

Zmiany w rozkładzie. W grudniu pojedziemy do Lipska. Podróże będą też trwać krócej **str. 3**



FOT. ARCHIWUM PP

Na gardło, stawy i suchą skórę. Smalec gęsi znów podbija nasze domowe apteczki. **Str. 12**

**STRONA
ZDROWIA**

Środa
19.11.2025
Nr 268

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

Gazeta WROCLAWSKA

Wałbrzyskanie skarżą się, że wataha dzików grasuje koło szkoły i kościoła. Co na to władze? **str. 5**



Marcin Kaźmieruk, fotograf z Jeleniej Góry, jest najlepszy na świecie, gdy chodzi o kulinaria **str. 2**

Hubert Hurkacz wraz z Igą Świątek zagra w styczniu w turnieju United Cup w Australii **str. 16**



FOT. KAROLINA MISZTAŁ

KOMUNIKACJA MIESZKAŃCY W NERWACH PO ROZPOCZĘCIU ROBÓT I WPROWADZENIU OBJAZDÓW

Wrocławianie: to chaos i paraliż!

Michał Perzanowski
Wrocław

Skutki rozpoczęcia remontu ulicy Swojczyckiej przerosły wyobrażenia mieszkańców i urzędników. Kłopoty mają wszyscy, którzy przejeżdżają przez wschodnią część Wrocławia.

Rozpoczęcie budowy Trasy Autobusowo-Tramwajowej na Swojczyce przyniosło dokładnie to, czego wiele osób obawiało się od miesięcy, a zwłaszcza mieszkańcy Swojczyc, Strachocina i Wojnowa. Gigantyczne korki, tłok w pociągach i paraliż komu-

nikacyjny. Najgorzej jest o poranku, kiedy ruch kierowców jadących do centrum został przerzucony na objazdy. Niektórym dojazd do centrum zajmuje nawet trzy godziny.

Dodajmy, że próby ominięcia zatorów na Swojczycach sprawiają, że korki przenoszą się do centrum miasta, na przykład w rejon Traugutta, Na grobli i placu Społecznego.

Swojczycka od minionego weekendu jest jednokierunkowa na odcinku od ronda Nad Czarną Wodą do skrzyżowania z Mydlaną. W stronę centrum nie da się przejechać, trzeba korzystać z objazdu przez Miłoszycką i Mydlaną lub szukać alternatywnych

dróg przez osiedla. Już od wczesnego ranka kierowcy i pasażerowie MPK tkwią w kilkukilometrowych korkach. Mieszkańcy dali upust swoim emocjom w mediach społecznościowych. Miejskowa rada osiedla poprosiła o spostrzeżenia na temat podróży w kierunku centrum. Pod postem pojawiło się prawie 300 komentarzy. Większości dojazd do pracy lub szkoły zajmował grubo ponad godzinę.

Według kierowców najbardziej newralgiczne punkty to rondo Nad Czarną Wodą, gdzie zaczyna się objazd, skrzyżowanie Miłoszyckiej, Mydlanej i Kowalskiej, przejazd kolejowy na Mydlanej.

Część kierowców próbowała ratować się przejazdem przez osiedle Olimpia Port - ulicami Vasco da Gamy, Ferdynanda Magellana i Marco Polo. Jednak i tam natężenie ruchu jest w godzinach szczytu bardzo duże.

Kolejni wybierali miejskie autobusy i pociąg Kolei Dolnośląskich, licząc na szybszy dojazd. Rzeczywistość okazała się inna. „Pociąg o 6:42 przyjechał już pełen na Wojnow, na peronie 50 osób. Wciskanie się na siłę” - pisze pani Natalia. Inna mieszkanka opisuje poranne wydarzenia w bardziej dramatyczny sposób: „Pociąg był tak przepełniony, że ktoś zemdlął i uderzył głową. Skład zatrzymał się koło

Korony i czekał na karetkę”. „Jechałam pociągiem 6:47 w stronę dworca. Na Swojczycach ludzie się wpychali, mało nie doszło do rękoczynów” - brzmi kolejna relacja.

Tłumy obiegały także autobusy linii 115, która z Wojnowa jedzie na plac Grunwaldzki. Najgorzej, zdaniem niektórych osób, było właśnie na Wojnowie i Strachocinie.

Budowa TAT na Swojczyce będzie trwała około dwóch lat. Zatrwożeni tym faktem mieszkańcy zgłaszają konkretne propozycje, jak poprawić sytuację. Zapytaliśmy urzędników o możliwość ich realizacji. Do tematu będziemy więc powracać.



WROCLAW

**60-lecie listu
biskupów polskich
do niemieckich**
str. 2

WARSZAWA

**Czarzasty nowym
marszałkiem Sejmu**

Ta decyzja została zapowiedziana w umowie koalicyjnej z 2023 roku. Wczoraj Szymona Hołownię (Polska 2050) zastąpił Włodzimierz Czarzasty (Nowa Lewica). Za jego wyborem na nowego marszałka głosowało 236 posłów, przeciw było 209, od głosu wstrzymały się dwie osoby.

Czarzasty podziękował za poparcie posłom koalicji. - Chcę jasno powiedzieć: jestem członkiem tej koalicji, wspieram tę koalicję i będę twardym, lojalnym, przewidywalnym elementem tej koalicji - zadeklarował. Zwrócił się również do Szymona Hołowni. Obiecał, że będzie się starał utrzymać wysoki poziom prowadzenia Sejmu i obrad plenarnych.

Czytaj str. 7

Nr ISSN 2353-6152

Nr indeksu 350-206



„Przebaczymy i prosimy o przebaczenie” - takie słowa znalazły się w orędziu z 1965 roku. Jego treść sformułował ówczesny arcybiskup wrocławski Bolesław Kominek. Wczoraj byliśmy świadkami obchodów upamiętniających początek pojednania między obu narodami

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Sto lat temu atmosfera w Krakowie przypominała rewolucję. Masowe protesty robotnicze w zakończyły się ich stłumieniem przez policję i wojsko

Tomasz Rusek



TO ONI KIEDYŚ BĘDĄ RZĄDZIĆ ŚWIATEM

Niedawno byłem gościem w podstawówce w małym Bukowcu (wieś koło Międzyrzecza). Miałem nastolatkom opowiedzieć o fakenewsach i wyjaśnić, jak je sprawdzać i nie dać się złapać na kłamstwa w sieci. Przysięgam, że robiłem, co mogłem, ale gdy zaczęli ziewać, szybko skończyliśmy temat fakenewsów i zaczęliśmy rozmawiać o życiu. I co się okazało? Że to fajni, inteligentni młodzi ludzie, z którymi można pogadać na każdy temat. Choćby o przyszłości. Dowiedziałem się, że chcą być m.in. elektrykami, hydraulikami, leśnikami, weterynarzami czy aktorami. A to daje nadzieję, że fałszywe wersje życia, jakimi codziennie są bombardowani w internecie, nie zepsuły im wyobrażeń o rzeczywistości. I żaden z nastolatków nie powiedział, że planuje być influencerem. A to przecież - według różnych zestawień i ankiet - jeden z „zawodów” marzeń współczesnych dzieciaków.

No właśnie. Współczesne dzieciaki. Zazdroszczę im i nie zazdroszczę jednocześnie. Z jednej strony mają możliwości, o jakich my, ludzie urodzeni w latach 70. czy 80., nawet nie marzyliśmy. Z drugiej strony - choć świat stoi przed nimi otworem, a internet pozwala dowiedzieć się najciekawszych rzeczy z tego właśnie świata - oni najczęściej scrollują social media, wdrukowując sobie w głowy nierealne wzorce kobiety, mężczyzny, związków, życia zawodowego. I zamiast jak my - siedzieć do nocy po kłatkach i gadać o życiu - spływają kontakty do rozmów poprzez aplikacje i tak się jeszcze do czegoś spieszą, że zamiast „cześć, fajnie było porozmawiać” wymyślają skrótowiec OKPA.

Ale wystarczy zabrać im na chwilę telefony, wciągnąć w rozmowę i... od razu jest inaczej. Jak kiedyś na klatce, w 1994 r., gdy gadało się szczerze o wszystkim i o niczym, a „komórka” była szopką u dziadka na wsi, a nie zjadaczem czasu i energii. I nie, nie ma co machać ręką z wyższością i komentarzem „to tylko dzieciaki”. Te „dzieciaki” będą za chwilę rządzić światem i układać naszą rzeczywistość. Warto ich poznać, zrozumieć i znaleźć dla nich czas. Tylko żeby to zrobić my, dorośli, też musimy na chwilę odłożyć telefon.

”

Chcę jasno powiedzieć: jestem członkiem tej koalicji, wspieram ją i będę twardym, lojalnym, przewidywalnym elementem tej koalicji

Włodzimierz Czarzasty, marszałek Sejmu

Fotograf z Jeleniej Góry jest najlepszy na świecie

Alina Gierak
Jelenia Góra

Marcin Kaźmieruk zdobył pierwsze miejsce w Międzynarodowym Konkursie Fotografii Kulinarnej Foodelia Awards.

Nagroda nazywana jest Oskarem kulinarnego fotografii. Zrobienie zdjęcia hamburgera, pizzy, pasty czy drinka nie jest łatwe i wymaga warsztatu, oka, gustu, wyobraźni i miłości do dobrego jedzenia. Marcin ma to wszystko, a jurorzy docenili jego talent i pracę.

Międzynarodowy Konkurs Fotografii Kulinarnej Foodelia Awards, to miejsce, w którym można znaleźć najlepsze zdjęcia jedzenia z całego świata. Najzdolniejsi twórcy mogą dzielić się tu swoją pracą i konkurować ze sobą w miesięcznych kolekcjach. Z nagrodą Foodelia Awards nie łączą się żadne gratyfikacje finansowe. W ślad za nią idzie jednak uznanie i prestiż, ale także kolejne zamówienia.



Marcin Kaźmieruk okazał się najlepszy z grona osób specjalizujących się w fotografii kulinarnej

Każdy z uczestników konkursu z ponad 80 krajów, co miesiąc przysyłało do oceny jurorów trzy zdjęcia. Jurorzy wyłaniali zwycięzców, a po roku podsumowali rezultaty. Jury w składzie Daniele D'Agostino, Sonya Metzel i Edward Trzeciakiewicz przyznało Marcinowi Kaźmierukowi pierwsze miejsce na świecie.

„Przez ostatnie 12 miesięcy ciężko pracowaliśmy z chefami

kuchni, restauracjami, hotelami, dyrektorami, działami marketingu i sprzedaży, kierownikami, barmanami i całą masą wspaniałych ludzi, którzy wspierali mnie na każdym kroku. Jestem niesamowicie wdzięczny, szczęśliwy i... po prostu brak mi słów” - napisał Marcin na Facebooku.

Nasza redakcja od dawna śledzi karierę Marcina. Gdy znalazł się w TOP 10 konkursu Foodelia Awards, rozmawialiśmy z nim

o fotografii kulinarnej i wyzwaniach, jakie stoją przed fotografami.

Zrobienie dobrego zdjęcia kulinarnego nie jest proste. Nie wystarczy wziąć smartfona i cyknąć, to co jest na talerzu.

Na widok potrawy ze zdjęcia, mają pracować ślinianki. Masz ochotę natychmiast ją zjeść - taka jest najprostsza recepta Marcina. Nie chce, żeby gość w restauracji miał tak zwany dysonans poznawczy, że zdjęcie to jedno, a na talerzu nie wiadomo co - tłumaczył nam Marcin.

Przy zdjęciach nie używa programów upiększających ani sztucznej inteligencji. U niego liczy się pomysł, jak pokazać potrawę i aranżacja, a więc sposób podania, zastawa, dodatki.

Jest bardzo dużo technik, jeżeli chodzi o fotografię kulinarną. Marcin wychodzi z założenia, że chce pokazać na zdjęciach dokładnie to, co gość dostanie. Oprócz pokazania samego dania, fotografia ma przywołać jego smak, zapach, a czasami również emocje, które towarzyszą posiłkowi.

60 lat temu padło ważne zdanie: „Przebaczamy i prosimy o przebaczenie”

Robert Migdał
Wrocław

We Wrocławiu zorganizowano centralne obchody 60. rocznicy wystosowania orędzia biskupów polskich do biskupów niemieckich.

W 1965 r. polscy biskupi wystosowali do biskupów niemieckich specjalne orędzie, które zmieniło historię Europy. Dokument ten - napisany przez ówczesnego wrocławskiego arcybiskupa Bolesława Kominka - zawierał słowa, które przeszły do historii: „Przebaczamy i prosimy o przebaczenie”.

List skierowany do biskupów niemieckich i ich odpowiedź przełamywały jałtański podział Europy. Orędzie pojednania stało się fundamentem do przezwyciężania nienawiści oraz punktem zwrotnym do budowania nowych relacji polsko-niemieckich. Dlatego jest uznawane za jeden z najważniejszych dokumentów powojennej Europy.

Wczoraj mieliśmy uroczyste obchody 60. rocznicy tych wydarzeń z udziałem przedstawicieli obu episkopatów i rządów.

- Pragniemy odnowić tę ideę inspirowaną Ewangelią, którą tak odważnie, zaledwie dwadzieścia lat po drugiej wojnie światowej, zaproponowali autorzy listów. Nie jest to idea abstrakcyjna, ale możliwa do osiągnięcia naszym codziennym wysiłkiem. Pomaga nam ona spojrzeć na drugiego człowieka oczami Jezusa, pełnymi zrozumienia i miłości - mówił abp Józef Kupny, metropolita wrocławski, wiceprzewodniczący Konferencji Episkopatu Polski i gospodarz wczorajszej uroczystości.



Abp Józef Kupny, gospodarz uroczystości

Obchody rozpoczęły się pod pomnikiem kard. Bolesława Kominka przy ul. Naj-

świętszej Maryi Panny na Wybie Piasek, potem przeniosły się do archikatedry wrocławskiej pw. św. Jana Chrzciciela, gdzie odprawiono mszę świętą z udziałem polskich i niemieckich biskupów.

Wieczorem w kościele NMP na Piasku odbyła się modlitwa ekumeniczna z udziałem chrześcijan różnych wyznań, a także koncert „Wrocław dla pojednania” w Narodowym Forum Muzyki. Dziś w programie jest międzynarodowa konferencja naukowa na Papieskim Wydziale Teologicznym z udziałem m.in. prof. Normana Daviesa.

W Muzeum Archidiecezjalnym przy pl. Katedralnym czynna jest wystawa „Pojednanie dla Europy”. Współorganizatorem obchodów jest Ośrodek Pamięci i Przyszłości we Wrocławiu.

Więcej na: gazetawroclawska.pl

nasz REGION

KRÓTKO

OŁAWA

Pijany taksówkarz zatrzymany

Cudem nie doszło do tragedii. 41-letni kierowca taksówki jeździł po mieście, mając w organizmie - jak się okazało - ponad 2,6 promila alkoholu. Mężczyźnie grozi więzienie.

Pijanego kierowcę zauważył dzielnicowy. Mężczyzna wychodził ze stacji paliw.

- Niósł tzw. czteropak piwa i wyraźnie się zataczał. Chwilę później funkcjonariusz zauważył, jak wsiada jako kierowca do oznakowanego pojazdu taxi i odjeżdża w kierunku pobliskiej szkoły - relacjonuje asp. szt. Wioletta

Polerowicz, rzecznik prasowy KPP w Oławie.

Mężczyzna został zwolniony, ale to nie uchroni go przed przedstawieniem mu zarzutów. Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości grozi kara grzywny, ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności do 3 lat. Sąd obligatoryjnie orzeka również zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych.

