaCrypto: fundacji byłego Ministra Sprawiedliwości i Prokuratora Generalnego Zbigniewa Ziobro, fundacji Przemysława Wiplera oraz innych osób z nim współdziałających, w związku z prowadzonym procesem legislacyjnym dotyczącym



Waldemar Żurek poinformował również, w kontekście Zondacrypto, o nowym śledztwie w sprawie wycieku informacji

rynku kryptowalut, Telewizji Republiki oraz jej Prezesa Tomasza Sakiewicza, konferencji środowisk konserwatywnych CPAC, ewentualnej korzyści majątkowej przekazanej Radosławowi Piesiewiczowi, prezesowi Polskiego Komitetu Olimpijskiego, działań podejmowanych przez osoby pomagające zbiegłemu byłemu wiceministrowi sprawiedliwości Marcinowi Romanowskiemu”.

Minister sprawiedliwości został zapytany we wtorek o to, czy prezes giełdy kryptowalut Zondacrypto

Przemysław Kral uzyskał status małego świadka koronnego. Takie informacje podała TVP Info. – To wszystko jest objęte tajemnicą śledztwa, w tym momencie nie będziemy udzielać żadnych informacji – odpowiedział Żurek.

– Jest oczywiście przełom w tym śledztwie – dodał. Zaznaczył, że w ostatnich miesiącach są w tej sprawie prowadzone bardzo intensywne czynności. – Na pewno dostaniecie w najbliższych tygodniach informacje w tej sprawie – zwrócił się

do dziennikarzy. Zaapelował też o cierpliwość do opinii publicznej. – Musimy pozwolić działać służbom i prokuraturze – powiedział.

– Są nowi prokuratorzy, którzy zajmują się tą sprawą. Są nowe dowody. Są nowe osoby, które chcą współpracować z prokuraturą i bardzo intensywnie posuwa to do przodu całe śledztwo – zaznaczył.

Zapytany, czy w śledztwie są nowi podejrzani, powiedział: „Tak, pojawili się nowi podejrzani”.

Do sprawy odniósł się również Roman Giertych, który poinformował, że od maja br. jest obrońcą prezesa giełdy kryptowalut Zondacrypto Przemysława Krala. Dodał, że w trakcie czynności procesowych jego klient przedłożył do dyspozycji prokuratury „ogromny majątek”.

„W trakcie czynności procesowych p. Kral przedłożył do dyspozycji prokuratury ogromny majątek, który łącznie z tym, który został zabezpieczony już wcześniej przez organy ścigania, powinien wystarczyć do zaspokojenia wszystkich pokrzywdzonych, którzy zgłosili się jako tacy do prokuratury” – napisał Giertych na platformie X.

Postępowanie ws. giełdy kryptowalut zostało wszczęte przez Prokuraturę Regionalną w Katowicach 17 kwietnia pod kątem oszustw znacznej wartości i prania brudnych pieniędzy.

KRÓTKO

Wojsko

Pierwsze K2 z nowej umowy już w Polsce

Do Polski dotarło 28 czołgów K2 Black Panther zamówionych w ramach drugiej umowy wykonawczej z południowokoreańskim koncernem Hyundai Rotem. O ich przybyciu poinformował wicepremier i minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz. Maszyny zostaną przekazane jednostkom 16. Pomorskiej Dywizji Zmechanizowanej. Wozy objęte są kontraktem podpisanym 1 sierpnia 2025 roku. Po dostarczeniu obecnej partii Wojsko Polskie dysponuje 208 maszynami tego typu.

Przestępczość

Nielegalna krajalnia tytoniu zlikwidowana

Do ośmiu lat więzienia grozi dwóm mężczyznom zatrzymanym w czasie likwidacji nielegalnej krajalni tytoniu w powiecie nowotomyskim (woj. wielkopolskie) – podała we wtorek prokuratura. Na miejscu zabezpieczono ponad 7 ton suszu i tytoniu do palenia. Skarb Państwa mógł stracić blisko 9 mln zł. Mężczyznom przedstawiono zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej zajmującej się nielegalnym wytwarzaniem wyrobów tytoniowych oraz popełnianiem przestępstw karnoskarbowych.

Polityka

Klub Centrum chce wicemarszałką Sejmu

Klub parlamentarny Centrum zamierza zgłosić kandydata na wicemarszałką Sejmu – dowiedziała się PAP w źródłach zbliżonych do klubu. Wśród rozważanych kandydatów są przewodniczący klubu Mirosław Suchoń i wiceprzewodnicząca Aleksandra Leo. Ostateczna decyzja zapadnie na posiedzeniu klubu.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Mam wrażenie, że Kościół postanowił pójść na wojnę z edukacją zdrowotną, co uważam za akt desperacji, ponieważ edukacja zdrowotna jest przedmiotem czysto wiedzowym

KATARZYNA LUBNAUER, wiceminister edukacji narodowej

KRAKÓW

Prokuratorskie zarzuty dla Grzegorza Brauna

oprac. Karolina Wrońska

Zarzut publicznego i wbrew faktom zaprzeczania zbrodniom nazistowskim usłyszał europoseł Grzegorz Braun. Lider Konfederacji Korony Polskiej nie przyznał się do winy.

Zarzuty przedstawił we wtorek prokurator Oddziałowej Komisji Ścigania Zbrodni przeciwko Narodowi

Polskiemu w Krakowie. Po przesłuchaniu Grzegorz Braun poinformował, że nie przyznał się do winy, ale nie negował samego udzielania wypowiedzi na te tematy.

14 lipca ub.r. prokurator Oddziałowej Komisji Ścigania Zbrodni przeciwko Narodowi Polskiemu w Krakowie wszczął śledztwo w sprawie publicznego i wbrew faktom zaprzeczania przez Grzegorza Brauna zbrodniom ludobójstwa popełnionym przez Niemców w obozie koncentracyjnym i obozie zagłady KL Auschwitz-Birkenau z wykorzystaniem komór gazowych. Stwierdzenia te padły w trakcie wywiadu w Radiu Wnet.

KOŚCIÓŁ

Biskupi apelują o właściwe miejsce dla lekcji religii

oprac. Karolina Wrońska

Przed zbliżającym się początkiem roku szkolnego biskupi zaapelowanie o „przywrócenie właściwego miejsca” lekcjom religii w szkole.

W dokumencie Konferencji Episkopatu Polski biskupi zaznaczyli, że „lekcje religii nie są przywilejem Kościoła”, lecz „konstytucyjnym pra-

wem uczniów i rodziców, wynikającym z zasady wolności sumienia i wyznania oraz prawa rodziców do wychowywania dzieci zgodnie z własnymi przekonaniami”. Nakaz umieszczania lekcji religii przed lub po innych zajęciach szkolnych, redukcja wymiaru nauczania do jednej godziny tygodniowo, możliwość łączenia klas oraz usunięcie oceny z religii ze średniej ocen prowadzą – zdaniem biskupów – do marginalizacji religii w polskiej szkole.

Biskupi zaznaczyli również, że „przyjmując z troską i niepokojem” decyzję MEN o obowiązkowym charakterze edukacji zdrowotnej od 1 września.

ROSJA

W Rosji zabrakło popularnej benzyny 95. Można ją kupić tylko na co piątej stacji

Grzegorz Kuczyński

W Rosji pojawił się poważny niedobór benzyny AI-95 – jednej z najbardziej poszukiwanych przez konsumentów. Obecnie można ją znaleźć tylko na 5,6 tys. z 26,1 tys., czyli 22% działających stacji benzynowych – wynika z danych serwisu Benzonaft.

W żadnym z regionów wskaźnik dostępności tej marki nie przekracza 50%. Najgorzej wygląda sytuacja w obwodzie sachalińskim (3%), a także na anektowanym Krymie (2%) i w Sewastopolu (1%). W Moskwie benzynę AI-95 można znaleźć tylko na 161 z 786 stacji – to 20%. Olej napędowy jest dostępny na 392 stacjach paliw w stolicy (50%), a benzyna AI-92 – na 236 (30%). Pod względem dostępności benzyny AI-95 na czele znajduje się Sankt Petersburg (42%), a za nim plasują się Tatarstan (41%) i obwód orłowski (36%). Średnio w Rosji litr benzyny tej marki kosztuje 71 rubli.

Kryzys paliwowy w Rosji zaostriżył się po nowej serii ukraińskich ataków na rafinerie ropy naftowej. Od początku sierpnia celem ataków stało się ponad 10 przedsiębiorstw z branży, a co najmniej pięć zostało zamkniętych. Obecnie wielkość przerobu jest o jedną trzecią niższa od normy sezonowej.

W rezultacie stacje benzynowe dużych koncernów naftowych zaczęły ponownie wprowadzać limity sprzedaży benzyny. Wprowadzono je między innymi w Petersburgu i w Moskwie, mimo że do stolicy w trybie priorytetowym dostarcza się paliwo z Uralu i Syberii. Oficjalne ograniczenia sprzedaży benzyny wprowadziły władze obwodów lipieckiego, kałuskiego, orenburskiego, leningradzkiego, samarskiego oraz Kraju Zabajkalskiego.

We wrześniu koncerny naftowe nie będą w stanie zlikwidować deficytu kosztem własnej produkcji: w optymistycznym scenariuszu produkcja paliwa wzrośnie o 10-15% – poinformowały źródła branżowe gazety „Kommiersant”.



Tak ciężkiego kryzysu paliwowego Rosja za czasów Putina jeszcze nie przeżywała

UKRAINA

Była współpracowniczka Zełenskiego aresztowana

oprac. Anna Nagel

Była zastępczynią szefa Biura Prezydenta Ukrainy Iryna Mudra została aresztowana na 60 dni w związku z podejrzeniami o korupcję.

Iryna Mudra może wyjść na wolność po wpłaceniu kaucji w wysokości 20 mln hrywien (blisko 1 654 mln zł) – poinformowała we wtorek Specjalna Prokuratura Antykorupcyjna (SAP).

