

8-letnia Zosia z Malborka ma już trzecią wznowę choroby nowotworowej. Szansą dla niej jest bardzo droga terapia, której koszt przekracza 4 mln zł **str. 4**



FOT. RADOŚLAW KONCZYŃSKI

Pierwsze objawy raka jądra wykryjesz dzięki prostemu badaniu – **str. 10-12**

STRONA
ZDROWIA

Dziennik Bałtycki

80
LAT

Środa
5.11.2025

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 257 (24 618) // Rok 80
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Do szpitala w Wejherowie trafił robot da Vinci warty 10 mln złotych **str. 2**



FOT. MACIEJ KRAJEWSKI

Gdynia pozyska 60 milionów złotych funduszy europejskich **str. 3**

Krótki odcinek drogi, ale z długą historią pod ziemią, co spowalnia wykonawcę **str. 4**



FOT. RADOŚLAW KONCZYŃSKI



FOT. 1234R

ZDROWIE

Boom na prywatne domy opieki trwa. Powstają w całej Polsce - często szybciej, niż urzędnicy nadążają z kontrolami. Niestety, część z nich działa bez zezwoleń **str. 5**

Energa-Operator stawia na wzmocnienie sieci i cyfryzację

Skrócenie czasu przerw w dostawach energii elektrycznej o ponad 30 proc. to jeden z celów, które postawiła przed sobą Energa-Operator do 2028 r. **str. 6**

Nr ISSN 2353-6160

Nr indeksu 350-028



W 1/8 finału PP:
Lechia - Górnik
Zabrze, Chojniczanka
- Korona Kielce **str. 16**

GDAŃSK TO WYJĄTKOWA SYTUACJA - PRYZNAJE MAGISTRAT

Z pięciorgiem dzieci utknęła w ośrodku

Jacek Wierciński
jacek.wiercinski@polskapress.pl

Dramat samotnej matki rozpoczął się dwa lata temu od wiadomości, że ponad 80-metrowe lokum, dotąd wynajmowane prywatnie w gdańskim Śródmieściu, ma zostać sprzedane przez właścicieli. Choć informacja pojawiła się ponad pół roku przed koniecznością wyprowadzki, nie zapobiegła kryzysowi, z którym kobieta i jej najbliżsi borykają się do dziś.

- To nie jest miejsce dla dzieci - zastrzega Małgorzata Tuszkowska, sąsiadka z miejskiego ośrodka dla osób zagrożonych bezdomnością, która pani Katarzynie i piątce jej dzieci bez-

skutecznie usiłowała oddać swoje miejsce w kolejce po lokal od miasta. - Ja po prostu nie mogę siedzieć cicho, inaczej nigdy się stąd nie wydostaniemy - dopowiada samotna matka z Gdańska, a urzędnicy, którzy awaryjnie zakwaterowali rodzinę na 51 metrach kwadratowych przyznają, że nie wiadomo, kiedy jej los może się odmienić.

- To wyjątkowa sytuacja - przyznaje magistrat, który po kilku miesiącach w Ośrodku Interwencji Kryzysowej panią Katarzynę z piątką dzieci zdecydował się umieścić w dwóch pokojach w placówce służącej głównie wsparciu osób po eksmisjach, gdzie rodzina spędziła już niemal rok.

- Pracujących lokatorów jestem w stanie policzyć na palcach jednej

ręki. Część mieszkańców funkcjonuje w trybie: spać do dwunastej, kombinować, gdzie się napić, ewentualnie zrobić na to zbiórkę i razem popić - wylicza sąsiadka rodziny z Centrum Treningu Umiejętności Społecznych, która bezskutecznie próbowała oddać Katarzynie swoje miejsce w kolejce po mieszkanie z komunalnego zasobu.

Władze Gdańska wyjaśniają, że sześć osób - zgodnie z normami - trafić powinno do lokum zbliżonego do 70 metrów kwadratowych. Tyle, że wyżej na liście oczekujących na takie jest jedenaście innych rodzin, a miasto nie dysponuje w tym momencie żadnymi wolnymi dużymi metrażami i nie jest w stanie przewidzieć, kiedy będzie dysponowało w przyszłości.

Czytaj str. 3



FOT. PRZEMYSŁAW SWIDERSKI

Pani Katarzyna z piątką dzieci w ośrodku dla osób zagrożonych bezdomnością spędziła już niemal rok

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● 17 grudnia 1970 r. wobec robotników na Wybrzeżu PRL-owskie władze postanowiły użyć wojska. Skończyło się masakrą w Gdyni i Szczecinie.

Zamów prenumeratę

Dziennik Bałtycki ☎ 58 728 08 17
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikbałtycki.pl

KALENDARIUM - 5 LISTOPADA

POLSKA

1370: Zmarł w Krakowie, bez legalnego męskiego, potomka Kazimierz III Wielki, ostatni król Polski z dynastii Piastów. W historiografii jest uważany za jednego z najwybitniejszych władców Polski, najmłodszy syn Władysława I Łokietka i Jadwigi Bolesławówny. Kazimierz III Wielki unormował stosunki z królestwem Czech i zakonem krzyżackim. W polityce wewnętrznej doprowadził do kodyfikacji prawa, rozbudowy systemu obrony państwa oraz rozwoju miast. W 1364 r. ufundował Akademię Krakowską. Choć był czterokrotnie żonaty, nie pozostawił legalnego następcy. Po śmierci króla tron polski przypadł jego siostrzeńcowi, Ludwikowi Węgierskiemu. **krj**

POLSKA

1985: W Wojewódzkim Ośrodku Kardiochirurgii w Zabrze zespół pod kierunkiem Zbigniewa Religi dokonał pierwszej w Polsce udanej transplantacji serca. Zbigniew Religa 15 sierpnia 1985 r. przeprowadził pierwszą operację na sercu. 5 listopada tego samego roku zespół lekarzy pod jego kierownictwem przeprowadził pierwszy udany zabieg przeszczepienia serca w Polsce. Dawcą serca był człowiek w stanie śpiączki. Po orzeczeniu śmierci mózgu zabrano męczyzną karetką do Zabrze, gdzie dopiero bezpośrednio przed operacją pobrano serce. Biorcą był 62-letni rolnik z Krzepic, który zmarł kilka dni po operacji. **krj**

Zabójczy koktajl 25-latk

Kinga Furtak

kinga.furtak@polskapress.pl

Policjanci z referatu patrolo-wo interwencyjnego, zauważyli jadące przez starogardzki rynek audi. Samochodem kierował młody mężczyzna, który przemieszczał się w stronę stadionu miejskiego.

- Funkcjonariusze zatrzymali auto do kontroli. Podczas rozmowy okazało się, że 25-letni kierowca wcześniej spożywał alkohol. Badanie alkomatem wykazało ponad 0,5 promila alko-

holu w jego organizmie. Podczas przeszukania okazało się, że mężczyzna ma w portfelu dwa woreczki strunowe z białym proszkiem. Policjanci użyli testera do narkotyków. Uzyskany wynik potwierdził, że mężczyzna posiadał przy sobie mefedron - informuje asp. sztab. Marcin Kunka, rzecznik prasowy starogardzkiej policji.

Mężczyzna został zatrzymany, a gdy wytrzeźwiał, usłyszał zarzuty dotyczące kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwym oraz posiadania zabronionych w Polsce środków.

POGODA NA POMORZU

Środa

11°C
8°C



Wiatr pld.
20 km/h

Uwaga!
Niebo niewidoczne, bez opadów

Środa

12°C
7°C



Wiatr pld.
20 km/h

Uwaga!
Małe zachmurzenie, bez opadów

Do szpitala w Wejherowie trafił robot da Vinci warty 10 mln złotych

Maciej Krajewski

maciej.krajewski@polskapress.pl

Robot za niemal 10 mln zł oraz nowoczesne Centrum Chorób Płuc - podwójne otwarcie miało miejsce w szpitalu w Wejherowie. Obie inwestycje były szczególnie wyczekiwane przez personel placówki, który może teraz działać na znacznie wyższym poziomie.

We wtorek, 4 listopada w Szpitalu Specjalistycznym w Wejherowie miało miejsce uroczyste „powitanie” nowego robota da Vinci. Maszyna, która pozwala na wykonywanie niezwykle precyzyjnych operacji, trafiła na tutejszy oddział urologii i tu pozostanie. Przed wtorkowym spotkaniem zresztą przeprowadzono już pierwszą operację z użyciem robota.

Warto zaznaczyć, że sami lekarze z Wejherowa są już zaznajomieni z tym sprzętem, dotąd jednak operowali z użyciem robota w Szpitalu Morskim w Gdyni Redłowie. Wykonali na nim ok. 400 zabiegów. Posiadanie czegoś takiego na lokalnym oddziale jest więc dla nich znaczącym usprawnieniem.

- Z takim robotem pracuje się wręcz doskonale - przyznaje dr n. med. Marek Lubocki, ordynator oddziału urologii w szpitalu w Wejherowie.

Choć robot da Vinci pozwala na bardzo złożone i różnorodne operacje, na razie będzie wykorzystywany przede wszystkim w zabiegach onkologicznych.

- Do operacji radykalnego wycięcia gruczołu krokowego z powodu nowotworu. Planujemy również w najbliższej przyszłości wykorzystać asystę robota da Vinci podczas operacji nerkooszczędzających, czyli wyluszczenia guza nerki z pozostawieniem narządu oraz do operacji radykalnego wycięcia pęcherza moczowego z powodu nowotworu - wymienia dr Lubocki.

Dla pacjentów natomiast operacje z wykorzystaniem robota da Vinci mają pozwolić na szybszy powrót do zdrowia.

Koszt zakupu robota wyniósł niemal 10 mln zł. Pienią-



Robot da Vinci pozwala na wykonywanie niezwykle precyzyjnych operacji trafił na oddział urologii

dze w całości wyłożył samorząd województwa pomorskiego. Na uroczystym „otwarcie” nie brakowało więc słów podziękowań ze strony ordynatora oddziału czy władz Szpitali Pomorskich. Symbolicznego przecięcia wstęgi zaś, z wykorzystaniem właśnie robota, dokonał marszałek Mięczyśław Struk, jednocześnie samemu przekonując się o precyzji tej niezwykle maszyny.

Nowoczesny oddział otwarty

Poza oddaniem do użytku robota da Vinci we wtorek w Wejherowie odbyło się też uroczyste otwarcie nowego Centrum Chorób Płuc i Pneumonologii Interwencyjnej z Pododdziałem Rehabilitacji Pulmonologicznej. Wcześniej budynek pozostawiał wiele do życzenia, dziś natomiast już na wejściu widać obiekt na miarę XXI w.

Jak mówi dr n. med. Krzysztof Bigus, ordynator Oddziału Chorób Płuc i Gruźlicy w Wejherowie, nowe centrum ma dać przede wszystkim możliwość ścisłej współpracy z onkologią w Gdyni Redłowie m.in. w wykrywaniu raka płuca - nowocześnie i szybko zdiagnozować pacjenta

- Czymu nie w ciągu 24 godzin? Jest na to sprzęt, mamy plany i chyba tak się wydarzy - twierdzi dr Bigus. - Chcemy leczyć nowocześnie bardzo złożone choroby układu oddechowego i poszerzać gamę naszych usług, poszerzać ludzium. To jest nasz cel - dodał. - Dążymy do stworzenia centrum, które będzie jednym z najnowocześniejszych w Polsce, które zapewni bezpieczeństwo wielu pacjentom z Pomorza i nie tylko.

Remont centrum kosztował 3,67 mln zł, z czego 3,5 mln zł pochodzi z dotacji samorządu województwa pomorskiego, zaś pozostałe środki - z budżetu Szpitali Pomorskich. Po otwarciu ordynator oddziału zaprosił jeszcze licznie zebranych gości na krótką „wycieczkę” po odnowionym centrum.



Uroczyste otwarcie Centrum Chorób Płuc i Pneumonologii Interwencyjnej z Pododdziałem Rehabilitacji Pulmonologicznej

To nie miejsce dla dzieci

Jacek Wierciński
jacek.wiercinski@polskapress.pl

Kobieta, od niemal roku zamieszkująca na 51 m kw. z pięciorgiem dzieci w placówce dla osób zagrożonych bezdomnością pyta: - Jak długo jeszcze mamy sypiać razem i żyć w tym stłoczeniu?

- Nigdy nie korzystałam z żadnej pomocy typu zasiłki i nie miałam poważniejszych kłopotów finansowych, ale wiedziałam, że będę miała poważny problem ze znalezieniem nowego domu. Choć sprzedaż mieszkania i wyprzedaż zostały z góry zapowiedziane z wyprzedzeniem ponad pół roku, a przez cały ten czas próbowałam znaleźć dla nas jakieś cztery kąty, szybko przekonałam się, że jako samotna matka z piątką dzieci jestem na straconej pozycji - zastrzega pani Katarzyna [nazwisko do wiadomości redakcji] w rozmowie w tymczasowo przydzielonych, wysprzątanym i przytulnych, pomieszczeniach.

Wcześniej przez lata mieszkali w gdańskim Śródmieściu, ale niespełna dwa lata temu właściciel zdecydował się sprzedać wynajmowane prywatnie mieszkanie, a „samotna matka” z piątką dzieci nie mogła liczyć na oferty na wolnym rynku.

Już 29 listopada 2023 roku złożyła wniosek o spotkanie z prezydent Gdańska, którego termin wyznaczony został na pół roku później. Zanim do niego doszło - jak mówi - odbyła rozmowa z dyrektorem Gdańskich Nie ruchomości i ówczesnym wiceprezydentem zajmującym się mieszkalnictwem. Ze względu na trwającą wówczas kampanię wyborczą do samorządu, rodzinie sioły sytuacja, chwilowo, zainteresować udało się przedstawicieli rządzącej w Gdańsku koalicji, a radny Platformy Obywatelskiej Przemysław Ryś w mediach społecznościowych zamieścił wpis na ten temat.

- Szukałam na własną rękę, bez skutku. Gdy tylko pojawiał się temat dzieci, wszędzie słyszałam: nie ma szans - wspomina kobieta, która zaznacza, że w maju 2024 r. ostatecznie spotkała się z Aleksandrą Dulkiem i sztabem jej współpracowników. - Wcześniej cały czas słyszałam: „nie mamy mieszkań”. Nie mogłam się nawet zapisać na listę oczekujących na przydział, bo brakowało mi punktów. Wtedy usłyszałam, że zostanę do listy dopisana, z piątką dzieci i w trudnej sytuacji dostanę przydział priorytetowo, gdy znajdę się na liście, a tymczasowo zostaniemy umieszczeni w Centrum Treningu Umiejętności Społecznych - dodaje.

Centrum Treningu Umiejętności Społecznych

„Nasza placówka niesie kompleksową pomoc osobom zagrożonym eksmisją i eksmitowaniem. W pracy z klientami koncentrujemy się na rozpoznawaniu zasobów i poszukiwaniu rozwiązań. Idea taka wywodzi się z modelu terapii krótkoterminowej skoncentrowanej na rozwiązaniu” - pisze o CTUS Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta Koło Gdańskie.

Jego asystenci i opiekunowie od kilkunastu lat prowadzą ten ośrodek przy ulicy Wyzwolenia w Nowym Porcie. Obok sytuacji „interwencyjnych” (jak np. pożar), ponad 50 pokoi służy tam, jako tymczasowe schronienie dla (potencjalnie) niemal 100 zagrożonych kryzysem bezdomności osób, wobec których często orzeczono i zrealizowano wyroki eksmisyjne. Z założenia kilkumiesięczny, finansowany przez miasto i realizowany we współpracy z wieloma gdańskimi instytucjami, trening ma przywrócić klientom samodzielność - także tę ekonomiczną.

Nim finalnie Katarzyna z dziećmi faktycznie trafiła do CTUS, oczekując na zakoń-



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Jak długo jeszcze mamy sypiać razem i żyć w tym stłoczeniu? - pyta pani Katarzyna

czenie remontu hotelowca w Nowym Porcie pięć miesięcy od lipca do początku grudnia przenieśli w gdańskim Ośrodku Interwencji Kryzysowej.

To nie jest miejsce dla dzieci

W CTUS czekały na nią dwa pokoje z aneksem kuchennym i łazienką. Łącznie - jak wylicza - 51,36 metra kwadratowego.

- Jak tu weszłam, to usiadłam i się rozpłakałam. Cztery gołe ściany. Gdzie mam dzieci położyć? Dostałam jedną szafę, jeden stół i dwa rozpadające się łóżka z zapowiedzią, że otrzymam kolejne podobne. Wyłożyłam więc 18 tysięcy złotych i kupiłam meble, i wyposażenie, z którego korzystamy do dziś. Tu na rozkładanej kanapie w dużym pokoju dwie córki w wieku 11 i 14 lat śpią teraz razem, ja śpię z trzecią - najmłodszą, a chłopaki w mniejszym - pokazuje pani Katarzyna. Wspomina jednak, że początki w zmodernizowanym CTUS-ie nie były aż takie złe. Sytuacja pogorszyć miała się z wiosną 2025 roku, gdy zakończył się tzw. okres ochronny i zaczęli przybywać zadłużeni ludzie po eksmisjach, często niepracujący i nadużywający alkoholu.

- To nie jest dobre otoczenie zwłaszcza dla dzieci, a nie po-

maga to, że jesteśmy tak stłoczeni na niewielkiej przestrzeni. Dzieciaki bardzo opuściły się w nauce, bo tu przy ciągłym hałasie zwyczajnie nie mają warunków. Córka była wzorową uczennicą, teraz jedzie na trójkach - mówi.