Dodajmy, że samochód taksówkarza trafił na policyjny parking.
Monika Fajge

WROCŁAW

Olbrzymi korek przez ciężarówkę



FOT. CZYTELNIK

Wtorkowy poranek nie zaczął się dobrze dla kierowców z Wrocławia, którzy utknęli w dużym korku. W okolicy stadionu Tarczyński Arena doszło do kolizji sześciu pojazdów, w tym ciężarowego. To właśnie jego kierowca był sprawcą karambolu, bo zjechał na przeciwny pas ruchu. Aneta Kolesińska

WAŁBRZYCH

Naprawiają Ścieżkę Hochbergów

Rozpoczęły się prace remontowe na uszkodzonym fragmencie Ścieżki Hochbergów. Jest ona szlakiem znajdującym się na terenie Książńskiego Parku Krajobrazowego. Biegnie nad doliną rzeki Pełcznica, są na niej urwiska z mostami wiszącymi wysoko nad ziemią.

Niestety, pod koniec sierpnia 2023 roku zawałiło się tam

kilka metrów muru i Ścieżkę trzeba było zamknąć.

Nadleśnictwo Wałbrzych poinformowało, że prace naprawcze potrwać do 15 grudnia. Na ten okres wyłączony będzie z użytkowania odcinek od Starego Książa do tzw. Stawu Łabędzi. Leśnicy proszą o zachowanie ostrożności.

Paweł Gołębiowski

JELENIA GÓRA

Nie będzie nocnej prohibicji, bo mieszkańcy nie są nią w ogóle zainteresowani. W konsultacjach zarządnym przez prezydenta Jeleniej Góry wzięło udział jedynie 1027 osób, w tym 916 mieszkańców.

DOLNY ŚLĄSK

Służby rozbiły grupę przestępczą, wyłudającą VAT. Dochodzenia w tej sprawie były prowadzone też w Austrii, Belgii, Niemczech, Łotwie, Niderlandach. Uszczuplenia podatkowe sięgają prawie 50 mln euro.



FOT. JAROSŁAW JAKUBCZAK

WROCŁAW

30 osób ewakuowali strażacy z kamienicy na Przedmóściu Oławskim, gdzie wczoraj wybuchł pożar na pierwszym piętrze. Wśród nich byli niepełnosprawni na wózkach. Na miejscu pojawiła się m.in. policja.

Z Wrocławia pojedziemy pociągami do Lipska

Remigiusz Biały
Wrocław

Wiele nowości i zmian będzie na kolei. Wszystko za sprawą nowego, zimowego rozkładu jazdy pociągów. Na Dolnym Śląsku skrócone będą czasy przejazdów na wielu trasach.

Nowością w zimowym rozkładzie jazdy na kolei będą dwa bezpośrednie połączenia z Wrocławia do Lipska, prowadzące przez przejście graniczne Węgliniec - Horka. Dodajmy, że składy jadące od Wrocławia zatrzymają się na stacjach: Legnica, Chojnów, Bolesławiec, Hoyerwerda, Ruhland, Elsterwerda, Riesa.

Na jarmarki za granicę

Z nowych połączeń do Lipska - poza mieszkańcami Dolnego Śląska - skorzystają też podróżni ze Śląska, Małopolski i Podkarpacia. A to dlatego, że dołączane będą wagony z pociągów z Przemyśla i Krakowa.

W rozkładzie nadal znajdą się bezpośrednie pociągi do Berlina, Frankfurtu nad Odrą oraz Wiednia. To doskonała okazja, aby wybrać się do tych miast na jeden z jarmarków świątecznych. Niemcy i kraje niemieckojęzyczne uchodzą bowiem za kolebkę bożonarodzeniowych jarmarków.



FOT. ARCHIWUM PP

Nowy rozkład jazdy ma wejść w życie 14 grudnia. Poznaliśmy już wstępne informacje o zmianach w kursowaniu pociągów

Będzie więcej kursów

PKP Intercity zapowiada m.in. nowe połączenie ekspresowe EIC Viadrina relacji Wrocław - Warszawa przez Poznań. Z Wrocławia do Krakowa będzie można pojechać pociągiem IC Gwarek, który dotąd kursował w relacji Ustka - Katowice. To połączenie sprawi, że na trasie Wrocław - Kraków będzie kursować łącznie 19 par pociągów.

Do Przemyśla wrocławianie zyskają dwie dodatkowe pary pociągów (łącznie 16). Są to składy IC Kossak i IC Matejko, które dotąd jeździły

w relacjach Kołobrzeg - Kraków oraz Szczecin - Kraków.

PKP przygotowały też lepszą ofertę połączeń z Jelenią Górą dzięki wydłużeniu relacji pociągów IC Fredro i IC Kopnicka. Z Wrocławia wyjeżdżać będą dwie dodatkowe pary pociągów w kierunku Jeleniej Góry.

Krótsze podróże

- Skracamy czas przejazdu na regionalnej trasie z Legnicy przez Jawor i Jaworzynę Śląską w kierunku Świdnicy. W przyszłym roku rozpoczniemy prace na odcinku

z Dzierżoniowa do Kamieńca Żabkowickiego. Chcemy, aby czas przejazdu pociągów przez całą tę trasę wyniósł sto minut - mówi Piotr Maleszczak, wiceminister infrastruktury.

- Szybsze będą także połączenia dalekobieżne, m.in. z Wrocławia do Legnicy. Skrócimy też czas przejazdu do Warszawy do trzech godzin. Równolegle trwają remonty na trasach w Karkonoszu, tak aby w 2026 roku pociąg do Szklarskiej Poręby jechał docelowo godzinę i 20 minut - dodaje Piotr Maleszczak.

Waligórskiego znów dostępna dla kierowców

Michał Perzanowski
Wrocław

Po kilku miesiącach utrudnień ulica Waligórskiego przy parku Południowym jest już przejezdna.

Ulica Waligórskiego to ważne połączenie między Powstańców Śląskich a Ślężną, ale nie tylko, bo umożliwia przejazd między pętlami park Południowy i Krzyki oraz dogodny dojazd do parku. Na stałe trasy wróciły autobusy linii 112, 126, 249, 612 i 913.

Z Waligórskiego zniknęło kilka miejsc parkingowych. Wcześniej kierowcy parkowali na kilkunastu miejscach równoległe do jezdni wzdłuż zachodniego brzegu. Obecnie miejsc jest zaledwie kilka. Na wysokości pomnika Fryderyka Chopina wprowadzona jest nowa organizacja ruchu - miejsca równoległe zastąpiły słupki i przestrzeń dla pieszych oraz rowerzystów.

Na przełomie 2025 i 2026 roku ma zacząć się opracowywanie koncepcji budowy torowiska tramwajowego.



FOT. URZĄD MIEJSKI WROCŁAWIA

Po modernizacji ulicy przy parku Południowym jest tu nieco mniej miejsc parkingowych

Dostaniesz esemesa: odcinamy dopływ wody. Zawiadomią też o awarii

Karolina Kwiatek
Wrocław

Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji we Wrocławiu ma nowy sposób informowania mieszkańców o wyłączeniach wody. Spółka będzie wysyłać komunikaty na telefon.

Niezależnie od tego, czy mamy do czynienia z awarią, czy pracami konserwacyjnymi na sieciach wodociagowych, wyłączenia wody zdarzają się we Wrocławiu niemalże każdego dnia. Informacje o planowanych przerwach są przekazywane w różny sposób. Możemy znaleźć je m.in.: na oficjalnej stronie internetowej wrocławskiego MPWiK; w gazecie (o planowanych wyłączeniach prądu i wody Czytelnicy portalu gazetawroclawska.pl są informowani regularnie, zazwyczaj w poniedziałki); na facebookowych grupach osiedlowych; w gablocie z ogłoszeniami na klatce schodowej.

Jak zapowiadają władze miejskiej spółki, wszystkie komuni-

katy, które dotyczą naszego mieszkania, dostaniemy na telefon w postaci esemesa.

W taki sposób będzie działać nowa usługa Miejskiego Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji we Wrocławiu: „Komunikaty SMS”. Ma to być szybkie, proste w obsłudze i całkowicie bezpłatne rozwiązanie.

- Dzięki tej usłudze mieszkańcy Wrocławia mogą uniknąć niespodzianek i zaplanować dzień bez stresu - informuje Przemysław Gałęcki, wiceprezes MPWiK we Wrocławiu. - Co ważne, usługa jest spersonalizowana. Oznacza to, że mieszkańcy dostaną powiadomienia sms o braku wody tylko dla wskazanych adresów

Instrukcja jest prosta. Należy wejść na stronę internetową spółki, wpisać w krótkim formularzu swój adres zamieszkania i numer telefonu, a następnie potwierdzić rejestrację kodem, który zostanie nam wysłany na telefon. Aby się zapisać lub wypisać z usługi, a także aktywować lub dezaktywować tę opcję, należy postępować zgodnie ze wskazówkami.

Konrad Bałajewicz
Wrocław

Inwestycja przy ul Wilczej we Wrocławiu kosztowała ponad 10 mln zł. Przekazano klucze nowym lokatorom.

Wyremontowany komunalny budynek z lat 30. ubiegłego wieku liczy ponad tysiąc metrów kwadratowych. Jest jednym z większych w zasobie komunalnym Wrocławia. Mimo wieku, nie jest zabytkiem, co umożliwiło przeprowadzenie kompleksowego remontu. W zasadzie wszystko jest tutaj nowe.

Z 24 mieszkań komunalnych stworzono 27. Wszystkie zostały wykończone w standardzie „pod klucz”, z podłogami, płytkami ceramicznymi, armaturą łazienkową (prysznic, umywalka, toaleta) czy podstawowym AGD: kuchenką z piekarnikiem i zlewozmywakiem. Piece zastąpiono grzejnikami elektrycznymi. Mieszkania potrzebują jeszcze malowania ścian, wstawienia mebli i opraw oświetleniowych.



FOT. MAT. PRASOWE

Tak wygląda teraz stuletni dom. To jedna z największych inwestycji mieszkaniowych prowadzonych przez miasto w ostatnich latach

To pierwszy gminny dom, na którym zamontowano panele fotowoltaiczne. Aby to zrobić, konieczna była rozbiórka i wymiana mocno uszkodzonego dachu. Wymieniono również izolację, stolarkę i elewację. Oprócz tego przygotowano małe podwórkę, na którym znalazło się kilka miejsc parkingo-

wych, wiata na kontenery na śmieci i plac zabaw. Remont kosztował 10,5 mln zł. Około 8,5 mln zł z tej kwoty było sfinansowane z Funduszu Dopłat Banku Gospodarstwa Krajowego. Dla porównania, typowy remont kamienicy we Wrocławiu kosztuje 2-3 mln zł. - Nie zatrzymujemy się. Tylko do końca obecnej ka-

dencji samorządu, czyli do 2029 roku wydamy na remonty i inwestycje w całym wrocławskim zasobie komunalnym 1,4 mld złotych. Do 2031 roku, bo do tej daty mamy aktualnie rozpisany program gospodarowania tym zasobem, ponad 2 miliardy - zapowiedział prezydent Wrocławia Jacek Sutryk.

0011434926

REKLAMA

0410707709

Z głębokim bólem zawiadamiamy,
że w dniu 16 listopada 2025 roku wieku 90 lat
odeszła od nas

†

Józefa Dwornik

lekarz medycyny

Msza Święta Żałobna odprawiona zostanie
w dniu 21 listopada 2025 r., o godz. 11:20,
w kaplicy na cmentarzu Osobowickim we Wrocławiu,
po której nastąpi odprowadzenie Zmarłej
na miejsce wiecznego spoczynku.

Pogrożona w smutku
Rodzina

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

ZAKŁADY POGRZEBOWE

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

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

● **„ANUBIS”** – kompleksowe usługi pogrzebowe - profesjonalnie - bezgotówkowo. Dom Pogrzebowy, biuro i własna kaplica i chłodnia, organizowanie pożegnań przed kremacją oraz czuwanie przy zmarłym przed pogrzebem tradycyjnym

w godzinach dogodnych dla klienta. Wrocław, ul. Szpacza 32/34, tel. 71 350 01 01 całodobowy. Biuro: Wrocław, ul. Dubois 20, Wróblowice, ul. Stawowa 5. Całodobowe przewozy zmarłych kraj i zagranicą. Załatwianie formalności również w domu klienta. Telefony całodobowe 71 328 83 85, 723 030 303.

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

ul. Grabiszyńska 101, ul. Zaporoska 83, www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

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

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

● **KREMATORIUM – ARCHON**, ul. Kiełczowska 90, tel. 71 345 73 43

- całodobowo. Kompleksowe usługi kremacyjne i pogrzebowe, ustalanie terminów. Całodobowy odbiór osób zmarłych z domu, szpitali, hospicjów. www.krematorium.wroclaw.pl

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

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

Dziś pożegnamy

Pogrzeby 19.11

● GRABISZYN

Eugenia Gęsicka, g. 9
Barbara Sarek-
Barszczewska, 10

Ryszarda Chajan, 11
Emilia Królicka, 12
Krzysztof Babicz, 13
Mieczysław Gratka, 14

● OSOBOWICE

Anna Hanna Urban, g. 10
Aleksandra Lorenc, 10.40

Gabriela Perzyńska, 11.20
Leokadia Trębska, 12
Ferdynand Pęcak, 12.40
Jadwiga Sabina Engel, 13.20

● PSIE POLE

Krystyna Nogieć, g. 8
Daniel Lewandowski, 9

Wiesław Badyłak, 11
Wiesław Zdankowski, 13

● PAWŁOWICE

Jadwiga Podanowska, g. 13

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

Ludzie skarżą się, że wataha dzików grasuje koło szkoły i kościoła

Adrianna Szurman
Wałbrzych

Mama jednego z uczniów opublikowała na You Tube filmik, jak wataha dzików grasuje w Wałbrzychu, koło Szkoły Podstawowej nr 22 i kościoła św. Barbary.

Okazuje się, że rankiem 14 listopada, tuż przed weekendem, w czasie gdy dzieci idą do szkoły, w okolicy Szkoły Podstawowej nr 22 i Kościoła Św. Barbary pojawiła się wataha dzików stwarzając zagrożenie dla kierowców i dzieci.

Dziki są postrachem

„Wataha ta jest obecna w okolicy, od jakiegoś czasu sięgając postrach wśród mieszkańców. Proszę w imieniu mieszkańców ulicy 11 listopada spytać włodarzy miasta, jak długo jeszcze będziemy się bać rano wychodzić z domu? Czy miasto robi coś w temacie dzików?” - apeluje kobieta.

I rzeczywiście, na filmiku opublikowanym w internecie widać wyraźnie dużą grupę



FOT. ARCHIWUM PP

Dziki regularnie pojawiają się na terenie Wałbrzycha. Przywabia ich wyrzucona żywność. Zdjęcie ilustracyjne

dzieci idącą do szkoły i dziki, które spacerują w bliskiej odległości.

W pewnej chwili dochodzi do niebezpiecznej sytuacji, bo część dzików podchodzi do ruchliwej jezdni. Na szczęście, zwierzęta wycofują się i czmychają w stronę pobliskich drzew.

Co zrobią władze?

Zapytaliśmy Straż Miejską i Urząd Miasta, czy i jakie kroki podjęły w sprawie dzików z ul. 11 Listopada.

Jak mówi nam Kazimierz Nowak, szef Straży Miejskiej w Wałbrzychu, problem dzików w tym mieście występuje od dawna i służby robią, co

mogą, by było bardziej bezpiecznie.

- W tej konkretnej sytuacji będziemy częściej patrolować okolice szkoły, zwłaszcza w godzinach porannych i odstraszać dziki - zapewnia komendant.

Marcin Szewczak, szef wydziału zarządzania kryzysowego podkreśla, że nie można redukować dzików w tak ruchliwym miejscu. Można je odstraszać i redukować na obrzeżach miasta, co najmniej 150 metrów od zabudowań.