„25 sierpnia 2026 r. sędzia śledczy Wyższego Sądu Antykorupcyjnego Ukrainy (WAKS) zastosował wobec byłej zastępczyni Biura Prezydenta środek zabezpieczający w postaci aresztu tymczasowego z możliwością wpłacenia kaucji w wysokości 20 mln hrywien” – napisała SAP w komunikatorze Telegram.

Według portalu Ukrainska Prawda Mudra oświadczyła, że postara się zebrać niezbędną kwotę kaucji. Jak powiedziała, część środków już posiada, a resztę zamierza pozyskać od znajomych i przyjaciół.

Poinformowała również, że jej adwokaci przeanalizują podstawy prawne orzeczenia sądu i w razie potrzeby odwołają się od tego werdyktu.

Podczas posiedzenia sądu prokurator SAP oświadczył, że Mudra może posiadać środki przekraczające 250 mln hrywien (20,65 mln zł), dlatego prokuratura wnosiła o ustalenie dla niej kaucji w wysokości 150 mln hrywien (około 12,5 mln zł) jako alternatywy dla aresztu tymczasowego.

W przypadku wpłacenia kaucji na Mudrą zostaną nałożone następujące obowiązki: stawianie się w SAP na każde wezwanie detektywów Narodowego Biura Antykorupcyjnego Ukrainy (NABU), zakaz



Iryna Mudra została aresztowana pod zarzutem korupcji. Do niedawna była zastępczynią szefa Biura Prezydenta Ukrainy

opuszczania Kijowa i obwodu kijowskiego oraz powstrzymanie się od kontaktów ze świadkami i poszkodowanymi w postępowaniu karnym.

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski podpisał 19 sierpnia dekret o odwołaniu ze stanowiska Mudrej, która sprawowała funkcję zastępczyni szefa biura głowy państwa od marca 2024 roku.

Tego samego dnia NABU opublikowało nagranie dotyczące operacji specjalnej o kryptonimie „Forrest Gump” i poinformowało o zdemaskowaniu osób, które zalegalizowały 150 mln hrywien (około 12,5 mln zł) przeznaczonych na kaucję za jednego z podejrzanych w sprawie korupcyjnej „Midas”. Mudra jest jedną z podejrzanych w tej sprawie.

W skład grupy wchodził również były deputowany do parlamentu, prezes zarządu oraz przewodniczący rady nadzorczej banku pań-

stwowego i inne osoby – podały ukraińskie służby.

W procederze wykorzystywano Sense Bank oraz konta przedsiębiorstw, które członkowie grupy przestępczej kontrolowali dzięki zajmowanym stanowiskom państwowym. Na początku czerwca grupa przejęła kontrolę nad Sense Bank, angażując w swoje działania kierownictwo tego banku.

W listopadzie 2025 r. NABU i SAP ujawniły rozległy system korupcyjny w ukraińskiej energetyce. Według ustaleń śledczych jego uczestnicy pobierali od kontrahentów państwowego operatora elektrowni jądrowych, Enerhoatomu, łapówki w wysokości od 10 do 15 procent wartości kontraktów. Nielegalne środki miały być legalizowane przez tzw. back office w centrum Kijowa, przez który – jak ustalono – przeszło około 100 milionów dolarów. PAP

FRANCJA

Tornado uszkodziło setki domów na południu Francji. Są ranni

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 41 osób zostało rannych, a ponad 300 domów uszkodzonych wskutek przejścia tornada w gminie Pomas na południu Francji – poinformowały miejscowe władze.

Na południu kraju odnotowano w poniedziałek wiatr osiągający prędkość 117 km/godz. Według władz około 2,8 tys. gospodarstw domowych w 10 miejscowościach zostało pozbawionych prądu.

Piętnaście osób przewieziono do szpitala, w tym kobietę w ciąży, która odniosła obrażenia wskutek zawalenia się domu.

Władze departamentu Aude, w którym znajduje się Pomas, odwołały trzeci etap wyścigu kolarskiego Vuelta a Espana w regionie.

Wcześniej burza gradowa we francuskich Pirenejach zmusiła kolarzy do przerwania zmagania i szukania schronienia.

Francuski minister transportu Philippe Tabarot poinformował, że tornado na południu Francji oraz burze występujące w niemal całej kontynentalnej części kraju spowodowały poważne utrudnienia. Opóźniony został ruch pociągów, część dróg zamknięto, a na lotniskach w Bordeaux, Marsylii, Nicei i Tuluzie oraz na północ od Paryża odnotowano opóźnienia i odwołania lotów.

Gwałtowne burze nastąpiły po wyjątkowo gorącym lecie, podczas którego Europa zmagiała się z falami upałów i pożarami lasów. We Francji szczególnie ucierpiała południowo-zachodnia część kraju, gdzie pożary objęły obszar około 42 tysięcy hektarów.

WĘGRY

Wszczęto śledztwo w sprawie zakupu respiratorów

oprac. Anna Nagel

Ministerstwo Spraw Zagranicznych Węgier złożyło do prokuratury zawiadomienie w sprawie podejrzenia oszustwa przez poprzedni rząd. Jak podała szefowa resortu Anita Orban, sprawa dotyczy zakupu respiratorów podczas pandemii COVID-19.

„Dzisiaj, w imieniu ministerstwa spraw zagranicznych, złożyłam pierwsze zawiadomienie wynika-

jące z trwających w resorcie prac weryfikacyjnych” – oświadczyła minister cytowana przez portal Telex.

Zawiadomienie do prokuratury generalnej dotyczy zamówień zrealizowanych w marcu i kwietniu 2020 r., które zostały potraktowane jako wyjątki od procedur zamówień publicznych. Wartość blisko 17 tys. respiratorów wyniosła około 300 mld forintów (niecałe 827 mln euro). Resort przekazał prokuraturze materiały obejmujące 88 gigabajtów danych, czyli 130 tysięcy odzyskanych plików.

Orban dodała, że liczba respiratorów zakupionych przez MSZ znacznie przewyższała liczbę lekarzy, pielęgniarek z oddziałów intensywnej terapii oraz łóżek szpitalnych, które pozwalałyby na ich obsługę i wykorzystanie.

Większość respiratorów zakupionych w 2020 roku nadal znajduje się w magazynach. Dokumenty wskazują na to, że sprzęt pochodził od węgierskich dostawców, a jego cena znacznie przewyższała ceny fabryczne – podkreśliła szefowa węgierskiego MSZ.

STRONA ZDROWIA

● **Za tydzień:** Jesień to czas, kiedy nasza odporność jest narażona na osłabienie. Co jeść, by ją wzmocnić?

DIETA

Jesienne grzybobranie nie dla każdego. Kto powinien unikać grzybów, a kto uważać?

Grzybobranie to jedno z naszych ulubionych jesiennych zajęć. Chętnie poszukujemy grzybów w lasach, a następnie je dusimy, marynujemy, suszymy i jemy. Jednak nie wszyscy mogą cieszyć się ich walorami

Marta Siesicka-Osiak

Grzyby są bez wątpienia smaczne i bardzo odżywcze. Znajdziemy w nich przeciwutleniacze, w tym selen, który wspiera odporność organizmu. Są dobrym źródłem witamin z grupy B: ryboflawiny, niacyny i kwasu pantotenowego oraz miedzi i potasu.

Jednak to bogactwo składników mineralnych nie służy wszystkim. Osoby z niektórymi schorzeniami powinny unikać jedzenia grzybów, aby nie zaostrzyć objawów choroby. Grzyby pochodzące z lasu, a nie z upraw, mogą być także potencjalnym źródłem toksyn, które mogą być niebezpieczne dla niektórych grup.

Te osoby nie powinny jeść grzybów

Osoby z chorobami układu pokarmowego – osoby cierpiące na tymczasowe i przewlekłe choroby układu pokarmowego nie powinny włączać grzybów do swojej diety, ponieważ ze względu na dużą zawartość chityny są one ciężkostrawne. Grzyby zawierają także rafinozę, która wpływa na wydzielanie gazów w jelitach. Aby grzyby mniej obciążały układ pokarmowy, można dodać do nich przyprawę, takie jak majeranek czy tymianek, które ułatwiają ich trawienie. Warto także zrezygnować ze smażenia grzybów i dodawania do nich tłustych dodatków, takich jak śmietana.

Osoby z chorobami wątroby – osoby ze schorzeniami wątroby powinny być szczególnie ostrożne w sięganiu po grzyby leśne, które mogą okazać się trujące. Przez zaburzony metabolizm ich wątroba może nie poradzić sobie z oczyszczeniem krwi z toksyn. Mogą jednak sięgać po grzyby jadalne, pochodzące ze sprawdzonych upraw. Powinny jednak być one poddawane odpowiedniej obróbce termicznej. Nie jest zalecane ich smażenie i dodawanie do nich tłustych i ciężkostrawnych dodatków.

Dzieci do 12. roku życia, kobiety w ciąży i karmiące oraz osoby starsze – Brak jest oficjalnych zakazów



Są organizmami cudzożywnymi, co oznacza, że nie wytwarzają samodzielnie niezbędnych im do życia organicznych związków odżywczych

jedzenia grzybów przez dzieci, kiedy zaczęły już przyjmować stałe pokarmy. Jednak sugeruje się poczekanie, aż osiągną wiek około 10-12 miesięcy, zanim wprowadzi się do ich diety grzyby ze sprawdzonych upraw, np. pieczarki.

Zarówno dzieci do 12. r.ż., jak i osoby starsze oraz kobiety w ciąży i karmiące piersią powinny natomiast unikać jedzenia grzybów leśnych ze względu na możliwość silnego lub śmiertelnego zatrucia. Wpływ toksyn na młody lub osłabiony organizm może być groźny w skutkach. Nawet niewielka ilość toksycznych substancji może doprowadzić do stałego uszkodzenia organów, a nawet do śmierci.

