Pupil pod kołdrą. Kiedy wspólne spanie z psem lub kotem pomaga, a kiedy z niego zrezygnować **str. 9**

FOT. KSENIYA OVCHINNIKOVA, GETTY IMAGES

Michał Zembala: Empatia powinna być fundamentem pracy lekarza **str. 11**

STRONA ZDROWIA

Nr 34 (24 811)

DZIENNIK POLSKI

Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 11.02.2026 r.

www.dziennikpolski24.pl

W Archidiecezji Krakowskiej zebrano ponad 5,5 mln dla mieszkańców Kijowa **str. 4**

FOT. ARCHIWUM

Skandale z udziałem księży. Jedna z kluczowych spraw dotyczy Bukowna **str. 5**

Kacper Tomasiak z medalem IO! Rozmawiamy z jego trenerem Wojciechem Toporem **str. 15**

FOT. PAP/GRZEGORZ MOMOT

20 LUTEGO ARTYSTA ZAGRA KONCERT

Piotr Foreman o Podgórzu, młodości i płycie „Chłopaki z Podgórza" **str. 6**

FOT. ANDRZEJ BANAŚ

CO DALEJ Z TRASAMI NOWOBAGROWĄ I CIEPŁOWNICZĄ?

Miasto tłumaczy się z braku tras marzeń

Ewa Wacławowicz
ewa.waclawowicz@polskapress.pl

Miały zrewolucjonizować Kraków. Problem w tym, że ostatnie postępowania przetargowe na opracowanie koncepcji zostały unieważnione w grudniu 2025 roku. Co dalej? Miasto obszernie tłumaczy.

To byłaby komunikacyjna rewolucja pomiędzy Łęgiem, Płaszowem i Podgórzem. W 2025 r. Zarząd Inwestycji Miejskich prowadził ponowione postępowania na opracowanie koncepcji dla Trasy Nowobagrowej oraz dla Trasy Ciepłowniczej. Zgłosiły się cztery firmy. Obydwa postępowania zostały unieważnione 8 grudnia ub.r.

Radny Rafał Zawiślak postanowił zapytać miasto, ile wydało dotychczas na koncepcje tras.

W odpowiedzi wiceprezydent Stanisław Kracik informuje, że w przypadku Trasy Nowobagrowej umowę na opracowanie wielowariantowej koncepcji podpisano w styczniu 2022 roku, jej wartość wynosiła 1,8 mln złotych. W ramach realizacji przedmiotu umowy wykonawca zobowiązany był m.in. do przedstawienia minimum czterech wariantów przebiegu Trasy Nowobagrowej wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną i analizą porównawczą wraz ze wskazaniem wariantu preferowanego.

Ostatecznie miasto podziękowało wykonawcy „z uwagi na problemy niezależne od zamawiającego i wykonawcy" - informuje Stanisław Kracik.

Jeszcze większe problemy wyszły przy realizacji koncepcji Trasy Ciepłowniczej. Umowa była kilkukrotnie aneksowana, a terminy realizacji przesuwane. Miasto Kraków naliczyło kary umowne, a sprawa swój finał miała w sądzie.