Zmniejszają populację

- I robimy to. Miesięcznie, w Wałbrzychu populacja dzików zmniejszana jest o kilkanaście sztuk. Straż Miejska rozdaje też płyn odstrasżający dziki. Poza tym apelujemy do mieszkańców o niezostawianie resztek jedzenia koło śmietników, to wabi dziki do miasta. Będą tu zagładały częściej, zwłaszcza zimą, kiedy w lesie trudniej będzie zdobyć pożywienie. Wszelkie zagrożenia należy od razu zgłaszać straży miejskiej - zaznacza Marcin Szewczak.

Rozbiorą pawilon, który straszy w centrum Legnicy

Edyta Golisz
Legnica

To dobra wiadomość dla mieszkańców i turystów odwiedzających Legnicę. Przystanie straszyć szkodliwy pawilon nieopodal dworca kolejowego.

Odezwała się do nas pani Elżbieta z Głogowa, która jest zaskoczona fatalnym stanem pawilonu handlowego, okupowanego przez bezdomnych.

- Obok jest elegancka galeria handlowa, szkoła, dobry hotel, zabytkowy zamek, piękna, hi-

storyczna świątynia, zadbane deptak, ale ten pawilon psuje wrażenia - mówi pani Elżbieta.

Sklep zaczął popadać w ruinę jakieś 10 lat temu. Jego właścicielem było miasto. Władze porozumiały się z prywatnym przedsiębiorcą, który przejął tę działkę w ramach wymiany terenów pod centrum przesiadkowe dla podróżnych. Nowy właściciel wystąpił do ratusza o zgodę na rozbiorę pawilonu i taką zgodę uzyskał.

- Niebawem pawilon przestanie istnieć - informuje Grzegorz Koczubaj, rzecznik prezydenta Legnicy.



FOT. PIOTR KRZYZANOWSKI

Wkrótce były pawilon handlowy ma zostać rozebrany. Jest już zgoda urzędników na wniosek właściciela

AUTOREKLAMA

0011427758

Gazeta
WROCLAWSKA

do kupienia
także
w sieci



Deficyt pracowników uderzy w gospodarkę. Ceny pójdą w górę

Agnieszka Kamińska

Według Polskiego Instytutu Ekonomicznego, do 2035 roku liczba pracowników w Polsce zmniejszy się o 2,1 mln; największe spadki odnotują takie branże, jak edukacja, ochrona zdrowia i przemysł. - Zbliżamy się do katastrofy demograficznej. Kryzys demograficzny dotknie, w mniejszym lub większym stopniu, każdą branżę - mówi Łukasz Bernatowicz, prezes Związku Pracodawców Business Center Club.

W ubiegłym roku w Polsce odnotowano 252 tys. urodzeń, czyli o ponad 20 tys. mniej niż w roku poprzednim. To najniższa liczba urodzeń w całym okresie powojennym. Ten rok może być jeszcze gorszy. Według GUS, w kwietniu 2025 roku urodziło się 19 tys. dzieci, rok temu było ich 21,7 tys. W ciągu 12 miesięcy, do kwietnia tego roku (to najświeższe dane), urodziło się 242,5 tys., a zmarło 412 tys. osób.

Ludność Polski na koniec pierwszego kwartału 2025 roku skurczyła się do 37,4 mln. Polaków jest o prawie 158 tys. mniej niż na koniec pierwszego kwartału 2024 roku oraz o ponad 52 tys. mniej niż na koniec 2024 roku. „Tempo ubytku rzeczywistego w okresie styczeń-marzec br. wyniosło -0,14 proc., co oznacza, że na każde 10 tys. mieszkańców Polski ubyło 14 osób, czyli o 3 więcej niż w pierwszym kwartale ub. roku” - czytamy w raporcie GUS.

Obecna sytuacja demograficzna w Polsce, według Birth Gauge, jest najgorsza w całej Unii Europejskiej i jest jedną z najgorszych na świecie

- Za Birth Gauge wnioskuje, że Polska w 2024 roku miała wskaźnik urodzeń (tzw. TFR) na poziomie 1,11, co daje nam najniższy poziom w Eu-



Ludność Polski, według GUS, na koniec pierwszego kwartału 2025 r. skurczyła się do 37,4 mln. Polaków jest o prawie 158 tys. mniej niż na koniec pierwszego kwartału 2024 r. oraz o ponad 52 tys. mniej niż na koniec 2024 r.

ropie. To także trzeci najniższy wynik wśród krajów OECD - stwierdził Andrzej Kubiś, zastępca dyrektora Polskiego Instytutu Ekonomicznego.

Wskaźnik urodzeń Birth Gauge określa, ile dzieci przypada na 100 kobiet w wieku rozrodczym. W połowie 2025 roku jest już gorzej, bo wskaźnik dla Polski spadł do poziomu 1,02. Tymczasem optymalna wielkość, określana jako korzystna dla stabilnego rozwoju demograficznego kraju, to 2,10-2,15.

W Polsce odnotowano również największy wzrost współczynnika obciążenia demograficznego, który zwiększył się o 13,3 pkt proc. To oznacza, że wzrost dysproporcji między osobami w wieku nieprodukcyjnym w stosunku do tych w wieku produkcyjnym. Według GUS, w pierwszym kwartale 2025 roku liczba osób pracujących wyniosła 17,6 mln osób (o 187 tys. osób mniej w odniesieniu do czwartego kwartału 2024 roku).

Zmiany w strukturze demograficznej Polski spowodują zmniejszenie liczby pracowników na rynku pracy. Polski Instytut Ekonomiczny szacuje, że do 2035 roku liczba pracowników w Polsce zmniejszy się o 2,1 mln; największe spadki odnotują takie

branże, jak edukacja, ochrona zdrowia i przemysł.

- Zbliżamy się do katastrofy demograficznej. Według prognoz, w 2070 roku może nas być jedynie 18 mln. Kryzys demograficzny dotknie, w mniejszym lub większym stopniu, każdą branżę. Już teraz borykamy się z deficytem kadrowym w transporcie, branży budowlanej czy służbie zdrowia. Tam, gdzie brakuje rąk do pracy, koszt wytworzenia produktu czy usługi będzie wyższy - mówi Łukasz Bernatowicz, prezes Związku Pracodawców Business Center Club.

W przyszłości możemy też liczyć się z ograniczeniem produkcji na rynek krajowy. Przy zmniejszonym popycie na produkty i usługi, wiele przedsiębiorstw będzie musiało zmieniać profil działalności albo przestawiać się na eksport.

- Brak pracowników nie jest tylko problemem przedsiębiorców, ale nas wszystkich. Niedobory kadrowe mogą spowodować spadek produkcji i ograniczyć dostępność do wielu usług, a to oznacza wzrost ich cen. Wszyscy odczujemy to w portfelach - mówi Szymon Witkowski, pełnomocnik zarządu Pracodawców RP ds. dialogu społecznego.

Brakuje mądrego i skutecznego programu migracyjnego - uważają pracodawcy

Nadal - jak wskazują przedstawiciele organizacji przedsiębiorców - brakuje w Polsce strategii dotyczącej korzystania z zasobów kadrowych spoza Unii Europejskiej.

- Przy dzisiejszych emocjach społecznych, wykreowanie skutecznej koncepcji migracyjnej jest bardzo trudne. Nasza organizacja od dawna powtarza, że potrzebujemy programu, który polegałby na sprowadzaniu tych pracowników, których akurat potrzebujemy na rynku. Potrzebny byłby też system zachęt, który sprawiłby, że cenni dla naszej gospodarki pracownicy, również z zagranicy, by u nas pozostali, a nie wyjechali po jakimś czasie do innych krajów UE - dodaje Łukasz Bernatowicz.

Zmiany demograficzne mogą też wymusić konieczność aktywizacji zawodowej pomijanych dotąd grup społecznych. Związek Przedsiębiorców i Pracodawców wskazuje, że istnieje w Polsce niewykorzystany potencjał, który mógłby złagodzić negatywne trendy.

- Osoby przewlekłe chore, osoby z niepełnosprawno-

ZŁOTA SETKA DOLNOŚLĄSKIEGO

Przed nami III edycja prestiżowego rankingu gospodarczego Złota Setka Dolnośląskiego organizowanego przez Gazetę Wrocławską przy udziale partnera merytorycznego, firmy DUN&BRADSTREET POLAND. Wyniki aktywności dolnośląskich firm ogłosimy 26 listopada na gali w hotelu Wyndham Wrocław Old Town. Jej gościem specjalnym będzie generał Roman Polko. Ranking „Złota Setka Dolnośląskiego” opiera się wyłącznie na ogólnodostępnych danych ekonomicznych. Do oceny firm wykorzystaliśmy informacje zawarte w ich najaktualniejszych sprawozdaniach finansowych za rok 2024. Złota Setka to podsumowanie efektywności biznesowej przedsiębiorstw i trafności decyzji podejmowanych przez ich zarządy w 2024 roku. Tegoroczna edycja, oprócz nagród za najwyższe przychody netto, wyróżni także przedsiębiorstwa w kategoriach zysk i awans. Ogłosimy także lidera Społecznej Odpowiedzialności Biznesu - na podstawie ankiet nadesłanych przez dolnośląskich przedsiębiorców. Prezentacja przedsiębiorstw w rankingu jest bezpłatna, a na galę obowiązują zaproszenia.

ściami, rodzice powracający do pracy po urlopach rodzicielskich oraz osoby powyżej 50. roku życia posiadają ogromne możliwości, które mogą być wykorzystane na rynku pracy. Wsparcie państwa w aktywizacji tych grup jest kluczowe dla złagodzenia skutków niedoboru pracowników - uważa Emilia Szczukowska, analityczka Związku Przedsiębiorców i Pracodawców.

Lepsze wykorzystanie potencjału zawodowego kobiet na rynku pracy mogłoby zwiększyć PKB Polski o 9 proc.

ZPP wyliczyło, że lepsze wykorzystanie potencjału zawodowego kobiet na rynku pracy mogłoby zwiększyć PKB Polski o 9 proc., co przekłada się na prawie 300 mld zł rocznie. Programy, takie jak Aktywny Rodzic, które ułatwiają powrót rodziców na rynek pracy, są krokiem w dobrym kierunku, ale - jak uważa organizacja - brakuje szerszych i systemowych rozwiązań.

Mówiąc o skutkach zapaści demograficznej, należy też zwrócić uwagę na sytuację przyszłych emerytów. Spadek liczby osób w wieku produkcyjnym wpłynie negatywnie

na przyszłe emerytury. GUS opublikował nowe tablice średniego dalszego trwania życia, są one aktualizowane co roku z uwzględnieniem najnowszych danych demograficznych.

Służą do wyliczenia wysokości emerytur osobom, które w danym roku kończą pracę. Według tablic obowiązujących w 2025 roku, kobiety przechodzące na emeryturę w wieku 60 lat, będą pobierać świadczenie średnio przez około 266,4 miesiąca (natomiast w 2024 roku było to 264,2 miesiąca).

W przypadku mężczyzn, przechodzących na emeryturę w wieku 65 lat, będzie to 220,8 miesiąca (w ub. roku - 218,9 miesięcy). Tegoroczne wartości są najwyższe w historii.

- Dla osoby przechodzącej na emeryturę w wieku 60 lat świadczenie będzie niższe o około 0,83 proc. w porównaniu z poprzednimi tablicami. Dla 65-latków obniżka wyniesie 0,86 proc. Tablice należy odczytywać w taki sposób, że zgromadzony kapitał emerytalny zostanie podzielony przez większą liczbę miesięcy, niż gdyby te osoby przeszły na emeryturę w 2024 roku - wyjaśnia Łukasz Kozłowski, główny ekonomista Federacji Przedsiębiorców Polskich.

REKLAMA

Q504799472A

PARTNERZY GŁÓWNI:



DOLNOŚLĄSKI
FUNDUSZ
ROZWOJU



Politechnika
Wrocławska



PARTNERZY:



POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Premier: wiemy, kto wysadzał

Premier Donald Tusk poinformował, że służby ustaliły podejrzanych o akty dywersji na torach. To obywatele Ukrainy pracujący dla Rosji.

We wtorkowym posiedzeniu rządowego Komitetu ds. Bezpieczeństwa Narodowego udział wziął też przedstawiciel prezydenta. Posiedzenie miało związek z incydentami, do których doszło na trasie Warszawa - Lublin. W wyniku pierwszego z nich zniszczono fragment torów w pobliżu stacji PKP Miła w powiecie garwolińskim na Mazowszu.

Z kolei w pobliżu miejscowości Gołęb w powiecie puławskim na Lubelszczyźnie, z powodu uszkodzonej linii kolejowej, do gwałtownego hamowania został zmuszony masywnista pociągu wiozącego 475 pasażerów. Nikomu nic się nie stało.

Minister koordynator służb specjalnych Tomasz Siemoniak zapewnił, że do wyjaśnienia sprawy zostali skierowani najlepsi funkcjonariusze i eksperci służb specjalnych.
PAP

KATOWICE

Zapłaciła grosze za cenny obraz?



Kolekcjonerka z Katowic kupiła podczas zagranicznej aukcji obraz opisany jako XIX-wieczna kopia włoskiego mistrza. Zapłaciła równowartość 13 tys. zł. Ocena polskich naukowców wskazuje jednak, że może być to nie kopia, lecz oryginał wart setki tysięcy euro. Trwają dodatkowe badania. Adam Willma

MOTORYZACJA

W pierwszych trzech kwartałach 2025 roku pojazdy elektryczne i hybrydowe osiągnęły blisko 60 proc. udziału w nowych rejestracjach w Polsce - wynika z najnowszego Raportu PZPM i KPMG. Według raportu w ciągu dziewięciu miesięcy tego roku w Polsce zarejestrowano 26 tys. osobowych samochodów elektrycznych, co oznacza ponad dwukrotny wzrost (107,5 proc.) w porównaniu z rokiem 2024.

„

Wszystko wskazuje na to, że ten, można powiedzieć, wręcz zamach terrorystyczny, był inicjowany przez służby specjalne wschodu

Jacek Dobrzyński rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych

Włodzimierz Czarzasty nowym marszałkiem Sejmu

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Za wyborem Włodzimierza Czarzastego na nowego marszałka głosowało 236 posłów, przeciw było 209, a od głosu wstrzymały się dwie osoby.

We wtorek, 18 listopada, rozpoczęło się czterodniowe posiedzenie Sejmu. Jednym z jego najważniejszych punktów był wybór nowego marszałka izby. Lider Nowej Lewicy Włodzimierz Czarzasty zastąpi zasiedającego na tej funkcji od początku bieżącej kadencji Sejmu Szymona Hołownię.

Posel Krzysztof Gawkowski, przedstawiając sylwetkę Włodzimierza Czarzastego, przypomniał najważniejsze momenty z życia polityka Nowej Lewicy.

W tym samym czasie posłowie PiS krzyczeli „precz z komuną”, a następnie na chwilę wyszli z sali plenarnej.

Po wystąpieniu Gawkowskiego głos zabrali przedstawiciele klubów poselskich.

Przemysław Czarnek (PiS) skrytykował postawę polityka Lewicy sprzed lat.

W kontrze do tych słów wystąpił w imieniu KO poseł Jarosław Urbaniak.

Jak głosowali posłowie?

Za wyborem Włodzimierza Czarzastego na nowego mar-



Po wyborze na stanowisko marszałka Włodzimierz Czarzasty podziękował posłom koalicji za poparcie

szalka Sejmu głosowało 236 posłów, przeciw było 209, a od głosu wstrzymały się dwie osoby. Większość bezwzględna wyniosła w tym głosowaniu 224 posłów.