Osoby ograniczające niektóre składniki mineralne – grzyby są dobrym źródłem potasu, w związku z tym osoby z chorobami nerek oraz te z zaleceniem diety ubogopotasowej

powinny ograniczyć ich spożywanie. Ze względu na znaczne ilości puryn, grzybów nie powinny jeść także osoby chore na dnę moczową. Natomiast znaczna zawartość fosforu sprawia, że zbyt duże spożywanie grzybów przez osoby z niewydolnością nerek może uszkadzać nefrony, czyli komórki nerek, a tym samym zwiększać ryzyko ostrej niewydolności nerek i powodować konieczność dializowania.

Grzyby mają właściwości antyoksydacyjne, przeciwzapalne i antyrakowe, związane m.in. z wysoką zawartością błonnika, selenu, witaminy D i innych, często niepoznanych w pełni substancji

Grzyby jako alergeny

Osoby z alergią na grzyby jadalne – grzyby jadalne nie są częstymi alergenami, ale zdarza się, że uczulenie na występuje, szczególnie u osób, które mają alergię na pleśń. W przypadku reakcji opóźnionej objawy mogą pojawić się nawet kilka dni po spożyciu grzybów, co może utrudnić diagnostykę.

Uczulenie może spowodować wystąpienie wysypki, świądu, obrzęku węzłów chłonnych oraz bólu głowy. W przypadku natychmiastowej reakcji alergicznej może dojść do wystąpienia objawów ze strony układu oddechowego bądź skórnych, w rzadkich przypadkach może wystąpić niebezpieczny wstrząs anafilaktyczny, a wraz z nim obrzęk krtani, duszności, zawroty głowy i omdlenia.

Osoby z chorobą alkoholową – połączenie wysokoprocenowych trunków z grzybami prowadzi

do ścięcia białka zawartego w grzybach, przez co są one jeszcze trudniejsze do strawienia. Osoby uzależnione od alkoholu, a także często sięgające po trunki wysokoprocenowe nie powinny spożywać grzybów, ponieważ może to prowadzić do ciężkiego zatrucia. Wyjątkowo niebezpieczne może być połączenie alkoholu z czernidłakiem pospolitym, jadalnym grzybem zawierającym koprynę – substancję blokującą metabolizm alkoholu etylowego w organizmie. Może to prowadzić do ostrego zatrucia, które w skrajnych przypadkach może zagrażać życiu. Objawy mogą pojawić się nawet do trzech dni po zjedzeniu grzyba. Popijanie grzybów wódką lub piwem może prowadzić do wystąpienia biegunki, nudności, wzdęć i dolegliwości bólowych także u zdrowych osób.

Dlaczego jedzenie grzybów może być niebezpieczne?

Zbieranie grzybów i ich jedzenie jest głęboko zakorzenione w naszej kulturze. Na co dzień na naszych stołach goszczą zarówno grzyby duszone, jak i marynowane.

Chętnie dodajemy je do sosów i potraw mięsnych. Są także wyjątkowo lubiane przez osoby na dietach roślinnych.

Jednak ich jedzenie może wiązać się z pewnym ryzykiem, w szczególności, kiedy sięgamy po okazy znalezione w lesie.

Ryzyko zatrucia – w grzybach leśnych można trafić na toksyczne substancje, które obciążają wątrobę i nerki, a dla niektórych osób nawet niewielka dawka tych substancji może okazać się śmiertelna.

Sposób przygotowania – smażenie lub marynowanie w zalewie octowej sprawia, że grzyby są ciężkostrawne i mogą podrażniać układ pokarmowy, powodując dolegliwości bólowe i wzdęcia.

Wysoka zawartość niektórych składników mineralnych – grzyby są dobrym źródłem różnych składników mineralnych, ale nie zawsze jest to korzystne dla organizmu. Niektóre osoby powinny unikać jedzenia potraw o dużej zawartości poszczególnych pierwiastków.

HEMATOLOGIA

Masz „ferrytynową twarz”? Lekarze ostrzegają przed diagnozą z Internetu

Błada cera, cienie pod oczami i osłabione włosy mają według użytkowników Internetu zdradzać tzw. ferrytynową twarz.

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Media społecznościowe po raz kolejny wykreowały zdrowotny trend. Tym razem użytkownicy TikToka i Instagrama przekonują, że niedobór żelaza można rozpoznać po charakterystycznym wyglądzie twarzy. Mowa o tzw. twarzy ferrytynowej, określeniu, które błyskawicznie zyskało popularność w sieci.

Według internautów o niskim poziomie ferrytyny mają świadczyć m.in. biała cera, wyraźne cienie pod oczami, przesuszona i pozbawiona blasku skóra, a także osłabione, przerzedzające się włosy.

Specjaliści podchodzą jednak do takich wniosków z dużą ostrożnością. Sama nazwa twarz ferrytynowa nie jest terminem medycznym, a wygląd skóry czy włosów nie pozwala postawić diagnozy.

Ferrytyna jest białkiem magazynującym żelazo i jednym z najważniejszych wskaźników oceny jego zapasów w organizmie, jednak jej obniżony poziom można potwierdzić wyłącznie badaniami laboratoryjnymi.

To prawda, że niedobór żelaza może odbijać się na wyglądzie.

Oprócz błości skóry czy pogorszenia kondycji włosów często pojawiają się także łamliwe paznokcie, pękające kąci ust oraz sucha, bardziej wrażliwa skóra.

Warto jednak pamiętać, że podobne zmiany mogą być skutkiem wielu innych czynników, od przewlekłego stresu i niewyspania, przez odwodnienie, po zaburzenia hormonalne czy niedobory innych składników odżywczych.

Objawy niedoboru żelaza nie ograniczają się zresztą do wyglądu. Znacznie częściej chorzy skarżą się na przewlekłe zmęczenie, osłabienie, spadek wydolności fizycznej, zawroty i bóle głowy, duszność podczas wysiłku, kołatanie serca czy problemy z koncentracją.

U części osób pojawia się również uczucie zimnych dłoni i stóp, a także charakterystyczna ochota na jedzenie niejadalnych substancji, takich jak lód, kreda czy skrobia, zjawisko określane jako pica.

Lekarze przypominają, że internetowe trendy zdrowotne warto traktować z dużym dystansem. Media społecznościowe mogą zwiększać świadomość na temat różnych chorób, ale nie zastąpią rzetelnej

wiedzy medycznej ani diagnostyki.

Jeśli podejrzewasz u siebie niedobór żelaza, najważniejsza zasada jest prosta: najpierw wykonaj badania, a dopiero później sięgaj po suplementy. Zarówno jego niedobór, jak i nadmiar tego pierwiastka mogą mieć negatywny wpływ na zdrowie.

W pierwszej kolejności wykonaj morfologię krwi. To podstawowe badanie, które dostarcza wielu cennych informacji. Zwróć szczególną uwagę na:

- hemoglobinę (HGB) – jej obniżony poziom świadczy o anemii.
- MCV – wskaźnik średniej objętości krwinki czerwonej. Obniżone MCV oznacza, że erytrocyty są mniejsze niż powinny, co bardzo często towarzyszy niedoborowi żelaza.
- MCH – średnią zawartość hemoglobiny w krwinkach czerwonych.

Warto jednak pamiętać, że prawidłowa hemoglobina nie wyklucza niedoboru żelaza. Organizm przez długi czas potrafi utrzymywać prawidłową produkcję krwinek, wykorzystując zgromadzone zapasy. Dlatego sama morfologia nie daje pełnego obrazu.

Oznaczenie stężenia ferrytyny w surowicy to jedno z najważniejszych badań oceniających gospodarkę żelazową organizmu, ponieważ ferrytyna pełni funkcję magazynu żelaza i najlepiej odzwierciedla jego zapasy zgromadzone w ustroju.

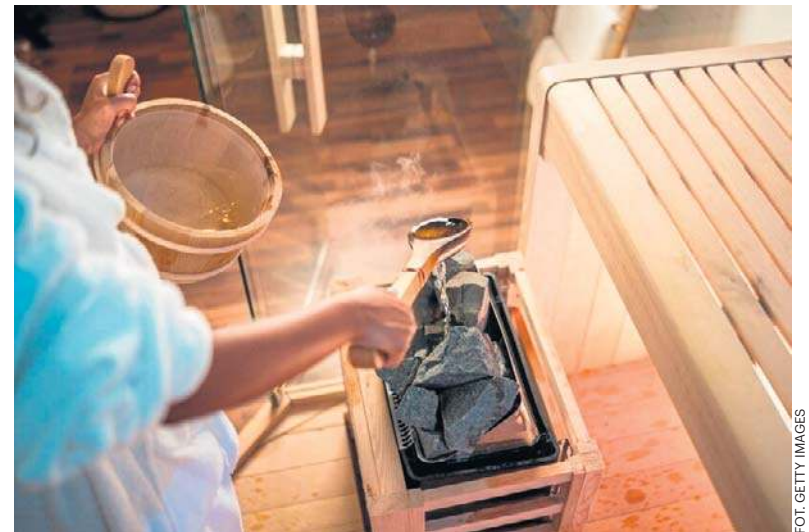
Normy ferrytyny są zmienne, ale zazwyczaj wynoszą około 15-200 ng/ml dla kobiet oraz 30-300 ng/ml dla mężczyzn. Próbkę krwi pobiera się zazwyczaj z żyły w zgięciu łokciowym, rzadziej z opuszki palca.

W interpretacji wyniku należy jednak pamiętać o jednym ważnym ograniczeniu.

Ferrytyna jest białkiem ostrej fazy, co oznacza, że jej stężenie może wzrastać nie tylko pod wpływem zwiększonych zapasów żelaza, ale również w przebiegu infekcji, stanów zapalnych, chorób nowotworowych czy schorzeń wątroby.

W takich sytuacjach wynik może być sztucznie zawyżony i nie odzwierciedlać rzeczywistych zasobów żelaza.

Bardzo niski poziom ferrytyny oznacza z kolei, że zapasy żelaza w twoim organizmie są wyczerpane.



W saunie można zarazić się grzybicą, infekcjami intymnymi oraz chorobami bakteryjnymi i wirusowymi

CHOROBY INTYMNE

HPV i kłykciny kończyste od sauny? Ginekolożka wyjaśnia, czy to możliwe

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV), odpowiedzialnym za rozwój kłykciny kończyste, to problem, z którym zmaga się wielu pacjentów.