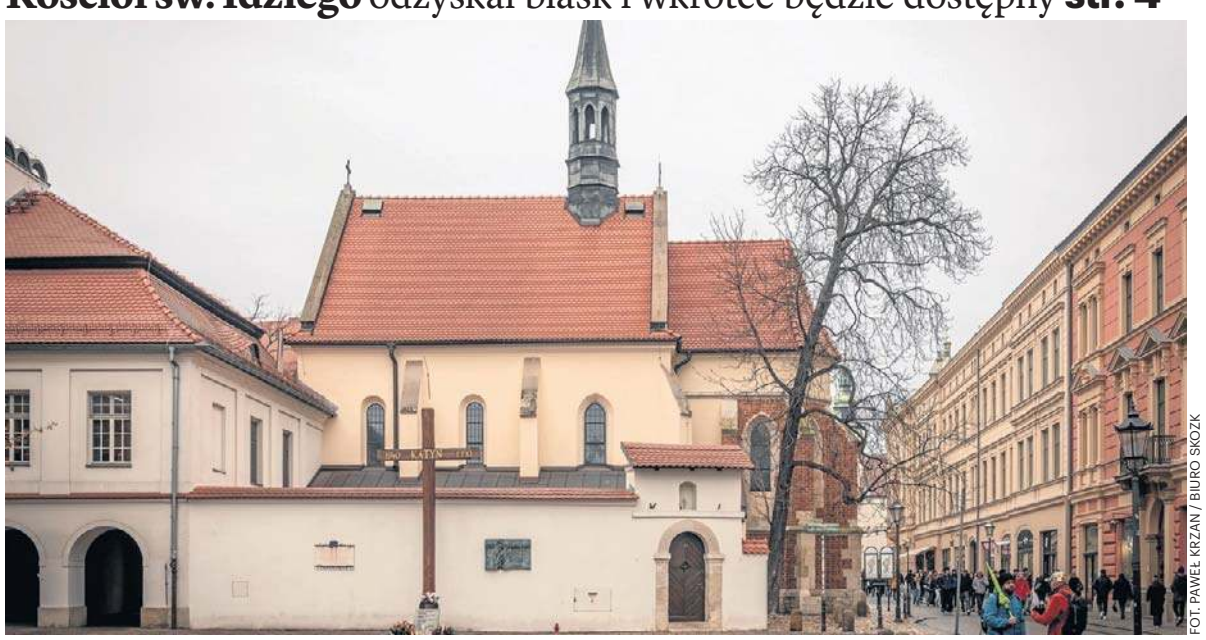
Czytaj str. 3

Pięć i pół roku więzienia za szpiegostwo

W poniedziałek 9 lutego, w Sądzie Apelacyjnym w Krakowie zapadł wyrok w sprawie dwóch Rosjan oskarżonych o szpiegostwo i prowadzenie naboru do Grupy Wagnera **str. 3**

TRZYLETNI GENERALNY REMONT DOBIEGŁ KOŃCA

Kościół św. Idziego odzyskał blask i wkrótce będzie dostępny **str. 4**



FOT. PAWEŁ KRZAN / BIURO SKOZK

Prace konserwatorskie oprócz prezbiterium i nawy objęły także zakrystię, skarbczyk, chór i krypty pod kościołem. Całość kosztowała 3,9 mln złotych. Wcześniej wyremontowano dach oraz elewacje

Nr ISSN 0137-9089 Nr Indeksu 350052

9 770137 908036 07

Przejęli łódź podwodną wypełnioną narkotykami **str. 8**

eprasa.pl 152d5468f5

AUTOPROMOCJA 0010990484

Zamów **prenumeratę**
Dziennik Polski 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikpolski24.pl

Jutro w Dzienniku Polskim
Pod Paragrafem

Inwazja USA w 1983 roku na Grenadę pokazała, kto rządzi na Karaibach. Dla administracji Ronalda Reagana była sukcesem wizerunkowym

Beata Busz
publicystka

JEST ZIMA, TO MUSI BYĆ ZIMNO. I ŚLISKO

Mamy tańców na lodzie ciąg dalszy. A właściwie ten swoisty taniec pingwinów na szkle trwa już nieprzerwanie od kilkunastu dni. Popada, zamarznie, odtaje i znów przymrozi. Dziś ma być też lekka odwilż, to trochę odpuści, ale wieczorem przyjdzie mrozik i znów zetnie się w lód. Kto zaliczył już bliskie spotkanie z tym lodem, ręka w górę? Niestety, też muszę ją podnieść. Kilka dni temu wywinęłam orła tuż pod samym domem. I zbiłam sobie cztery litery. Oj, bolało! Choć te wygibasy na oblodzonych chodnikach mogą z boku wyglądać zabawnie, to nie ma żartów. Szpitale przyjmują pacjentów ze złamaniami, a nawet urazami kręgosłupa i głowy. Część pacjentów kończy na stole operacyjnym.