Po wyborze na stanowisko sam Czarzasty podziękował za poparcie posłom koalicji. - Chcę jasno powiedzieć: jestem członkiem tej koalicji, wspieram tę koalicję i będę twardym, lojalnym, przewidywalnym elementem tej koalicji - zadeklarował nowy marszałek Sejmu.

Podziękował też posłom i posłom za głosowanie.

Zwrócił się również do swojego poprzednika Szymona Hołowni.

Obiecał, że będzie się starał utrzymać wysoki poziom prowadzenia Sejmu i obrad, jaki pozostawił polityk Polski 2050.

Rozpoczął urzędowanie

Po objęciu funkcji marszałka Czarzasty uczcił pamięć parlamentarzystów, którzy zginęli podczas II wojny światowej i w katastrofie smoleńskiej. Złożył też kwiaty przed tablicami upamiętniającymi marszałka Sejmu Macieja Płażyń-

skiego, prezydenta Lecha Ka-
czyńskiego i Jana Pawła II.

Zapis o przekazaniu Czarzastemu fotela marszałka w drugiej połowie kadencji znalazł się w umowie koalicyjnej podpisanej 10 listopada 2023 r. „Po 18 latach Lewica wraca do współrządzenia. Chcę wam powiedzieć, że nikt nam tego nie zabierze. Nasze postulaty będą wprowadzane w życie, bo po to jest partia i formacja, żeby zdobywać władzę” - powiedział Czarzasty podczas wieczoru wyborczego 15 października 2023 r.

Lewica wraca po 20 latach

Czarzasty będzie pierwszym od 20 lat lewicowym politykiem, który obejmie fotel marszałka. Poprzednim był w 2005 r. Włodzimierz Cimoszewicz, ostatni marszałek Sejmu IV kadencji (2001-2005). W tej samej kadencji marszałkami z ramienia SLD byli także Marek Borowski i Józef Oleksy, przy czym Oleksy pełnił tę funkcję także w latach 1993-1995, w trakcie II kadencji Sejmu.

Z sondażu Instytutu Badań Pollster, opublikowanego we wtorek w „Super Expressie” wynikało, że większość Polaków (55 proc.) nie chce, by współprzewodniczący Nowej Lewicy i obecny wicemarszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty został marszałkiem izby niższej. Odmienne zdanie wyraziło 45 proc. badanych.

AUTOREKLAMA

0011430402

Jesień

to dobry czas na odkrywanie

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

stronapodrozy.pl/przewodnik

Zaginęła dziennikarka. Znana była z relacjonowania pandemii COVID-19

Grzegorz Kuczyński
Chiny

Organizacja Reporterzy bez Granic (RSF) wyraziła we wtorek zaniepokojenie w związku z zaginięciem chińskiej dziennikarki Zhang Zhan.

Jak wynika z relacji RSF, prawnik dziennikarki próbował odwiedzić ją w areszcie śledczym w szanghajskiej dzielnicy Pudong w poniedziałek, 17 listopada. Odmówiono mu, a rodzinę poinformowano, że Zhang została przeniesiona do innej placówki w celu odbycia kary. Władze nie ujawniły jej lokalizacji i zakazują wszelkich wizyt, co budzi obawy o bezpieczeństwo kobiety – zwróciła uwagę RSF. Rodzina do dziś nie otrzymała oficjalnych doku-

mentów dotyczących wyroku, który zapadł we wrześniu.

„Odmawiając ujawnienia informacji o nowym miejscu zatrzymania (Zhang), chińskie władze de facto poddają ją »przymusowemu zaginięciu«” – oświadczył Antoine Bernard, dyrektor ds. rzecznictwa i pomocy w RSF. Wezwał społeczność międzynarodową do zapewnienia, że Pekin ujawni lokalizację dziennikarki i zaprzestanie jej prześladowania.

To już drugi wyrok więzienia dla Zhang. Kobieta dwa miesiące temu została skazana na cztery lata pod zarzutem „wszczynania kłótni i prowokowania zwad”.

Wcześniej, w maju 2020 roku, aresztowano ją za relacjonowanie początków pandemii COVID-19 w Wuhanie i skazano na cztery lata pod tym samym zarzutem. PAP



Za relacjonowanie początków pandemii COVID-19 chińska dziennikarka odsiedziała 4 lata w więzieniu

Zelenski odwiedzi kolejny kraj. Tym razem będzie w Turcji

Oprac. Karolina Wrońska
Turcja

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski powiadomił, że po wtorkowej wizycie w Hiszpanii planuje udać się w środę do Turcji, gdzie będzie pracował nad wznowieniem wymiany jeńców z Rosją.

„Dzisiaj odbędą się spotkania w Hiszpanii, do których długo się przygotowaliśmy, i liczymy, że kolejny silny kraj będzie bardziej pomagał chronić życie i przybliżyć koniec wojny (z Rosją). Pracujemy nad tym, aby spotkanie z premierem Hiszpanii (Pedro) Sanchezem przyniosło porozumienia, które dadzą nam więcej siły. Każdego dnia w stosunkach z partnerami musi być (pozytywny) wynik dla Ukrainy” – napisał Zełenski we wtorek w komunikatorze Telegram.

Na środę zaplanowano wizytę prezydenta Ukrainy w Turcji. „Przygotowujemy się do intensyfikacji negocjacji i mamy wypracowane rozwiązania, które proponujemy partnerom. Przybliżenie końca wojny wszelkimi siłami jest priorytetem Ukrainy. Pracujemy również nad wznowieniem wymiany i powrotem jeńców (z Rosji)” – powiadomił Zełenski.

Specjalny wysłannik USA do spraw misji pokojowych Steve Witkoff odwiedzi Turcję



Trwa ofensywa dyplomatyczna Wołodymyra Zełenskiego. Po wizytach w Grecji (niedziela), Francji (poniedziałek) i Hiszpanii (wtorek) dziś czekają go spotkania w Turcji

w środę i weźmie udział w zaplanowanych rozmowach z prezydentem Ukrainy Wołodymyrem Zełenskim – podała we wtorek agencja Reutersa, powołując się na informatora z Turcji.

Wcześniej, w sobotę (15 listopada), agencja Interfax Ukraina przekazała, że sekretarz Rady Bezpieczeństwa Narodowego i Obrony (RBNiO) Ukrainy Rustem Umierow przeprowadził w Turcji i Zjednoczonych Emiratach Arabskich, przy wsparciu partnerów, konsultacje w sprawie wznowienia procesu wymiany i uwalniania Ukraińców z rosyjskiej niewoli.

„W wyniku tych negocjacji strony zgodziły się na powrót do porozumień stambulskich. Dotyczy to uwolnienia 1200 Ukraińców” – napisał w oświadczeniu Umierow. Sekretarz RBNiO rozpoczął wizytę do Turcji 11 listopada.

Przypomnijmy – w niedzielę Zełenski przyjechał do Aten, aby sfinalizować umowę w sprawie

„Pracujemy nad wznowieniem wymiany i powrotem jeńców (z Rosji)” – powiadomił Wołodymyr Zełenski

dostaw gazu przed sezonem zimowym. Cytowane przez AFP greckie źródła rządowe podały, że Ukraina i Grecja podpisały umowę o dostawach skroplonego gazu ziemnego (LNG) do Kijowa w okresie od grudnia 2025 do marca 2026 roku.

W poniedziałek Wołodymyr Zełenski spotkał się z prezydentem Francji Emmanuelem Macronem. Przywódcy obu krajów rozmawiali m.in. o potrzebach wojskowych Kijowa i współpracy przemysłów obronnych. Podpisali także list intencyjny w sprawie zakupu w przyszłości przez Ukrainę do 100 francuskich samolotów Rafale.

PAP

Do kontroli, bo... trzymała paszport w zębach

Grzegorz Kuczyński
Turcja

Straż graniczna w Turcji zatrzymała obywatelkę Rosji podczas kontroli paszportowej. Kobieta wzięła w zęby swój paszport, bo ręce miała zajęte torbami i paczkami.

O całej historii donosi popularny kanał Telegramu – Baza. Zamieszkała w Murmańsku 35-letnia Ksenia (jej nazwisko nie zostało podane) stała w kolejce do kontroli paszportowej na lotnisku w mieście Alanya „z mnóstwem toreb, paczek i walizką”.

W pewnym momencie upuściła torebkę na podłogę, sięgnęła, aby ją podnieść, i wzięła w zęby swój paszport, bo miała zajęte ręce. Następnie stanęła w kolejce do kontroli paszportowej.

Tureccy pracownicy kontroli dwukrotnie odmówili jej przepuszczenia, a wreszcie zabrali ją na rozmowę do służbowego pomieszczenia. Rosjance „wydano ostrzeżenie za zbezczeszczenie symbolu państwowego” – pisze Baza. Z wpisu na tym kanale nie wynika jasno, czy Rosjanka ostatecznie przeszła kontrolę graniczną i czy została pociągnięta do odpowiedzialności administracyjnej lub karnej.

W Turcji znane są przypadki, w których obywatele byli pociągani do odpowiedzialności karnej za zbezczeszczenie tureckiego paszportu. Na przykład w 2021 roku dwie osoby zostały zatrzymane za opublikowanie w serwisie TikTok filmu, w którym używali paszportu jako rękawicy do piekarnika.

PAP

Rada Bezpieczeństwa ONZ przyjęła rezolucję popierającą plan Trumpa dotyczący Strefy Gazy

Grzegorz Kuczyński
USA

Rada Bezpieczeństwa ONZ przyjęła rezolucję popierającą plan prezydenta USA Donalda Trumpa w sprawie Strefy Gazy. Za rezolucją głosowało 13 krajów. Rosja i Chiny wstrzymały się od głosu.

Ambasador USA przy ONZ Mike Waltz nazwał rezolucję „historyczną i konstruktywną” oraz podkreślił, że rozpoczyna nowe rozdział na Bliskim Wschodzie. „Dzisiejsza rezolucja to kolejny znaczący krok w stronę stabilnej Strefy Gazy, która będzie mogła prosperować, i środowiska, które pozwoli Izraelowi na życie w bezpieczeństwie” – oświadczył Waltz, cytowany przez AP.

Dokument przewiduje m.in. utworzenie Międzynarodo-



Rada Bezpieczeństwa ONZ przyjęła rezolucję popierającą plan Donalda Trumpa dla Strefy Gazy

wych Sił Stabilizacyjnych (ISF), mających odpowiadać za zabezpieczanie granic Strefy Gazy z Izraelem i Egiptem, zapewnienie bezpieczeństwa ludności cywilnej i stref humanitarnych, a także szkolenie i współpracę z nowymi pale-

styńskimi siłami policyjnymi. Zgodnie z 20-punktowym planem prezydenta USA Strefą Gazy zarządzać ma apolityczna administracja palestyńska nadzorowana przez Radę Pokoju, której przewodniczyć miałby Trump.

Rezolucja stwierdza, że wraz z demilitaryzacją i odbudową Strefy Gazy oraz reformą Autonomii Palestyńskiej na Zachodnim Brzegu Jordanu „mogą wreszcie powstać warunki dla wiarygodnej ścieżki do samostanowienia i państwowości Palestyny”.

Hamas odrzucił w poniedziałek propozycję rozbioru zawartą w amerykańskim projekcie rezolucji. Palestyńskie ugrupowanie argumentuje, że rozbicie byłoby pogwałceniem „prawa do oporu” oraz „próbą poddania Strefy Gazy władzy międzynarodowej”.

Rosja, która wstrzymała się od głosu, zaproponowała własny projekt rezolucji, w którym zawarto propozycję utworzenia ISF, ale nie pojawiły się tam odniesienia do Rady Pokoju.

PAP

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Smalec gęsi wraca do łask

Dla naszych babć był domowym lekarstwem na przeziębienie i bóle mięśni, dziś znów wraca do łask. Smalec gęsi to nie tylko tłuszcz

do smażenia, ale też naturalny balsam o rozgrzewających i pielęgnacyjnych właściwościach. Jest bogaty w wiele cennych substancji, przez co jest uważany za jeden z najzdrowszych tłuszczów odzwierzęcych. Sprawdź, jak go stosować.

ZA TYDZIEŃ:

- Grypa czy przeziębienie? Poznaj objawy
- Dokuczają ci migreny? Oprócz leków przeciwbólowych, istnieją też inne nietypowe, ale skuteczne, sposoby na ból głowy



FOT. GETTY IMAGES

Padaczka. Większość pacjentów może prowadzić normalne życie

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Padaczka to choroba neurologiczna, która dotyka około 1 proc. społeczeństwa. Według Światowej Organizacji Zdrowia na padaczkę choruje 50 mln osób na świecie, a w Polsce około 400 tys. osób.

Padaczka objawia się głównie napadami drgawek. Według WHO u około połowy osób z padaczką nie można ustalić przyczyny.

Czy padaczka jest uleczalna? Specjalista odpowiada

Jak podkreśla lekarz Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego nr 5 w Sosnowcu, padaczka to choroba, która wciąż budzi lęk w społeczeństwie. Wielu pacjentów mierzy się nie tylko z objawami choroby, ale także z problemami społecznymi, takimi jak trudności w zatrudnieniu. W ramach obchodów Dnia Epilepsji, który wypada 10 lutego, warto przybliżyć ten temat i zwiększyć świadomość społeczną.

- Padaczka to choroba, której społeczeństwo wciąż się obawia, co często prowadzi do uprzedzeń i trudności w zatrudnieniu dla chorych - mówi dr n. med. Paweł Gruenpeter.

Padaczka dotyka około 1 proc. społeczeństwa, co oznacza, że w Polsce żyje około 400 tysięcy osób z tą chorobą.

- W tej chwili przyczyny padaczki u dorosłych są związane nie tylko, jak wcześniej, z urazami, przebytymi udarami czy guzami mózgu, ale również z używkami - alkoholem, narkotykami i pozostałymi środkami - tłumaczy dr n. med. Paweł Gruenpeter, lekarz Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego nr 5 w Sosnowcu. Jak wyjaśnia lekarz, dzięki postępowi w terapii i pojawieniu się nowoczesnych leków padaczka jest w 70 proc. przypadków uleczalna - napady mogą być skutecznie opanowane. Choroba wynika z nieprawidłowych wyładowań neuronów w określonych ośrodkach korowych mózgu.



FOT. FREEPIK

Dzięki postępowi w terapii i pojawieniu się nowoczesnych leków padaczka jest w 70 proc. przypadków uleczalna

- Najczęściej napad padaczkowy kojarzymy z tym, że pacjent upada, traci przytomność, ma drgawki, pianę na ustach. Jest to tylko część napadów padaczkowych - podkreślił dr Gruenpeter. - Druga część to są napady, które określane są jako częściowe, mogą się prezentować jako zaburzenia świadomości, często przypominające choroby psychiatryczne, często też dochodzi do tylko czasowych drgawek kończyn górnej lub dolnej, albo też zaburzeń świadomości w formie upadków - dodaje ekspert.

Co zrobić podczas ataku padaczki?

Podczas ataku nieprzytomnej osobie grozi zachłyśnięcie lub uraz głowy i kręgosłupa. Należy ułożyć chorego w pozycji bocznej ustalonej, a jeśli to niemożliwe, pozostawić

na wznak. Nie podkładać niczego pod głowę, ponieważ utrudni to oddychanie i grozi zapadnięciem języka. Nie podawać żadnych pokarmów ani napojów. Spróbować ochronić głowę i kręgosłup chorego przed ewentualnymi urazami i uderzeniami o różne przedmioty. Głowę należy tylko przytrzymać, a nie podnosić. Nie powstrzymywać na siłę drgawek, rozluźnić odzież. Nie wkładać poszkodowanemu niczego do ust, szczególnie nie twardego, nie otwierać na siłę zaciśniętych szczęk. Zazwyczaj

Mimo ograniczeń, większość osób chorych na padaczkę może prowadzić normalne życie, zarówno zawodowe, jak i rodzinne

atak padaczkowy mija po 2-3 minutach. Po ataku osoba może mieć problemy z kontaktem z otoczeniem, mówieniem, kojarzeniem faktów i chodzeniem. Trzeba jej wyjaśnić, co się stało i pomóc się podnieść. Po ataku konieczny jest odpoczynek. Trzeba sprawdzić, czy podczas ataku chorego nie puściły zwierzęce i ewentualnie pomóc doprowadzić się do porządku.