Osoba lecząca się na kłykciny kończyste (brodawki płciowe) twierdziła, że zaraziła się w saunie. Czy taki scenariusz jest w ogóle możliwy? Do tej kwestii odniosła się ostatnio dr n. med. Karina Barszczewska.

Wirus HPV ma już 200 typów

– Zdecydowanie najczęstszą drogą zakażenia HPV wywołującego kłykciny jest kontakt seksualny. Ale czy sauna jest biologicznie możliwa? Tu robi się ciekawie. HPV to jeden z niewielu wirusów naprawdę odpornych na środowisko zewnętrzne. Potrafi przetrwać na powierzchniach nawet kilka dni, w wilgoci i cieple. A sauna spełnia te warunki praktycznie idealnie – ujawniła niedawno specjalistka ginekologii i położnictwa, w trakcie specjalizacji z seksuologii, a także twórczyni instagramowego konta medycyna na obcasach.

Pacjenci powinni mieć świadomość, że HPV to nie jest jeden wirus. Znamy już ponad 200 typów HPV, m.in. HPV 1, 2, 6, 11, 16, 18, 31, 33, 35, 39, 45, 51, 52, 56, 58, 59, 66 i 68.

– Te odpowiedzialne za brodawki na dłoniach czy stopach to zupełnie inne typy niż te, które wywołują kłykciny w okolicach intymnych. Typy skórne rzeczywiście przenoszą się przez powierzchnie na saunach czy na basenach, natomiast typy śluzówkowe, czyli te od kłykciny, poza wilgotną błoną śluzową radzą sobie dużo gorzej. Czy trans-

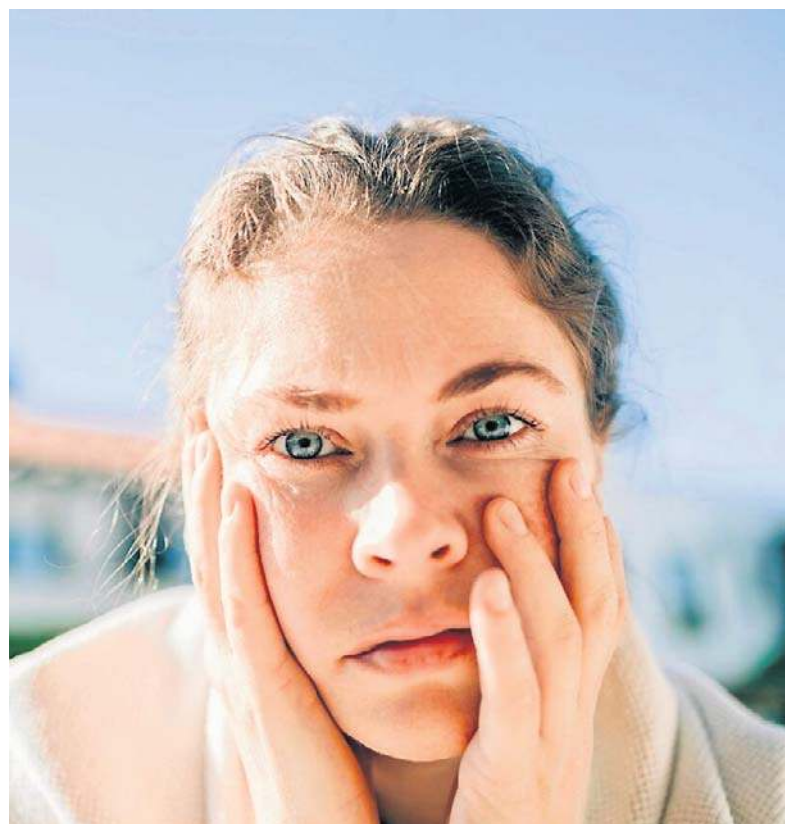
misja pozaseksualna jest możliwa? Tak, ale wymaga uszkodzonej skóry, a także wysokiego miana wirusa (...) Nie ma danych wskazujących sauny jako istotne źródło zakażeń HPV w populacji – wyjaśniła lekarka.

W jaki inny sposób może dojść do powstania kłykciny kończyste?

Istnieją też inne niezwiązane z kontaktem seksualnym drogi zakażenia. Kłykciny mogą powstać przez:

- autoinokulację – wirus może zostać przeniesiony z brodawek zlokalizowanych w innych częściach ciała, na przykład na dłoniach, do okolicy anogenitalnej. Może do tego dojść podczas drapania, dotykania lub innych manipulacji przy istniejących zmianach skórnych. Mechanizm ten jest szczególnie istotny w przypadku małych dzieci,
- transmisję wertykalną – zakażenie dziecka może nastąpić podczas porodu, w wyniku kontaktu z zakażonymi drogami rodnymi matki,
- heteroinokulację nieseksualną – potencjalną drogą przeniesienia wirusa jest kontakt pośredni za pośrednictwem rąk opiekuna podczas codziennych czynności pielęgnacyjnych, takich jak przewijanie, mycie czy pielęgnacja okolic intymnych dziecka,
- kontakt z przedmiotami i powierzchniami (fomity) – w piśmiennictwie mowa o możliwości transmisji HPV za pośrednictwem skażonych przedmiotów, takich jak ręczniki, bielizna czy powierzchnie użytkowe.

Uważa się jednak, że jest to droga zakażenia znacznie mniej prawdopodobna niż bezpośredni kontakt ze źródłem wirusa.



Ferrytynowa twarz ma świadczyć o niedoborze żelaza. Prawda jest bardziej skomplikowana

U STOMATOLOGA



Nawet jeśli plomba pozostaje w zębie przez wiele lat, może stopniowo tracić szczelność. Jakiego sygnału powinny skłonić do wizyty u dentysty i rozważenia wymiany wypełnienia?

Wypadająca lub nieszczelna plomba. Kiedy wymienić wypełnienie?

Żadna plomba nie jest rozwiązaniem na całe życie. Stosowane obecnie wypełnienia kompozytowe zachowują trwałość zwykle przez około 5-10 lat.

Oprac. Katarzyna Wąs-Zaniuk

Wypełnienia kompozytowe należą dziś do najczęściej stosowanych sposobów odbudowy zębów uszkodzonych przez próchnicę, ścieranie, erozję szkliwa czy urazy. Materiał ten, oparty na żywicy wzbogaconej cząstkami mineralnymi, przed utwardzeniem pozostaje plastyczny, co pozwala stomatologowi dokładnie odtworzyć naturalny kształt zęba. Kompozyt dobrze imituje szkliwo pod względem koloru, twardości i odporności na codzienne obciążenia. Nie jest jednak pozbawiony wad. Z upływem czasu może się przebarwiać, reagować na zmiany temperatury oraz ulegać uszkodzeniom mechanicznym.

Najczęstszymi powodami wymiany wypełnienia są jego pęknięcie, ułamanie, rozszczelnienie lub całkowite wypadnięcie.

– Ogólnymi wskazaniami do wymiany wypełnienia są utrata szczelności oraz jego znaczne zużycie. Najbardziej oczywistym sygnałem jest całkowite wykruszenie się wypełnienia i odsłonięcie zębiny lub miazgi.

Często towarzyszą temu tkliwość, ból lub nadwrażliwość na zimne i gorące pokarmy oraz napoje. Odkładanie wizyty u dentysty może prowadzić do zapalenia miazgi lub rozwoju próchnicy wtórnej. Z drugiej strony przez nieszczelność wypełnienia bakterie mogą przedostawać się w głąb zęba, gdzie próchnica rozwija się miesiącami bez wyraźnych objawów – wyjaśnia lek. dent. Kinga Lejczak z Royal Dent Medicover Stomatologia we Wrocławiu.

Brak dolegliwości nie zawsze świadczy o dobrym stanie wypełnienia. Nawet jeśli plomba pozostaje w zębie przez wiele lat, może stopniowo tracić szczelność.

Największym zagrożeniem są mikroskopijne szczeliny pojawiające się na styku wypełnienia i szkliwa. To właśnie przez nie do wnętrza zęba mogą przedostawać się bakterie, ślina i resztki jedze-

nia. Efektem bywa próchnica wtórna rozwijająca się pod plombą lub w jej bezpośrednim sąsiedztwie.

Problem polega na tym, że taki proces często przez długi czas przebiega bezobjawowo. Niekiedy jedynymi sygnałami ostrzegawczymi są niewielka nadwrażliwość albo ból pojawiający się podczas nagryzania.

Konsultację stomatologiczną warto rozważyć, jeśli:

- plomba jest ukruszona, pęknięta, rusza się lub całkowicie wypadła;
- ząb reaguje bólem na zimne, gorące lub słodkie produkty;
- pojawia się dyskomfort podczas gryzienia;
- nie dentystyczna zaczepia się lub strzępi przy kontakcie z wypełnieniem;
- po założeniu plomby trudno prawidłowo domknąć zęby;
- w okolicy wypełnienia pojawiają się ciemne przebarwienia;
- krawędzie plomby stały się ostre i podrażniają język albo błonę śluzową jamy ustnej.

Powodem wymiany wypełnienia bywają również względy estetyczne, takie jak zmiana koloru kompozytu czy obecność starszych wypełnień amalgamatowych.

– Decyzji o wymianie plomby wyłącznie ze względów estetycznych nie należy podejmować pochopnie. Każda wymiana wiąże się z koniecznością opracowania tkanek zęba, a więc z usunięciem niewielkiej ilości zdrowej tkanki. Wielokrotne powtarzanie takiego zabiegu może osłabić ząb – ostrzega lek. dent. Kinga Lejczak.

• Żywica ma wiele zastosowań

Za pomocą żywicy kompozytowej można odtworzyć niewielkie ułamanie szkliwa, odbudować fragment zęba po próchnicy lub urazie, skorygować jego kształt, zamaskować drobne przebarwienia, a także optycznie zmniejszyć diastemę lub inną przerwę.