Dla tych, którzy mają już dość, dobrych wieści nie mam. Zima nie powiedziała jeszcze ostatniego słowa. Jak zapowiada meteorolog Bogdan Bąk, w drugiej połowie przyszłego tygodnia przez region przetoczy się układ niżowy, który przyniesie dużą porcję wilgotnego powietrza, a wraz z nim sypnie śniegiem. Na dodatek, odchodzący na wschód niż zwiększy prędkość wiatru. Meteorolog ostrzega, że lokalnie mogą tworzyć się zaspy. I dodaje: To zjawisko prawie zapomniane.

Żyję tyle lat na tym świecie, że zaspy doskonale pamiętam. I mroźne zimy też. Jednak przez ostatnie lata przyzwyczailiśmy się do łagodnej aury. Pochowaliśmy głęboko do szafy futra i śniegowce. Teraz, zamiast narzekać na wszechobecne lodowiska, przestawmy myślenie i zainwestujmy na przykład w raki na buty, można je kupić już za kilkanaście złotych w internecie. O oponach zimowych nawet nie wspomnę, bo to powinna być jazda obowiązkowa. Nie dajmy się tak zaskakiwać zimie, jak drogowcy.

Na koniec polecę klasykiem, czyli cytatem z kultowej polskiej komedii Stanisława Barei: „Jak jest zima - to musi być zimno, tak? Pani kierowniczko, takie jest odwieczne prawo natury". No właśnie, nie ma co się obrażać. Bo jak mawiała inna pani klasyk: „Sorry, taki mamy klimat".

TELEFONY

- Numer alarmowy 112
- Pogotowie ratunkowe 999
- Całodobowa Informacja Medyczna 12 661-22-40
- Telefon zaufania 12 413 71 33
- Pogotowie energetyczne - 991, gazowe 992, ciepłownicze 993, wod-kan. 994
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej 12 421 92 82
- Całodobowa Informacja Pacjenta 800 190 590
- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111
- Straż Miejska Kraków 986
- Całodobowa linia wsparcia 800 702 222
- Biuro numerów 118 913

POGODA

DZIŚ
MAX **6°C** MIN **-4°C**
Wiatr wsch. 4 km/h
Zachmurzenie duże, ale w ciągu dnia możliwe przejaśnienia

JUTRO
MAX **12°C** MIN **4°C**
Wiatr płd. 9 km/h
Liczne przejaśnienia w ciągu dnia i wreszcie cieplej

ZDJĘCIE DNIA

W Galerii Fotografii Interferencje w Centrum Kultury MOK Olkusz odbył się wernisaż niezwykłej wystawy „Jej świat".
Fotograficy ze Stowarzyszenia Miłośników Fotografii w Sosnowcu postanowili spojrzeć na kobiety męskim okiem, a ich koleżanki uzupełniły obrazy własnym spojrzeniem na siebie. Ze zdjęć wykonanych przez panie zdjęto eleganckie czarne osłony z czerwonymi wstążeczkami i od razu zrobiło się bardziej kolorowo i bardziej wielowymiarowo.
Paweł Mocny

FOT. MOK OLKUSZ

ROZMOWA DNIA

Zbieractwo bywa objawem lub chorobą samą w sobie

Mira Suchodolska
(PAP)

Rozmowa z prof. Tomaszem Sobowem, psychiatrą z warszawskiego Centrum Terapii Dialog

Co jakiś czas media opisują historie lokatorów skarżących się na sąsiada gromadzącego w mieszkaniu śmieci. Pojawia się wtedy termin zbieractwo. Czym ono właściwie jest?
Zbieractwo może oznaczać bardzo różne rzeczy. Z jednej strony mamy wyodrębnioną jednostkę chorobową - zaburzenie gromadzenia. W tym sensie można mówić o chorobie. Z drugiej strony, często zbieractwo jest objawem czegoś innego - odstępstwem od normy behawioralnej wynikającym z innych problemów psychicznych lub neurologicznych.