Po każdym ataku zalecany jest kontakt z lekarzem.

Natomiast gdy atak trwa dłużej niż 2 minuty, trzeba natychmiast zadzwonić po pogotowie ratunkowe.

Jak wygląda życie z padaczką?

Mimo że padaczka wiąże się z pewnymi ograniczeniami zawodowymi, jak unikanie pracy na wysokości czy obsługi ma-

szyn, większość pacjentów może prowadzić normalne życie, zarówno zawodowe, jak i rodzinne.

- Większość chorych, przynajmniej 70 proc., ma opanowane napady. Pacjenci mogą normalnie funkcjonować w społeczeństwie. Nie ma żadnych przeciwwskazań do podjęcia pracy - zaznacza dr Gruenpeter. - Oczywiście są pewne ograniczenia w podejmowaniu pracy na wysokości, czy samodzielnej pracy przy mechanicznych urządzeniach, gdzie istnieje ryzyko, że w momencie wystąpienia napadu powstanie niebezpieczeństwo dla pacjenta lub otoczenia, ale to są sporadyczne przypadki - dodaje.

Czas przełamać lęk i stereotypy. Ekspert o życiu z padaczką

Specjalista podkreśla, że mimo wszystko wciąż trzeba się starać o zwiększenie akceptacji

społecznej dla osób cierpiących na padaczkę.

- Kiedyś były zupełnie inne poglądy na temat tej choroby. W tej chwili wiemy, że to były nienaukowe doniesienia i możemy sobie z pełną świadomością powiedzieć, że osoby chore są normalnymi ludźmi, którzy świetnie funkcjonują w społeczeństwie - podsumowuje dr Gruenpeter.

Międzynarodowy Dzień Epilepsji, obchodzony co roku, ma na celu zwiększenie świadomości społecznej na temat tej choroby - jej objawów, leczenia oraz codziennego życia pacjentów.

To także okazja do walki ze stygmatyzacją i wykluczeniem społecznym osób cierpiących na epilepsję. Edukacja i otwartość społeczeństwa mogą pomóc osobom z padaczką w pełni uczestniczyć w życiu zawodowym i społecznym.

Na gardło, stawy i suchą skórę. Smalec gęsi znów podbija nasze domowe apteczki

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Dla naszych babć był domowym lekarstwem na przeziębienie i bóle mięśni, dziś znów wraca do łask.

Smalec gęsi to nie tylko tłuszcz do smażenia, ale też naturalny balsam o rozgrzewających i pielęgnacyjnych właściwościach.

Czy smalec z gęsiny jest zdrowy?

Smalec z gęsi powstaje przez wytopienie tłuszczu gęsięgo. Ten najbardziej wartościowy to tłuszcz sadełkowy. Smalec z gęsiny jest z powodzeniem stosowany w kuchni - nie tylko do smażenia, ale także jako dodatek smakowy wielu potraw czy do smarowania pieczywa. Co ważne, obróbka termiczna w jego przypadku nie jest problemem, bo zachowuje skład chemiczny nawet w temperaturze dochodzącej do 200 st. C.

Poza wytrzymałością na wysokie temperatury smalec gęsi jest bogaty w wiele cennych substancji, przez co jest uważany za jeden z najzdrowszych tłuszczów odzwierzęcych. W jego składzie są m.in.:

- witamina A - przyspiesza gojenie się ran, wpływa na dobry stan skóry i na wzrok,
- witamina E - składnik wielu kosmetyków przeciwzmarszczkowych, odżywczych i nawilżających,
- witamina D - jedna jego łyżka smalcu gęsięgo zawiera 1000 IU witaminy D, wzmacniając odporność oraz korzystnie wpływając na mięśnie i układ mięśniowy,
- witaminy z grupy B - niezbędne do wytwarzania czerwonych



Smalec gęsi ma długą tradycję stosowania zarówno w kuchni i w medycynie naturalnej

nych krwinek, prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego i wykorzystywania energii z pożywienia,

- żelazo - dostarcza tlen do narządów i mięśni oraz jest niezbędnym elementem w produkcji czerwonych krwinek,
- cynk - bierze udział w syntezie białek, biosyntezie RNA i DNA, wzmacnia włosy i paznokcie, wzmacnia odporność i chroni przed przeziębieniem,
- potas - jest odpowiedzialny za właściwe przewodzenie impulsów nerwowych, reguluje poziom pH komórek i pozytywnie wpływa na funkcjonowanie mózgu i układu nerwowego.

Na co jest dobry smalec gęsi?

Smalec gęsi był Vicksem naszych rodziców i dziadków. Był stosowany w medycynie ludowej do leczenia przeziębienia, zapalenia oskrzeli, reumatyzmu czy kaszlu.

- Gęsi tłuszcz jest stosowany w medycynie jako środek zmniejszający przekrwienie przy krztuścu, wszelkiego rodzaju przeziębieniach kłatkę piersiowej - mówi Janine Christmas, łączniczka społeczności w projekcie Cape Breton University. - Być może twoja babcia używała gęsięgo tłuszczu w tamtych czasach z powodu braku dostępu do opieki zdrowotnej i lekarzy - dodaje.

Pisząc, że smalec gęsi był jak Vicks, mam na myśli, że smarowało się nim klatkę piersiową i plecy, co miało pomóc zwalczyć uporczywy kaszel. Osoby cier-

piące na reumatyzm nacierały się maścią ze smalcu z gęsiny. Kura-cja miała trwać miesiąc, żeby były widoczne efekty.

Gęsi tłuszcz rozpuszczało się też w gorącym mleku, a do mikstury dodawało się miód. Taki napój miał pomóc na przeziębienie i piło się go przede wszystkim przed snem. Z kolei na zapalenie oskrzeli rozpuszczano łyżeczkę smalcu w połowie szklanki ciepłego mleka i dodawało się łyżeczkę miodu. Taki napój należało wypijać trzy razy dziennie.

Smalec z gęsi na żylaki, stawy i zmarszczki

Gęsi smalec, dzięki swoim właściwościom rozgrzewającym, łagodzącym i redukującym, znalazł też zastosowanie w leczeniu żylaków i pajączków nacyniowych. Po podgrzaniu i zmieszaniu z olejem rycynowym pomaga w przypadku zmian zwyrodnieniowych stawów.

Smalec z gęsiny jest też wykorzystywany w... kosmetyce. Choć nie ma na to jeszcze naukowych dowodów, że gęsi tłuszcz może zmniejszać widoczną zmarszczkę, to regularne stosowanie smalcu z gęsi na skórę sprawia, że staje się ona gładsza, bardziej odżywiona i miękka.

Smalec gęsi to tajna broń naszych babć na idealnie gładką i jędną skórę bez zmarszczek. Stosowany regularnie zapobiega powstawaniu bruzd. Dodatkowo przyczynia się do tego, że te istniejące stają się mniej widoczne.

Oczywiście na zmarszczki warto działać kompleksowo. Domowe sposoby są skuteczne, ale stosowanie samego smalcu nie da tak spektakularnych efektów.

Dlatego warto również zadbać o regularny ruch, dobrze zbilansowaną dietę, a wszystko to wspomóc kosmetykami przeciwzmarszczkowymi. Gęsi smalec na twarz i ciało jest bezpieczny dla każdego typu cery zarówno u pań, jak i panów. Może być stosowany też na blizny potrądzikowe i stany zapalne, poradzi sobie także ze zmarszczkami mimicznymi przy oczach, palcach i na czole. Jedyny minus mikstury jest jej zapach, który może być dla niektórych odpychający.

Smalec gęsi znany i stosowany od dawna daje rewelacyjne efekty i nie powinien uczulać skóry. Jednak warto zapytać go najpierw na niewidocznym fragmencie ciała i to sprawdzić. Smalec można używać w czystej postaci lub z dodatkiem naturalnych składników, na przykład nagietka.

Kremowanie skóry smalcem najlepiej wykonać wieczorem, aby produkt miał szansę się wchłoniąć. Jest on dość gęsty i tłusty. Przed aplikacją rozgrzej dłonie, aby specyfik dobrze się rozprowadzał po powierzchni. Wystarczy niewielką ilość produktu wmasować w wybrany fragment na twarzy, na którym są zmarszczki. Rano koniecznie umyj dokładnie twarz.

Wątroba. Jak rozpoznać, że dzieje się coś złego?

Gabriela Fedyk
gabriela.fedyk@polskapress.pl

Zmęczenie, bóle brzucha, senność po jedzeniu - zwykle zrzucamy winę na stres lub złą dietę. Tymczasem to mogą być pierwsze sygnały, że twoja wątroba jest przeciążona.

Zmęczenie, lekka senność po posiłkach, czasem mdłości albo uczucie ciężkości - łatwo je zrzucić na stres, brak snu czy złą dietę. Tymczasem to mogą być pierwsze, niepozorne sygnały, że twoja wątroba ma dość.

Ten niepozorny organ wykonuje dla nas tytaniczną pracę: filtruje toksyny, wspiera trawienie, reguluje metabolizm, a nawet magazynuje cenne składniki odżywcze. Ale choć potrafi się regenerować, nie jest niezniszczalna. Codzienne nawyki, które wydają się zupełnie niewinne, mogą ją powoli osłabiać.

Eksperti ostrzegają: choroby wątroby przez długi czas mogą nie dawać żadnych wyraźnych objawów. Dopiero gdy wątroba jest już poważnie uszkodzona, pojawia się żółtaczka, obrzęki czy ból brzucha. Dlatego warto działać wcześniej i przyjrzeć się pięciu najczęstszym błędom, które obciążają ten kluczowy narząd.

Alkohol - cichy wróg twojej wątroby

To tylko małe piwo po pracy albo kieliszek wina do kolacji - mówimy lub słyszymy to często. Prawda jest jednak taka, że wątroba nie lubi żadnej ilości alkoholu. Każdy drink, piwo czy lampka wina to dodatkowa dawka toksyn, które organ musi rozłożyć i zneutralizować.

Z czasem ta praca staje się dla niej zbyt dużym wysiłkiem. Pojawia się stłuszczenie wątroby, potem zapalenie, a w skrajnych przypadkach - marskość. I choć ten proces może trwać latami, to warto pamiętać, że wątroba ma swoją granicę wytrzymałości.

Eksperti zalecają, by nie przekraczać 14 jednostek alkoholu tygodniowo (czyli np. 6 małych lampek wina) i robić regularne dni bez alkoholu, by dać jej odechnąć.

Nie trzeba pić, by mieć chorą wątrobę. Coraz więcej osób cierpi na tzw. stłuszczeniową chorobę wątroby związaną z zaburzeniami metabolicznymi (MASLD),

dawniej znaną jako niealkoholowa choroba wątroby.

Winowajcy? Przetworzone jedzenie, tłuszcze nasycone i nadmiar cukru. Badania pokazują, że osoby pijące dużo napojów słodzonych są aż o 40 proc. bardziej narażone na rozwój tego schorzenia.

Na szczęście proces ten można odwrócić. Wystarczy postawić na warzywa, pełnoziarniste produkty, ryby i strączki oraz pić dużo wody - najlepiej ok. ośmiu szklanek dziennie.

Uważaj na środki przeciwbólowe

Paracetamol to jeden z najczęściej przyjmowanych leków na świecie. Ale w nadmiarze może być dla wątroby tak samo niebezpieczny jak alkohol.

Już nieznaczne przekroczenie zalecanej dawki może prowadzić do uszkodzenia komórek wątrobowych. Ryzyko rośnie, jeśli lek jest łączymy z alkoholem lub przyjmujemy go regularnie przez dłuższy czas. Jeśli więc często sięgasz po środki przeciwbólowe, warto skonsultować się z lekarzem - być może twoje dolegliwości mają inną, łatwiej usuwalną przyczynę.

Brak ruchu - problem, którego nie widać

Siedzący tryb życia to nie tylko problem z wagą. Brak ruchu oznacza także gorsze krążenie, wolniejszy metabolizm i większe ryzyko odkładania się tłuszczu w wątrobie. Nawet umiarkowany wysiłek potrafi zdziałać cuda. Jedno z badań pokazało, że już osiem tygodni regularnych ćwiczeń siłowych wystarczyło, by zmniejszyć ilość tłuszczu w wątrobie o 13 proc. i poprawić kontrolę poziomu cukru we krwi. Równie dobre efekty dają treningi aerobowe - wystarczy 30 minut szybkiego marszu pięć razy w tygodniu, by poprawić pracę wątroby i zwiększyć wrażliwość organizmu na insulinę.

Palenie szkodzi nie tylko płucom

Palenie papierosów obciąża wątrobę toksynami równie skutecznie jak alkohol. Dym tytoniowy zawiera tysiące związków chemicznych, które wątroba musi rozłożyć - a to prowadzi do stresu oksydacyjnego i powstawania blizn, czyli marskości wątroby.



Wieś potrafi zachwycać, inspirować i przyciągać spragnionych piękna natury

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Mistrzowie Agro to nie tylko plebiscyt, ale także opowieść o ludziach, którzy swoją pracą, pasją i zaangażowaniem tworzą coś wyjątkowego na polskiej wsi. Dzięki nim potrafi zachwycać, inspirować i przyciągać.

Po raz kolejny - najpierw w powiatach i regionach, a później w skali województwa i całego kraju - zostaną przyznane zaszczytne tytuły dla sołtysów, rolników, liderów społeczności i kół gospodyń wiejskich. O nagrody i wielką promocję powalczą również gospodarstwa agroturystyczne oraz sołectwa. Nowością są nagrody dla nad-

leśniczych. a To wszystko czeka na uczestników akcji Mistrzowie Agro. To jeden z najstarszych i najbardziej prestiżowych plebiscytów organizowanych przez Polska Press. Wy różniamy w nim ludzi, którzy z pasją i zaangażowaniem pracują na rzecz naszego rolnictwa i obszarów wiejskich. Bo polska wieś to nie tylko pola i gospo-

darstwa - to wspólnoty, które żyją pełnią życia. To ludzie, którzy z dumą pielęgnują tradycję, ale też otwierają się na nowoczesność i rozwój; rozkręcają koła gospodyń wiejskich czy gospodarstwa agroturystyczne, w których gościnność jest sztuką. Poznajcie kolejnych uczestników akcji Mistrzowie Agro 2025.

Wybrał życie na wsi, choć mógł zostać w mieście. Chce, by mieszkańcy odważniej mówili o swoich potrzebach

Krzysztof Chlistun, nominowany do tytułu Lider Roku, reprezentuje miejscowość Stawiec, a swoją funkcję pełni jako radny gminy Milicz.

- Moja przygoda z wsią to zarówno efekt mojego pochodzenia, jak i świadomy wybór. Po latach nauki i możliwościach podjęcia pracy w mieście zdecydowałem jednak - zostaję tu, gdzie się wychowałem. Dziś nie wyobrażam sobie życia w mieście, w tzw. „dużej płycie”. Choć życie na wsi ma swoje trudności, to przestrzeń, spokój i bliskość natury w pełni rekompensują te niedogodności - podkreśla.