W kolejnych miesiącach usiłowała ponownie przebić się do Aleksandry Dulkiem, by „się przypomnieć”. Relacjonuje też jak w kilka dni uzyskała tzw. rekomendację, a więc poświadczanie CTUS, że kwalifikują się do przydziału mieszkania (obecnie jest w dwóch „kolejkach” oczekujących na zakwaterowanie: miejskiej i CTUS-owskiej) oraz poparcie pracownic Centrum i sąsiadek. Jedną z nich wybrała się z nią do magistratu, gdzie 10 września 2025 r. udało się umówić spotkanie, tym razem nie z prezydentem Gdańska, a jej zastępczynią: Emilią Łodzińską, wiceprezydentką ds. rozwoju przestrzennego i mieszkalnictwa.

- To nie jest miejsce dla dzieci - tłumaczy swoje zaangażowanie Małgorzata Tuszkowska, lokatorka CTUS, która proponowała nawet, że swoje miejsce w kolejce odda rodzinie pani Katarzyny - bezskutecznie. Problemem okazały się bowiem zasady oraz metraż.

I w dosadnych słowach opisuje realia CTUS, wyliczając in-

terwencje służb: - Pracujących lokatorów jestem w stanie policzyć na palcach jednej ręki. Część mieszkańców funkcjonuje w trybie: spać do dwunastej, kombinować, gdzie się napić, ewentualnie zrobić na to zbiórkę i razem popić. To jest cel dnia. Niektórzy chodzą wokół budynku, zbierają kiepy. Dla młodych ludzi to żaden przykład. To jest budynek przeznaczony dla osób zagrożonych lub wręcz dotkniętych kryzysem bezdomności. Gdy wzywaliśmy karetkę do jednej z mieszkańek, dyspozytor, ustalając adres zapytał wprost: „ten przytułek, tak?” Byłam pewna, że w takiej sytuacji, z piątką dzieci, urzędnicy muszą zareagować. Byłam pewna, że jakaś oferta się znajdzie, a tu? Jak obuchem w głowę - nic.

- Pani Łodzińska wysłuchała, gdy opowiadałam o swojej sytuacji i obawach, ale odpowiadała tylko, że ona na moim miejscu wynajęłaby mieszkanie na wolnym rynku - mówi o przebiegu spotkania sprzed niemal dwóch miesięcy pani Katarzyna. - W mojej sytuacji, z piątką dzieci, to po prostu niemożliwe, a poza tym nawet gdyby się hipotetycznie udało, to na jakich warunkach i na jak długo? Przecież wtedy z automatu straciłabym miejsce na listach oczekujących po lokum od miasta. Na spotkaniu u prezydent Łodzińskiej byłam akurat dzień po zdiagnozowaniu u najmłodszej córki afazji motorycznej. Ona oznacza nie tylko problemy z mową. Ta diagnoza to też konieczność bardzo intensywnej pracy, również w domu ze mną, a my nie mamy do tego warunków.

Ja po prostu nie mogę siedzieć cicho

- Jestem gotowa na nowo poukładać sobie życie. Tylko, że żadnej pewności nie mam. Nie wiem, co z nami dalej będzie i gdzie wyładujemy - tłumaczy pani Katarzyna. - Po tym spotkaniu z prezydent Łodzińską, tego

samego dnia, dostałam telefon z gdańskiej pomocy społecznej z pytaniem czy mogą jakoś pomóc, ale wyjaśniłam, że nie potrzebuję pieniędzy ani obiadów w szkole, tylko mieszkania. Po spotkaniu w naszej sytuacji nic się nie zmieniło, ale zaczęły się kontrole urzędników w CTUS, więc odczuwamy, że jest złość na nas. Słyszałam, że urzędnicy nazywają mnie „roszczeniową”, a przecież chcę tylko godnych warunków życia, przede wszystkim dla dzieci. Boję się, że brak przydziału to kara za tę moją niby-roszczeniowość. Ja po prostu nie mogę siedzieć cicho, inaczej nigdy się stąd nie wydostaniemy. Jak długo jeszcze mamy sypiać razem i żyć w tym stłoczeniu?

Miasto nie ma obecnie dostępnych lokali o dużej powierzchni

Pytany o sprawę 6-osobowej rodziny gdański magistrat potwierdza, że kobieta, jako wnioskodawca w drugim kwartale 2025 r. została umieszczona na „rocznej” liście socjalnej, co finalnie kwalifikować ją będzie do najmu z zasobu komunalnego.

- Obecnie przed Panią Katarzyną na tej liście oczekuje na lokal 11 gospodarstw: 5-, 6- i 7-osobowych. Wydaje się to niewiele, jednak miasto nie ma obecnie dostępnych lokali o dużej powierzchni, a zgodnie z normami, powinniśmy proponować lokal o powierzchni do 70 metrów kwadratowych. Nie jesteśmy też w stanie przewidzieć, kiedy takie lokale pozyskamy - wskazuje Dariusz Wołodźko z Referatu Prasowego Biura Prezydenta w Urzędzie Miejskim w Gdańsku. - Znacząc trudną sytuację Pani Katarzyny, zaoferowano jej możliwość dalszego mieszkania z dziećmi przez ten czas w Centrum Treningu Umiejętności Społecznych. To wyjątkowa sytuacja, bowiem lokale w CTUS służą do pobytu krótkoterminowego - przynajmniej.

Gdynia pozyska 60 milionów złotych funduszy europejskich

Martyna Kucybała
martyna.kucybała@polskapress.pl

Unia Europejska przekaże Gdyni kilkadziesiąt milionów złotych w ramach programu Fundusze Europejskie dla Pomorza 2021-2027. Środki zostaną przeznaczone na działania rewitalizacyjne w mieście. Najbardziej skorzysta na tym Oksywie i Witomino.

Łączna wartość projektów to ponad 72 miliony złotych, z czego blisko 60 milionów zł

pochodzi z funduszy unijnych. W ramach przedsięwzięcia powstaną i zostaną zmodernizowane przestrzenie publiczne i budynki mieszkalne, a mieszkańcy wszystkich sześciu gdyńskich podobszarów rewitalizacji skorzystają z nowych form wsparcia społecznego i zawodowego. Mowa o Babich Dołach, części dzielnicy Oksywie, północno-zachodnim Witominie, Chyloni wraz z osiedlem Zamenhofa-Opata Hackskiego i tzw. Meksykiem, a także Leszczynkach ze Wzgórzem Orlicz Dreszera.

- Rewitalizacja to dziś jedno z najważniejszych działań, które naprawdę zmieniają Gdynię. Nie tylko w sensie przestrzennym, ale także społecznym - mówiła na konferencji prasowej Aleksandra Kosiorek, prezydent Gdyni. - Czekają nas ogromna praca wielu osób i instytucji, w tym Laboratorium Innowacji Społecznych, Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, Zespołu Placówek Specjalistycznych, Wydziału Inwestycji Urzędu Miasta czy Zarządu Budynków i Lokali Komunalnych oraz partnerów,

w tym wspólnot mieszkaniowych i organizacji pozarządowych. Jestem przekonana, że dzięki takiej współpracy rewitalizacja w Gdyni będzie nie tylko skuteczna, ale i trwała. Wspólnie wdrożymy rozwiązania, które sprawią, że kolejne dzielnice staną się lepszym miejscem do życia.

Dzięki podpisanemu porozumieniu możliwe będzie wdrożenie projektów, realizujących założenia Gminnego Programu Rewitalizacji 2030+, m.in. rewitalizację na Oksywie i Witominie. W przypadku

pierwszej dzielnicy zostanie poprawiona jakość i dostępność budynków wielorodzinnych oraz przestrzeni publicznych. Miasto uzupełni również luki w infrastrukturze oraz proponuje działania, które zintegrują społeczność lokalną. Wśród najważniejszych zadań znajdują się m.in. remonty budynków komunalnych.

Na Witominie działania rewitalizacyjne kosztować będą 26 milionów złotych. W zakres projektu wchodzi m.in. modernizacja budynku przy ul. Widnej 8, przebudowa ulicy

Uczniowskiej w bezpieczną „ulicę szkolną”, poprawa bezpieczeństwa i funkcjonalności przestrzeni między blokami oraz kontynuacja zagospodarowania polany rekreacyjnej po dawnych kortach tenisowych.

W ramach programu dojdzie również do poprawy efektywności energetycznej Przedszkola Samorządowego nr 43 „Jantarek” przy ul. Śmidowicza 59 oraz pomocy osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym, by mogły wrócić na rynek pracy.

Historia wstrzymuje wykonawcę

Radosław Konczyński
r.konczynski@prasa.gda.pl

W ścisłym centrum Malborka trwa przebudowa ul. Stare Miasto. Krótki odcinek drogi, ale z długą historią sięgającą średniowiecza, która daje o sobie znać podczas prac ziemnych.

Przebudowa ulicy Stare Miasto w Malborku trwa od dwóch miesięcy. A dokładnie trwa pierwszy etap, który obejmuje odcinek w sąsiedztwie średniowiecznego Ratusza Staromiejskiego. Cała inwestycja realizowana jest w obrębie historycznej Starówki, która powstawała od czasów średniowiecza, dlatego inwestor, czyli miasto, jak i wykonawca mogli spodziewać się niespodzianek skrywanych przez ziemię. Około miesiąca temu zaczęły się spełniać obawy, że odkrycia archeologiczne mogą spowolnić roboty. Wtedy podczas prac ziemnych natrafiono na pozostałości średniowiecznej zabudowy. Należało wstrzymać inwestycję, powiadomić wojewódzkiego konserwatora zabytków, wykonać dokumentację, poczekać na zgodę na wznowienie prac. To wszystko wydłuża inwestycję.

Jak się okazuje, później - w październiku - wykonawca dokopywał się do kolejnych reliktów zabudowań.

- Mieszkańcy są zaniepokojeni. Czy to prawda, że Urząd Miasta musiał zwrócić część środków przeznaczonych na remont drogi i budowę ka-

nalizacji? Jeżeli tak, to jaki był powód? Czy w związku z tym jest zagrożona inwestycja? - pytała podczas ostatniej sesji Rady Miasta radna Małgorzata Sobczak.

- Czy wiemy, jakie jest przesunięcie terminu i czy to prawda, że firma wykonująca inwestycję rozważa zejście z placu budowy z uwagi na utrudnienia związane z odkryciami archeologicznymi? Czy ta dotacja, którą otrzymaliśmy na tę inwestycję, jest bezpieczna. Kiedy planowane jest zakończenie inwestycji? - dopytywała również radna Marta Dorobek.

Magistrat złożył wniosek na inwestycję szacowaną na 5 mln zł do Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg i otrzymało dotację w wysokości 50 procent. Po przetargu, w którym najlepszą ofertę złożyła firma Strabag, władze ucieszyły się, bo wyszło na to, że rynek zwerfikował kosztorys na korzyść miasta. Przebudowa zgodnie ze stawką przetargową ma wiązać się z wydatkiem ok. 3,4 mln zł. Trzeba pamiętać, że kwota na projekt z dofinansowaniem dotyczy części naziemnej: wymiany nawierzchni jezdni, krawężników, budowę nowych chodników, regulację wpustów i studni kanalizacji deszczowej, uzupełnienie zieleni miejskiej, przebudowę miejsc parkingowych, wymiany oświetlenia ulicznego.

Oprócz tego realizowana jest poza projektem złożonym do RFRD, czyli bez dotacji część podziemna: wymiana kanaliza-



To krótki odcinek drogi, ale z długą historią pod ziemią, co spowalnia wykonawcę

cji sanitarnej, deszczowej, częściowo także wodociągu. To - jak wyjaśniono nam swego czasu w magistracie - wiąże się z wydatkiem rzędu 2 mln zł, który ma wziąć na siebie miejska spółka, Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji w Malborku.

- Inwestycja jest trudna, o czym informowaliśmy. W skrócie mówiąc, sprawa sprowadza się do jednego zagadnienia. Pieniądże otrzymaliśmy na drogę i możemy ją remontować, ale pod drogą są instalacje sanitarne i wodociągowe z początku ubiegłego stulecia, 1904 rok. I stanęła teza: robimy tylko nawierzchnię, a pod spodem zostawiamy,

niech to się jeszcze jakiś czas trzyma, czy wchodzimy w podziemie, próbujemy zrobić poza projektem to ważne zadanie? Po radzie z inżynierami doszliśmy do wniosku, że byłoby nierozważne, gdybyśmy tylko „przyklepali” i zrobili sobie nawierzchnię. Trzeba zrobić całą kanalizację - wyjaśnia Jan Tadeusz Wilk, wiceburmistrz Malborka, dzieląc się historią najnowszej dotyczącej przygotowań do inwestycji.

Decyzja o kompleksowej przebudowie ma swoje konsekwencje: starsza historia, czyli to, co pod ziemią, daje o sobie znać na etapie realizacji.

- Niestety, natrafiliśmy na kłopoty archeologiczne. Co

krok jest jakaś niezidentyfikowana pierzeja, przy czym zaskoczyło to drogowców, bo sądzili, że kiedy w latach 60. ubiegłego wieku budowano tę drogę, to przekopano się przez te pierzeje - mówił Jan Tadeusz Wilk.

W latach 60. w rejonie zamku powstało ówczesne Osiedle XX-lecia PRL, dzisiaj obszar ul. Stare Miasto. Wówczas budowniczy domów i układu drogowego musieli natrafiać na pozostałości przedwojennej Starówki.

- Ale okazuje się, że nie do końca wszystko jest skatologowane. Mieliliśmy kolejne spotkania, czy wobec tego nie wycofać się z tego i nie zrobić tylko

drogi. Ale zwróciliśmy się do tak zwanej władzy wdrażającej (za Rządowy Fundusz Rozwoju Dróg odpowiada Ministerstwo Infrastruktury - dop. red.) o wydłużenie okresu realizacji inwestycji aż do końca października następnego roku, żeby zrobić to tak, jak Pan Bóg przykazał. Chcemy to zrobić porządnie. Wydaje się logiczne, by zrobić to porządnie dla kolejnych pokoleń, żeby się z nas nie śmiano - mówi Jan Tadeusz Wilk.

Wiceburmistrz zapewnia, że wykonawca nie zamierza schodzić z budowy, a wręcz wskazuje, jak rozwiązać temat.

Ogółem przebudowa obejmuje raptem 320-metrowy odcinek w ścisłym historycznym centrum: ulicę Stare Miasto i ul. Piłsudskiego do skrzyżowania z ul. Sierakowskich (dojazd do zamku). Według pierwotnych założeń, sam odcinek w rejonie Ratusza Staromiejskiego (obecnie wykonywany) z nową drogą, chodnikami, latarniami, miejscami postojowymi i zielenią miał być ukończony przed najbliższymi świętami Bożego Narodzenia. Natomiast całość - do końca maja 2026 r. Będzie o pięć miesięcy dłużej. Tak wynika z aktualnych przekazów, a kto wie, co się jeszcze może zdarzyć wraz z kolejnymi głębokimi wykopami. Utrudnienia potrwają więc jeszcze wiele miesięcy. Dlatego w tej części miasta umożliwiono przejazd i parkowanie na Trakcie Jana Pawła II między kościołem św. Jana Chrzyciela a Ratuszem.

Potrzeba ponad 4 milionów złotych na uratowanie 8-letniej Zosi

Radosław Konczyński
Malbork

8-letnia Zosia z Malborka ma już trzecią wznowę choroby nowotworowej. Szansa dla niej jest bardzo droga terapia w USA, której koszt przekracza 4 mln zł.

Mieszkańcy Malborka i okolic na pewno kojarzą Zosię Lewandowską, bo w ciągu ostatniego roku w mieście odbywały się między innymi dwie duże akcje charytatywne. Przed świętami Bożego Narodzenia podczas koncertu kołęd po brzegi zappełniła się sala gimnastyczna w Zespole Szkół Katolickich, którego dziewczynka jest uczennicą. W styczniu br. podobnie było w auli Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 1, gdzie zespół Bursztyńki z Malborskiego Centrum Kultury i Edukacji wystawił dla Zosi spektakl taneczny „Dziadek

do orzechów”. Zresztą, ona też w nim wystąpiła razem ze swoimi siostrami - trojaczkami.

Niestety, jesień przyniosła niedobre wiadomości.

- Nasza córeczka ma trzecią wznowę nowotworu. Jedyny ratunek to leczenie za granicą, którego koszt poraża. Błagamy o pomoc. Musimy zrobić wszystko, by uratować nasze dziecko - proszą rodzice Anna i Krzysztof na platformie pomocowej Siepomaga.pl.

Zosia i siostry urodziły się 29 grudnia 2017 roku jako skrajnie wcześniaki. Od pierwszych chwil musiały więc walczyć o życie. Gdy już wydawało się, że wszystko będzie dobrze, niespełna rok później okazało się, że Zosia ma hepatoblastomę - nowotwór wątroby w IV stopniu złośliwości, czyli niestety w bardzo zaawansowanym stadium. Dziewczynka natychmiast trafiła do szpitala na chemię przedoperacyjną. Oprócz



Zosia choruje na bardzo rzadko diagnozowany przypadek nowotwora wątroby

guza na wątrobie zmiana była też na płucach. W kolejnych latach pojawiały się przerzuty na wątrobie i wyrostku robaczkowym. To oznaczało kolejne operacje i chemioterapie.

- Przy pierwszej wznowie powiedziano nam, że takich przypadków na świecie jest 67. Jak była druga wznowa, lekarz powiedział: „Znaleźliśmy w wyrostku robaczkowym, ale

to jest niemożliwe, to byłby jedyny taki przypadek na świecie”. I niestety potwierdziło się, że nasza Zosia jest tym „przypadkiem”. Tak naprawdę trudno jest powiedzieć, z czym walczymy i jak walczyć - tłumaczył nam Krzysztof Lewandowski, tata dziewczynki, przy okazji akcji charytatywnych w Malborku.

Choroba jest tak rzadka, że lekarze na świecie nie wiedzą, jak sobie z tym poradzić, co potęgowało bezradność rodziców.

- Jest za mało dzieci, które by na to chorowały, żeby można było mówić o jakichś statystykach. Nie ma punktu odniesienia. Jej sposób choroby to tak naprawdę jedyny na świecie, a na pewno w Europie przypadek - mówiła nam mama dziewczynki, pani Anna.