BADANIE KRWI

Warto oznaczyć poziom lipoproteiny(a). Ten parametr określi ryzyko zawału i udaru

Oprac. Ola Głowacka

Słyszałeś kiedyś o lipoproteinie(a)? Tak nazywa się czynnik ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, którego rzeczywiście wiele osób w ogóle nie zna. Dlaczego przynajmniej raz warto oznaczyć ten parametr we krwi i na co trzeba zwrócić uwagę, jeśli wynik odbiega od normy?

– Zbudowana jest podobnie jak „zły” cholesterol LDL – mówi Anja Vogt, specjalistka chorób wewnętrznych i wiceprzewodnicząca DGFL – Lipid-Liga.

Różnica polega na tym, że dodatkowo jest do niej przyłączone białko – apolipoproteina(a). Według towarzystwa naukowego lipoproteiny można porównać do „taksówek bagażowych”, które transportują we krwi tłuszcze i substancje tłuszczopodobne.

To, ile lipoproteiny(a) krąży we krwi, jest uwarunkowane genetycznie. Dieta ani ruch nie są w stanie wpłynąć na jej poziom.

– Prawdopodobnie lipoproteina(a) miała kiedyś jakąś fizjologiczną funkcję, być może dawała nawet przewagę ewolucyjną, dziś jednak nie znamy żadnego jej pożytku – mówi Anja Vogt.

Uchodzi za czynnik ryzyka zawału serca i udaru mózgu

Jeśli we krwi krąży jej zbyt dużo, odkłada się – podobnie jak cholesterol LDL – w ścianach tętnic. Gdy dochodzi do tego inne czynniki ryzyka, na przykład palenie tytoniu, efekt ten się nasila – wyjaśnia Anja Vogt. Konsekwencją tych złożeń

w naczyniach krwionośnych jest zwiększone ryzyko udaru mózgu, zawału serca, a także obwodowej choroby tętnic (PAVK), czyli zaburzeń krążenia w nogach.

Ostatecznie może zostać zajęta każda tętnica, na przykład w nerkach lub także zastawka aortalna – dodaje Vogt.

Od jakiego poziomu lipoproteiny(a) robi się niebezpiecznie?

Najpierw trzeba wiedzieć, że istnieją dwa różne sposoby pomiaru, których nie da się bezpośrednio porównać ani przeliczyć jeden na drugi. Tak wygląda ogólny przegląd:

- Tak zwana wartość prawidłowa wynosi 30 mg na decylitr (mg/dl) lub 75 nanomoli na litr (nmol/l).

- Przy 30-50 mg/dl lub 75-105 nmol/l ryzyko jest umiarkowane, powyżej tych wartości zalicza się już do grupy ryzyka.

- O bardzo wysokim ryzyku lekarze mówią od 180 mg/dl lub od 430 nmol/l.

Znaczenie mają jednak również inne parametry krwi oraz ogólny stan zdrowia. Zwłaszcza w połączeniu z wysokim poziomem cholesterolu LDL lub nadciśnieniem tętniczym znacząco rośnie prawdopodobieństwo na przykład zawału serca.

Około 20 do 30 procent wszystkich ludzi ma zbyt wysokie wartości lipoproteiny(a) – problem ten bynajmniej nie jest więc rzadki i dotyczy wielu osób – mówi Norbert Smetak, pierwszy wiceprezes Związku Zawodowego Niemieckich Internistek i Internistów (BDI).



Lipoproteiny można porównać do „taksówek bagażowych”, które transportują we krwi tłuszcze i substancje tłuszczopodobne

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Jakie są właściwości zdrowotne dziewanny?

Co warto wiedzieć o dziewannie?

Często nazywana jest królową ziół. To dość pospolita roślina z rodziny trędownikowatych. Można ją spotkać przede wszystkim na łąkach, przydrożach, nieużytkach i ugorach, poza tym rośnie również na polach. Uprawiana jest też w przydomowych ogrodach, gdzie doskonale komponuje się z rabatami. Ze względu na niewielkie wymagania klimatyczno-glebowe dziewanna jest łatwa w uprawie. Dziewanna wielkokwiatowa może dorastać nawet do 2-3 metrów wysokości. Cechą charakterystyczną dziewanny są zebrane w kwiatostan pięciopłatkowe kwiaty barwy jaskrawo-żółtej. To właśnie ze względu na swoje niezwykle atrakcyjnie prezentujące się kwiaty dziewanna często jest

nazywana „świecą królewską”. Owocem dziewanny jest torebka, w której znajdują się drobne nasiona.

Jakie właściwości ma dziewanna?

Kwiaty dziewanny zawierają flawonoidy (0,5-4%) – między innymi rutozyd, garbniki, saponiny trójpentenowe, glikozydy fenyletanoidowe (werbaskozyd, arenariozyd, forsytoid B, leukosceptozyd), polisacharydy i oligosacharydy, związki śluzowe (3-5%), kumarynę, żywice, kwasy organiczne, hesperydynę (1,5-4%) i olejek eteryczny. Flawonoidy zawarte w dziewannie mają działanie przeciwzapalne i antyoksydacyjne, garbniki działają bakteriobójczo, zaś saponiny mają właściwości moczopędne i przeciwzapalne. Substancje obecne w kwiatach dziewanny mają też działanie wykrztuśne,

osłonowe na błony śluzowe jamy ustnej i przewodu pokarmowego, a także przeciwwirusowe. Związki śluzowe rozrzedzają zalegającą w drogach oddechowych wydzielinę i ułatwiają jej odkrztuszenie. Dziewanna jest bardzo pomocna przy suchym kaszlu, może też osobom chorującym na astmę. Łagodzi chrypkę i ból gardła – nawilża śluzówkę i powleka ją śluzem, który ma działanie osłaniające.

Jakie są jej lecznicze zastosowania?

Dziewanna pospolita, wielkokwiatowa i drobnokwiatowa polecane są zwłaszcza przy: stanach zapalnych górnych dróg oddechowych, objawach przeziębienia i grypy, takich jak ból gardła, uporczywy suchy kaszel, katar i chrypka, przy ropnym zapaleniu gardła i anginie. Wspomaga także leczenie chorób

dróg żółciowych i jest stosowana przy dolegliwościach kobiecych – głównie przy zaburzeniach miesiączkowania. Substancje w niej zawarte wspomagają układ krążenia i pracę serca. Syrop i napar z dziewanny ma zastosowanie w zapaleniu oskrzeli – łagodzi dolegliwości bólowe i rozrzedza flegmę, ułatwiając tym samym jej odkrztuszenie. Napar z dziewanny łagodzi też objawy astmy. Właściwości osłonowe dziewanny są szczególnie przydatne przy dolegliwościach żołądkowych, takich jak niżyty, niestrawność, kolka jelitowa i biegunka. Zewnętrznie, w postaci okładów, napar stosuje się przy odleżynach, oparzeniach i w przypadku trudno gojących się ran. Olejek z dziewanny ma działanie przeciwbólowe, rozluźnia mięśnie, działa relaksująco i uspokajająco. Sprawdza się przy chorobach reumatycznych oraz – dodany do kąpiele – pomo-

że zmniejszyć stres i uczucie niepokoju.

Przeciwwskazania i środki ostrożności przy stosowaniu

Przeciwwskazaniem do stosowania dziewanny (naparów, olejków i preparatów go zawierających) jest uczulenie na składniki zawarte w tej roślinie. Alergia na dziewannę nie jest częsta i powoduje zazwyczaj jedynie niewielkie podrażnienie skóry. Dziewanna nie jest wskazana dla kobiet w ciąży i karmiących piersią. Napar i syrop z dziewanny są bezpieczne dla dzieci, ale przed ich podaniem dzieciom poniżej 12. roku życia warto skonsultować się z pediatrą. Nalewka z dziewanny zawiera alkohol i z tego powodu nie powinna być podawana osobom do 18. roku życia.



FOT. GETTY IMAGES

DIETA

Prawdziwy rarytas wśród grzybów. Można go jednak pomylić z trującym gatunkiem

Gołąbek zielonawy uznawany jest przez pasjonatów grzybobrania za jeden z najsmaczniejszych leśnych rarytasów. Uważaj, aby nie pomylić z trującym gatunkiem. Jest do niego łudząco podobny.

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Gołąbek zielonawy wyróżnia się na tle innych gatunków przede wszystkim oryginalną barwą i charakterystyczną, lekko spękaną powierzchnią kapelusza, która często przybiera mozaikowy, jakby „popękany” wzór. To właśnie ten detal jest jedną z jego najbardziej rozpoznawalnych cech.

Wyróżnia go kolorystyka

Dla wielu doświadczonych grzybiarzy to prawdziwy rarytas. Pasjonaci grzybobrania cenią go za łagodny, delikatnie orzechowy smak.

Kolorystyka gołąbka zielonawego może się różnić, od seledynowych tonów po bardziej przygaszone odcienie szarości z domieszką zieleni. Właśnie ta zmienność sprawia, że nie zawsze jest łatwy do szybkiego rozpoznania, zwłaszcza dla początkujących.

Spód kapelusza tworzą dość grube, kruche blaszki o białej lub kremowej barwie, które z czasem mogą delikatnie się przebarwiać. Trzon gołąbka zielonawego jest biały, stosunkowo masywny i zwarty, pozbawiony zarówno pierścienia, jak i pochwy, co odróżnia go od niektórych niebezpiecznych gatunków. Czasami może być lekko oprószony zielonkawym nalotem. Wnętrze grzyba wypełnia biały, jędrny miąższ, który nie zmienia ko-



Gołąbek zielonawy uchodzi za jeden z najsmaczniejszych grzybów

loru po uszkodzeniu i zachowuje swoją zwartą strukturę.

Kiedy i gdzie zbierać gołąbki zielonawe?

Gołąbek zielonawy pojawia się stosunkowo wcześnie. Pierwsze egzemplarze można znaleźć już w czerwcu, choć pełnia sezonu przypada na lato i trwa aż do jesieni.