Wieś to dla Niego nie tylko miejsce, ale społeczność. - Ludzie tu nie są anonimowi, potrafią współdziałać, wspierać się i razem dbać o swoje oto-

czenie. Dlatego w działaniach publicznych staram się kierować w stronę rozwoju obszarów wiejskich i aktywizacji mieszkańców - by nie tylko

wspólnie tworzyli i rozwijali swoje miejscowości, ale też odważnie mówili o swoich potrzebach i marzeniach - zaznacza. Każdy zaangażowany mieszkaniec daje Mu ogromną satysfakcję. - Prawdziwą radość czuję wtedy, gdy mieszkańcy sami angażują się we wspólne działania - pokazując, że razem możemy realnie zmieniać naszą wieś na lepsze - podkreśla. Choć jako radny i aktywny społecznik ma niewiele czasu, dba o chwilę oddechu. - Najlepsze są momenty, kiedy mogę wyjechać z rodziną, a mój telefon wreszcie odpoczywa - podkreśla.

Rolnictwo to Jego pasja od dziecka. Dziś prowadzi gospodarstwo i z dumą pracuje swoim Ursusem

Dla Niego wieś to naturalne środowisko, a praca w gospodarstwie - część rodzinnej tradycji. Patryk Marzec (Czaplice) to nominowany w kategorii Rolnik Roku.

- Działalność na wsi to u mnie rodzinna tradycja. Wychowałem się w gospodarstwie rolnym i od dziecka pomagałem rodzicom przy zwierzętach. Z czasem przejąłem część obowiązków i zacząłem rozwijać gospodarstwo. Rolnictwo jest moją pasją, którą kocham i która sprawia mi radość. Pro-



wadzę niewielkie gospodarstwo rolne, w którym posiadam Ursusa C-4011. Traktor ten był ze mną od dziecka i pozostanie

ze mną na zawsze - podkreśla. Największą radość sprawiają Mu codzienne obowiązki i praca w polu. - Praca

przy zwierzętach oraz prace polowe, które wykonuję w większości swoim Ursusem C-4011, dają mi ogromną satysfakcję. Najpiękniejszy czas to pora wakacyjna i żniwa zbóż, kiedy mogę podsumować cały sezon i wysiłek włożony w prowadzenie gospodarstwa - opowiada. Po dniu pełnym pracy najbardziej ceni wieczorne chwile z bliskimi. - Gorąca kawa, stół i rodzina wokół - to daje mi radość, energię i motywację do dalszego działania, szczególnie gdy słyszę ich wsparcie - mówi młody rolnik.

Mistrzowie AGRO

Liderzy w skali województwa we wszystkich kategoriach

SOŁTYS ROKU

1. Sławomir Maślanka, Sołectwo Borowa, gmina Długoleka
2. Ewelina Sądaj, Sołectwo Osieczów, gmina Osiecznica
3. Ewa Krasowska, Sołectwo Nowosiedlice, gmina Dobroszyce
4. Barbara Glińska, Sołectwo Wojciechów, gmina Kłodzko
5. Bogusław Gawron, Sołectwo Gołaczów, gmina Chojnów

ROLNIK ROKU

1. Andrzej Cywka, Naratów
2. Anna i Bogusław Wojszczyk, Raciborowice Dolne
3. Andrzej i Michał Dominik, Osiek Łużycki
4. Agnieszka Zobek, Ligota Polska
5. Robert Królik, Wierzchowice

LIDERKA/LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU

1. Michał Kunecki, Kraśnik Dolny, OSP Kraśnik Dolny
2. Katarzyna Lubańska, Jawor, Stowarzyszenie Las Dla Nas
3. Martin Rudzki, Lutynia, Piast Lutynia
4. Sebastian Siwoń, Szczedrzykowice, przewodniczący Rady Miasta i Gminy Prochowice
5. Marcin Suchara, Strzelin, Podróżę z Marcinem

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU

1. KGW Grabo-Jagi, gmina Twardogóra
2. KGW Lutynianki w Lutyni, gmina Miękinia
3. KGW Złoty Kłos, gmina Wołów
4. KGW w Szymanowie Odlotowe Babeczki, gmina Wisznia Mała
5. KGW Kwiatkowie, gmina Prochowice

NADLEŚNICZY ROKU

1. Jacek Wiśniewski, nadleśniczy Nadleśnictwa Chocianów
2. Janusz Kobielski, nadleśniczy Nadleśnictwa Ruzów
3. Jan Bacia, nadleśniczy Nadleśnictwa Legnica

AGROTURYSTYKA ROKU

1. Turkusowa Wyspa, Radomice
2. Nowa Kamienica 11, Nowa Kamienica
3. Agroturystyka Pokój i Spokój, Ząbice
4. Agroturystyka Ranczo Kruszynki, Kamienica
5. Młyn Zawadka, Zawadka

SOŁECTWO ROKU

1. Sołectwo Opatowice, gmina Borów
2. Sołectwo Wojanów Bobrów, gmina Mysłakowice
3. Sołectwo Strzeganowice, gmina Kąty Wrocławskie
4. Sołectwo Sulimierz, gmina Milicz
5. Sołectwo Smolne, gmina Jemielno

Pełne aktualne wyniki głosowania znajdziesz na:

www.gazetawroclawska.pl/agro

Patroni honorowi:



Ministerstwo Rolnictwa
i Rozwoju Wsi

Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Stefan Krajewski



Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa



Krajowy Ośrodek
Wsparcia Rolnictwa



Targi Kielce
exhibition & congress centre



PLEBISCYT SPORTOWY 2025. Bo my doskonale wiemy, że gwiazdy rodzą się tutaj - na naszych lokalnych boiskach

Dołącz do nas, razem wybierzmy lokalnych bohaterów sportowych aren! Nagrodzimy sportowców z pasją, trenerów z wizją, drużyny z charakterem i młode talenty, o których wkrótce może usłyszeć cała Polska.

Nasz Plebiscyt Sportowy to wyjątkowa tradycja, która od lat rozgrzewa emocje wśród kibiców i sportowców z całego naszego regionu. - Po raz kolejny wspólnie z Wami - naszymi Czytelnikami, fanami sportu, klubami, trenerami i zawodnikami - wyruszamy w pasjonującą podróż przez lokalne boiska, hale,

korty i bieżnie - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek, menedżerka akcji. Jak dodaje: - Tam, gdzie rozgrywają się mecze, które zostają w pamięci na długo. Tam, gdzie łączy się z potęgą, a radość z wygranej niesie całe drużyny na fali euforii.

Kandydatów do wyróżnień nominują dziennikarze z działu sportowego naszej redakcji. Do współpracy zaprosiliśmy też lokalne kluby sportowe. Możliwość zgłaszania swoich propozycji sportowców, trenerów i młodych sportowych talentów, które zasługują na uznanie lokalnych społecz-

ności mają jednak również nasi Czytelnicy (za pomocą formularza na stronie internetowej, do 26 listopada włącznie). Zachęcamy, jeśli znacie kogoś, kto zasługuje na uwagę sportowe nazwisko, obiecujący talent, dajcie znać.

Przy tworzeniu nominacji do Plebiscytu Sportowego nasi dziennikarze kierują się tym, co dzieje się lokalnie - emocjonującymi meczami, zawodami, wszelkimi sportowymi wydarzeniami, które jako lokalna redakcja mieliśmy okazję obserwować i relacjonować dla naszych Czytelników. To właśnie ta lokalna perspektywa wyróżnia naszą inicjatywę na tle ogólnokrajowych plebiscytów,

które skupiają się głównie na utytułowanych zawodnikach ze światowych aren. My pokazujemy, że prawdziwe sportowe pasje i przyszłe gwiazdy rodzą się właśnie tu, na naszych lokalnych boiskach, halach i stadionach.

Spośród nominowanych do nagrody sportowców tych najpopularniejszych - osobno w miastach oraz każdym powiecie, w różnych kategoriach wybiorą kibice - nasi Czytelnicy i Internauci. Głosowanie trwa, rankingi zmieniają na naszych oczach, a dziś poznajcie pierwszych liderów akcji.

PATRON PLEBISCYTU SPORTOWEGO



KRAJOWE ZRZESZENIE
LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

POZNAJ LIDERÓW

Oto liderzy w miastach i powiatach naszego regionu
w pozostałych kategoriach plebiscytu

SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY

1. **Agnieszka Szmidt**, Rajdy samochodowe, powiat kłodzki
2. **Vanessa Kamosz**, piłka nożna, Bielawianka Bielawa, powiat dzierzoniowski
3. **Malwina Stanasiuk**, biegi, DT Dąbrowski Team, powiat olawski
4. **Martyna Borczyk**, pływani, UKS Alfa Wałbrzych, Wałbrzych
5. **Katarzyna Kozikowska**, parakajakarstwo, Start Wrocław, Wrocław

SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI

1. **Tymoteusz Świecak**, sportowe ratownictwo wodne, Garmin Swimming & Rescue, Wrocław
2. **Dawid Walenciak**, piłka siatkowa, DOFU Bielawianka Bester Bielawa, powiat dzierzoniowski
3. **Dariusz Madeja**, biegi, LKS Iskra Jaskowa, powiat kłodzki
4. **Adam Scholz**, karate shotokan, Klub Karate Shotokan TORA, Legnica
5. **Oleksandr Nedaliuk**, sporty walki, Fight club Sparta Siechnice, powiat wrocławski

TRENER ROKU

1. **Krzysztof Kozina**, piłka nożna, WKS Śląsk Wrocław Bez Barier, Wrocław
2. **Iwona Klimkowska**, fitness, Drugi Wymiar Akademii Avatara, Legnica
3. **Michał Plechowicz**, piłka nożna, MKS Stella Lubomierz, powiat lwówecki
4. **Marcin Kazimierek**, piłka nożna, KS Zjednoczeni Żarów, powiat świdnicki
5. **Kacper Czaprán**, piłka nożna, Tęcza Brzezia Łąka, powiat wrocławski

DRUŻYNA ROKU

1. **ZKS Polar Wrocław**, piłka nożna, Wrocław
2. **SPS Modeko Brzeg Dolny**, piłka siatkowa, powiat wołowski
3. **KS WILK Długoleka**, piłka nożna kobiet, powiat wrocławski
4. **Akademia Piłkarska Gold Jagodnik**, piłka nożna, powiat świdnicki
5. **Klub Karate Shotokan TORA**, karate shotokan, Legnica

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj
na www.gazetawroclawska.pl/plebiscyt-sportowy

SPORTOWY TALENT ROKU



Szymon Czechowski, Piłka nożna, POLONIA Żąbkowice Śląskie



Oliwia Szczepańska-Fil, Lekkoatletyka, KS AZS AWF Wrocław



Bruno Urban, karate, Klub Karate Shotokan TORA w Legnicy



Pola Nowak, Piłka nożna, UKS Pieńsk, KS KOLONIA Bolesławiec



Konstanty Karnas, Piłka nożna



Alicja Skokowska, Bieganie



Maja Gwóźdź, Taekwondo, ITF Avasatare Brzeg Dolny



Marek Zawadzki, Piłka ręczna, Chrobry Głogów



Bartłomiej Kuligowski, Piłka nożna, KS Karkonosze

DROBNE

Gazeta
WROCLAWSKA

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

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

W Biurze Reklamy:

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

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

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ bez pośrednika 500-185-254.

KUPIĘ każde, got. w 24 h, 500-002-486

Motoryzacja

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

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

Handlowe

ANTYKI

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

MASZYNY URZĄDZENIA

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

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

NAŁOGI - www.kudzu.pl 451-575-023.

STOMATOLOGIA

Protetyka 507-650-105.

OPIEKA

POMOC domowa dla seniorów. Wybrane dni tyg. Duży zakres. Referencje 789-256-593.

Usługi

AGD RTV FOTO

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

BUDOWLANO-REMONTOWE

Dachy, kominy, rynny. Budowa, remonty. Tel. 510-765-587.

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

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

KUCHNIE junkersy piece 609-528-079.

MALARZ, gładzie bezpył. 730-325-737

MALOWANIE, tapetowa. 530-501-772.

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

INSTALACYJNE

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

HYDRAULIK 24h, awarie 505-982-689.

Hydraulik natychmiast 500323373

Hydraulik, Elektryk 505-087-474.

PORZĄDKOWE

ZWALCZANIE pluskwy, 660-811-020.

PRZEPROWADZKI

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

STOLARSKIE

Tapicerstwo tanio 601-892-927.

TRANSPORTOWE

WYWÓZ starych mebli, 660-811-020.

ZABEZPIECZAJĄCE

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

Różne

WRÓŻBY, porady: profesjonalnie 693611517, www.wrozby.pop.pl

Towarzyskie

WANDY, 505-353-547.

Usługi kamieniarskie

KAMIENIARSTWO. Pomniki granitowe. Koszt z montażem 2.500 zł. Tel. 691-883-105.

REKLAMA

0011417558

Stacja demontażu pojazdów
ZŁOMUJGRATA.PL
KASACJA POJAZDÓW
500 545 500

REKLAMA

0011432105

GMINA BÓLKÓW
Burmistrz Bolkowa
informuje,
że w dniu 19 listopada 2025 roku został podany do publicznej wiadomości wykaz, stanowiących własność Gminy Bolków, nieruchomości przeznaczonych do zbycia lub oddania w użytkowanie, najem, dzierżawę lub użyczenie, poprzez wywieszenie na okres 21 dni w siedzibie Urzędu Miejskiego w Bolkowie oraz zamieszczenie na stronach internetowych www.bolkow.pl i umbolkow.bip.net.pl.

REKLAMA

0011433261

Starosta Powiatu Średzkiego
ogłasza pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej stanowiącej własność Skarbu Państwa, położonej w obrębie Wróblowice, gmina Miękinia - działka nr 2/152, o powierzchni 2.246 m², w bezpośrednim sąsiedztwie zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej.
Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego dla obszaru położonego w zachodniej części obrębu Wróblowice, działka leży na terenie zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej (symbol 1MW), w strefie "OW" ochrony konserwatorskiej oraz w granicach trzeciorzędowego zbiornika wód podziemnych GZPW nr 319 "Subzbiornik Prochowice - Środa Śląska". Na dzień przetargu przedmiotowa nieruchomość nie jest użytkowana oraz nie jest obciążona żadnymi prawami.
Cena wywoławcza nieruchomości = 820.000 złotych, wysokość wadium = 75.000 złotych.
Przetarg odbędzie się w dniu 22.01.2026 roku o godz. 12.00 w Starostwie Powiatowym w Środzie Śląskiej, ul. Wrocławska 2, II p., pok. 304.
Podmiotami uprawnionymi do udziału w przetargu są osoby fizyczne i prawne, działające osobiście lub poprzez swoich pełnomocników, które wniosą wadium w terminie do dnia 15.01.2026 roku na konto Starostwa Powiatowego w Środzie Śląskiej : Bank Spółdzielczy w Środzie Śląskiej Nr 23 9589 0003 0003 7208 2000 0090.
Pełną treść ogłoszenia oraz szczegółowe informacje dotyczące sprzedaży można uzyskać w Wydziale Mienia i Infrastruktury Drogowej - tel. 396-89-52 oraz na stronach internetowych pod adresem : www.powiat-sredzki.pl

REKLAMA

0011433956

Spółdzielnia Mieszkaniowa „USTRONIE IV” w Lubinie, ul. Kamienna 5
ogłasza przetarg nieograniczony na:
Remont instalacji wody i kanalizacji sanitarnej w budynkach mieszkalnych wielorodzinnych z zastosowaniem rur z tworzywa sztucznego:
Zadanie Nr 1 – ul. Słowackiego 19-21 Zadanie Nr 5 – ul. Norwida 18-24
Zadanie Nr 2 – ul. Iwazkiewicza 23-27 Zadanie Nr 6 – ul. Reymonta 12-16
Zadanie Nr 3 – ul. Reymonta 8-10 Zadanie Nr 7 – ul. Kamienna 41-47
Zadanie Nr 4 – ul. Słowackiego 23-25
Oferty należy składać w terminie do dnia 3.12.2025 r. do godz. 14.00 w sekretariacie spółdzielni ul. Kamienna 5.
Otwarcie ofert nastąpi w siedzibie spółdzielni w pok. nr 11 w dniu **4.12.2025 r. godz. 11.00.**
Warunki uczestnictwa w przetargu i wpłaty wadium określa Specyfikacja Istotnych Warunków Zamówienia, którą należy wykupić w Dziale Eksploatacji pok. nr 9 w godz. 9.00 – 15.00, tel. 76-842-58-08.
Cena Specyfikacji za jedno zadanie wynosi 30 zł.
Spółdzielnia zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferenta oraz unieważnienia przetargu w całości lub w części bez podania przyczyn.