Dzisiaj Zosia jest już po piątej operacji. - Badania histopatologiczne wykazały znowu obecność komórek nowotwo-

rowych - tym razem były w bliźnie, tkance tłuszczowej i tkance łącznej wokół wątroby. Lekarze stwierdzili, że na Zosię obecne leczenie chemioterapią jest za mało skuteczne i należy zastosować nowoczesne terapie. Jedną z nich jest immunoterapia, a drugą jest CAR-T, czyli leczenie celowane. Leczenie celowane w Polsce na chorobę Zosi nie istnieje. Jedyna nadzieja jest za granicą, ale cena tego leczenia to 1 mln dolarów - informują rodzice. - Sami nie damy rady uzbierać tak ogromnej sumy. Jako rodzice nie możemy odpuścić i dla tej małej, ciągle uśmiechniętej bohaterki zrobimy wszystko.

Leczenie jest możliwe w jednej z amerykańskich klinik, w Bostonie. Liczy się każda wpłata na rzecz Zosi. Zbiórka odbywa się drogą internetową.

Oto link do strony:
<https://www.siepomaga.pl/zosia-lewandowska>

Troska czy biznes? Domy opieki pod lupą

Edyta Łosińska-Okoniewska
edyta.losinska@polskapress.pl

Boom na prywatne domy opieki trwa. Powstają w całej Polsce - często szybciej, niż urzędnicy nadążają z kontrolami. Niestety, część z nich działa bez zezwoleń wojewody. Jak to sprawdzić?

Polskie społeczeństwo starzeje się w rekordowym tempie. Już około 10 milionów Polaków ukończyło 60. rok życia. Wraz z rosnącą liczbą seniorów rośnie też zapotrzebowanie na miejsca w domach opieki i placówkach zapewniających całodobową pomoc osobom starszym, przewlekle chorym i niepełnosprawnym. Niestety, obok legalnych ośrodków powstają również te niezgodne z prawem - prowadzone bez zezwoleń, często w nieodpowiednich warunkach.

Dom opieki jak grzyby po deszczu - nie zawsze z pozwoleniem

W ostatnich latach liczba prywatnych domów opieki wzrosła kilkukrotnie. To efekt ogromnego zapotrzebowania - rodziny szukają bezpiecznego miejsca

dla swoich bliskich, gdzie zapewniona będzie profesjonalna opieka i godne warunki życia. Jednak jak alarmują urzędnicy, część takich placówek działa nielegalnie, bez wymaganego zezwolenia wojewody.

- Prowadzenie placówki zapewniającej całodobową opiekę osobom starszym, przewlekle chorym lub niepełnosprawnym jest możliwe tylko po uzyskaniu zezwolenia wojewody - przypomina Krystian Kłos, rzecznik prasowy Pomorskiego Urzędu Wojewódzkiego. - Ośrodek, który nie widnieje w rejestrze wojewody, działa nielegalnie.

Wszystkie legalnie działające placówki w województwie pomorskim wpisane są do Rejestru placówek zapewniających całodobową opiekę, dostępnego na stronie Pomorskiego Urzędu Wojewódzkiego.

Każdy taki ośrodek musi mieć na budynku tablicę informacyjną z numerem wpisu do rejestru oraz informacjami o podmiocie prowadzącym miejsce. Dodatkowo na tablicy ogłoszeń wewnątrz obiektu powinny znajdować się dane kontaktowe właściciela, adres siedziby i numer rejestru. Jeśli tych informacji nie ma, to sygnał



Spółeczeństwo się starzeje, a to oznacza rosnące potrzeby związane z opieką nad seniorami

ostrzegawczy. W takiej sytuacji warto skontaktować się z Wydziałem Polityki Społecznej PUW w Gdańsku (tel. 58 307 77 45) i zweryfikować status placówki.

Nieprawidłowości i dramaty

Kontrole przeprowadzane przez urzędy i służby pokazują, że bywa, iż w domach opieki dochodzi do nieprawidłowości - od braku personelu medycznego, po nieodpowiednie warunki bytowe. Zdarzały się przy-

padki, gdzie seniorzy byli przetrzymywani w przepełnionych pokojach, bez właściwej opieki, a nawet bez dostępu do lekarzy.

NIK alarmuje, spora liczba prywatnych domów całodobowej opieki funkcjonuje „na dziko”, bez wymaganego zezwolenia. Takich obiektów działających na granicy, albo z naruszeniem prawa powstaje coraz więcej. Co ciekawe, w województwie mazowieckim z około 150 placówek oferujących opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym i w po-

deszłym wieku, tylko 86 posiadało zezwolenie wojewody i zostało wpisanych do rejestru.

- W przypadku pozostałych, prowadzący omijają obowiązujące przepisy prawa i rejestrują działalność gospodarczą, np. jako pensjonat lub wynajem miejsc krótkotrwałego zakwaterowania - informuje Najwyższa Izba Kontroli.

Dlatego tak ważna jest czujność i kontrola ze strony rodzin, które mogą sprawdzić, czy ośrodek, któremu powierzają bliskich jest zarejestrowany.

Starzejące się społeczeństwo to także spore wyzwanie dla urzędników.

- Staramy się robić wszystko, aby wprowadzić zasadę deinstytucjonalizacji usług społecznych, czyli aby senior był jak najdłużej w domu, mieszkał sam z koszykiem usług, które by go wspierały - mówi Anita Richert-Każmierska, pełnomocnik wojewody pomorskiej ds. rodziny, polityki społecznej i senioralnej. - Ale to właśnie nie jest takie proste, bo albo ten koszyk usług jest trudno dostępny, albo nie ma kadr, które by się tym zajmowały.

Niestety często jedynym rozwiązaniem jest pobyt w DPS,

jednak ten zwykle kosztuje od 7 do 12 tys. zł. Co jest poza zasięgiem wielu osób. Wówczas rodziny zwykle szukają tańszych możliwości.

- Oczywiście istnieją patodomy seniora, gdzie jest nastawienie na kasę, na ilościówkę i kiepską jakość usług. Te nie zgłaszają się do rejestrów, nie spełniają norm, a funkcje opiekunów często sprawują pracownicy zagraniczni. Tak naprawdę trudno jest te patodomy znaleźć - ddoaje Anita Richert-Każmierska. Zwykle są ujawniane w momencie, gdy ktoś z rodziny złoży zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa. Jeśli natomiast są to miejsca rejestrowane, to wojewoda ma nad nimi pewną kontrolę.

Według prognoz demograficznych liczba osób w wieku 60 plus w Polsce będzie stale rosła. W 2050 roku może ich być już ponad 13 milionów. Oznacza to, że domy pomocy społecznej i prywatne placówki opiekuńcze staną się jednym z kluczowych elementów systemu wsparcia. Ekspertki podkreślają jednak, że wraz z rozwojem tego sektora musi iść w parze kontrola, transparentność i edukacja rodzin. ©©

AUTOREKLAMA

0011424618

Dziennik Bałtycki

do kupienia
także
w sieci

Netto



Energa-Operator stawia w nowej wizji rozwoju na wzmocnienie sieci i cyfryzację

Mateusz Tkarski
Energetyka

Skrócenie czasu przerw w dostawach energii elektrycznej o ponad 30 proc. to jeden z celów, które postawiła przed sobą Energa-Operator do 2028 r.

Energa-Operator, oprócz skrócenia czasu przerw w dostawach energii o ponad 30 procent, w nowej wizji rozwoju do 2028 r. założyła blisko 15-krotny wzrost mocy przyłączonych magazynów energii, a mocy odbiorczej o prawie 4,5 tys. MW, nowe taryfy i usługi dystrybucyjne, rozwój samoobsługowych kanałów kontaktu dla klienta.

- W naszej sieci jak w soczewce odbijają się wszystkie wyzwania transformacji energetycznej. Jesteśmy najbardziej „zielonym operatorem”. Codziennie zarządzamy mocą wytwórców OZE ponad trzy razy większą niż potrzeby naszych odbiorców. Skutecznie przyłączamy prosumentów, wytwórców, tworzymy innowacje i przestrzeń dla przyłączy nowych odbiorców. Wizja rozwoju po-



Robert Świerzyński, prezes i Karolina Lipińska, wiceprezeska Energa-Operator

zwala jeszcze lepiej zrozumieć naszą rolę w tej transformacji - podsumował Robert Świerzyński, prezes Energa-Operator.

Do sieci Energa-Operator przyłączone są OZE, których łączna moc przekracza już 10 GW. To prawie jedna trzecia wszystkich mocy odnawialnych pracujących w systemach dystrybucyjnych w Polsce.

Wiecej magazynów energii

W związku z ponad trzykrotną nadwyżką mocy z OZE generowaną na terenie Energa-Operator, firma planuje lepiej wykorzystywać nadwyżkę energii z OZE, zwiększając wolumen energii elektrycznej wykorzystywanej bezpośrednio w sieci dystrybucyjnej poprzez wzrost zu-

życia i magazynowanie energii. Do 2028 r. moc odbiorcza wzrośnie o 4 458 MW, moc magazynów energii - do 1 406 MW, a moc przyłączeniowa transportu elektrycznego o 152 MW.

Spółka wdroży nowe procedury przyłączeniowe, umożliwiające elastyczne umowy dla magazynów energii i źródeł niezależnych od pogody.

Potrzeby klienta

Spółka rozpoczęła już proces segmentacji klientów w oparciu o m.in. wzorce konsumpcji energii, potrzeby, potencjał rozwojowy, procesy wewnętrzne. Pierwszym etapem jest badanie potrzeb i satysfakcji klientów. Efektem mają być nowe modele biznesowe dla ośmiu grup klientów, co pozwoli lepiej odpowiedzieć na potrzeby oraz zaproponować dedykowane usługi i taryfy.

Spółka pracuje nad rozwojem kanałów samoobsługowych, żeby w pierwszej kolejności zdigitalizować proces przyłączeniowy dla klientów i doprowadzić do jego stopniowej automatyzacji.

Energa-Operator będzie dalej rozwijać projekt Mój Licznik, który w oparciu o dane z zamontowanych u wszystkich klientów liczników zdalnego odczytu pomoże im lepiej zarządzać zużyciem energii.

Odporność sieci

Spółka wzmacnia infrastrukturę, zwiększa zdolności przesyłowe i wdraża technologie poprawiające stabilność dostaw.

Do 2028 r. wskaźnik czasu trwania przerw nieplanowanych w dostawach energii ma spaść poniżej 100 minut na odbiorcę (z obecnych 123,7). Przeprowadzone zostanie okablowanie 980 km linii SN na terenach leśnych i zadrzewionych, izolowanie ponad 2 200 km linii napowietrznych nn, automatyzację, budowę prawie 280 nowych powiązań i skracanie 24 najdłuższych ciągów SN, budowę i modernizację 60 stacji WN oraz wymianę 262 wyeksploatowanych stacji SN.

Dane i cyfryzacja

Do 2026 r. Energa-Operator planuje wdrożyć nowe funkcje: analityczne, predykcyjne i autonomiczne w systemie zarządzania ruchem sieci, który umożliwi monitoring sieci w czasie rzeczywistym oraz automatyczną lokalizację i wyizolowanie uszkodzonych odcinków. Cel zakłada objęcie tymi rozwiązaniami 100 proc. obszarów sieciowych już w 2026 r. Funkcja automatycznego generowania i aktualizacji schematów sieci niskiego napięcia zostanie wdrożona do 2027 r.

REKLAMA 0011426535

OGŁOSZENIE

o możliwości zgłaszania propozycji przedsięwzięć rewitalizacyjnych

W związku z przystąpieniem do sporządzenia Programu Rewitalizacji dla Gminy Debrzno Burmistrz Debrzno zaprasza do zgłaszania propozycji przedsięwzięć rewitalizacyjnych.

§ 1

Termin zgłaszania propozycji przedsięwzięć rewitalizacyjnych: 29.10.2025 r. - 30.11.2025 r.

§ 2

Propozycje przedsięwzięć rewitalizacyjnych mogą być zgłaszane na udostępnionym formularzu, który następnie należy złożyć w Urzędzie Miejskim w Debrznie, ul. Traugutta 2, 77-310 Prabuty, od poniedziałku do piątku w godzinach pracy Urzędu lub przesłać w formie elektronicznej na adres e-mail: urzed@debrzno.pl

§ 3

Przedsięwzięcia rewitalizacyjne to przedsięwzięcia o charakterze społecznym oraz gospodarczym, środowiskowym, przestrzenno-funkcyjnym lub technicznym, których realizacja wpłynie na zmniejszenie skali zdiagnozowanych problemów w wyznaczonym obszarze rewitalizacji.

§ 4

Przedsięwzięcia rewitalizacyjne zamieszczone w gminnym programie rewitalizacji mogą być realizowane również poza obszarem rewitalizacji, jeżeli wynika to z ich specyfiki.

§ 5

Wyznaczony obszar rewitalizacji na terenie Debrzno obejmuje ulice: Barlickiego, Długą, Dobrą, Dubois, Harcerską, Kościuszki, Młyńską, Moniuszki, Rataja, Rynek, Traugutta, Królewską [numery: 1,3,5,5A,5B,5C,7,8,8A,8B,9,11], Parkową [numery: 1,2], Witosa oraz Poprzeczną. Obszar wskazano na załączonej do zarządzenia Mapie.

§ 6

Szczegółowe informacje nt. wyznaczonego obszaru rewitalizacji, w tym zdiagnozowanych w nim problemów dostępne są w Diagnozie służącej wyznaczeniu obszaru zdegradowanego i obszaru rewitalizacji dla Gminy Debrzno, która dostępna jest pod adresem: https://debrzno.pl/wp-content/uploads/2025/08/Diagnoza_delimitacyjna_18_07_2025.pdf

REKLAMA 0011426082



Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa ODDZIAŁ TERENOWY W PRUSZCZU GDAŃSKIM

podaje do publicznej wiadomości informację o przetargu nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości.

- przetarg ustny nieograniczony w dniu **20.11.2025 r. o godz. 10:00** na sprzedaż nieruchomości gruntowej, niezabudowanej, położonej w obrębie **Lichnowy, gm. Lichnowy**, oznaczonej w ewidencji gruntów jako działki nr **181, 182** o pow. **0,6386 ha**.
Cena wywoławcza – 131 900,00 zł
Wadium – 13 190,00 zł
- przetarg ustny nieograniczony w dniu **20.11.2025 r. o godz. 10:30** na sprzedaż nieruchomości gruntowych, niezabudowanych, położonych w obrębie **Lichnowy, gm. Lichnowy**, oznaczonych w ewidencji gruntów jako działki nr **183, 184, 185, 186** o pow. **0,7266 ha**.
Cena wywoławcza – 155 500,00 zł
Wadium – 15 550,00 zł

Szczegółowy opis nieruchomości zawiera ogłoszenie wywieszone w miejscach zwyczajowo przyjętych dnia 5.11.2025 r.

Szczegółowe informacje o nieruchomościach będących przedmiotem sprzedaży można uzyskać w siedzibie Sekcji Zamiejscowej w Malborku, ul. Wołyńska 19, tel. 55 272-23-82.

Pełna treść ogłoszenia dostępna jest na stronie internetowej www.nieruchomosciokowr.gov.pl

REKLAMA 0011426740



Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Gdyni

działając zgodnie z art.35 ust. 1 Ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U. z 2024r. poz. 1145 z późn. zm.)

informuje, że

na tablicy ogłoszeń w siedzibie OReg AMW w Gdyni (tablica ogłoszeń na I piętrze), został wywieszony oraz opublikowany na stronie Agencji www.amw.com.pl, WYKAZ dotyczący nieruchomości przeznaczonych do oddania w użyczenie obejmujący:

- lokal nr 1001 o pow. 15,34 m², położony w Helu przy ul. Żeromskiego 2, opisany w księdze wieczystej GD2W/00032108/4.
- lokal nr 1002 o pow. 15,26 m², położony w Helu przy ul. Żeromskiego 4, opisany w księdze wieczystej GD2W/00032108/4.
- lokal nr 1003 o pow. 115,34 m², położony w Helu przy ul. Żeromskiego 6, opisany w księdze wieczystej GD2W/00032108/4.

Wyzkaz wywieszono na okres od dnia 05.11.2025 r. do dnia 26.11.2025 r.

Osobom, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu ww. nieruchomości - zgodnie z przepisami art. 34 ust. 1 pkt 1 i pkt 2 ustawy o gosp. nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2024 poz. 1145) termin o złożenia wniosku upływa z dniem 17.12.2025 r.

Informacje na temat nieruchomości można uzyskać w siedzibie OReg AMW w Gdyni przy ul. M. Curie-Skłodowskiej 19 (pok. 130) tel. (058) 690-87-35.

REKLAMA 0011426905



Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Gdyni

działając zgodnie z art.35 ust. 1 Ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U. z 2024 r. poz. 1145.)

informuje, że

na tablicy ogłoszeń w siedzibie OReg AMW w Gdyni (tablica ogłoszeń na I piętrze), został wywieszony oraz opublikowany na stronie Agencji www.amw.com.pl, WYKAZ dotyczący nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem:

- części działki nr 1647/2 o pow. 1562,00 m², obręb Pogórze, położonej w Gdyni przy ul. Uranowej, księga wieczysta GD1Y/00061620/5,
- części działki nr 1650/2 o pow. 275,00 m², obręb Pogórze, położonej w Gdyni przy ul. Uranowej, księga wieczysta GD1Y/00061620/5.

Wyzkaz wywieszono na okres od dnia 05.11.2025 r. do dnia 26.11.2025 r.

Osobom, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu w/w nieruchomości - zgodnie z przepisami art. 34 ust. 1 pkt 1 i pkt 2 ustawy o gospodarce nieruchomościami termin o złożenia wniosku upływa z dniem 17.12.2025 r.

Informacje na temat nieruchomości można uzyskać w siedzibie OReg AMW w Gdyni przy ul. Marii Curie – Skłodowskiej 19, pok. 130, tel. 58 690 88 13, 58 690 87 84.