Występuje w lasach liściastych i mieszanych, zwłaszcza tam, gdzie rosną dęby, buki i brzozy. Preferuje dobrze doświetlone miejsca z lekką, przepuszczalną glebą. Podczas zbiorów w lesie natknąć możemy się

na pojedyncze okazy lub niewielkie grupy tego gatunku.

Łatwo pomylić go z muchomorem

Zbieranie gołąbka zielonawego wymaga dużej ostrożności, ponieważ łatwo pomylić go z trującymi gatunkami. Najgroźniejsze ryzyko dotyczy pomyłki z muchomorem sromotnikowym, jednym z najbardziej niebezpiecznych grzybów występujących w Polsce.

Spżycie muchomora sromotnikowego stanowi bezpośrednie zagrożenie zdrowia i życia. Zatrucie rozwija się podstępnie. Pierwsze objawy po-

jawiają się nawet po kilkunastu godzinach i obejmują gwałtowne wymioty, silną biegunkę oraz bóle brzucha.

Problem polega na tym, że po początkowej fазie może nastąpić chwilowa poprawa samopoczucia, która usypia czujność. W rzeczywistości w tym czasie dochodzi do ciężkiego uszkodzenia wątroby i innych narządów.

W zaawansowanym stadium zatrucia może dojść do ostrej niewydolności wątroby, zaburzeń krzepnięcia krwi, a nawet śpiączki. Leczenie jest trudne i wymaga natychmiastowej hospitalizacji, a w najcięższych przypadkach jedyną szansą na przeżycie jest przeszczep wątroby.

Jak wykorzystać gołąbki zielonawe w kuchni?

Gołąbek zielonawy najlepiej sprawdzi się w prostych, tradycyjnych daniach, które pozwalają wydobyć jego delikatny, lekko orzechowy smak.

Najprostszy sposób jego przygotowania jest smażenie na maśle. Wystarczy pokroić kapelusze na większe kawałki i podsmażyć je na złoty kolor z odrobiną soli i pieprzu. Pod koniec można dodać czosnek oraz natkę pietruszki.

Gołąbki dobrze komponują się również z jajkami, dlatego często wykorzystuje się je do jajecznicy. Grzyby te z powodzeniem sprawdzają się też jako składnik zupy grzybowej czy krokietów.

Grzyby stanowią cenne źródło innych prozdrowotnych związków, które występują zarówno w osobnikach dzikich, jak i hodowlanych. Specjalną kategorię stanowią grzyby lecznicze, które stosuje się w celach medycznych, nie tylko chronią organizm przed rozwojem chorób zapalnych, ale też wspomagają ich leczenie. Ich cenne właściwości są wciąż poznawane, a oprócz tych antynowotworowych cenne jest także działanie zwalczające najniebezpieczniejsze wirusy i bakterie, w tym ich szczepy antybiotkooporne.

FOT. GETTY IMAGES

HISTORIA

Najgłośniejsze zabójstwo w dziejach Szwecji

Premier-socjaldemokrata został zastrzelony 28 lutego 1986 r. w centrum Sztokholmu, kiedy wracał z żoną z kina. Do dziś jego śmierć jest symbolem politycznego mordu

Mariusz Grabowski

Mimo intensywnego dochodzenia przez kilka dekad nie udało się wskazać zabójcy ani podać motywów tego morderstwa. Dopiero w 2020 r. szwedzcy śledczy zasugerowali, że znają tożsamość sprawcy.

Czar politykowania

Dla wielu Szwedów postać Olofa Palme wciąż jest symbolem liberalno-lewicowej tożsamości. Od 1987 r. jest przyznawana nagroda jego imienia - „za walkę o pokój, działania przeciwko rasizmowi i ksenofobii”. Także na całym świecie jest ponadto wiele miejsc nazwanych jego imieniem - np. w Polsce szkoła podstawowa w podwarszawskim Józefowie.

Palme (rocznik 1927) rozpoczął karierę polityczną w radykalnych młodzieżówkach socjalistycznych, stopniowo wspinając się po szczeblach władzy. Miał do polityki i jej zakulisowych sekretów wyjątkowy talent. W latach 1954-1963 był sekretarzem ówczesnego premiera i przywódcy socjaldemokratów szwedzkich Tage Erlandera, a następnie jego najbliższym współpracownikiem.

Kariera Palmego nabrała tempa, kiedy w 1969 r. został przewodniczącym Szwedzkiej Socjaldemokratycznej Partii Robotniczej, promującej model tzw. państwa opiekuńczego, a w konsekwencji objął funkcję premiera, którą pełnił przez siedem lat. Po raz drugi był szefem rządu w latach 1982-1986.

Socjalizm tak!

Jako premier Palme wzbudzał skrajne emocje - Szwedzi albo go uwielbiali albo nienawidzili. Ale faktem jest, że na rządowych stanowiskach dał się poznać jako sprawny administrator i polityk, który potrafił umiejętnie reagować na kryzysy i przesilenia polityczne i nie unikał trudnych decyzji.

Sensem jego politykowania było zbudowanie takiego modelu państwa, które oparte byłoby na trzech niewzruszonych filarach socjalizmu: równości społecznej, wysokich podatkach progresywnych oraz silnych związkach zawodowych. „Urodziłem się w rodzinie zamożnej - mówił w wywiadach - lecz należało do ruchu robotniczego, przystąpiłem do niego, aby pracować dla



28 lutego 1986 r. Palme wyszedł z kina w centrum Sztokholmu i z żoną skierowali się w stronę domu. Ktoś podszedł do nich z tyłu i oddał dwa strzały

klasy robotniczej na warunkach przez nią określonych i aby uczestniczyć w ruchu, który pragnie wolności, równości i braterstwa między ludźmi”

To m.in. dzięki jego polityce w 1983 r. Riksdag podjął decyzję o zwiększeniu wpływu związków zawodowych na prywatne przedsiębiorstwa, co doprowadziło do ostrego sporu z rodzinnym biznesem.

Poza Szwecją

Trudności w polityce krajowej Olof Palme równoważył aktywnością na arenie międzynarodowej - głównie udzielając poparcia ruchom narodowym w krajach rozwijających się. On także, jako pierwszy, wystąpił przeciwko Stanom Zjednoczonym w kilka miesięcy po podjęciu przez Air Force bombardowań Wietnamu. Siłą rzeczy doprowadzało to do różnych konfliktów dyplomatycznych. Zwłaszcza, że Palme dla balansu potępiał też politykę tzw. państw socjalistycznych, w tym interwencję ZSRR i państw Układu Warszawskiego w Czechosłowacji w 1968 r. W latach 1985-1986 Palme był też skonfliktowany z wysokimi dowódcami wojskowymi, którzy zarzucali mu niezdecydowanie i słabą reakcję przeciw ZSRR w sprawie incydentów dotyczących radzieckich okrętów podwodnych. Doszło nawet do tego, że oficerowie publicznie deklarowali wobec premiera brak zaufania

W 1980 r. Palme został przewodniczącym Niezależnej Komisji ds. Rozbrojenia i Bezpieczeństwa Orga-

nizacji Narodów Zjednoczonych. Pełnił też funkcję mediatora ze strony ONZ w krwawym, tłącym się przez lata konflikcie iracko-irańskim.

Palme w Warszawie

Czy Olof Palme był tak kryształowo czysty jak chcieliby jego zwolennicy? Można mieć wątpliwości - wielokrotnie zarzucano mu np. mactwa podatkowe. Te najpoważniejsze dotyczyły wydarzeń z 1984 r., kiedy to wygłosił wykład na wydziale prawa Uniwersytetu Harvarda, za który odmówił przyjęcia honorarium. Rzekomo miał wtedy dać do zrozumienia władzom uczelni, że zamiast tego wołałby, aby jego syn Joakim otrzymał roczne stypendium na uniwersytecie (i które faktycznie mu przyznano jeszcze w tym samym roku).

Dekadę wcześniej głośno było o aferę Lennarta Geijera, ministra sprawiedliwości w ówczesnym gabinecie Olofa Palmego. Zarzucono mu korzystanie z usług prostytutek zza żelaznej kurtyny, które mogły przekazywać informacje agentom KGB. Cień agenturalności padła również na Palmego, ale nigdy nie wypłynęły żadne przekonujące dowody na ten temat.

Gdy podczas wizyty w Polsce w 1974 r. uczynił gest polityczny i zwrócił - po ponad 300 latach tzw. rolę sztokholmską, zrabowaną przez Szwedów podczas Potopu - jego krytycy w Szwecji zarzucili mu „nadmierną uległość wobec wschodnioeuropejskich komunistów”.

„Nasz dobry Olof”

W Szwecji do dziś krążą legendy o „dobrym Olofie”. Dzieci w szkołach uczy się, że szwedzki premier był bardzo ufny i wierzył, że ludzie są dobrzy, a świat - choć skomplikowany - można ułożyć sprawiedliwie dla wszystkich. Rozmaite złe moce i ciemne siły (konserwatyści, prawicowcy, fundamentaliści religijni, nacjonaści itp.) powodują różne zamieszania, ale w gruncie rzeczy to dobra wola ludzi potrafi różne problemy rozwiązać.

Oto przykład takiej politycznej hagiografii: „Palmego pytano np. wielokrotnie dlaczego nie używa obstawy, a on wtedy odpowiadał ze śmiechem: »Na Boga dlaczego? Co mi może grozić w moim społeczeństwie, w moim kraju?«”.

Zbudowano wokół tego całą legendę lewicowego świętego: że chodził wszędzie piechotą, że każdemu podawał rękę i służył radą, że nie używał służbowych limuzyn, korzystał z konta w szwedzkim banku i jak zwykły Szwed robił zakupy na najbliższym bazarze. A na niedzielny obiad wciął köttbullar, czyli tradycyjne szwedzkie klopsiki.