REKLAMA

0011434537

OGŁOSZENIE
Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U. z 2024 r., poz. 1145) **Wójt Gminy Dziadowa Kłoda** informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Dziadowa Kłoda oraz w poszczególnych sołectwach, a także na stronie internetowej Urzędu www.dziadowakloda.pl, wywieszony został wykaz nieruchomości przeznaczonych do **sprzedaży**:
- w trybie przetargu ustnego nieograniczonego działki nr 87/1 o pow. 0,2019 ha położonej w Dalborowicach zapisanej w księdze wieczystej WR1E/00063230/4
- w trybie przetargu ustnego nieograniczonego działki nr 87/2 o pow. 0,2020 ha położonej w Dalborowicach zapisanej w księdze wieczystej WR1E/00063230/4.
Pełną informację dotyczącą nieruchomości zawiera wykaz wywieszony na tablicy ogłoszeń w budynku Urzędu.
Dodatkowe informacje można uzyskać w pokoju nr 13 Urzędu Gminy Dziadowa Kłoda lub pod nr tel. 627869288

Polecamy →

GOL24

gol24.pl

Wszystko o piłce



Kończę pracę w sylwestra najpóźniej o 23.35



Doda o swym występie na tegorocznej imprezie sylwestrowej, którą zorganizuje TVP Fot. Aleksy Witwicki

Z ŻYCIA GWIAZD

Karolina Gilon ma spore wydatki

Prezenterka obwieściła na Instagramie, jak rozplanowuje domowy budżet. Ponieważ kupiła z mężem mieszkanie na kredyt, płaci ratę w wysokości 3,5 tys. złotych. Opłaty za media – to kolejne 3 tys. Na jedzenie – 2,4 tys. zł miesięcznie. Do tego dochodzą wydatki na dziecko i inne. W sumie celebrytka wydaje od 14 do 15,5 tys. zł na miesiąc.

Viola Kołakowska zdemontowała plotki

Aktorka odniosła się na Instagramie do medialnych publikacji, które sugerowały, że była bita przez partnera. Kołakowska przyznała, że „była bita jako dziecko w domu rodzinnym”, ale sugestie, że doświadczyła przemocy fizycznej także ze strony partnera, są dla niej „manipulowaniem informacji dla klikalności”.

Iwona Pavlović nie zgadza się

Za nami finał 17. edycji „Tańca z gwiazdami”. Ze zwycięstwa cieszy się Mikołaj „Bagi” Bagiński oraz jego partnerka Magdalena Tarnowska. Wygrana influencerka nie wszystkim się jednak podoba. Swoje zdanie ma oczywiście Iwona Pavlović. Uważa, że Złota Kula powinna trafić do Wiktorii Gorodeckiej, drugie miejsce powinien zająć Maurycy Popiel, a dopiero trzecie „Bagi”. – Nie pierwszy raz ogólnie werdykt nie zgadza się z moimi opiniami tanecznymi – powiedziała w rozmowie z Pomponikiem.

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Księga Luster TV Puls, 20:00

Roy (Russell Crowe), były detektyw wydziału zabójstw, zmaga się z zanikiem pamięci, ale zostaje zmuszony do ponownego zbadania sprawy, której... nie pamięta. Prosi byłego partnera (Tommy Flanagan) o pomoc. Walcząc z chorobą, mężczyźni próbują złożyć w całość fragmenty wspomnień.

Sprawiedliwy Kino Polska, 20:00

Rok 1942, Kieleccyzna. Historia niezwyklej przyjaźni, której towarzyszy widmo wojny, śmierci i okrucieństwa. Uważany za dziwaka Pajtek (Jacek Braciak) poznaje przegarniętą przez młode polskie małżeństwo 6-letnią żydówkę Hanię. Więź, która połączy tych dwoje, pozwoli im przetrwać trudne czasy, znieść zawiść i samotność.

Przedwiośnie TVP Kultura, 20:00

Ekranizacja powieści Stefana Żeromskiego. Filip Bajon przedstawia historię młodego idealisty, który w burzliwym okresie kształtowania się II RP poszukuje swojego miejsca w świecie i odpowiedzi na pytania o sprawiedliwość społeczną.

Oblicza terroryzmu TVP Historia, 20:00

Historie największych ataków terrorystycznych, które zmieniły świat. Wywiady ze świadkami, materiały archiwalne i rekonstrukcje plus wypowiedzi ekspertów na temat zmian dotyczących zjawiska terroryzmu.

KRZYŻÓWKA NR 178

Poziomo:

- 3) wieje w Karpatach Zachodnich,
- 10) drobny ptak leśny,
- 11) tarcza Zeusa wykonana przez Hefajstosa,
- 12) półkryty pojazd konny,
- 14) stan upadku, zniszczenia,
- 15) ubijak do mięsa,
- 16) dawna jednostka miary tkanin,
- 19) profesor ... Gąbka z kreskówki,
- 23) największy z gryzoni zamieszkujący Amerykę Południową,
- 27) w portmonetce Anglika,
- 28) składa się z dekanatów i parafii,
- 29) środek przeciwbólowy,
- 30) „Lato w ...”, sztuka Jarosława Iwaszkiewicza,
- 33) zwierzę ze skokami,
- 37) otoczka kotleta schabowego,
- 38) przełożona klasztoru żeńskiego,
- 39) „Kocie ...”, polski kryminał,
- 40) kolor kojarzony z Holandią,
- 41) roślina gorzkwata, centuria.

Pionowo:

- 1) mały chłopiec, brzdąc,
- 2) brunatny lub kamienny,
- 3) stado z basiosem i waderą,
- 4) udaje towar na wystawie,
- 5) jedna z najdłuższych rzek w Europie,
- 6) drewniany pasek boazerii,
- 7) ... Menuhin, amerykański wirtuoz skrzypiec,
- 8) pojedyncza lub mnoga,

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	34		35	36
37																
39														40		

AUTOPROMOCJA 0011227954

WROCŁAWSKA

w prenumeracie z Tele Magazynem

71 727 62 37

- 9) groźna choroba oczu, glaukoma,
- 13) egipskie bóstwo księżyca,
- 17) ryba ozdobna, jaź złoty,
- 18) dokumenty w segregatorze,
- 20) polski producent koncentratów obiadowych,
- 21) barwne zjawisko atmosferyczne,
- 22) pomoc z powietrza dla parazytów,

- 24) przerwa w podróży konno,
- 25) śródlądowy statek na rzece,
- 26) część walki bokserskiej,
- 30) zbrojny atak, agresja,
- 31) garaż dla szybowca,
- 32) zapalenie błon śluzowych nosa,
- 34) część skoczni narciarskiej,
- 35) roślina na biopaliwo,
- 36) tytuł arystokratyczny Józefa Poniatowskiego.

ROZWIĄZANIE NR 177

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Nadciąga fala energii, która popchnie Cię do zmian. Horoskop dzienny to wskazówka, by słuchać intuicji i ruszać śmiało naprzód.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój sprzyja Twoim planom. Horoskop na dziś wróży, że po odłożeniu na bok emocji uda Ci się zrealizować wszystkie zamierzenia.

Baran (21.03 - 19.04)

Rozmowy przyniosą klarowność. Nie bój się pytać, bo horoskop dzienny na środę zapowiada, że szczerza wymiana zdań doda Ci odwagi.

Byk (20.04 - 20.05)

Dom i relacje staną się priorytetem. Horoskop dzienny wyraźnie mówi, że ciepła rozmowa pomoże uzdrowić dawne nieporozumienia.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja kreatywność osiągnie wyżyny. Horoskop na dziś wróży, że nowy pomysł przyciągnie uwagę, więc odważ się go pokazać światu.

Rak (22.06 - 22.07)

Detale będą dziś kluczowe. Zadbaj o porządek w planach. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że dzięki temu unikniesz stresu.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia wraca małymi krokami. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o równowagę między obowiązkami a chwilami dla siebie.

Panna (23.08 - 22.09)

Zaskoczy Cię czyjaś szczerość. Otwórz się na nowe sojusze. Horoskop na dziś zapowiada, że mogą one przynieść coś wartościowego.

Waga (23.09 - 22.10)

Czeka Cię ciekawa przygoda. Horoskop dzienny na środę wróży, że krótka zmiana otoczenia odświeży myśli i przywróci wewnętrzny zapał.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Planowanie przyniesie Ci sporo satysfakcji. Horoskop dzienny mówi, że mały sukces pokaże, że konsekwencja znowu się opłaca...

Strzelec (22.11 - 21.12)

Inspiracja spadnie nagłe. Nietypowy pomysł zrodzi się z przypadku. Horoskop na dziś stanowczo radzi zapisać go, zanim umknie. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Wszystko będzie dzisiaj układać się po Twojej myśli. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że dostarczy Ci to mnóstwo satysfakcji.

Reprezentanci Polski i kibice zostali sprowadzeni na ziemię

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Reprezentacja Polski dostała zimny prysznic na koniec fazy grupowej eliminacji MŚ 2026. Była o włos od kompromitacji przeciwko Maltie zajmującej 166. miejsce w rankingu FIFA.

Dopiero błysk Piotra Zielińskiego w końcówce sprawił, że zwyciężyliśmy 3:2.

Wygrać, nie złapać kontuzji i przede wszystkim kartek skutkujących pauzami w półfinale baraży – takie cele przyświecały Polsce na niewielkiej wyspie położonej na południe od Włoch. Kibice po tym, co zobaczyli w piątek z Holandią w Warszawie (1:1), liczyli na gładkie, bardzo wysokie zwycięstwo.

Selekcjoner Jan Urban na przedmeczowej konferencji przestrzegał jednak przed huraoptymizmem. Niestety, przewidział, że nie skończy się żadnym pogromem, chociaż wystawił skład zbliżony do optymalnego.

Żle w defensywie

Polacy od początku wyglądali na rozkojarzonych. Bardzo słabo spisywała się cała obrona na czele z Jakubem Kiwior, który popełniał kardynalne błędy skutkujące utratą bramek. Nie pomógł powrót po pauzie Przemysław Wiśniewski. Ten stoper także zagrał poniżej oczekiwań.

Malta nie była żadnym wyzwaniem dla Holandii w dwumeczu, bo ta wbiła jej aż dwa nacięcia bramek, nie tracąc ani jednej. My męczyliśmy się w obu spotkaniach. Co zawiodło w poniedziałkowy wieczór?

– Przygotowanie do meczu – stwierdził Robert Lewandowski.



Piotr Zieliński rozegrał znakomite spotkanie z Holandią w Warszawie, a na Maltie zapewnił Polsce zwycięstwo

– Maltańczycy zaskoczyli nas trochę rozegraniami piłki, nie bali się grać po ziemi, kilku zawodników świetnie utrzymywało się przy piłce – wymieniał Piotr Zieliński.

– Myśmy stworzyli sobie dosyć dużo sytuacji, ale zachowywaliśmy się bardzo źle w defensywie – zauważył Jan Urban.

Padły również głosy o niewdzięcznej murawie. – Cały czas się ślizgałem – zdradził Paweł Wszołek, który zmienił korki krótko przed strzeleniem gola. Czekał na niego w kadrze blisko... dziesięć lat.

W tym meczu mieliśmy wiele zaskakująco trudnych momentów. Gdy wydawało się już, że jesteśmy na dobrej drodze do wygranej, sędzia Igor Pajac anulował bramkę Karola Świdrowskiego na 3:1, by wrócić do sytuacji z naszego pola karnego, w którym faulu dopuścił się Jakub Kiwior. Maltańczycy dzięki jedenastce trafili nas po raz drugi, a remis 2:2 utrzymywał się od 68 aż do 85 minut.

Pauza Zalewskiego
– Jak nie potrafisz wygrać, grając dobrze w piłkę, to wygraj brzydko, ale wygraj, bo to też jest umiejętność – przekonywał potem Urban, który miał niechętną minę podczas samego meczu.

Martwi nie tylko postawa drużyny, ale też fakt, że żółta

kartkę oznaczającą pauzę w półfinale baraży obejrzał Nicola Zalewski. W pozornie niegroźnej sytuacji jeden z naszych najlepszych piłkarzy sfaulował rywala i tym samym zasłużył na napomnienie. Sprowokować dał się też Wiśniewski, na szczęście pozostali – na czele z Zielińskim – utrzymali nerwy na wodzy.

Setka „Grosika”

W czwartek w szwajcarskim Zurychu poznamy rywali w dwuetapowych barażach.

– Mam nadzieję, że nam się poszczęści w losowaniu i oba spotkania rozegramy w Warszawie – stwierdził Lewandowski, którego dorobek w kadrze wzrósł do 88 bramek.

Setny występ z orzełkiem na piersi zaliczył natomiast drugi z 37-latków, Kamil Grosicki. „Jako dzieciak marzyłem o choćby jednym” – napisał w mediach społecznościowych.

MALTA - POLSKA 2:3

Bramki: Cardona 36, Teuma 68 (k.) – Lewandowski 32, Wszołek 59, Zieliński 85.
Żółte kartki: Teuma, Satariano – Wiśniewski, Zalewski.

Sędzia: Igor Pajac (Chorwacja).

Widzów: 10 326 osób.

Malta: Bonello – Muscat (54. Juan Corbalan), Shaw, Mentz (87. Buhagiar), Camenzuli – J. Mbong (46. Overend), Guillaumier, Satariano, Teuma (77. Pepe), Chouaref – Cardona (77 P. Mbong).

Polska: Drągowski – Wszołek (78. Grosicki), Wiśniewski (78. Bereszyński), Kędziora, Kiwior, Skóraś – Kamiński (90. Różga), Słisz (78. Kapustka), Zieliński, Zalewski (46. Świdrowski) – Lewandowski.

TABELA POLSKIEJ GRUPY

Inne wyniki: Holandia - Litwa 4:0.			
1. Holandia	8	20	27-4
2. POLSKA	8	17	14-7
3. Finlandia	8	10	8-14
4. Malta	8	5	4-19
5. Litwa	8	3	6-15

Kadra Urbana w barażach o mundial. To będzie gigantyczny turniej

Damian Świdrowski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Reprezentacja Polski szczęśliwie wygrała na wyjeździe z Maltą i zajęła drugie miejsce w grupie eliminacji mistrzostw świata. Biało-Czerwoni znaleźli się w barażach.

W czwartek, 20 listopada, o godzinie 13 odbędzie się ceremonia losowania w szwajcarskim Zurychu (transmisja w TVP Sport). Wówczas reprezentacja Polski pozna rywali w dwuetapowych barażach. Ich półfinały zaplanowano na 26 marca 2026 roku, natomiast finały na 31 marca.