Mistrzowie Agro. Zaczęło się głosowanie w największym plebiscycie rolniczym

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

To jeden z najstarszych i najbardziej prestiżowych plebiscytów organizowanych przez Polska Press. Wyróżniamy w nim ludzi, którzy z pasją i zaangażowaniem pracują na rzecz naszego rolnictwa i obszarów wiejskich.

Z dumą ogłaszamy w naszej gazecie, że tegoroczna edycja największego w Polsce plebiscytu wiejskiego i rolniczego rozpoczęła! I to, że akcja Mistrzowie Agro została objęta patronatem honorowym Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi oraz Prezesa Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, a także Krajowego Ośrodka Wsparcia

Rolnictwa. 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 będą

nagrody dla nadleśniczych. Gdyby w skrócie napisać, czym jest plebiscyt Mistrzowie Agro, to jest to wielka akcja prezentująca w gazecie, w internecie i w mediach społecznościowych życie polskiej wsi i jej mieszkańców, ich działania i sukcesy. To uczestnicy są w niej najważniejsi - dlatego poznajcie pierwszych z nich!

Mistrzowie AGRO

Liderzy w skali województwa we wszystkich kategoriach

SOŁTYS ROKU

1. **Marta Orłowska**, Sołectwo Góra, gmina Stara Kiszewa
2. **Alina Stolpa**, Sołectwo Jęczniki Małe, gmina Człuchów
3. **Kamila Walasek**, Sołectwo Jaromierz, gmina Gardeja
4. **Sandra Kolaska**, Sołectwo Jezierce, gmina Zblewo
5. **Krzysztof Krasowski**, Sołectwo Przyjaźń, gmina Żukowo

ROLNIK ROKU

1. **Daniel Lempart**, Radunia
2. **Oskar Orlikowski**, Bartoszyły
3. **Maciej Baurycza**, Cieszymowo
4. **Dariusz Klonn**, Jakubowo
5. **Bartosz Konkol**, Nożyno

LIDERKA/LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU

1. **Piotr Rybakowski**, Luzino, El Professional sp. z o.o.
2. **Łukasz Michalski**, Obrzynowo, WSS Obrzynowo
3. **Agnieszka Pindel**, Giełlice, radna Gminy Cedry Wielkie
4. **Dariusz Eckert**, Gręblin, radny Rady Miejskiej w Pelplinie
5. **Monika Czajka**, Lipusz, dyrektorka Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania Stołem

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU

1. **KGW Babki z Rodzinkami**, Świerżno, gmina Miastko
2. **KGW Porcelanki**, Łubiana, gmina Kościerzyna
3. **KGW Gąbino**, gmina Ustka
4. **KGW Szpilki**, Bronowo, gmina Stegna
5. **KGW Czerniewianki**, gmina Trąbki Wielkie

NADLEŚNICZY ROKU

1. **Marcin Trzeciak**, Nadleśnictwo Lipusz
2. **Michał Wudarczyk**, Nadleśnictwo Kwidzyn
3. **Artur Kowalski**, Nadleśnictwo Przymuszewo

AGROTURYSTYKA ROKU

1. **Gościniec Kaszubski Las**, Ruda 3
2. **Agrokemping Urszula i Jerzy Borzyszkowscy**, Plesno
3. **Ranczo Przytulna Zagroda**, Ogorzeliny
4. **Leśna Zagroda**, Parchowo
5. **Agroturystyka Żuraw**, Smoląg

SOŁECTWO ROKU

1. **Sołectwo Grapice**, gmina Potęgowo
2. **Sołectwo Wilcze Błota**, gmina Stara Kiszewa
3. **Sołectwo Wargowo**, gmina Czarna Dąbrówka
4. **Sołectwo Koślinka**, gmina Sztum
5. **Sołectwo Pordenowo**, gmina Lichnowy

Pełne aktualne wyniki głosowania znajdziesz na:

www.dziennikbaltycki.pl/agro

Od głębokiego przywiązania do regionu do potrzeby wprowadzania realnych zmian dla swojej społeczności

Dariusz Eckert (Gręblin, radny Rady Miejskiej w Pelplinie) to kandydat do tytułu Lidera Społeczności Roku w naszej akcji specjalnej.

- Moja historia z działalnością na wsi rozpoczęła się od głębokiego przywiązania do naszego regionu i ludzi, którzy tu mieszkają. Od zawsze ceniłem życie blisko natury i społeczności lokalnej. Decyzja o zaangażowaniu się w działalność samorządową była dla mnie naturalnym krokiem, ponieważ chciałem mieć realny wpływ na rozwój naszej gminy i wspierać mieszkańców w codziennych sprawach. To był świadomy



wybór, który daje mi poczucie odpowiedzialności i satysfakcji - wyjaśnia pan Dariusz. Największą satysfakcję daje Mu możliwość bezpośredniego

kontakty z mieszkańcami i wspólnego rozwiązywania problemów społeczności. W pracy samorządowej ceni sobie fakt, że może wpływać

na realne zmiany, takie jak poprawa infrastruktury, rozwój lokalnych inicjatyw czy wsparcie kultury i edukacji. Życie na wsi daje Mu poczucie spokoju, bliskości natury i codzienną radość z drobnych, codziennych spraw, od spotkań z sąsiadami po obserwowanie rozwoju gminy. Po pracy największą radość daje Mu czas spędzony z rodziną oraz możliwość przebywania w otoczeniu natury. - Lubi aktywnie spędzać czas, na przykład podczas spacerów. To właśnie te chwile wypełniają mnie energią i motywacją do kolejnych działań dla naszej społeczności - odpowiada nominowany.

Postanowił sobie, że zostanie głową wioski, gdy tylko osiągnie pełnoletność. Słowa dotrzymał - jest sołtysem!

Marcel Kepiński (Sołectwo Szawałd, gmina Malbork) został nominowany w tegorocznej edycji plebiscytu Mistrzowie Agro. Walczy o tytuł Sołtysa Roku.

Od młodości miał jedno może z pozoru nietypowe postanowienie. Twierdził bowiem, że gdy tylko osiągnie pełnoletność, zostanie sołtysem wioski. Kiedy miał 21 lat i pojawiła się okazja, czyli pierwsze wybory na ten urząd, w których mógł wystartować, wziął w nich udział. I spełnił postanowienie



- głosami mieszkańców wioski, został wybrany na sołtysa! A co Go do tego zachęciło? Potrzeba wprowadzania zmian. - W mo-

jej miejscowości nic się nie działo i chciałem to zmienić, na tę chwilę wychodzi mi to. Bardzo lubię coś organizować

dla mojej społeczności - opisuje pan Marcel. Jego zaangażowanie w życie wsi wynika z tego, że On po prostu lubi mieszkańców i chętnie z nimi działa przy okazji organizacji wielu ciekawych inicjatyw. - Lubię integrować się z mieszkańcami poprzez różne wydarzenia i na pewno daje mi satysfakcję, gdy widzę zaangażowanie tych ludzi i radość -zapewnia. A po pracy? - Największą moją pasją na pewno jest sport, praktycznie codziennie spędzam aktywnie fizycznie dzień - odpowiada Marcel Kepiński.

Patroni honorowi:

Partnerzy plebiscytu:

Patronat regionalny:

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

POLITYKA

Godziny ponadwymiarowe

Poselski projekt nowelizacji, który przewiduje, że nauczyciele będą mieli zapłacone za niezrealizowane godziny ponadwymiarowe, został złożony w Sejmie - poinformowała PAP we wtorek przewodnicząca sejmowej Komisji Edukacji i Nauki Krystyna Szumilas (KO).

Zapytana o treść projektu podała, że zgodnie z nim nauczyciel otrzyma wynagrodzenie za godziny ponadwymiarowe, jeśli nie odbyły się one nie z jego winy. Zaznaczyła, że otrzyma je za gotowość, a nie

tylko wtedy, kiedy na przykład będzie miał zastępstwo.

Godziny ponadwymiarowe to godziny zajęć lub lekcji przydzielone nauczycielowi ponad obowiązkowe pensum. Zrobiło się o nich głośno w ostatnim czasie w związku z nowelizacją Karty nauczyciela, która weszła w życie z początkiem roku szkolnego 2025/2026.

W ubiegłym tygodniu premier zapowiedział, że w sytuacji, gdy nauczyciele są w szkole gotowi do pracy, dostaną wynagrodzenie.

KULTURA

Zmarł kompozytor Jerzy Derfel



FOT. FACEBOOK / JOANNA TRZEPIECIŃSKA

Jerzy Derfel miał 84 lata. O jego śmierci poinformowała aktorka Joanna Trzepiecińska. Piosenki jego autorstwa wykonywali m.in. Wojciech Młynarski i Irena Santor. To on skomponował muzykę m.in. do filmów „Miś”, „Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz”, serialu „Droga” i musicalu „Boso, ale w ostrogach”.

PRZESTĘPCZOŚĆ

Oszustwo na pracownika banku

Funkcjonariusze policji zatrzymali 57-latkę podejrzaną o współudział w oszustwie „na pracownika banku”. Mężczyzna został ujęty na gorącym uczynku, tuż po odebraniu od mieszkańca Grudziądza 100 tysięcy złotych. Zatrzymany usłyszał zarzuty i decyzją sądu został aresztowany na 3 miesiące. Za oszustwo grozi mu nawet 8 lat więzienia.

65-letni mieszkaniec Grudziądza odebrał telefon od mężczyzny podającego się za pracownika banku. Fałszywy „bankowiec” przekonał go, że bierze udział w tajnej akcji przeciw przestępcom. Na szczęście senior w porę zorientował się, że to oszustwo i powiadomił policję - podaje KWP w Bydgoszczy w swoim komunikacie w serwisie X.

ZDROWIE

Posel klubu Koalicji Obywatelskiej Paweł Bliźniuk poinformował w mediach społecznościowych, że walczy z nowotworem. „Mam nowotwór. I walczę. Z wiarą, że wczesna diagnoza i szybkie działanie mają sens” - napisał na Facebooku Bliźniuk. Poseł wskazał, że chce przypomnieć innym o potrzebie przeprowadzania badań profilaktycznych, które są tak ważne, a często pomijane czy lekceważone.

”

Choroba przyszła niespodziewanie i przypomniała mi, jak kruche, ale też jak bezcenne jest zdrowie. Mam nowotwór

Paweł Bliźniuk, poseł KO

Zbigniew Ziobro zamierza walczyć o immunitet

oprac. Anna Nagel
Warszawa

W czwartek sejmowa komisja regulaminowa i spraw poselskich ma rozpatrzyć wniosek o uchylenie immunitetu i tymczasowe aresztowanie byłego szefa MS, posła PiS Zbigniewa Ziobry.

Premier Donald Tusk na początku wtorkowych obrad Rady Ministrów powiedział, że musi odnieść się do „sytuacji, która bulwersuje całą polską opinię publiczną, czyli gdzie jest były minister sprawiedliwości pan Ziobro i czy wróci do kraju”.

Najchętniej zwróciłbym się bezpośrednio do pana ministra: jestem przekonany, że nie chce pan przejść do historii jako „fujara” czy „miększon” i stawia się pan przed niezależnym wyrokiem sprawiedliwości w Polsce - powiedział szef rządu.

Jak dodał, zarzuty pod adresem Zbigniewa Ziobry są poważne. - Jedyną metodą, aby wytłumaczyć się z tych zarzutów, jest postępowanie zgodne z prawem, zgodne z przepisami, tak aby zatriumfowało prawo i sprawiedliwość w Polsce. I to jest jedyna droga, jedyna metoda - podkreślił Donald Tusk. Zauważył, że ucieczka czy szukanie azylu np. w Budapeszcie stawiałoby Ziobrę w bardzo złym świetle.

Tusk wyraził nadzieję, że „nie dłużej się tu w Polsce zobaczymy” z Ziobrą. - Jak sam pan



FOT. ADAM JANKOWSKI

Zbigniew Ziobro przebywa na Węgrzech, gdzie ostatnio spotkał się z premierem tego kraju Viktorom Orbanem

mawiał: uczciwi nie mają się czego bać. A naszym zadaniem jest, i z tego zadania się wywiązujemy, aby każdy, niezależnie od skali tych domniemyanych przestępstw, niezależnie od zarzutów, jakie sformułowała prokuratura, że każdy może liczyć na sprawiedliwy proces i uczciwe stosowanie przepisów - powiedział premier.

Ziobro: Wniosek prawnie nieskuteczny

Posel PiS Zbigniew Ziobro uważa, że wniosek o uchylenie mu immunitetu został podpisany przez niewłaściwą osobę,

przez co jest prawnie nieskuteczny i nie powinien być rozpatrywany.

We wtorek we wpisie na platformie X Ziobro podkreślił, że „wniosek Prokuratora Krajowego o uchyleniu mu immunitetu podpisała inna osoba, a minister Żurek, wysyłając pismo do Sejmu, poświadczył nieprawdę”. „Złożyłem zawiadomienie o podejrzeniu popełnienia przestępstwa przez Żurka, a także przez prok. Piotra Woźniaka, który podpisał nie swój dokument. Taki wniosek jest nieskuteczny na mocy prawa i nie powinien być rozpatry-

wany” - ocenił były minister sprawiedliwości.

Zamieścił też na X zawiadomienie, które on i inny poseł PiS, Marcin Warchoń, złożyli w imieniu klubu PiS do prokuratury. W zawiadomieniu obaj podnoszą, że skierowany do Sejmu wniosek o uchylenie immunitetu oraz tymczasowe zatrzymanie sugeruje, iż wnioskodawcą jest I zastępca prokuratora generalnego, prokurator krajowy, tymczasem pod wnioskiem podpisany jest Piotr Woźniak - prokurator Prokuratury Okręgowej Warszawa-Praga.

Jarosław Kaczyński pytany przez dziennikarzy o wniosek w sprawie uchylenia immunitetu Ziobrze i jego tymczasowego aresztowania, odpowiedział, że zarzuty kierowane pod adresem b. ministra sprawiedliwości „nie mają nic wspólnego z prawem karnym”. Według prezesa PiS ktoś, kto żąda aresztowania „bardzo ciężko chorego człowieka, któremu zagraża po prostu śmierć, żąda jego uwięzienia, sam jest przestępcą”.

Pytany, czy Ziobro, który prawdopodobnie nadal przebywa na Węgrzech, powinien wrócić do Polski, odparł pytającego: „Po to, żeby go w istocie zamordowano”?

Kaczyński podkreślił, że nie wie, gdzie obecnie przebywa Ziobro i zaznaczył, że każdy „ma prawo bronić swojego życia”. - W tym wypadku chodzi o życie - dodał.

PAP

„Odważ się, to też jest siła”. Prezydent Karol Nawrocki z gwiazdami sportu zachęca do badań profilaktycznych

Marcin Koziestański
Warszawa

Prezydent Karol Nawrocki dołączył do akcji Movember, wspierając Roberta Lewandowskiego i znanych sportowców w promowaniu profilaktyki raka prostaty i jąder.

Na Instagramie Roberta Lewandowskiego pojawił się krótki film, w którym obok piłkarza występują również inne znane postaci ze świata sportu i show-

-biznesu. W nagraniu wzięli udział m.in. Bartosz Zmarzlik, Bartosz Kurek, Robert Makłowicz, Tomasz Fornal, Piotr Małachowski, Borys Szyc oraz Jakub Błaszczykowski. Do akcji dołączył także prezydent Karol Nawrocki.

Lewandowski zapuścił wąsa - to gest wsparcia dla akcji Movember, której nazwa łączy angielskie słowa moustache (wąsy) i November (listopad). To coroczna, międzynarodowa kampania mająca na celu

zwiększenie świadomości dotyczącej zdrowia mężczyzn, ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki raka prostaty i jąder.

- W sporcie uczymy się walczyć, dbać o ciało, o formę, ale prawdziwa siła to też troska o zdrowie, o siebie i o innych. Listopad to miesiąc świadomości raka prostaty i jąder - mówi na nagraniu Lewandowski. Badania trwają kilka minut, a mogą uratować życie. Zrób to dla siebie.

W akcji wzięli udział sportowcy, aktorzy i Karol Nawrocki. Film jest częścią kampanii społecznej, w której znani Polacy zachęcają do badań i dbania o zdrowie.

- Chwila odwagi może dać ci całe życie - podkreśla żużlowiec Bartosz Zmarzlik. - Nie musisz być niezniszczalny, wystarczy, że będziesz odpowiedzialny - mówi siatkarz Bartosz Kurek. Na koniec materiału prezydent Nawrocki podsumowuje: Odważ się. To też jest siła!

Iskrzy na linii USA – Wenezuela. Jak Trump usunie Maduro?

Grzegorz Kuczyński
miejscowość

Donald Trump oświadczył, że „nie sądzi” i „wątpi”, aby USA rozpoczęły interwencję wojskową w Wenezueli. Jednocześnie wyraził przekonanie, że dni reżimu Nicolasa Maduro są policzone.

Od kilku miesięcy amerykańskie dowództwo gromadzi siły zbrojne u wybrzeży Wenezueli i przeprowadziło już serię ataków na statki, które prawdopodobnie zajmowały się przemytem narkotyków. Od początku września Stany Zjednoczone zatopiły kilkanaście statków podejrzanych o przemyt narkotyków, zabijając co najmniej 57 osób.

W zeszłym tygodniu kilka mediów opublikowało informacje o gotowości USA do przeprowadzenia pełnych ataków, a zwieńczeniem tej serii było śledztwo agencji Reuters dotyczące przygotowań do wojny na pełną skalę.



FOT. SOUTHCOM/IX

Obecnie około 10 tysięcy żołnierzy amerykańskich stacjonuje w bazach rozmieszczonych w rejonie Karaibów oraz na pokładach okrętów wojennych USA w tym rejonie

Rozbudowa potencjału militarnego USA na Karaibach nie musi oznaczać, że działania wojskowe są nieuniknione. Równie dobrze może to być operacja wywierania presji psychologicznej na Maduro, który w międzyczasie zwrócił się o pomoc do Rosji,

Chin i Iranu, ale nie otrzymał wyraźnych gwarancji wsparcia.