Dwa strzały

28 lutego 1986 r. Palme wyszedł z kina w centrum Sztokholmu i z żoną skierowali się w stronę domu. Kilkaset metrów dalej ktoś podszedł do nich z tyłu i oddał dwa strzały. Pierwsza kula trafiła premiera w kark i przecięła tętnicę szyjną. Druga minęła Lisbeth Palme niemal o włos. Sprawca zdążył uciec, zanim ktokolwiek z tłumu zdążył się zorientować o co chodzi.

Śledztwo, nadzorowane przez szefa sztokholmskiej policji Hansa Holmera od początku szło opornie. Pierwszym podejrzanym był Victor Gunnarsson, który publicznie oskarżał Palmego o bycie agentem CIA i KGB. Potem zaczęto badać mieszkających w Szwecji Kurdów - rząd Palmego uznał Partię Pracujących Kurdystanu za organizację terrorystyczną, co miało posłużyć za motyw.

Z kolei Lisbeth Palme wskazała jako sprawcę Christera Petterssona, kryminalistę i narkomana. Został on nawet skazany przez sąd pierwszej instancji, ale podczas rozprawy apelacyjnej sąd wytknął prokuraturze liczne niedopatrzania.

To Stig Engström

Dość wcześnie w śledztwie pojawiło się też nazwisko Stiga Engströma, grafika pracującego w zlokalizowanym blisko miejsca zabójstwa biurze przedsiębiorstwa Skandia. Portier w budynku widział go, jak kilka minut przed morderstwem wyszedł coś zjeść. Sam Engström zeznał, że miał na sobie długi ciemny płaszcz, kaszkiet, okulary i aktówkę w ręku, co pasowało do rysopisu.

Co ciekawe, wkrótce po morderstwie Engström pojawił się w mediach i coraz bardziej szczegółowo zaczął opisywać historię swojego udziału w zdarzeniu i krytykował policję. Ta uznała go wówczas za „niewiarygodnego i niekonsekwentnego” świadka, który co chwila zmienia swoją wersję wydarzeń.

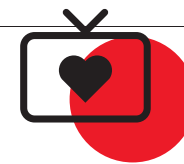
W czerwcu 2020 r. prokurator Krister Petersson oświadczył jednak, że należy przyjąć wersję, iż Olofa Palmego zastrzelił właśnie Stig Engström. Problem w tym, że w 2000 r. Engström popełnił samobójstwo. Sprawę ostatecznie zamknięto, zaś prokurator przyznał, że „nie można dokładnie ustalić motywu zabójstwa”.

Państwo zawiodło?

Śledztwo w sprawie mordu na Palmem stało się swoistym polityczno-kryminalnym ewenementem. Obliczono, że półki archiwum morderstwa szwedzkiego premiera osiągnęły z czasem łączną długość 225 metrów, a praca śledczych i ekspertów kosztowała szwedzkie państwo setki milionów koron. Dla dziennikarzy stała się ona symbolem „szwedzkiej nieporadności”, choć przecież każde państwo ma w historii podobne niepowodzenia - w Stanach to np. zabójstwo Kennedy'ego, a w Polsce gen. Papaya.

Chaos panujący wokół śmierci Palmego jest jednak zastanawiający. W sumie podejrzanych o jego zabójstwo było ponad 100 osób, a wokół nierozwiązanej sprawy kłębiły się najróżniejsze teorie spiskowe, od udziału w zbrodni CIA, separatystów z Partii Pracujących Kurdystanu po killerów południowoafrykańskich służb specjalnych. Dodajmy do tego masową inwigilację osób o prawicowych sympatiach w szwedzkiej policji i wojsku, którym niejednokrotnie złamano kary.

PROGRAMOWO



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Życie dziecka Majki jest zagrożone i dr Bursztyn decyduje się na cesarskie cięcie. Kaśka jest zdenerwowana, martwi się o córkę i dziecko, Bartek i Emilia również są przy Majce. Bartek, oczekując na koniec, próbuje przekonać teściową, że to on jest ofiarą. Majka rodzi dziecko, ale niestety chwilę potem stan noworodka pogarsza się. Z Majką też nie jest najlepiej i trafia na kardiologię pod opiekę Łukasza Wronskiego. Kaśka jest przerażona. Tymczasem Kaja dociera na sesję zdjęciową do studia Kajetana. Kiedy dowiaduje się od Łukasza o stanie Majki, natychmiast jedzie do szpitala. Wraz z Łukaszem starają się zdiagnozować problem Majki. Kaśka wciąż nie może skontaktować się z Dawidem, który nie ma pojęcia, że właśnie został ojcem i co dzieje się z jego najbliższymi. W poszukiwaniu chłopaka włącza się Bartek. Daria dzwoni do matki i odkrywa, że Irena jest pijana.



G. 15:05

La Promesa – pałac tajemnic

TVP 2

Maria i Romulo próbują przekonać Petrę, żeby nie oddawała Dieguita Gregoriowi. Między ochmistrzynią a zarządcą domu dochodzi do gwałtownej sprzeczki. Jana i Salvador kryją Lope przed przełożonymi, ale w końcu wyznają Romulowi prawdę o tym, co zaszło. Catalina ofiarowuje Adrianowi wyjątkowy prezent. Margareta dogląda dochodzącego do siebie po ataku duszności Ignacia. Cruz zauważa napięcie między Alonsem a Marią Antonią.



G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Halil nie ma lekko. Po tym, jak zaprosił żonę na kolację, ona się wystroiła i została porzucona w progu, bo musiał odwiedzić Suzan do szpitala, robi wszystko, by załagodzić konflikt z Ayfer. Niestety – jego żona ma do niego ogromny żal. Najbardziej boli ją to, że w jej opinii przedkłada sprawy właścicielki rezydencji nad własną rodzinę. W samej willi atmosfera również jest napięta. Mine oskarża bowiem Munevver o zabranie naszyjnika po matce, który ma dla małej dziewczynki ogromną wartość sentymentalną. Na szczęście Suzan odnajduje zgubę, co łagodzi nieco całą sytuację. W międzyczasie Halil każe Remzimowi jeszcze intensywniej poszukiwać Yasemin. Ona sama jest bliżej, niż ktokolwiek podejrzewa. Na tyle blisko, że jest świadkiem, jak Munevver zdejmuje Mine naszyjnik po matce i zakłada jej nową biżuterię. Budzi to w niej złość.

G. 16:35

POLSKIE DROGI

TVP Kultura

„Polskie drogi” były jednym z najpopularniejszych polskich seriali lat 70. i 80. ubiegłego wieku. Pokazany po raz pierwszy w roku 1977, doczekał się wielu powtórek. Dzieło Jerzego Janickiego (scenariusz) i Janusza Morgensterna (reżyseria) to epicka (łącznie aż 17 godzin!), wielowątkowa opowieść o losach Polaków w latach II wojny światowej. Została ukazana przede wszystkim z punktu widzenia dwóch głównych bohaterów – porucznika Władysława Niwińskiego (Karol Strasburger) i Leona Kurasia (Kazimierz Kaczor) – drobnego cwaniaka, niepozbawionego jednak znamion heroizmu. Autorzy serialu starali się pokazać zwłaszcza dzień powszedni okupacji hitlerowskiej w Polsce. Konspirację, akcje zbrojne, strzelaniny programowo odsunęto na drugi plan. W zamian „Polskie drogi” dawały przekrój przez wszystkie ówczesne warstwy społeczne. Opowiadały o ludziach częstokroć zaskoczonych przez historię, którzy stopniowo uczą się złowrogiej logiki hitlerowskiego terroru. Znakomita muzyka fortepianowa Andrzeja Kurylewicza to niemal równoprawna bohaterka filmu.



G. 16:00

Dziedzictwo

TVP 1

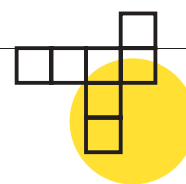
Poyraz wyjaśnia Nanie, że zgodził się na walkę bojąc się, że ją straci. İbrahim zaczyna oszczędzać, zaś Czarna boi się, czy da radę jako matka dwójki dzieci. Aynur sądzi, że Sinan chce zjeść z nią kolację, ale chodzi o Ezgi. Zrezygnowana spotyka się z Kvancem i przyjmuje jego niespodziewaną propozycję zaręczyn.

G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Hancer bezinteresownie pomaga Sili, która nie ma gdzie się podziać i kogo poprosić o wsparcie. W tym czasie Melih nakłania swoją żonę, by nie ulegała presji i zgodziła się kandydować na stanowisko prezeski fundacji. Beyza tymczasem jest pewna wygranej – sądzi, że ma dość głosów. Engin prosi o pomoc Meliha i ostatecznie to Hancer zostaje wybrana.



HOROSKOP

1		2		3		4	5			6	7		8		9		10	
11						12							13					
				14						15								
16						17							18					
				19	20					21		22						
23	24		25				26					27		28		29		
30																		
31		32		33		AUTOPROMOCJA Tvoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem © 94 340 1114						34	35		36		37	
38												39						
40																		

6) na dłoniach przestępcy,
7) zadawniony żal, pretensja,
8) tankowiec lub kontenerowiec,
9) dom Jana Kiepury w Krynicy,
10) broń używana w szermierce,
20) popularne imię władców
i książąt rosyjskich,
22) proces zmian zachodzących
w organizmach,
24) ozdobny krzew parkowy,
25) dynamiczny taniec towarzyski

jak rodzaj słoika,
28) film sensacyjny z rolą Roberta De Niro,
29) utwór muzyczny złożony
z kilku samodzielnych części,
31) początek dnia, świt,
32) największe miasto Syrii,
33) sąsiadka Polki i Czeszki,
35) płat blachy lub papieru,
36) japońska mata do ćwiczeń,
37) najlepszy wynik np. w sprincie.