Mundial 2026 w Ameryce Północnej będzie gigantycznym turniejem. Po raz pierwszy na czempionat globu przyjedzie aż 48 reprezentacji. 5 grudnia tego roku w USA odbędzie się losowanie. Uczestnicy zostaną podzieleni nie tak jak dotąd na 8 czterospółowych grup, ale aż na 12. Po fazie grupowej rozegrana zostanie 1/16 finału, bo

do fazy pucharowej awansują 24 reprezentacje z dwóch czołowych miejsc w każdej grupie, a także aż 8 z trzecich miejsc. W sumie aż 32 kadry narodowe, czyli tyle, ile w poprzednich edycjach rozpoczynało rywalizację w finałach mistrzostw świata. Wielki finał – po 39 dniach od inauguracji 11 czerwca na Estadio Azteca w stolicy Meksyku – odbędzie się 19 lipca 2026 roku na MetLife Stadium w New Jersey.

Meczów na tym dystansie będzie mnóstwo. Od 1998 do 2022 roku na mundial składały się 64 mecze – teraz w samej fazie grupowej spotkań będzie 68, a w całym turnieju aż 104.

© P

Mundial 2026. Nowy format:

48 reprezentacji uczestniczących (od 1998 do 2022: 32);
12 grup po 4 drużyny (od 1998 do 2022: 8 grup po cztery drużyny);
awans z grupy: 32 drużyny (od 1998 do 2022: 16 drużyn);
liczba meczów: 104 (od 1998 do 2022: 64).
Procent kadr narodowych uczestniczących w mundialu 22 proc. (od 1998 do 2022: 15).



Mecz z Maltą to już historia. Czekamy na czwartkowe losowanie dwuetapowego baraży, a potem na mundial

Od czwartku w Gdańsku trzecie zawody cyklu World Tour w short tracku

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

SHORT TRACK. Gdańsk będzie trzecim przystankiem cyklu World Tour w short tracku. Zawody zaplanowano w dniach 20-23 listopada.

Pierwsze i drugie zawody odbyły się już w październiku na kontynencie amerykańskim. Gospodarzem obydwu był kanadyjski Montreal. Najmilej wspomina je Gabriela Topolska, która dwukrotnie wystąpiła w finale na dystan-

sie 1500 metrów, a w drugi weekend ustanowiła rekord Polski. Jedyne podium Biało-Czerwoni wywalczyli natomiast w sztafecie mieszanej (trzecia lokata w drugich zawodach).

Gregory Durand, jeden z trenerów naszej reprezentacji, już po premierowych zawodach podkreślał, że najważniejsze w tegorocznych zmaganiach jest zapewnienie sobie maksymalnej możliwej liczby miejsc na igrzyskach olimpijskich. Lokaty w czołówce zawodów World Tour są

w obecnym sezonie znacznie mniej istotne.

– Nie oznacza to, że nie walczymy o krążki, ale na tę chwilę wolałbym mieć po trzy kobiety i trzech mężczyzn w pierwszej dwudziestce, by zapewnić punkty, niż medale i mniej kwalifikacji – mówił szkoleniowiec cytowany przez pzls.pl.

Po zmaganiach w Kanadzie, a więc na półmetku zarówno cyklu World Tour jak i olimpijskich kwalifikacji, w lepszej sytuacji są panie. Gdyby aktualna klasyfikacja

miała decydować o tym, ilu naszych przedstawicieli pojedzie do Włoch, większą liczbę startujących zobaczylibyśmy w kobiecych zmaganiach (dwie na 500 m, trzy na 1000 m, dwie na 1500 m). Panowie spisują się nieco słabiej i na dziś zajmują rankingowe lokaty dające prawo startu trzem zawodnikom na 500 m, a także po jednym na dwóch pozostałych dystansach. W Gdańsku trzeba więc powalczyć o jak najlepsze wyniki, by poprawić sytuację i zwiększyć pulę.

Także nasze sztafety muszą w najbliższych zawodach, zarówno odbywających się w tym tygodniu, jak i za tydzień w Dordrechcie, zanotować lepsze niż dotychczas występy.

O ile awans drużyny mieszanej na igrzyska wydaje się niezagrożony (5. lokata w olimpijskim rankingu), to dwie pozostałe muszą się mieć na baczności. Panie na półmetku kwalifikacji zajmują bowiem ostatnie premiowane miejsce, panowie pierwsze nie dające awansu.

Rywalizacja w Gdańsku zapowiada się więc niezwykle interesująco, tym bardziej że własnej publiczności zawieść nie wypada. Zawody zaplanowano na cztery dni (20-23 listopada). W czwartek i piątek odbywać się będą wyścigi eliminacyjne (początek – ok. 9.30), a w sobotę i niedzielę repesaze (od ok. 10.00) oraz ćwierćfinały, półfinały i finały (od 14.05). Transmisję z zawodów można będzie śledzić na sportowych kanałach Polsatu.

© P

SPORT

www.sportowy24.pl

W Lubinie chodzi się
na Marcela Regułę, a mógł
grać dalej dla ŚląskaPiotr Janas
piotr.janas@polskapress.pl

Marcel Reguła, wschodząca gwiazda PKO Ekstraklasy i jeden z liderów reprezentacji Polski U-21, to dziś jedna z największych nadziei KGHM Zagłębia Lubin. Mało kto wie, że zaczynał w Śląsku.

Marcel Reguła urodził się w Jaworze i to tam stawiał pierwsze kroki na zielonych boiskach. Na jednym z turniejów młodzieżowych został wypatrzony przez skautów WKS-u i po rozmowach z rodzicami w 2014 roku wstąpił w szeregi Akademii Piłkarskiej Śląska Wrocław.

Historię tę wspomina Kamil Domagalski, jeden z ówczesnych trenerów w akademii „Wojskowych”, w rozmowie z Bartoszem Wierzbickim z portalu sport.tvp.pl. Z relacji Domagalskiego dowiadujemy się, że choć Reguła już jako kilkuletni chłopak zdradzał ogromny talent i w Śląsku wszyscy to widzieli, to po zakończeniu sezonu 2014/2015 przeniósł się do Akademii Piłkarskiej KGHM Zagłębia.

Przeciwdziałać temu starał się jeszcze dyrektor akademii Śląska, a był nim wówczas Tadeusz Pawłowski, legenda klubu. Choć od tamtej pory minęło już ponad 10 lat, to Pawłowski wciąż pamięta wizytę u rodziców utalentowanego Marcela.

– Pojechaliśmy do nich, by porozmawiać i nakłonić do zmiany decyzji. Bardzo nam zależało, żeby Reguła został w Śląsku Wrocław, ale to już była przeszłościowa woda po herbatce. Na tym etapie rozwoju młodych piłkarzy decyzja w 100% należy do rodziców, a oni byli święcie przekonani, że lepsza dla rozwoju Marcela będzie akademia Zagłębia – wspomina trener Pawłowski.

Legenda Trójkolorowych przestrzega jednocześnie, że przykład Reguły jest jednym z wielu i tak długo, jak akademia Śląska nie będzie miała bazy z prawdziwego zdarzenia, tak długo będzie na wielu polach przegrywała z najlepszymi w Polsce.

– Wiesz, co było w tym najgorsze? Że ja nie miałem argu-

mentów, by ich przekonać. Co ja im miałem zaoferować? Zagłębie już wtedy miało pięknie rozwiniętą akademię, wiele boisk z naturalną i sztuczną murawą, dobrych trenerów, a do tego bursę, szkołę... Słowem: wszystko. Robiliśmy co w naszej mocy, ale nie byliśmy konkurencyjni. Później się trochę poprawiło, bo włożyliśmy w to wiele pracy, ale powiedzmy sobie szczerze: dopóki nie będzie „domu” dla akademii Śląska z prawdziwego zdarzenia, to takie sytuacje będą się powtarzać. To cały czas się dzieje – nie owijał w bawełnę Pawłowski.

Marcel Reguła nie jest więc kolejnym przykładem talentu, na którym w danym klubie się nie poznano, a w drugim został gwiazdą – patrz Robert Lewandowski w Legii Warszawa. To kolejny kamyczek, by nie powiedzieć gładz do ogródka gminy Wrocław, która jako właściciel klubu od lat obiecuje, ale nie jest w stanie wybudować akademii z prawdziwego zdarzenia.

Projekt pod huczną nazwą „Wrocławskie Centrum Sportu” na Żernikach po prostu stoi. Procedury się przeciągają, inwestycję od fundacji przejmuje MCS, ale budowa wciąż nawet nie wystartowała i raczej za szybko się to nie zmieni.

Co ciekawe, Reguła nie jest jedynym piłkarzem, który w tamtym czasie zamienił Wrocław na Lubin. Nie wiemy, ilu jeszcze utalentowanych graczy pójdzie podobną drogą, bo choć od odejścia Reguły minęło ponad 10 lat, to akademia Śląska pod względem infrastruktury i zaplecza cały czas stoi w miejscu.

©P



Marcel Reguła, dziś jeden z filarów kadry do lat 21

WYNIKI LOSOWAŃ LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 17.11

Multi Multi – godz. 22:00

1, 8, 9, 12, [16], 18, 19, 22, 26, 27, 30, 34, 35, 40, 55, 61, 65, 74, 75, 79

Mini Lotto

13, 14, 18, 25, 39

Kaskada – godz. 22:00

1, 4, 7, 8, 11, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 24

Ekstra Pensja

2, 13, 22, 24, 25 + 2

Ekstra Premia

11, 20, 26, 32, 35 + 4

WTOREK, 18.11

Multi Multi – godz. 14:00

9, 17, 22, 23, 26, 29, 35, 37, 39, 50, 58, 60, 61, 62, 64, 66, 70, [75], 76, 78

Kaskada – godz. 14:00

2, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 21

KRÓTKO



PIŁKA NOŻNA

300 zł kary dla Pogoni Oleśnica za odpalenie rac

Komisja Dyscyplinarna Dolnośląskiego Związku Piłki Nożnej ukarała Pogon Oleśnica karą finansową w wysokości 300zł za odpalenie środków pirotechnicznych podczas hitowego meczu z Polarem Wrocław, który rozegrano w dniu Narodowego Święta Niepodległości 11. listopada. Kibice przygotowali w trakcie spotkania patriotyczną oprawę, w której ważną rolę odegrały race. Komisja okazała się całkiem powściągliwa – skomentowała karę na Facebooku prezes Pogoni Michał Krej. Spotkanie zakończyło się bezbramkowym remisem. Obie drużyny walczyły w tym sezonie o awans do klasy okręgowej. Beniaminek Polar po 14 kolejkach jest liderem III grupy wrocławskiej klasy A (35 punktów), Pogon Oleśnica zajmuje trzecie miejsce (31 punktów). Na drugiej pozycji plasuje się Skra Wojnowice (34 punkty). W najbliższy weekend zostanie rozegrana ostatnia kolejka rundy jesiennej. Polar pojedzie na mecz z KS-em Gręboszyc, a oleśnicka Pogon znowu czeka trudny sprawdzian, bo ich rywalem będzie wspomniany wicelider z Wojnowic.

(JG)

SIATKÓWKA PLAŻOWA

Bryl i Łosiak odpadli w 1/16

Michał Bryl i Bartosz Łosiak odpadli w 1/16 finału mistrzostw świata w siatkówce plażowej w australijskiej Adelajdzie. Polacy przegrali z mistrzami olimpijskimi z Paryża, Szwedami Davidem Ahmanem i Jonatanem Hellvigiem 0:2 (18:21, 18:21). W ostatniej edycji MŚ w 2023 roku w Meksyku Bryl i Łosiak zdobyli brązowy medal, pierwszy w biało-czerwonej historii w tej imprezie.

(PAP)

Powrót Hurkacza.
Zagra u boku Świątek

Hubert Hurkacz wraz z Igą Świątek zagra w styczniu w turnieju United Cup w Australii

Piotr Janas
x.com: @Piotr_K_Janas

Hubert Hurkacz wraz z Igą Świątek wystąpi w turnieju United Cup, startującym 2 stycznia w Australii. Dla wrocławskiego tenisisty będzie to powrót do gry po ponad półrocznej przerwie.

W oficjalnych składach ogłoszonych wcześniej przez organizatorów United Cup widnieją m.in. wiceliderka rankingu tenisistek Iga Świątek i Hubert Hurkacz, który od miesięcy leczy kontuzję, ale na początku roku ma być już gotowy do gry. W kadrze reprezentacji Polski znaleźli się także Katarzyna Kawa, Katarzyna Piter, Daniel Michalski i Jan Zieliński.

Jedną z kluczowych informacji jest właśnie powrót Hurkacza. Wrocławianin, były numer 6 światowego rankingu ATP, zagra po raz pierwszy od czerwca 2025 roku. Wówczas zmagając się z kontuzją kolana, przez co musiał przejść artroskopię. W trakcie rehabilitacji okazało się, że zabieg trzeba powtórzyć.

– Tu nie należy doszukiwać się żadnych nieprawdowości. Po prostu tak się sprawy potoczyły, że w trakcie dochodzenia do zdrowia i formy wynikała sytuacja, która sprawiła, że musieliśmy ten zabieg powtórzyć. Później wszystko szło już całkiem

sprawnie i dziś Hubert przygotowuje się do sezonu 2026 – powiedział nam ojciec zawodnika, Krzysztof Hurkacz

Ważnym elementem w okresie dochodzenia do zdrowia jest rehabilitacja, treningi siłowe i sparingi, które Hurkacz rozgrywa głównie za granicą. Nawet w okresie leczenia Hubert siłą rzeczy rzadko bywał we Wrocławiu.

– Tak to już wygląda, że ludzie z którymi współpracujemy, którym Hubert ufa, są akurat spoza naszego miasta. W okresie dochodzenia do siebie po zabiegu Hubert rehabilitował się m.in. w klinice w Hiszpanii pod Malagą. Teraz jest na krótkich wakacjach i odpoczywa. Po naładowaniu baterii czeka go okres przygotowań motorycznych w Polsce, a konkretnie w Zakopanem, natomiast w drugi dzień świąt Bożego Narodzenia wylot do Australii. Najważniejsze, że nic już go nie boli i może skupić się na przygotowaniach – dodał pan Krzysztof.

Tak się złożyło, że pierwszą okazją do zobaczenia 28-letniego wrocławianina w meczu o stawkę będzie rozgrywany w australijskich Sydney oraz Perth turniej United Cup, w którym zagra 18 reprezentacji narodowych, w tym Polska.

Biało-Czerwoni poznali już rywali w fazie grupowej. Będą to Niemcy oraz Holandia (grupa F,

mecz w Sydney). Niemcy zgłosili do rozgrywek trzeciego tenisistę globu Alexandra Zvereva oraz Patricka Zahraja i deblistę Kevina Krawietza, natomiast kobiecą część ekipy tworzą Eva Lys, Laura Siegemund i Mina Hodzic.

Najwyżej notowanym spośród Holendrów jest 25. w zestawieniu ATP Tallon Griekspoor. Poza nim zgłoszeni zostali Guy Den Ouden i David Pel oraz Suzan Lamens, Eva Vedder i Demi Schuurs.

W United Cup zagra 18 drużyn, podzielonych na sześć grup po trzy zespoły. Zwycięzcy grup awansują do ćwierćfinałów, podobnie jak po jednej najlepszej drużynie z drugich miejsc w obu miastach. Każdy mecz będzie składał się z pojedynków singlowych kobiet i mężczyzn oraz z rywalizacji w mikście.

Biało-czerwoni w dwóch poprzednich edycjach United Cup dotarli do finału – w 2024 roku przegrali z Niemcami, a w bieżącym z Amerykanami, którzy będą bronić tytułu w mistrzowskim składzie, z Coco Gauff i Taylorem Fritzem na czele.

United Cup zastąpił rozgrywany w latach 2020-2022 ATP Cup, który był z kolei następcą Pucharu Hopmana. To ważny etap przygotowań do pierwszego w 2026 roku turnieju wielkoszlemowego – Australian Open. ©P