Operacja w Wenezueli: 3 scenariusze

Większość analityków zgadza się, że gdyby wojsko USA podjęło działania na terytorium Wene-

zueli, odbyłoby się to według jednego z trzech możliwych scenariuszy. Pierwszy to ograniczony atak rakietowy lub dronowy na cele wojskowe podejrzane o udział w handlu narkotykami. Drugi to misja polegająca na schwytaniu Maduro i/lub in-

nych ważnych urzędników. Trzeci, uważany za mało prawdopodobny, to pełna inwazja podobna do operacji z 1989 r. w Panamie, która doprowadziła do obalenia dyktatora Manuela Noriegi.

Opcję ograniczonych nalołów uważa się za najbardziej prawdopodobną. Sądząc z działań USA, wysoko stoją akcje scenariusza, w którym Maduro ucieka lub zostaje schwytany. Opcja wielkiej lądowej inwazji jest mało prawdopodobna, podobnie jak scenariusz deeskalacji i przejścia do negocjacji.

Jak silna jest armia Wenezueli?

„Financial Times” szczegółowo zbadał dzisiejszy stan wenezuelskiej armii. Większość ekspertów uważa, że jest ona w opłakanym stanie. Po fali dezercji i dziesięcioleciach skupiania się na wewnętrznych sporach, a nie na obronie narodowej, siły zbrojne są dalekie od gotowości do poważnego konfliktu.

Armia Wenezueli liczy około 120 tysięcy żołnierzy, Maduro groził, że w razie potrzeby będzie w stanie zmobilizować 4 miliony ludzi, ale eksperci „FT” uważają, że trudno mu będzie zebrać nawet 70 tysięcy żołnierzy czynnej armii. Opozycjoniści mówią o 40-50 tysiącach. Przedstawiciele opozycji szacują też, że milicje mogą liczyć na około 40 000 wyszkolonych i uzbrojonych bojowników.

Trump wystraszy Maduro?

Do wybrzeży Wenezueli wysłano już amerykański okręt transportowy Ocean Trader. Jest on w stanie dostarczyć na miejsce operacji helikoptery Night Bird, które były wcześniej wykorzystywane do operacji w Somalii i Pakistanie, w tym do zabicia Osamy bin Ladena. Wydawałoby się, że w tej sytuacji Maduro powinien szukać ratunku poza stolicą, ale przynajmniej eksperci „FT” są przekonani, że tam nie zapewni mu się nawet minimalnego bezpieczeństwa. ©©

Rosja chwali się okrętem podwodnym uzbrojonym w torpedy o napędzie atomowym

Grzegorz Kuczyński
Siewierodwińsk

W weekend w Siewierodwińsku zwodowano okręt podwodny Chabarowski. Ma on przenosić potężne torpedy – uzbrojone w głowice jądrowe i napędzane przez reaktor jądrowy.

- Dzisiejszy dzień jest dla nas ważnym wydarzeniem - w renowowanej stoczni Sewmasz zwodowano ciężki krążownik rakietowy o napędzie atomowym Chabarowski - powiedział minister obrony Andriej Biełousow. Chwilę wcześniej dowódca rosyjskiej marynarki wojennej admirał Aleksandr Moisiejew rozbił tradycyjną butelkę szampana o kadłub okrętu podwodnego.

Ministerstwo obrony potwierdza na Telegramie, że nowy okręt podwodny będzie wyposażony w zrobotyzowane systemy uzbrojenia „do różnych celów”. Przede wszystkim chodzi oczywiście o Posejdon.

Na razie zdjęcia opublikowane z ceremonii pokazują tylko tylną część okrętu. Pod względem konstrukcji rufa kadłuba wygląda podobnie do okrętów podwodnych z po-



FOT. SEVMAŠH/VKONTAKTE

Na dostępnych zdjęciach nie widać okrętu Chabarowski w całej okazałości, a jedynie tylną jego część

ciskami balistycznymi klasy Borej-A, które zostały zwodowane w tej samej hali stoczniowej. System pompowo-odrzuutowy, wyposażony w coś, co wygląda na śrubę napędową w tunelu, był częściowo zakryty.

Przed sobotnią prezentacją niewiele wiadomo było o nowym okręcie podwodnym. Budowa rozpoczęła się w lipcu 2014 r., na długo przed ogłoszeniem przez Władimira Putina w 2018 r., że jego inżynierowie opracowują napędzany energią jądrową, uzbrojony w broń jądrową bezzałogowy pojazd ro-

botyczny drugiego uderzenia, który ma przemierzać Atlantyk lub Pacyfik, aby uderzać w cele przybrzeżne w Stanach Zjednoczonych.

Rosyjska marynarka wojenna klasyfikuje Chabarowski jako „ciężki krążownik rakietowy” - w rzeczywistości jest to zupełnie nowa klasa okrętów podwodnych, jakiej świat jeszcze nie widział. Zamiast pocisków manewrujących lub balistycznych Chabarowski będzie uzbrojony w napędzane energią jądrową megatorpedy dalekiego zasięgu. Czyli słynne Posejdony.

To broń, jakiej nie widziano w żadnym dotychczasowym wyścigu zbrojeń. Ma kształt gigantycznej torpedy, jest napędzana energią jądrową, wyposażona w głowice jądrowe i może rzekomo zanurzyć się na duże głębokości, osiągając zasięg międzykontynentalny. Produkcja testowych wersji podwodnych dronów Posejdon trwa od lat. Broń ta posiada mały reaktor jądrowy i rzekomo będzie wyposażona w megatonową głowicę termojądrową.

W ubiegłym tygodniu Putin poinformował o pomyślnym zakończeniu testów Posejdon, w tym uruchomieniu reaktora. Test prawdopodobnie odbył się na Morzu Karskim, na wschód od archipelagu Nowa Ziemia w Arktyce.

Minister obrony Biełousow podkreślił, że okręt podwodny Chabarowski „musi jeszcze przejść serię prób morskich”. W ostatnich latach okręty podwodne z napędem atomowym były testowane przez co najmniej rok, zanim zostały przekazane marynarce wojennej. Budowa drugiego okrętu tej klasy, który zostanie nazwany Uljanowski, rozpoczęła się w 2017 roku. Nie podano informacji na temat terminu wodowania tej jednostki.

Polacy ukradli artefakt z wykopalisk

Adam Kielar
Delfy

Dwóch polskich turystów zostało aresztowanych po tym, jak mieli napaść na ochroniarza i próbować ukraść artefakt z wykopalisk na terenie ruin starożytnego greckiego miasta Delfy.

Wszystko zdarzyło się w sobotę, 1 listopada, na jednym z wykopalisk archeologicznych na terenie starożytnego miasta Delfy w Grecji.

Dwóch mężczyzn z Polski, 42-latek i 31-latek dostali się tam, omijając bramkę biletową i odmawiając kontroli toreb.

Jak relacjonuje portal iefemerida.gr, jedna z kobiet zajmujących się ochroną obiektu przez moment zauważyła „przypominający kamienny przedmiot” w torbie młodszego z mężczyzn.

Według doniesień wówczas starszy z Polaków zaatakował ochroniarza, po czym obaj uciekli wynajętym, białym samochodem.

Policja od razu rozpoczęła poszukiwania, podejrzani szybko zostali złapani. Nie znaleziono przy nich kamiennego artefaktu, władze podejrze-



FOT. BERTHOLD WERNER / CC BY-SA 2.0

Dwóch Polaków zostało aresztowanych za kradzież artefaktu

wają, że został on wyrzucony w czasie pościgu.

Z kolei portal Greek City Times podaje, że - według nieoficjalnych doniesień świadków - dwaj mężczyźni byli pod wpływem alkoholu i „szukali przygód”.

Greckie media podają, że dwaj Polacy odpowiedzą za kradzież dziedzictwa kulturowego, napaść na funkcjonariusza i nielegalne wejście na teren obszaru archeologicznego.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Jak zdobyć „jedynekę” w sanatorium na NFZ?

Pobyt w najlepszym nawet sanatorium może być całkiem zmarnowany, jeśli będziesz musiał mieszkać w wieloosobowym pokoju z łazienką

w korytarzu. Zero prywatności, wieczny hałas, trudne charaktery współlokatorów... dla wielu pacjentów to koszmar. Koniecznie sprawdź, jak załatwić sobie „jedynekę” w sanatorium na NFZ. Nie jest to takie proste i nie każdemu przysługuje.

ZA TYDZIEŃ:

- Chrypka i kaszel? Raka płuc można łatwo zignorować! Po czym rozpoznasz najczęściej występujący nowotwór złośliwy?
- Koniec z alkoholem w sanatoriach



FOT. KRYZHOV/123RF.COM

Pierwsze objawy raka jądra wykryjesz dzięki prostemu badaniu

Redakcja

redakcja@stronazdrowia.pl

Co rok w Polsce około tysiąca mężczyzn zapada na nowotwór jądra. Im wcześniej zmiany nowotworowe zostaną wykryte, tym większa szansa na wyleczenie. Jakie są pierwsze objawy raka jądra?

Rak jądra jest nowotworem złośliwym, który stanowi 1 proc. wszystkich nowotworów złośliwych u mężczyzn i 5 proc. nowotworów urologicznych. Najczęściej chorują na niego młodzi mężczyźni między 15. a 40. rokiem życia. Nowotwory jądra dzieli się na trzy rodzaje. Najczęstsze z nich to tzw. zarodkowe, wywodzące się z komórek, z których ostatecznie mają rozwijać się plemniki, i stanowią one 95 proc. nowotworów jąder. Wyróżniamy wśród nich nasieniaki (zazwyczaj występują u starszych mężczyzn) oraz nienasieniaki, które pojawiają się zazwyczaj u młodszych panów. Ponadto występują nowotwory rozwijające się z komórek produkujących testosteron lub z komórek „opiekujących” się komórkami rozrodczymi, a także nowotwory o innym podłożu.

Jak wykryć raka jądra?

Raka jądra najłatwiej można wykryć przez samobadanie jąder. Ponieważ rozwija się on bardzo dynamicznie, profilaktyczne badanie powinno wykonywać się raz na tydzień. Najlepiej przeprowadzić je po ciepłej, rozluźniającej kąpieli. Worek mosznowy należy delikatnie unieść do góry i sprawdzić, czy jedno z jąder nie jest cięższe. Następnie sprawdzić, czy nie ma w nich mas, guzków lub płynów, które wzbudzą niepokój.

Samobadanie jąder

Samobadanie jąder może pomóc wykryć raka jąder we wczesnym stadium i zapewnić najlepszą szansę na dobre rokowanie. Jak już wcześniej wspomniano, samobadanie jąder najlepiej wykonać podczas ciepłego prysznica lub kąpieli, lub tuż po nich. Ciepła woda rozluźnia mosznę, dzięki czemu badanie jest łatwiejsze. Warto wykony-



Rak jądra rozwija się na początku bezobjawowo. Jednak są pewne symptomy, które mogą wskazywać na rozwój nowotworu

stać też lustro, aby można było łatwo dostrzec wszelkie zauważalne obrzęki. Samodzielne badanie jąder powinno trwać ok. 3 minut.

Samobadanie jąder - krok po kroku:

● Stojąc, podłóż ręce pod worek mosznowy. Sprawdź, czy nie odczuwasz jakiegś dysproporcji (np. uczucie ciężkości po jednej stronie jąder).

● Delikatnie obejmij każde z jąder palcami wskazującymi i kciukami. Sprawdź, czy ich powierzchnia jest gładka, czy wyczuwalne są twarde grudki, guzy lub zmiany rozmiaru, kształtu lub konsystencji.

● Znajdź miękki przewód odprowadzający nasienie z jąder - najądrze.

● Wyczuwaj wszelkie guzki lub nie-regularności na najądrach.

● Kontynuuj badanie pod kątem zmian kształtu, rozmiaru lub

konsystencji jąder. Jądra powinny być gładkie i jędrne.

Pamiętaj: podczas badania nie powinieneś odczuwać bólu. Ból może wskazywać, że wymagana jest konsultacja medyczna. Samobadanie jąder należy wykonywać co miesiąc. Dzięki temu można szybko wykryć wszelkie ewentualne zmiany. Warto też raz w roku zbadać się u urologa.

Do lekarza należy udać się jak najszybciej, jeżeli:

- odczuwamy znaczną zmianę w jednym lub dwóch jądrach,
- wyczuwamy zgrubienie lub guzek,

Samobadanie jąder należy wykonywać co miesiąc. Dzięki temu można szybko wykryć wszelkie ewentualne zmiany

- występuje obrzęk moszny,
- niepokoi nas cokolwiek innego.

Jądra nie są też idealnie symetryczne - jedno może być większe lub zwiśać niżej. Niektórzy mężczyźni mylą naczyń krwionośnych lub inne tkanki podtrzymujące wewnątrz moszny z guzkiem - w takim przypadku najlepiej udać się do lekarza.

Regularne samobadanie jest szczególnie ważne w przypadku podwyższonego ryzyka zachorowania na raka jąder. Czynniki ryzyka to m.in. niezstąpione jądro, HIV, rak jądra w historii rodziny, wcześniejszy rak jąder.

Czy rak jądra jest uleczalny?

Rak jądra to nowotwór wyleczalny w ok. 90 proc. przypadków. Im wcześniej zostanie wykryty, tym większe są szanse na całkowity powrót pacjenta do zdrowia. Jest on wysoko

wrażliwy na leczenie onkologiczne, co sprawia, że nawet osoby, u których został zdiagnozowany stosunkowo późno, mają duże - sięgające nawet 80 proc. - szanse na wyzdrowienie.

Jak długo można żyć z rakiem jądra?

Rokowania w przypadku raka jądra są dość dobre, zmiany wykryte we wczesnym stadium zaawansowania są możliwe do wyleczenia niemal u wszystkich pacjentów. Z kolei nowotwór zdiagnozowany w stopniach zaawansowanych daje przeżywalność 5 lat od wykrycia choroby.

Jak podaje Zwrotnik Raka, u chorych na nasieniaka w I stopniu zaawansowania klinicznego pięcioletnie przeżycie wynosi 100 proc., w stopniu II - 70-90 proc., a w stopniu III raka jądra - 70 proc.

Pierwsze objawy raka jądra

Rak jądra rozwija się na początku bezobjawowo. Jednak są pewne symptomy, które mogą wskazywać na rozwój nowotworu.

● Najbardziej charakterystycznym objawem raka jąder jest twarda zmiana w obrębie moszny. Jeśli zostanie zauważona, natychmiast powinna zostać zgłoszona lekarzowi.

● Ból i powiększenie jądra mogą wskazywać na rozwój nowotworu i są wskazaniem do pilnej konsultacji lekarskiej.

● Uczucie ciężaru w worku mosznowym, pojawiające się w nim płyn lub masy, których dotychczas nie było, powinny zostać zgłoszone lekarzowi, który zleci dalszą diagnostykę, aby wykluczyć zmiany nowotworowe, między innymi badanie USG.

Jak zdobyć „jedynekę” w sanatorium na NFZ? Sprawdź, jak unikniesz kosztownych warunków na turnusie

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Pobyt w najlepszym nawet sanatorium może być całkiem zmarnowany, jeśli będziesz musiał mieszkać w wieloosobowym pokoju z łazienką w korytarzu.

Zero prywatności, wieczny hałas, trudne charaktery współlokatorów... dla wielu pacjentów to koszmar.

Na turnus w sanatorium często czekamy z utęsknieniem, ale warunki pobytu mogą być rozczarowujące. Większość pacjentów trafia do pokoi wieloosobowych, co nie każdemu odpowiada.

Pani Ewa wyraziła na Facebooku myśli wielu kuracjuszy:

-Pobyt w sanatorium to rehabilitacja, relaks, wypoczynek. Trzy tygodnie w pokoju z czterema lokatorkami i jedną łazienką to koszmar. Czy ktoś, kto to wymyślił, chciałby tak się rehabilitować?

Nic dziwnego, że pokój jednoosobowy w sanatorium w czasie turnusu na NFZ to rozwiązanie idealne i spełnienie marzeń. Tylko pomyśl, jaka to wygoda:

- Pełna prywatność. Masz przestrzeń tylko dla siebie, często z łazienką, balkonem, a nawet niedużą lodówką. Nie musisz się nikogo kłopotować, z nikim dzielić łazienki, z nikim ustalać, która półka w lodówce jest czyja itp.
- Cisza i spokój. Możesz naprawdę wypocząć. Nikt nie przerywa ci uzdrawiającego snu. Nikt obok nie gada, nie telefonuje, nie szeleści papierami. Nikogo nie trzeba zabawiać rozmowami.



„Jedynka” to marzenie każdego kuracjusza w sanatorium

- Bezpieczeństwo. Nie jesteś narażony na kontakt z przypadkowymi ludźmi, którzy czasem nie wiedzą, jak się zachować, i nawet w sanatorium dopuszczają się skandalicznych zachowań, jak kradzieże i pobicia. Oczywiście możesz się udzielać towarzysko, ale na własnych warunkach i poza pokojem, w części wspólnej ośrodka.

Ale jak zdobyć pokój jednoosobowy w sanatorium? Nie jest to takie proste i nie każdemu przysługuje upragniona „jedynek”. Co powinieneś zrobić, by zwiększyć swoje szanse otrzymania pokoju jednoosobowego na cały turnus w sanatorium na NFZ? Sprawdź poniżej, co radzą doświadczeni pacjenci.

Tego nie możesz zaniedbać

Jeśli sam płacisz za swój pobyt w uzdrowisku, możesz po prostu wykupić sobie pokój jednoosobowy, ale to kosztowne.

W przypadku pacjentów skierowanych na turnusy opłacane przez NFZ, załatwienie sobie pokoju jednoosobowego wymaga kilku kroków.