Jakich na przykład?
Najczęściej jako element zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych. Bardzo często pojawia się też w otępieniach, zwłaszcza czołowo-skroniowych, takich, które wynikają z uszkodzenia kory czołowej, obszaru odpowiadającego za planowanie, organizację i ocenę sytuacji. Zdarza się też w nierozpoznanym i nieleczonym ADHD, nawet u osób w bardzo późnym wieku. Czyli zbieractwo może być zarówno samodzielnym zaburzeniem, jak i objawem, który kieruje naszą diagnostykę w zupełnie inną stronę.

Jak psychiatra definiuje zbieractwo jako jednostkę chorobową?
Po pierwsze mamy do czynienia z gromadzeniem przedmiotów, które zwykle nie mają realnej wartości użytkowej albo - nawet jeśli potencjalnie są użyteczne - nie są używane. Celem nie jest korzystanie z nich, tylko posiadanie. Po drugie kluczowa jest trudność w rozstaniu się z tymi przedmiotami. Bardzo często pacjenci mówią: to się może przydać. Ich bliscy nazywają te rzeczy „przydasiami".

Gdzie przebiega granica między kolekcjonowaniem a zbieractwem?
Kolekcjoner wie, co kolekcjonuje. Potrafi swoją kolekcję uporządkować, opisać, wskazać kryterium wartości. Nawet jeśli ta wartość jest potencjalna albo przyszła, to działanie jest zorganizowane, przemyślane i selektywne. Zbieracz tego nie ma. Działanie jest impulsywne, chaotyczne, bez realnego ładu.

Jak duża jest skala problemu?
Trudno powiedzieć. Porządnych badań jest bardzo niewiele. Jedno z amerykańskich sugerowało, że problem może dotyczyć około dwóch proc. populacji, co byłoby liczbą ogromną, ale było to jedno badanie, w konkretnym regionie. Wiedzę na temat skali zjawiska mają nie psychiatrzy, lecz pracownicy socjalni, bo to oni najczęściej identyfikują te przypadki, gdyż zbieractwo bywa uciążliwe dla otoczenia.

FOT. CENTRUM TERAPII DIALOG

Jest też zbieractwo zwierząt.
Tak, z ang. animal hoarding. To zjawisko znane i bardzo medialne. Czasem ma podłoże samarytańskie. Niezależnie od motywacji bywa to ogromnie problematyczne dla otoczenia i samych zwierząt.

Zbieractwo wydaje się jednym z najbardziej stygmatyzowanych zaburzeń psychicznych.
Bo jest dalekie od doświadczenia przeciętnego człowieka. Depresję w jakiejś formie znamy wszyscy. Zbieractwa nie. To, czego nie rozumiemy, budzi lęk i odrazę. Stąd etykiety typu „syfiarz", „brudas".

Jak rozmawiać z bliskim dotkniętym tym zaburzeniem, żeby nie zerwać relacji?
Mówić o własnych emocjach, nie oskarżać. Powiedzieć: „martwię się", „boję się". Unikać gwałtownych interwencji. Metoda małych kroków jest skuteczniejsza niż sanepid, policja i przymus.

Jedna najważniejsza rzecz na koniec?
Nie ignorować wczesnych sygnałów - izolacji, wycofania, rozpadu relacji. Im wcześniej, tym łatwiej pomóc. Jeśli rozmowa staje się niemożliwa, to znaczy, że coś zostało przegapione.