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

władca na Olimpie	chroniony ptak, dzierzba	otacza lagunę naramienniki	Borys z estrady odcinek czasu	ozdoba czapki zimowej	placówka handlowa	spiętrza wodę w rzece	autorka „Panienki z okienka”	Ryszard reżyser kawaleria
znawca piękna				zbędny kawałek, resztk				
			zakres, granice			początek skałi		
„... da się lubić”			stan z Salt Lake City	grecka litera ptak domowy			ojciec Erosa	rów na linii frontu
jeden z siedmiu mędrców greckich	etiopski dos-tojnik	bizun, pejcz	skalna prze-paść			widzialny przejaw boga Re		
Redford lub Gonera				model Fiata		na trasie Lublin – War-szawa		
			anglo-saska miara gruntu		bez-silność, niedo-maganie			
wiatr rów-nikowy				piłka poza kortem		ryba karpio-wata		
cios szabl								

ROZWIĄZANIE: STALORYT.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wsluchaj się w intuicję, lecz
sprawdzaj fakty. Horoskop
dzienny na środę mówi,
że dobrze na tym wyjdiesz.

PIŁKA NOŻNA

Grabara idzie do Juventusu. Transfer reprezentanta Polski

Bartosz Głęb

Kamil Grabara to bohater chyba największego i najbardziej zaskakującego letniego transferu spośród reprezentantów Polski. Zaledwie trzy miesiące temu spadł z VfL Wolfsburg z Bundesligi, a teraz zamieni popularne „Wilki” na... Juventus FC.

Kamil Grabara po spadku VfL Wolfsburg z Bundesligi zdecydował się na zmianę klubu. Mimo szumnych zapowiedzi bramkarz reprezentacji Polski przez niemal całe letnie okno transferowe pozostawał w Niemczech. Do bramki „Wilków” wskoczył jego rodak, zaledwie 18-letni Jakub Zieliński, a Grabara przestał być brany pod uwagę przy ustalaniu kadry meczowej.

Gdy wydawało się, że charyzmatyczny golkeeper „przestrzelił” z zapowiedziami o przenosinach do mocnego klubu, w niedzielne popołudnie dziennikarz Tomasz Włodarczyk odpalił prawdziwą bombę. Kamil Grabara na zasadzie rocznego wypożyczenia z opcją wykupu wzmocni... Juventus FC. Co więcej, polski bramkarz może wskoczyć nawet do pierwszego składu „Starej Damy”. O miejsce w bramce będzie walczyć z 29-letnim Guglielmo Vicario, który również został wypożyczony, z angielskiego Tottenhamu Hotspur.

Jeśli Polak dobrze spisze się w ekipie ze stolicy Piemontu, będzie mógł zostać wykupiony. Według doniesień włoskich mediów kluby ustaliły kwotę na poziomie 12 000 000 euro.

Transfer Kamila Grabary do włoskiego giganta rósł już od kilku lat. W 2024 roku Wojciech Szczęsny, ówczesny bramkarz Juventusu, w roz-



Kamil Grabara będzie walczył w Turynie o rolę pierwszego bramkarza z Guglielmo Vicario, który ostatnio sygnalizuje problemy zdrowotne

mowie dla kanału Foot Truck na YouTube zdradził, że sam zarekomendował w klubie młodszego kolegę z reprezentacji Polski. Niedługo później „Stara Dama” już monitorowała sytuację utalentowanego golkipera i czekała na odpowiedni moment, by sprowadzić go w swoje szeregi. Teraz nadszedł ten czas.

W ostatnich latach mieliśmy trochę dużych transferów reprezentantów Polski do czołowych europejskich klubów. Największe „zatręsienie” przyszło po udanym dla Białej Czerwonych Euro 2016. Wtedy Kamil Glik dołączył do AS Monaco, Grzegorz Krychowiak wzmocnił PSG, Arkadiusz Milik i Piotr Zieliński przenieśli się do SSC Napoli, a Maciej Rybus został kupiony przez Olympique Lyon.

Rok później Wojciech Szczęsny zamienił Arsenal FC na Juventus FC, gdzie po roku spędzonym w cieniu Gianluigiego Buffona, został pierwszym bramkarzem „Starej Damy”. Były już bramkarz reprezentacji Polski obecnie trzeci sezon

broni barw FC Barcelona, ale w klubie ze stolicy Piemontu wciąż jest inny polski piłkarz. Latem 2022 roku do włoskiego giganta dołączył Arkadiusz Milik.

W tym samym roku doszło też do jednego z najbardziej spektakularnych transferów w historii polskiej piłki. Robert Lewandowski zamienił Bayern Monachium na FC Barcelonę. Duma Katalonii zapłaciła za kapitana reprezentacji Polski 45 000 000 euro.

Najdroższe transfery polskich piłkarzy w historii:

1. Robert Lewandowski (Bayern Monachium do FC Barcelona) - 45 000 000 euro
2. Krzysztof Piątek (Genoa do AC Milan) - 35 000 000 euro
3. Arkadiusz Milik (Ajax Amsterdam do SSC Napoli) - 32 000 000 euro
4. Grzegorz Krychowiak (Sevilla do PSG) - 27 500 000 euro
5. Krzysztof Piątek (AC Milan do Hertha Berlin) - 24 000 000 euro

LEKKOATLETYKA

Diamentowe ostatki - najpierw Zurych, a na koniec Bruksela. Oczywiście z Polakami

Paweł Wiśniewski

Już trójka Polaków ma zapewniony udział w wielkim finale lekkoatletycznej Diamentowej Ligi, który w tym roku zawita do Brukseli (4-5 września). Po chorzowskim Memoriale Kamili Skolimowskiej do Mateusza Kołodziejskiego (wzwyż) dołączyły Natalia Bukowiecka (400 m) i Klaudia Kazimierska (1500 m).

Szansę na start w kultowym mityngu AG Memorial Van Damme na King Baudouin Stadium (z francuska „Stade Roi Baudouin”, a z języka niderlandzkiego „Koning Boudewijnstadion”) mają jeszcze Pia Skrzyszowska (100 metrów przez płotki) i Maria Żodzick (wzwyż).

Apřed nami już tylko jedna impreza z cyklu Wanda Diamond League - legendarne Weltklasse w Zurychu. Dziś, 26 sierpnia, przy Zürcher Hauptbahnhof, zmierzy się elita tyczekarek, a dopiero dzień później odbędzie się pełnoskalowy mityng lekkoatletyczny.

Po raz ostatni zwycięstwo dla Polski w zawodach Diamentowej Ligi odniosła wspomniana Maria Żodzick. W ubiegłorocznym sierpniowym mityngu Athletissima w Lozannie nasza zawodniczka - w deszczowej pogodzie - wygrała ex aequo z Niemką Christiną Honsel i Nicolą Olyslagers z Australii. Wszystkie panie zaliczyły wówczas 1.91 m i w obliczu ewentualnej dogrywki zdecydowały się nie kontynuować konkursu.

Tym samym Żodzick została siedemnastą reprezentantką Polski z wygraną w tym prestiżowym cyklu i drugą naszą skoczkinią wzwyż

(po Kamili Lićwinko - w Gateshead, w 2021 roku).

Jedynym Polakiem w historii, który wygrał klasyfikację końcową - i to 4-krotnie - Diamentowej Ligi jest dyskobol Piotr Małachowski (2010, 2014-2016).

Najwięcej zwycięstw:

7 - Renaud Lavillenie (Francja, tyczka, 2010-2016) i Christian Taylor (USA, trójskok, 2012-2017, 2019) 6 - Sandra Elkasević (Chorwacja, dysk, 2012-2017), Catherine Ibargüen (Kolumbia, w dal/trójskok, 2013-2016, 2018), Valerie Adams (N. Zelandia, kula, 2010-2014, 2016) i Noah Lyles (USA, 100/200 m, 2017-2019, 2022, 2025)

Najwięcej pojedynczych zwycięstw w historii ma z kolei chorwacka dyskobolka - Sandra Elkasević z domu Perković, która odnotowała aż 46 wygranych.

Najwyżej punktowane mityngi lekkoatletyczne w historii rozgrywane w Europie:

97 574 punkty - Chorzów 2026
97 249 punktów - Zurych 2025
97 178 punktów - Chorzów 2024
97 032 punkty - Bruksela 2024
96 927 punktów - Zurych 2022
96 763 punkty - Zurych 2021
96 679 punktów - Chorzów 2025
96 001 punkt - Zurych 2019
95 985 punktów - Monako 2018
95 949 punktów - Monako 2015
95 715 punktów - Zurych 2001

Najwięcej punktów w historii zdobył ubiegłoroczny Prefontaine Classic, który odbył się na stadionie Hayward Field w Eugene - 98 121 (m.in. dwa rekordy świata Kenijek: Faith Kipyegon na 1500 m - 3:48.68 i Beatrice Chebet na 5000 m - 13:58.06)!

WIOŚLARSTWO

Trochę eksperymentów na najstarszym sztucznym torze na świecie - Bosbaan

Paweł Wiśniewski

Na jeziorze Bosbaan usytuowanym w lesie Amsterdamse Bos w Amstelveen na przedmieściach Amsterdamu, właśnie rozpoczęła się 54. edycja mistrzostw świata w wioślarstwie. W gronie zgłoszonych 158 państw jest oczywiście reprezentacja Polski. W sumie sześć osad - po trzy kobiety i męskie.

Tym razem złoci medaliści w dwójce podwójnej sprzed roku - Mateusz Biskup (RTW Lotto Bydgoszcz) i Mirosław Ziętarski (AZS UMK Toruń) płyną w czwórce podwójnej.

Duet ten był najlepszą polską osadą w poprzednim sezonie. Przed mistrzostwami świata w Szanghaju wywalczył też złoto mistrzostw Europy w bułgarskim Płowdiwie.

W Holandii Biskupa i Ziętarskiego będą wspierać Dominik Czaja (AZS

AWF Warszawa) i Konrad Domański (WTW Warszawa).

Polskę reprezentować będzie ponadto - męska dwójka podwójna i ósemka panów oraz trzy kobiety osady: dwójka podwójna, czwórka bez sterniczki i czwórka podwójna.

Finały A dwójek podwójnych planowane są na piątek, wszystkich czwórek - na sobotę, a ósemki powalczą o medale w niedzielę.



Mirosław Ziętarski i Mateusz Biskup to niezwykle utytułowani wioślarze - brązowi medaliści olimpijscy, mistrzowie świata i Europy