Najlepiej złożyć wniosek o pokój jednoosobowy już na etapie załatwiania sobie skierowania do sanatorium. Lekarz może ci wypisać zalecenie za kwaterowania w „jedyńce”, o ile spełniasz warunki.

Takie zalecenie bardzo zwiększa twoje szanse otrzymania upragnionego pokoju.

Kto z przyczyn zdrowotnych ma pierwszeństwo do za-

kwatrowania w pokoju jednoosobowym?

- Osoby z protezami kończyn (by uniknąć skrupowania)
- Osoby z bezdechmem sennym (wymagają aparatury wytwarzającej hałas)
- Osoby ze stomią (wymagają częstych zabiegów higienicznych)
- Osoby ze stwierdzoną niepełnosprawnością.

Kiedy już otrzymasz od lekarza skierowanie do pokoju jednoosobowego ze względów zdrowotnych, zadzwoni do wybranego sanatorium i zarezerwuj sobie „jedynekę”. Niektóre sanatoria mają nawet formularze rezerwacji pokoi jednoosobowych do wypełnienia online na swoich stronach internetowych. Pamiętaj, by zawsze przy rezerwacji, czy to telefonicznej, czy przez internet, powoływać się na zalecenia lekarza.

Może się zdarzyć, że w wybrany przez ciebie sanatorium jest więcej chętnych na „jedynekę” ze wskazaniami medycznymi, niż dostępnych pokoi. Wtedy o przydziale decyduje kolejność zgłoszeń do recepcji danego ośrodka, dlatego tak ważne jest wcześnie skontaktowanie się z wybraną lecznicą.

Co zrobić, jeśli nie masz skierowania od lekarza, a chcesz dostać „jedynekę”?

Osoby niespełniające medycznych warunków otrzymania pokoju jednoosobowego w sanatorium na NFZ nadal

mają szansę na spełnienie marzenia o prywatności i wygodzie, choć mniejszą. Często trzeba w takim przypadku liczyć na szczęście, ale są też sposoby zwiększające szansę na sukces.

- Możesz na przykład:
 - Zadzwoń do sanatorium, by zarezerwować pokój, i w rozmowie z recepcją powołać się na kłopoty ze snem lub migreny.
 - Wybrać na turnus duże sanatorium z dużą liczbą pokoi, także „jedynek”. Zawsze wtedy jest jakaś szansa, że w wybranym przez ciebie terminie będzie akurat wolny jeden z pokoi jednoosobowych.

Nie udało się zarezerwować „jedyńki”? Mimo wszystko lepiej nie rezygnuj z turnusu z tego powodu. Najczęściej oznacza to utratę miejsca w kolejce i długie oczekiwanie na kolejną szansę na pobyt w sanatorium.

Pamiętaj, że „jedyneką” to najdroższa forma zakwaterowania w sanatorium w czasie turnusu na NFZ. Nie dopłaca się tylko do pokoi wieloosobowych bez węzła sanitarnego. Za takie z osobną łazienką trzeba już dorzucić parę groszy za dzień.

Jeszcze droższe są „dwójki” bez łazienki i z łazienką, a najdroższe właśnie „jedyńki”. Obecnie za jeden dzień w pokoju jednoosobowym z łazienką poza sezonem (październik - kwiecień) płaci się 32,60 zł. Za cały trzytygodniowy turnus zapłacisz więc dodatkowo 685 zł. Pokój bez łazienki kosztuje mniej, 24,90 zł, czyli 523 zł za cały turnus.



Ciemne plamy na łokciach to często oznaka choroby

Masz ciemne plamy na łokciach? Nie ignoruj ich!

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Ciemne plamy na łokciach często ignorujemy, traktując je wyłącznie jako problem kosmetyczny. Tymczasem mogą one stanowić ważny sygnał, że w naszym organizmie dzieje się coś poważniejszego.

- zaburzenia miesiączkowania, takie jak nieregularne cykle, obfite lub długie krwawienia,
- zaparcia,
- przyrost masy ciała.

Ciemne przebarwienia na łokciach przy insulinooporności

Rogowacenie ciemne, czyli acanthosis nigricans, często pojawia się u osób z insulinoopornością. W tej chorobie organizm produkuje nadmierną ilość insuliny, aby „przebić się” przez oporność komórek na jej działanie.

Nadmiar hormonu stymuluje przyspieszony wzrost keratynocytów, czyli komórek naskórka, oraz fibroblastów, które odpowiadają za strukturę tkanki łącznej. W efekcie skóra staje się pogrubiona, ciemniejsza i miejscami szorstka, a zmiany przybierają charakterystyczny wygląd.

Ciemne plamy w przebiegu insulinooporności zwykle występują w miejscach zgięć: na łokciach, pod pachami, na karku, w pachwinach i na kolanach.

Rogowacenie ciemne może być powiązane z rakiem żołądka

Jeśli ciemne plamy na skórze, w tym na łokciach, pojawiają się nagle, szybko się rozprzestrzeniają i dotyczą również słuźówek, mogą wskazywać na obecność nowotworu, w tym raka żołądka. W takich przypadkach rogowacenie ciemne jest wynikiem działania substancji wydzielanych przez guz, które stymulują wzrost komórek skóry.

Rak żołądka często rozwija się długo bez wyraźnych objawów, dlatego nagle pojawienie się rozległego rogowacenia ciemnego u osoby dorosłej powinno wzbudzić podejrzenie choroby nowotworowej.

W przypadku zauważenia u siebie ciemnych zmian skórnych warto jak najszybciej zgłosić się do lekarza pierwszego kontaktu.

WARTO WIEDZIEĆ

Kto może skorzystać z leczenia w sanatorium?

Leczenie sanatoryjne jest kontynuacją leczenia szpitalnego lub ambulatoryjnego, czyli odbywającego się np. w poradni specjalistycznej. Z sanatorium mogą skorzystać osoby, które po chorobie nie odzyskały sprawności lub z powodu warunków pracy zawodowej wymagają specjalistycznych zabiegów. Mogą tam być kierowani jedynie pacjenci wystarczająco sprawni, by odbyć podróż, samodzielnie, zdolni do samoobsługi i korzystania z zabiegów leczniczych.

Jesteś kobietą? Tych objawów nigdy nie lekceważ. Twoje zdrowie może być zagrożone

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Kobiety często ignorują ból brzucha, nieprawidłowe krwawienia czy problemy z oddawaniem moczu, nie zdając sobie sprawy, że szybka reakcja może uratować życie.

Choć lekkie dolegliwości w dolnej części brzucha w trakcie miesiączki są dość powszechne, silny i utrzymujący się ból w obrębie miednicy może wskazywać na poważniejsze schorzenie, takie jak endometrioza. Jest to choroba, w której tkanka macicy rozwija się poza jej naturalnym miejscem, co może prowadzić do bliznowacenia, krwawień, powstawania torbieli oraz zmian hormonalnych. Schorzenie to najczęściej diagnozuje się u kobiet w wieku 30-40 lat.

Jednym z objawów endometriozy może być trudność z zacięciem w ciążę, a w niektórych przypadkach choroba może zwiększać ryzyko wystąpienia nowotworu. Przewlekły ból miednicy może mieć też inne przyczyny, związane zarówno z układem rozrodczym, jak i z jelitami lub pęcherzem, na przykład mięśniaki macicy, torbiele jajników czy przewlekłe zapalenie narządów miednicy mniejszej. Rzadziej bóle te mogą być objawem nowotworu jajnika, szyjki macicy lub macicy. Badania przeprowadzone przez University of Utah School of Medicine pokazują, że wiele kobiet nie zgłasza bólu miednicy i często go bagatelizuje.

Nie ignoruj duszności

Duszność może sygnalizować różne problemy zdrowotne – od astmy, zapalenia płuc czy oskrzeli, po choroby serca. Może też mieć podłoże psychiczne, np. być objawem lęku. Czasami pojawia się również jako objaw zaawansowanego raka płuc, gdy guz uciska tkanki płuc lub blokuje

drogi oddechowe. Jeżeli odczuwasz, że brakuje ci powietrza, koniecznie powiedz o tym lekarzowi. Pomoże to uniknąć powikłań i wykluczyć poważne choroby, w tym nowotwory. Niezależnie od przyczyny, nagła lub uporczywa duszność powinna być traktowana jako stan nagły.

Nieregularne krwawienia z pochwy czy plamienia między miesiączkami to sygnały, które powinny wzbudzić szczególną czujność u kobiety.

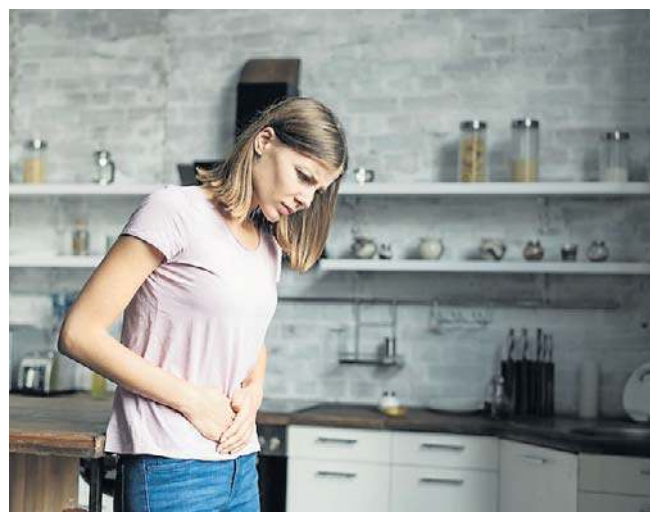
Ekspertki podkreślają też, że nieprawidłowe krwawienie z pochwy może być wczesnym objawem raka endometrium. Jak informuje American Cancer Society, ponad 90 proc. kobiet z tym nowotworem doświadcza w pewnym momencie nieprawidłowego krwawienia. Wczesne wykrycie choroby znacząco zwiększa szanse na skuteczne leczenie.

Choć rak endometrium najczęściej diagnozuje się u kobiet po menopauzie, nieprawidłowe krwawienie powinno skłonić do wizyty u lekarza każdą kobietę, niezależnie od wieku.

Widok krwi w moczu to sygnał, którego nie należy ignorować. Choć czasami przyczyną jest coś błahego, np. niektóre pokarmy, leki czy intensywny wysiłek fizyczny, jednak często kryje się za tym poważniejszy problem zdrowotny, taki jak infekcja dróg moczowych czy kamienie nerkowe, podaje Mayo Clinic.

Ekspertki przestrzegają jednak, że krwiomocz może być również jednym z pierwszych sygnałów raka pęcherza moczowego. Według American Cancer Society, wczesne wykrycie nowotworu znacząco zwiększa szanse na skuteczne leczenie.

Niepokojące mogą być też towarzyszące objawy: pieczenie przy oddawaniu moczu, częstsze wizyty w toalecie czy nagła zmiana jego zapachu lub konsystencji. Każdy z tych sygnałów powinien być traktowany poważnie.



Silny, utrzymujący się ból miednicy może być sygnałem poważniejszych problemów, np. endometriozy

Rano szczepionka działa lepiej. Odporność jest wtedy na najwyższych obrotach



Przyjęcie szczepionki w odpowiednim momencie dnia sprawia, że jej działanie jest lepsze i trwalsze. Nasz układ immunologiczny reaguje inaczej nie tylko z wiekiem, ale też w zależności od pory dnia

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

Kolejne badania naukowe potwierdzają, że czas podania szczepionki - w szczególności u seniorów - ma znaczenie. Nasz układ immunologiczny reaguje inaczej w zależności od pory dnia.

Istnieje coraz więcej dowodów na to, że pora dnia wpływa na siłę i efektywność odpowiedzi immunologicznej po szczepieniu. Potwierdza się to zarówno w badaniach eksperymentalnych, jak i w badaniach klinicznych.

Już w 2016 r. badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii na Uniwersytecie w Birmingham wykazały, że starsze osoby, które były szczepione przeciw grypie rano, miały lepszą odpowiedź immunologiczną: osoby, które otrzymały poranną szczepionkę, miały wzrost miana przeciwciał przeciw grypie H1N1 typu A o 353, w porównaniu z 96 u osób zaszczepionych po południu.

Z kolei naukowcy z Washington University School of Medicine w St. Louis wykazali w 2023 r., że szczepionka mRNA COVID-19 może być bardziej skuteczna w zapobieganiu infekcjom, jeśli dawki są podawane w środku dnia, a nie w innych porach.

Badanie obejmowało dane od ponad 1,5 miliona osób w wieku powyżej 12 lat. Po przeanalizowaniu skuteczności szczepionki badacze doszli

do wniosku, że w zależności od wieku osoby skuteczność szczepionki poprawiła się z 8,6 proc. do 25 proc., gdy była podawana mniej więcej w środku dnia, w porównaniu z dawką podawaną wieczorem.

Korelacja była najsilniejsza u dzieci i młodzieży, a także u dorosłych w wieku powyżej 50 lat, a za najbardziej korzystny przedział czasowy uznano porę od 10.00 do 14.00.

Tego typu informacje mogą mieć kluczowe znaczenie podczas kampanii masowych szczepień, ponieważ jeśli uda się dotrzeć do grup priorytetowych – takich jak osoby młode i starsze, które według naszych danych mogą odnieść największe korzyści ze szczepień przeciwko COVID-19 w południe – i zaszczepić je w optymalnych porach dnia, powinno to przynieść znaczące korzyści społeczne w postaci zmniejszenia liczby przełomowych infekcji – powiedział Jeffrey A. Haspel, MD, PhD, profesor nadzwyczajny medycyny na Wydziale Medycyny Pulmonologicznej i Intensywnej Terapii.

Naukowcy uważają, że rytm okołodobowy może wpływać na reakcję organizmu na szczepionkę. Kolejne badania z 2023 r. potwierdziły, że komórki odpornościowe – zwłaszcza komórki dendrytyczne (antygen-prezentujące) i limfocyty T – działają z rytmem dobowym: ich aktywność, migracja i zdolność do wy-

wołania odpowiedzi zmieniają się w ciągu dnia.

Oznacza to, że podanie szczepionki nastąpi w „bardziej sprzyjającym” momencie dnia (czyli wtedy, gdy system odpornościowy jest „gotowy”), odpowiedź ze strony układu odpornościowego jest lepsza i trwalsza.

Co ważne, efekt ten się utrzymuje i może wpływać na trwa-

łość odpowiedzi immunologicznej. Co oznacza, że czas szczepienia może mieć konsekwencje długoterminowe dla skuteczności szczepienia. Jest to szczególnie istotne w kontekście osób starszych, których układ odpornościowy starzeje się, co skutkuje słabszą odpowiedzią na szczepionki.

Sezon infekcji dopiero nabiera tempa. Choć liczba przypadków COVID-19 spada, wczesne pojawienie się grypy i RSV grozi tzw. tridemią.

Oficjalna statystyka COVID-19 jest lepsza niż w ubiegłym roku. Od 1 stycznia do 30 września 2025 r. zarejestrowano 113,5 tys. przypadków koronawirusa, co stanowi spadek o blisko 45% w porównaniu do 206,4 tys. w analogicznym okresie 2024 roku. Jednak ten spadek jest zwodniczy, bo obecnie COVID przebiega znacznie łagodniej niż dawniej, w związku z czym wiele zakażeń COVID-19 jest diagnozowanych testami domowymi i nie trafia do oficjalnych statystyk, co oznacza, że faktyczna transmisja wirusa SARS-CoV-2 jest znacznie wyższa.

W ostatnim czasie, w przeciwieństwie do spadku COVID-19, w poprzednim sezonie, grypa uderzyła z rekordową siłą. Wczesne pojawienie się grypy i RSV w tym roku każe nam sądzić, że to właśnie te patogeny, w połączeniu z jesienną falą COVID-19, będą stanowić główne wyzwanie i obciążenie dla szpitali.

WARTO WIEDZIEĆ

Największe kliniczne zagrożenie stanowią dwa wirusy:

- RSV (syncytialny wirus oddechowy): Jest to główna przyczyna obciążenia oddziałów pediatrycznych i pulmonologicznych. U niemowląt objawy mogą być bardzo niespecyficzne i niebezpiecznie skąpe, ograniczając się do drażliwości, ogólnego zmniejszenia aktywności i trudności w karmieniu lub oddychaniu.
- Grypa: Poprzedni sezon (2024/2025) był wyjątkowo ciężki, z ponad 2 milionami zachorowań i tygodniowymi szczytami sięgającymi nawet 300 tysięcy przypadków. Wczesne pojawienie się grypy w tym roku (2,2 tys. we wrześniu) sygnalizuje, że ryzyko jest równie wysokie.

Lubię media. I mam wrażenie, że media lubią też mnie

Ania Karwan w Plejadzie Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Monika Olejnik dba o zdrowie

Popularna dziennikarka wybrała się do Neapolu. Nawet tam nie zapomina jednak o intensywnych treningach. W social mediach pochwaliła się m.in. pływaniem w zimnej wodzie. Nie zabrakło także sportowych aktywności z partnerem. Olejnik zapozowała do zdjęcia z Tomaszem Ziolkowskim na tle włoskich widoków.

Katarzyna Cichopek podróżuje z przygodami

Celebrytka wybrała się z mężem w podróż poślubną do USA. Jak zdradziła, ich eskapada odbyła się z przygodami. Warunki pogodowe zablokowały ich lot do Nowego Jorku. Lotnisko zostało zamknięte, przez co małżonkowie wylądowali w Baltimore. „Przygoda goni przygodę” – napisała podekscytowana Cichopek.