PRZYRODA

Śmiercionośna ropucha aga

Dostałem zdjęcie potężnej ropuchy z wyprawy w azjatyckie tropiki. Wielki płaz rodem z Ameryki Środkowej przypomina nieco naszą ropuchę szarą powiększoną z pięć razy. Wielki pysk, pełno brodawek i paskudne obyczaje. Do tego okrutnie jadowita. Ropucha aga trafiła do Azji w latach trzydziestych ub. wieku. Miała bronić plantacje trzciny cukrowej przed plagą chrząszczy. Niestety, insekty przesiadywały na liściach za dnia, zaś aga łaziła po ziemi. Tam też zaczęła się stołować. Pożera wszystko, co zmieści się w wielkim pysku. Od owadów po tamtejsze płazy, gady, ssaki. Czego nie zeżre, otruje. Gruczoły jadowe skóry wydzielają silny jad, który zabija napastników. W Australii, gdzie też ją wypuszczono, mnoży się szybciej niż króliki. Straty w endemicznej faunie Krainy Kangurów są gigantyczne. Zrozpaczeni przyrodnicy tresują młode warany, by omijały wredną agę szerokim łukiem. Podrzucają im ropuszki na tyle małe, by po zjedzeniu wywołały jedynie bolesne niedomagania i utrwaliły odruch obrzydzenia. To kropla w morzu potrzeb, gdyż liczba zagrożonych gatunków idzie w setki. Ropuchy są wszędobylskie. Ich pochód w rejonie Kimberly powstrzymano, zabijając ręcznie miliony sztuk. Wygrano bitwę, lecz los wojny wydaje się być przesądzony. Jeśli przez prawie sto lat aga nie nabawiła się pasożytów i wrogów, to już nic jej nie zatrzyma.
Grzegorz Tabasz

eprasa.pl 152d5468f5

Kronika Krakowska

15,8
miliona złotych przeznaczono na politykę senioralną w Krakowie, skierowaną dla mieszkańców powyżej 60. roku życia

KONKURS
Jak ma wyglądać nowe mieszkalnictwo w Krakowie?
4 lutego Zarząd Inwestycji Miejskich podpisał umowę ze Stowarzyszeniem Architektów Polskich Oddział w Krakowie na organizację i przeprowadzenie dwóch konkursów architektoniczno-urbanistycznych dla planowanych inwestycji mieszkaniowych przy ulicach Dekerta i Wielickiej. Wyłonione w ich ramach koncepcje projektowe będą podstawą uzyskania decyzji o pozwoleniu na budowę.

KRAKÓW
TELEFON
dziennikarza dyżurnego
697 730 318
E-MAIL
redakcja@gk.pl

KOMUNIKACJA TRASY NOWOBAGROWA I CIEPŁOWNICZA W KRAKOWIE NIE WYSZŁY POZA KONCEPCJE

Ambitne trasy Krakowa utknęły

Ewa Wacławowicz
ewa.waclawowicz@polskapress.pl

Trasy Nowobagrowa i Ciepłownicza miały odmienić komunikację Krakowa, lecz przetargi na koncepcje unieważniono w grudniu 2025 roku. Co dalej?

Zastępca prezydenta Krakowa Stanisław Kracik informuje, że w przypadku Trasy Nowobagrowej umowę na opracowanie wielowariantowej koncepcji podpisano w styczniu 2022 roku. Jej wartość wynosiła 1,8 mln zł. W ramach realizacji przedmiotu umowy wykonawca zobowiązany był m.in. do przedstawienia minimum czterech wariantów przebiegu Trasy Nowobagrowej wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną. Dla wybranego wariantu wykonawca zobowiązany był do uzyskania ostatecznej decyzji środowiskowej. Prace podzielono na trzy etapy, jednak nie udało się ich zrealizować w określonym czasie.

Ostatecznie miasto podziękowało wykonawcy. „Z uwagi na problemy niezależne od zamawiającego i wykonawcy 29 kwietnia 2024 r. zawarte zostało porozumienie do umowy na kwotę 764 915,75 zł brutto, umożliwiające odebranie dokumentacji i wypłacenie wynagrodzenia wykonawcy za prace wykonane do dnia odstąpienia od dalszej realizacji umowy" – informuje Stanisław Kracik.

Ostatecznie miasto wypłaciło wykonawcy 642,6 tys. zł, ponieważ odliczono 122, 2 tys. zł z tytułu kar umownych nałożonych na wykonawcę m.in za nieterminowe składanie raportów. Jak informuje wiceprezydent, wykonawca przekazał miastu dokumentację opracowaną do czasu rozwiązania umowy, która „może być wykorzystywana przy ogłaszaniu nowych zamówień publicznych dot. Trasy Nowobagrowej".