Małgorzata Rozenek-Majdan pije szklankę wody

Z okazji premiery programu „Bez kompleksów” celebrytka zorganizowała spotkanie z fanami na swoim Instagramie. Wyznała, że stosuje post przyrywany, a jej okienko żywieniowe wynosi 16 godzin. Zdradziła przy tym, że „nie liczy kalorii”, ale pilnuje ilości spożywanego białka i unika jedzenia mięsa. Kiedy fanki dopytywały, jak radzi sobie z głodem, odpisała: „Piję szklankę wody. Serio, działa, a przy okazji nawadnia organizm. Zimą piję napary. Ważę 53 kg, ale kilogramy nie są ważne” – podsumowała. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Strępy TVP Kultura, 20:00

W spokojnej codzienności Pateroków pojawia się nieoczekiwany gość – choroba. Zdiagnozowany u dziadka Gerarda (Grzegorz Przybył) Alzheimer zaczyna stopniowo niszczyć sielankę. Wraz z postępowaniem choroby zmienia się życie rodziny.

Włoska robota TVN Fabuła, 20:00

Historia o szajce znakomitych włamywaczy, nielojalności i perfekcyjnie wykonanej zemście. Remake filmu z 1969 r w którym główną rolę zagrał Michael Caine. Tu gwiazdami są Mark Wahlberg, Charlize Theron i Edward Norton.

Najdziwniejsze przedmioty National Geographic, 21:00

W skarbcach muzeów i laboratoriów kryją się najbardziej tajemnicze obiekty na Ziemi. Przyjrzyjmy się znaleziskom, do których nikt dotąd nie miał dostępu. Dzięki technologii 3D zobaczymy każdy zniszczonych fragmentów, by odkryć ich sekrety.

Elsbeth 2 FX, 22:00

Losy ekscentrycznej prawniczki Elsbeth Tascioni (Carrie Preston), która współpracuje z nowojorską policją, rozwiązując sprawy morderstw. W nowym sezonie pojawiają się kolejne sprawy i wyzwania, a błędy z przeszłości Elsbeth powracają, komplikując życie nie tylko jej, ale także jej współpracownikom.

KRZYŻÓWKA NR 171

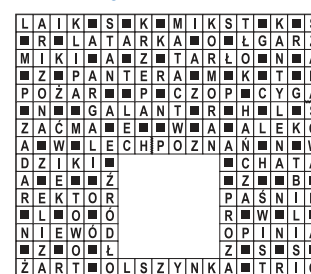
- 1) Hugo, polski polityk, mąż stanu,
 - 6) samokontrola, twardy charakter,
 - 10) w parze z omegą,
 - 11) słabe, wodniste wino,
 - 12) roślina astrowata, skorzonerka,
 - 13) barszcz czerwony z uszkami,
 - 15) popularna gra w karty,
 - 19) rodzaj nowotworu, mięsak,
 - 23) roślina ogrodowa, floks,
 - 25) kielbaska w hot dogu,
 - 26) jama w czaszce z gałką oczną,
 - 27) piec do wzbogacania rudy,
 - 28) jedna ze stron monety,
 - 32) siedziba muz i Apollina,
 - 35) najdłuższy lewy dopływ Wisły,
 - 36) futerał na łuk i strzałę,
 - 37) gruby sznur skręcony z włókna,
 - 38) fartuch ochronny, kitel,
 - 39) pobory dla pułkownika,
 - 40) mityczna żona Hefajstosa,
 - 41) zakład z wielkimi piecami.
- Pionowo:**
- 2) drzewo liściaste o żółtawoszarej korze,
 - 3) samica jelenia lub daniela,
 - 4) forma monopolu kapitalistycznego,
 - 5) muzyka Leszka Możdżera,
 - 6) jedna z największych rzek Bałkanów,
 - 7) metalowa płoza przy bucie,
 - 8) ewolucja na drążku,
 - 9) wezwanie do broni, pobudka,
 - 14) część nogi nad kolanem,
 - 15) ocenia jakość wina,



- 16) dawna nazwa szkicu,
- 17) logarytmiczny lub błyskawiczny,
- 18) reklamowany lek przeciwbólowy,
- 19) w dal lub wwyż,
- 20) cienka gałązka bez liści,
- 21) obrońca Reduty z wiersza Mickiewicza,
- 22) miękka tkanina jedwabna,
- 24) „... i żona”, komedia Aleksandra Fredry,

- 29) figura retoryczna,
- 30) spotkanie zuchów w harcówce,
- 31) chustka zawiązywana pod szyją,
- 32) wiekowy obszar leśny,
- 33) potocznie zamieszanie, rozgardiasz,
- 34) roślina zielna jak odmiana czerwieni.

ROZWIĄZANIE NR 170



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś odważnie podejmij decyzję, której unikasz. Horoskop dzienny zapowiada, że intuicja poprowadzi Cię w dobrą stronę. Zaufaj sobie.

Ryby (19.02 - 20.03)

Nie daj się wciągnąć w cudze dramaty. Horoskop na dziś radzi skupiać się na własnych planach. Zyskasz dzięki temu spokój. **Baran (21.03 - 19.04)** Słowa mają moc. Uważaj, co mówisz, bo ktoś weźmie Twoje żarty zbyt serio. Horoskop dzienny na środę mówi, że warto być ostrożnym.

Byk (20.04 - 20.05)

W domu zapanuje harmonia, jeśli odpuścisz drobiazgi. Horoskop dzienny zapowiada, że ciepła rozmowa odmieni atmosferę na lepszą. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Twoja energia będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś radzi to wykorzystać, by zaprezentować swój pomysł i zdobyć uznanie. **Rak (22.06 - 22.07)** Zadbaj o porządek w swoich myślach i obowiązkach. Horoskop dzienny na środę wróży, że drobne kroki dziś przyniosą wielkie efekty jutro.

Lew (23.07 - 22.08)

Balansuj między obowiązkiem a przyjemnością. Horoskop dzienny to wskazówka, by znaleźć chwilę na oddech – jest Ci to potrzebne. **Panna (23.08 - 22.09)** Ktoś może Cię zaskoczyć szczerym wyznaniem. Horoskop na dziś wyraźnie sugeruje otworzyć się na emocje i nie uciekać od rozmowy. **Waga (23.09 - 22.10)** Spontaniczność będzie Twoim sprzymierzeńcem. Nie planuj wszystkiego. Horoskop dzienny na środę wróży, że improwizacja da najlepszy efekt.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Ambicja Cię napędza, ale dziś warto zwolnić. Horoskop dzienny radzi zadbać o relacje, bo sukces bez wsparcia smakuje gorzej. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Nowy pomysłu zainspiruje Cię do działania. Nie bój się zmian. Horoskop na dziś mówi, że przyniosą więcej korzyści niż się spodziewasz. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Uczucia będą intensywne. Zaufaj sercu, ale nie zapomnij o zdrowym rozsądku. Horoskop dzienny na środę wróży, że równowaga jest kluczowa.

Dziki rozkręcały się z kwarty na kwartę. AMW Arka zawiodła

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Gdyńscy koszykarze nie wykorzystali okazji, aby po długiej przerwie zaprezentować swoim kibicom skuteczną grę.

AMW Arka tylko w pierwszej kwarcie poniedziałkowego spotkania z Dzikami Warszawa realizowała plan. Później do głosu doszli bardziej zdeterminowani goście, którzy wygrali wysoko 96:78.

Dopiero po raz drugi w sezonie 2025/2026 koszykarze AMW Arki mogli zaprosić swoich kibiców do hali Polsat Plus Arena Gdynia. W poniedziałek gościli zawodzący na początku rozgrywek zespół Dzików Warszawa.

Żółto-niebieskim zależało na zdominowaniu rywali. I od początku starali się narzucić swój rytm stołecznej ekipie. Drużyna trenera Mantasa Cesnauskisa wychodziła na kilku-punktowe prowadzenie. Wśród przyjezdnych inne zamiary miał jednak Landrius Horton, który ze wszystkich sił starał się odwrócić losy meczu, zdobywając do przerwy 20 punktów na 45 całego zespołu.

Niestety, z każdą kolejną minutą gra gdynian układała się coraz gorzej, a wiatr w żagle łapały Dzikie. Z każdą kwartą goście czuli się coraz lepiej, wy-

chodząc na prowadzenie i umiejętnie je powiększając.

Katem AMW Arki okazał się Amerykanin Landrius Horton, który zakończył spotkanie z ośmioma trafieniami zza łuku (na dziewięć prób). Jego nieustępliwość utrzymała Dzikie w grze, a później ośmieliła do lepszej gry kolegów.

- To była dla nas piekielnie ważna wygrana, bo mieliśmy troszeczkę ciężki czas, jeśli chodzi o polską ligę. Ta ostatnia porażka z Gliwicami nas troszeczkę zabolowała i myślałem, że ten mecz był takim meczem na przełamanie, żeby pokazać, że nadal należymy do górnej „ósemki”, a nie, że będziemy w dole. Dzisiaj fajnie to pokazaliśmy. Chcemy walczyć o najwyższe cele i miejmy nadzieję, że się to nam uda - powiedział Grzegorz Kamiński, niski skrzydłowy Dzików, który grał w w Gdyni w latach 2023-2024.

Gdynianie, zdaniem szkoleniowca, przegrali te zawody przede wszystkim w sferze mentalnej.

- Rywale zagrali dobry mecz i zasłużenie wygrali. Martwi mnie parę rzeczy u nas w grze, a pierwsza i najważniejsza, że spuszczamy głowy za szybko. Kiedy nam dobrze idzie, mamy więcej energii i gramy lepiej, podajemy sobie piłki, idziemy na zbiórki, grając jako drużyna. Kiedy przez parę minut łamie się nasza gra i nie potrafimy



Żółto-niebiescy pogubili się i przegrali z niżej notowanymi Dzikami Warszawa

zdołać zdobyć punktu, to od razu mowa o całym zespole. Zawodników pokazuje, że coś jest nie tak. Za szybko spuszczamy głowę i bardzo szybko idziemy na dół. Dzikie w drugiej połowie intensywnie bronili i całkowicie rozbili nasz atak, a w obronie cały mecz mieliśmy problem. Nie radziłem sobie z Hortonem, który trafiał łatwe

punkty, trzymając ich w grze, bo nie grali wtedy dobrego meczu - ocenił Mantas Cesnauskis, trener żółto-niebieskich.

Rekord wszech czasów w zespole z Gdyni pobił Adam Hrycaniuk, który zaliczył 330 oficjalny mecz. Pamiątkową koszulkę z tym numerem wręczył mu poprzedni rekordzista - Piotr Szczotka. Niestety, „Be-

stia” tego momentu - z racji przegranej drużyny - nie będzie wspominał najlepiej.

- Tak, ten dzień mógł wyglądać trochę lepiej. Niestety, wszystkie te rzeczy pozaboiskowe tutaj nie mają znaczenia. Walczymy o zwycięstwa, a ten mecz kompletnie dzisiaj nie wyszedł. W pierwszej połowie trzymaliśmy się, podejmo-

waliśmy dobre decyzje w ataku, rzuty nam wpadały. Druga połowa była konsekwencją dobrej gry w obronie Dzików. Naciskali naszych ludzi na piłkę i uzyskali to, że nasza gra kompletnie się nie kleiła. Nie mogliśmy ich minąć, wejść pod kosz, gdzie czekał już kolejny obrońca. Zagraliśmy przez kilkanaście minut, a po winniśmy przez 40 - mówił przybyły Adam Hrycaniuk, 41-letni środkowy AMW Arki Gdynia.

A już w niedzielę, 9 listopada 2025 roku, gdynianie przyjadą do Ergo Areny, gdzie zmierzą się z Energa Treflem Sopot w derbach Trójmiasta. Ten wyczekiwany przez kibiców w całym Trójmieście mecz rozpocznie się o nietypowej porze, tzn. o godz. 12.30.

© P

AMW Arka Gdynia - Dzikie Warszawa
78:96 (27:19, 21:26, 14:21, 16:30)

Arka: Łączyński, Okauru 7, Garbacz 14 (3x3), Tubutis 17 (3), Ljubicic 10 oraz Ramey 12 (2), Zyskowski 10 (2), Barrett, Hrycaniuk, Kowalczyk

Dzikie: Caruthers 10, Horton 29 (8), Soares 5 (1), Vander Plas 10 (1), Frackiewicz 10 oraz Aleksandrowicz, Grochowski, Kamiński 14 (2), Chavez 8 (2), Oguama 10

Sędziowali: P. Pastusiak, Ł. Andrzejewski, B. Puźor

Widzów: 1712

0111427790

REKLAMA

0011246076

Drogiej Koleżance
Teresie Wcisło

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Męża

składają

Koleżanki i Koledzy
z Krajowej Sekcji Morskiej Marynarzy i Rybaków
NSZZ „Solidarność”

**Wspomnienia.
Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na
nekrologi.net
i dziennikbałtycki.pl/nekrologi

dziennikbałtycki.pl/nekrologi

**Nekrologi,
kondolencje**

**przyjmowane są od poniedziałku do piątku
w godzinach 8.30-15.30**

- bezpośrednio w Biurze Ogłoszeń,
Gdańsk, Połęża 3, tel. 58/300 32 11
- drogą mailową: nekrologi@prasa.gda.pl
- poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl
- w zakładach pogrzebowych
współpracującymi z Dziennikiem Bałtyckim
 - **PPU Zielen, Gdańsk, Partyzantów 76**
www.zielen.pl, tel. 58/341-20-71 do 73
 - **ZDiZ w Sopocie Cmentarz Komunalny, Malczewskiego 31**
tel. 58/551-03-50, biuro@cmentarz.sopot.pl
 - **Zarząd Cmentarzy Komunalnych w Gdyni**
ul. Witomińska 76, tel. 58/660-89-50, www.zck.pl



nekrologi.net

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800-472-852, 58 300 32 17
i zapłacić kartą kredytową

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń - **Gdańsk**, Połęża 3,
tel. 58/3003 211

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

ODKUPIĘ współdział

w nieruchomości, cała Polska

518503404

Motoryzacja

SAMOCZODY OSOBOWE - KUPIĘ

ABA auta całe, uszkodzone

kupię zaniebane powypadkowe.

Najlepiej płacimy, całe pomorskie

514-514-610

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

AWARIE - dachy, blachy, kominy, papy,
rynny, malowanie; 517-744-487

CYKLINOWANIE 501979520

Sufity Podwieszane: Napinane,
Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe,
Ścianki Gipsowe "Sufitex"
604-944-094, 58-558-25-65 www.sufitex.pl

INNE

**Dyplomowana
bioenergoterapeutka. Pomoc
energetyczna - problemy
osobiste, życiowe. Oczyszczanie
i równoważenie energetyki
miejsc. Tel. 696-222-127.**

Nie ma wyjścia – trzeba wygrać. To będzie walka o przetrwanie

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

TENIS. **Wygrana i przegrana – oto bilans dwóch pierwszych meczów Igi Świątek w prestiżowym turnieju WTA Finals, który odbywa się na korcie twardym „King Saud University Indoor Arena” w Rijadzie.**

Nasza tenisistka wciąż ma szansę na obfitą wygraną w arabskiej metropolii. Nawet z jedną porażką w fazie grupowej, triumfator tegorocznego WTA Finals może bowiem zainkasować nawet 4 880 000 dolarów... Warunek jest jeden – wszystkie kolejne mecze trzeba już wygrać.

Jednak przed Igą Świątek arcytrudne wyzwanie: Amanda Anisimova.

London, Nowy Jork i teraz Rijad – Amerykanka, której rodzice wyemigrowali z Rosji (sama urodziła się już w Freehold Township w stanie New Jersey), po raz trzeci w ciągu czterech miesięcy stanie na drodze Igi Świątek w prestiżowej imprezie.

Stawką dzisiejszego spotkania, które ma rozpocząć się nie wcześniej niż o godz. 16.30, będzie półfinał podsumowujący sezon tenisowy WTA Finals. Dotychczasowy bilans pań to 1-1.

Świątek rozpoczęła udział w imprezie w Arabii Saudyjskiej kapitalnie. Raszynianka, rozstawiona z numerem 2, rozbiła w 61 minut inną Amerykankę Madison Keys 6:1, 6:2.

Obiecujące nastolatki

Niestety, w kolejnym spotkaniu – przyznajmy dziwnym spotkaniu – musiała uznać wyższość Rosjanki z paszportem Kazachstanu, Jeleny Rybakiny, przegrywając 6:3, 1:6, 0:6.

Z kolei Amenda Anisimova na początek rozgrywek uległa



Iga Świątek zna smak zwycięstwa w turnieju WTA Finals – dokonała tego w 2023 roku w meksykańskim Cancún

Rybakinie 1:6, 3:6, ale w miniony poniedziałek – nie bez problemów – pokonała Keys 4:6, 6:3, 6:2.

Takie rozstrzygnięcia spowodowały, że Rybakina ma już zapewniony awans do półfinału turnieju z pierwszego miejsca.

O drugi, „wolny” półfinał powalczą w „Grupie Sereny Williams” – właśnie w bezpośrednim starciu – Świątek i Anisimova.

Amerykanka była – podobnie jak jej rówieśniczka z podwarszawskiego Raszyna – obiecującą nastolatką, ale później – inaczej niż Świątek – popadła w sportowy niebyt.

Od czasów juniorskich nie grały przez długie lata, a teraz

w krótkim odstępie po raz trzeci zmierza się na wielkiej tenisowej scenie.

Pierwszy raz ich drogi przecięły się 2 października 2016 roku. Wówczas Świątek pokonała Anisimovą w finale juniorskiego Pucharu Federacji 6:4, 6:2.

Londyńska farsa

Mijały długie lata i mamy rok 2025. W półfinale Wimbledonu stoczyła heroiczny ze względu na dramaturgię i wysoką temperaturę pojedynek z Białorusinką Aryną Sabalenką, broniąc najpierw piłki meczowej, ale ostatecznie wygrywając 6:4, 4:6, 6:4.

W finale przeciw Świątek zapłaciła jednak ogromną cenę

za to spotkanie. Zmęczona fizycznie i rozbita psychicznie nie była w stanie nawiązać walki z rozpędzoną Polką, która przejechała się po niej niczym walec.

Po jednym z najkrótszych finałów w historii – trwającym ledwie 57 minut – Amerykanka przegrała 0:6, 0:6. Był to pierwszy od 114 lat przypadek w londyńskim turnieju, że finalistka nie zdobyła ani jednego gema.

Ledwie 53 dni po farsie w Londynie obie tenisistki zmierzyły się w ćwierćfinale US Open.

Polka uległa rywalce 4:6, 3:6.

Ostatecznie Anisimova dotarła na Flushing Meadows do finału, w którym nie sprostała Sabalence, ale nie ukrywała, że to wygrana z Polką była w tamtym turnieju najcenniejsza...

Przegrana odpada

Jesienią, w Azji, Iga Świątek zwyciężyła w Tokio, a Anisimova – w Pekinie, dzięki czemu awansowała na najwyższe w karierze, 4. miejsce w rankingu światowym WTA.

W zależności od rozstrzygnięcia w Rijadzie, może nawet wyprzedzić Coco Gauff i zakończyć sezon tuż za plecami białorusko-polskiego duetu.

Choć w WTA Finals rywalizacja toczy się w grupie, to ich dzisiejsze spotkanie ma charakter „pucharowy” – przegrywająca odpada. Obie mają w dorobku zwycięstwa nad Keys, obie przegrały z Rybakiną.

Ta ostatnia ma już zagwarantowaną pierwszą pozycję – i zagra w półfinale z tenisistką z drugiego miejsca w „Grupie Stefanie Graff”. W Rijadzie zarobiła już 1 050 000 dolarów (340 000 \$ za sam udział + 710 000 \$ za dwie wygrane grupowe – każda po 355 000 \$). Iga Świątek, podobnie jak Anisimova, ma na razie zagwarantowane 695 000 \$. ©©

Gramy o pierwszy w tym sezonie prestiż i nagrody. Tylko nie wiemy, jakie...

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **Już po raz trzeci z rzędu AL-KO Superpuchar Polski mężczyzn odbędzie się w katowickim „Spodku” – miejscu szczególnie nie tylko dla rodzimej siatkówki, ale i całego polskiego sportu.**

Przypomnijmy, że to właśnie na tym obiekcie w 2014 roku świętowaliśmy zdobycie mistrzostwa świata po kapitalnym boju z Brazylijczykami.

Dzisiaj wieczorem poznamy zdobywców pierwszego trofeum w polskiej siatkówce w sezonie 2025/2026. Najpierw powalczą panie, czyli DevelopRes Rzeszów – mistrz i zdobywca TAURON Puchar Polski kontra ŁKS Commercecon Łódź – finalistka obu najważniejszych rozgrywek w kraju.

Po nich na boisko wyjdą panowie, czyli Bogdanka LUK Lublin – mistrz kraju, kontra JSW Jastrzębski Węgiel – zwycięzca rozgrywek o TAURON Puchar Polski.



Przyjmujący reprezentacji i Lublina Wilfredo León po raz pierwszy w karierze zagra w meczu o Superpuchar Polski

W założeniach mecz o Superpuchar Polski to tradycyjne starcie mistrza kraju ze zdobywcą Pucharu Polski, odbywające się przed lub na początku każdego z sezonów ligowych (od 2012 roku pod egidą Polskiej Ligi Siatkówki).

Przed rokiem triumfowały ekipy BKS Bostik ZGO Bielsko-Biała (po wygranej 3:0 z Lotto Chemik Police, MVP: Martyna Borowczak) i Aluron CMC Warta Zawiercie (po emocjonującym zwycięstwie z Jastrzębskim Węglem 3:2, MPV: Aaron Russell).

Niestety, po licznych kontrowersjach (szczególnie w 2021 roku, kiedy ujawniono, że panie otrzymały premie finansowe dwa razy niższe od panów: odpowiednio 50 000 złotych do 100 tys. złotych), wciąż nie wiemy, jakie nagrody czekają na zwycięzców w tym roku...

Siatkarskie emocje w trakcie AL-KO Superpuchar Polski transmitować będzie Polsat Sport. Mecz pań rozpocznie się już o godz. 17.30, a trzy godziny później do rywalizacji przystąpią panowie. ©©

Polska środa z piłkarską Ligą Mistrzów. Emocji nie zabraknie

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl

PIŁKANOŻNA. **W dzisiejszy wieczór w Lidze Mistrzów otrzymamy sporą dawkę emocji związanych z naszymi piłkarzami. Spore szanse na występ w 4. kolejce fazy ligowej ma aż pięciu Polaków.**

Pierwszy z polskich zawodników, bo już o godz. 18.45, na murawę wyjdzie bramkarz Mateusz Kochalski. Jego azerski Karabach Agdan, który ma na swoim koncie 6 punktów, czeka nie

lada wyzwanie. Przeciwnikiem będzie bowiem Chelsea FC, czyli zwycięzca poprzedniej edycji Ligi Konferencji.

Późnym wieczorem naprawdę spore szanse na grę ma 4 polskich graczy. FC Barcelona podejmie na wyjeździe belgijski Club Brugge. W barwach Dumy Katalonii w bramce po raz kolejny zagra Wojciech Szczęsny. Być może pierwszy raz po kontuzji wyjściowy skład otrzyma również Robert Lewandowski.

Aktualny mistrz Hiszpanii w poprzedniej kolejce efek-

townie rozbił grecki Olympiakos Pireus, wygrywając aż 6:1. Podczas dzisiejszego meczu również będzie zdecydowanym faworytem i ciężko sobie wyobrazić, by Belgowie mogli zatrzymać Blaugranę.

Piotr Zieliński i jego Inter Mediolan podejmą u siebie kazachski Kairat Ałmaty. Pomocnik reprezentacji Polski w ubiegły weekend popisał się przepięknym trafieniem w Serie A i teraz ma nadzieję, że podtrzyma dobrą passę i zaliczy kolejny udany występ w barwach Nerazzurri.

Natomiast Atalanta Bergamo, której zawodnikiem jest Nicola Zalewski, zmierzy się na wyjeździe z francuskim Olympique Marsylia. Skrzydłowy po urazie nie zachwyca, a posada trenera ekipy z Bergamo wisi na włosku. Tylko zwycięstwo z czołowym klubem Ligue 1 może uchronić Ivana Jurica przed stratą pracy.

Polski sędzia Szymon Marciniak został wyznaczony do prowadzenia meczu Manchester City – Borussia Dortmund. Na liniach pomagać mu będą standardowo Tomasz

Listkiewicz i Adam Kupsik, natomiast arbitrem technicznym będzie Paweł Raczkowski. System VAR obsługiwać będą Tomasz Kwiatkowski oraz Piotr Lasyk. Będzie to starcie dwóch dotychczas niepokonanych drużyn w tej edycji Ligi Mistrzów.

Terminarz środowych meczów 4. kolejki fazy ligowej Ligi Mistrzów:

● godz. 18.45: Karabach Agdam (Mateusz Kochalski) – Chelsea FC
● godz. 18.45: Pafos FC – Villarreal CF

● godz. 21.00: Ajax Amsterdam – Galatasaray Sтамбул
● godz. 21.00: Benfica Lizbona – Bayer Leverkusen
● godz. 21.00: Club Brugge – FC Barcelona (Wojciech Szczęsny, Robert Lewandowski)
● godz. 21.00: Inter Mediolan (Piotr Zieliński) – Kairat Ałmaty
● godz. 21.00: Manchester City – Borussia Dortmund (sędzia Szymon Marciniak)
● godz. 21.00: Olympique Marsylia – Atalanta Bergamo (Nicola Zalewski)
● godz. 21.00: Newcastle United – Athletic Bilbao. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

PIŁKA NOŻNA

Reprezentacja Polski kobiet wie z kim powalczy o awans na mistrzostwa świata

Polki trafiły do grupy drugiej w dywizji A w Lidze Narodów, a w niej zmierzą się z reprezentacjami Francji, Holandii oraz Irlandii. Rozgrywki zaczną się 3 marca, a zakończą 9 czerwca przy-

szłego roku. Mecze domowe biało-czerwone oczywiście rozgrywać będą na stadionie Polsat Plus Arena w Gdańsku. Polki, bez względu na wyniki, nie stracą szans na awans

na mundial, który w 2027 roku odbędzie się w Brazylii. Awansują najlepsze zespoły z poszczególnych grup z dywizji A, pozostałe będą mieć szansę w barażach. (stan)

PIŁKA NOŻNA

Bramkarz Lechii Gdańsk w kadrze Nowej Zelandii.

Alex Paulsen został powołany na zgrupowanie reprezentacji Nowej Zelandii, która zagra towarzysko z USA (16.11) i Ekwadorem (19.11). (stan)

Marazm Lechii i kolejna porażka

Paweł Stankiewicz

pawel.stankiewicz@polskaiexpress.pl

PIŁKA NOŻNA. Lechia Gdańsk nie znalazła sposobu na zaskoczenie drużyny Radomiaka. Goście mieli trzy dobre sytuacje i dwie zamienili na bramki.

Lechia Gdańsk 1 (0)
Radomiak Radom 2 (1)

Bramki: 0:1 Capita (35), 0:2 Abdoul Tapsoba (84), 1:2 Bohdan Wjunnyk (90+3)

Lechia: Paulsen - Kłudka, Płana, Rodin, Vojtko - Żelisko, Neugebauer (81 Kurminowski) - Mena, Kapić (66 Awad Alla), Cirković (66 Wjunnyk) - Bobcek

Radomiak: Majchrowicz - Ouattara, Kingue, Dieguez, Grzesik - Alves, Camara (69 Kaput), Wolski (58 Donis) - Lopes (58 Balde), Maurides (69 Depu), Capita (81 Tapsoba)

Sędziów: Marcin Szczerbowski (Olsztyn)
Widzów: 7646

Tomas Bobcek zdecydowanie nie miał swojego dnia w spotkaniu z Radomiakiem. Najlepszy strzelec biało-zielonych miał cztery okazje bramkowe, ale piłka nie chciała wpaść do siatki. Goście z Radomia pokazali za to na czym polega skuteczny futbol. W 35 minucie Ca-

pita był z piłką w polu karnym, ale Bartłomiej Kłudka nie zaatakował rywala tylko pozwolił mu na oddanie pięknego strzału, po którym piłka wylądowała w siatce. To był pierwszy i jedyny celny strzał ze strony zawodników z Radomia w tej części gry.

Bobcek pierwszą okazję bramkową miał jeszcze przy wyniku remisowym i mógł dać gospodarzom, prowadzenie, ale po dośrodkowaniu Iwana Żeliszki słowacki napastnik biało-zielonych po strzale głową trafił piłką w Filipa Majchrowicza. Później mógł dać Lechii wyrównującego gola, ale tym razem trafił w słupek. Nie była to dobra połowa w wykonaniu podopiecznych trenera Johna Carvera, ale wynik wcale nie musiał być tak zły. Radomiak też nic wielkiego nie pokazał, ale potrafił wykorzystać swoją szansę bramkową.

Lechia w drugiej połowie musiała odważnie zaatakować, żeby odwrócić losy tego spotkania. Drużyna wciąż jest w strefie spadkowej, a po wcześniejszych meczach tej kolejki strata do bezpiecznego miejsca wzrosła już do pięciu punktów.



Lechia rozczarowała i nie miała argumentów w meczu z Radomiakiem

Można ją odrobić tylko wygrywając kolejne spotkania.

Irzeczywiście, biało-zieloni zagrali lepiej, bardziej energicznie i stwarzali sobie kolejne szanse do strzelenia bramki, ale tym razem brakowało skuteczności i trochę szczęścia. Tomasz Neugebauer zdecydował się na strzał z dystansu, ale Maj-

chrowicz zdołał odbić piłkę. Za chwilę to goście mogli zdobyć drugiego gola, kiedy po kontrze sam na sam wyszedł Capita, którego nie powstrzymał Kłudka, ale strzelił prosto w ręce Paulsena.

Lechia dążyła coraz mocniej do zdobycia gola. Bobcek minął już Majchrowicza i strzelił

do bramki Radomiaka, ale zdążył Jam Grzesik i wybił piłkę zmierzającą do bramki. Słowak jeszcze raz oddał strzał, po którym tym razem Michał Kaput wybił futbolówkę w ostatnim momencie. Była jeszcze sytuacja, w której ze skutecznym wślizgiem nie zdążył Bohdan Wjunnyk. Radomiak wyczekał

i zadał decydujący cios, a gole zdobył Abdoul Tapsoba. Sędzia najpierw pokazał spalonego, ale po analizie VAR bramka została uznana i Radomiak zabrał Lechii komplet punktów. Bramka Bohdana Wjunnyka w doliczonym czasie gry była już spóźniona i nie zmieniła wyniku spotkania.

Pierwsze 45 minut nie było dobre w naszym wykonaniu. Szanse bramkowe trzeba wykorzystywać i na pewno mogliśmy z tego meczu więcej wyciągnąć. Nie będę tutaj wymieniać konkretnych nazwisk. Nie można przestać atakować, bo się przegrywa 0:2. Radomiak pokazał więcej intensywności. Ma teraz bardzo dobrego trenera i widać, że rywale zmienili styl gry - przyznał John Carver, trener Lechii.

Kibice Lechii pożegnali piłkarzy gwiazdami i skandowaniem: „Lechia grać, k... mać”.

A co po meczu działo się w szatni Lechii?

Przyszli kibice i zaczęli nam zadawać pytania. Normalnie porozmawialiśmy i mam nadzieję, że w następnym meczu będzie już lepiej - powiedział Wjunnyk.

©P

Jaki los dla Lechii i Chojniczanki? Biało-zieloni zagrają hit w Gdańsku

Paweł Stankiewicz

pawel.stankiewicz@polskaiexpress.pl

PIŁKA NOŻNA. Lechia Gdańsk i Chojniczanka Chojnice poznały rywali w walce o awans do ćwierćfinału STS Pucharu Polski. Obie pomorskie drużyny będą miały trudne zadanie.

W Lechii po ostatniej wyprawie do Niepołomicz marzyli o meczu w Gdańsku albo o bliskim wyjeździe. To się spełniło, bo wiem biało-zieloni o awans powalczą na Polsacie Plus Arenie, ale zadanie będzie bardzo trudne.

Los sprawił, że rywalem podopiecznych trenera Johna Carvera będzie Górnik Zabrze, który świetnie spisuje się w tym sezonie i jest liderem tabeli w PKO Ekstraklasie. Co ciekawe, mecz 1/8 finału STS Pucharu Polski na Polsacie Plus Arenie rozegrany zostanie w terminie 2-4 grudnia 2025

roku, a już po kilku dniach oba zespoły zmierzą się ponownie w Gdańsku, ale w spotkaniu o ligowe punkty. To sprawia, że goście z Zabrza zapewne udadzą się nad polskie morze na kilka dni.

Warto przypomnieć, że przy 1/16 finału STS Pucharu Polski drużyna Górnika miała zbliżony dwumecz i także z drużyną z Trójmiasta, ale wtedy jeden mecz odbył się w Gdyni, a drugi na Śląsku. Górnik dwukrotnie okazał się lepszy od Arki, bo mecz pucharowy wygrał w Gdyni 2:1, a w spotkaniu PKO Ekstraklasy zwyciężył w Zabrzu aż 5:1.

Na grudniowy mecz ligowy w Gdańsku cieszył się Maksym Chłañ, były piłkarz Lechii, a obecnie Górnika. No to będzie miał szansę zagrać dwa razy w ciągu kilku dni na Polsacie Plus Arenie.

Bardzo kocham Gdańsk, bardzo kocham Lechię, ale ja musiałem zrobić kolejny krok



Lechia w Zabrzu przegrała z Górnikiem 1:2, a w grudniu zagra z tym zespołem dwa mecze w Gdańsku

w swojej karierze. Być może kibice Lechii będą na mnie gwizdać, ale nie chciałbym tego. Bez względu na wszystko, ja pojeżdżę do kibiców Lechii i oddam im szacunek, bo oni pomogli mi w życiu - mówił nam Maksym Chłañ, po wygranym meczu przez zespół Górnika z Arką w Gdyni.

Lechia musi nastawić się na bardzo trudny dwumecz z Górnikiem. Drużyna z Zabrza jest liderem w PKO Ekstraklasie, na wyjeździe przegrała tylko jeden mecz. W STS Pucharze Polski, poza Arką, pokonała na wyjeździe rezerwy Legii Warszawa.

Bardzo wymagającego przeciwnika wylosowała drugoligowa Chojniczanka Chojnice, bo o awans do ćwierćfinału będzie musiała powalczyć z ekstraklasową Koroną. Zespół z Kielc dobrze gra w rundzie jesiennej i aktualnie zajmuje szóste miejsce w tabeli PKO Ekstraklasy. Chojniczanka w poprzed-

nich rundach pokonała na wyjeździe Beskid Andrychów oraz u siebie Świt Szczecin. Korona na pewno będzie faworytem tego spotkania, ale Chojniczanka wyjdzie na boisko, żeby sprawić niespodziankę. Mecz zostanie rozegrany w Chojnicach.

Dla piłkarzy Chojniczanki to będzie ostatni mecz w tym roku, bo zostanie rozegrany po zakończeniu rundy jesiennej. Dla Korony to losowanie jest dość kłopotliwe, bo do Chojnic przyjedzie między innymi domowymi meczami z Cracovią oraz z Wisłą Płock.

Pary 1/8 finału STS Pucharu Polski (2-4 grudnia 2025 roku): Piast Gliwice - Lech Poznań, Avia Świdnik - Polonia Bytom, Zawisza Bydgoszcz - Wisła Kraków, Pogoń Szczecin - Widzew Łódź, Chojniczanka Chojnice - Korona Kielce, Lechia Gdańsk - Górnik Zabrze, GKS Katowice - Jagiellonia Białystok, Śląsk Wrocław - Raków Częstochowa.

Mecze ćwierćfinałowe zaplanowano na 3-5 marca 2026 roku, a wielki finał STS Pucharu Polski na PGE Narodowym w Warszawie odbędzie się 2 maja. ©P