Koszty poniesione na koncepcje

Większe problemy dotyczyły realizacji koncepcji Trasy Ciepłowniczej. Umowę na jej opracowanie miasto podpisało w 2021 roku – opiewała na kwotę 1 965 540 zł.

Podobnie jak w przypadku Trasy Nowobagrowej wykonawca był zobowiązany do przedstawienia minimum czterech wariantów przebiegu Trasy Ciepłowniczej wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną oraz analizą porównawczą wraz ze wskazaniem wariantu preferowanego. Dla wybranego wariantu wynikowego wykonawca zobowiązany był do uzyskania ostatecznej decyzji środowiskowej. Prace podzielono na trzy etapy. Umowa była jednak kilkukrotnie aneksowana, a terminy realizacji przesuwane.

FOT. ANNA KACZMARZ/SZYMON KORTA

Trasa Nowobagrowa i Trasa Ciepłownicza miały zrewolucjonizować Kraków

Ostatecznie miasto zrezygnowało ze współpracy z uwagi na zwłokę wykonawcy. Jak informuje Stanisław Kracik:

„Wykonawca nie podjął działań mających na celu rozliczenie i przekazanie zamawiającemu opracowanej dokumentacji do dnia odstąpienia od umowy. W związku z powyższym Zarząd Inwestycji Miejskich w Krakowie nie posiada opracowanej dokumentacji, która mogłaby zostać wykorzystana przy ponownym ogłoszeniu zamówienia publicznego na opracowanie koncepcji". Miasto naliczyło kary umowne, a sprawa swój finał miała w sądzie". „Suma ww. naliczonych kar wyniosła 418,1 tys. zł plus odsetki za zwłokę 1,5 tys. zł. Kwota 106,9 tys. zł została potrącona z zabezpieczenia należytego wykonania umowy. Na pozostałą kwotę – 312 694,80 zł – został wniesiony przez Gminę Miejską Kraków w dniu 22 sierpnia 2024 r. pozew przeciwko wykonawcy" – czytamy w odpowiedzi wiceprezydenta.

Sąd Okręgowy w Krakowie w postępowaniu upominawczym wydał 8 października 2024 roku nakaz zapłaty wraz z ustawowymi odsetkami.

Fiasko przetargów

W 2025 roku miasto kolejny raz ogłosiło przetargi na opracowanie koncepcji tras. W przypadku Trasy Nowobagrowej zgłosiły się cztery firmy. Ostatecznie miasto unieważniło postępowanie ze względu na brak środków finansowych.

W przypadku Trasy Ciepłowniczej do opracowania koncepcji również zgłosiły się cztery firmy, ujednak i to postępowanie unieważniono ze względu na brak środków finansowych.

Co dalej z trasami?

Jak informuje wiceprezydent Stanisław Kracik:

„Z uwagi na brak środków finansowych w budżecie Miasta Krakowa na 2026 r. oraz w Wieloletniej Prognozie Finansowej Miasta Krakowa na 2026 r. oraz lata kolejne, aktualnie nie są podejmowane działania celem ponownego ogłoszenia zamówień publicznych na opracowanie przedmiotowych koncepcji. Dalsze decyzje dotyczące Trasy Ciepłowniczej i Trasy Nowobagrowej zostaną podjęte po opracowaniu Strategii Rozwoju Miasta Krakowa na lata 2030-2050 oraz Planu Ogólnego Miasta Krakowa" – czytamy.

W powyższych dokumentach zostaną określone zarówno zadania inwestycyjne, które Kraków będzie realizował w dłuższej perspektywie, jak i kierunki rozwoju układu komunikacyjnego miasta.

Według stanu na połowę stycznia 2026 r. Zarząd Inwestycji Miejskich w Krakowie nie przygotowuje dokumentacji do ponownego uruchomienia procedur przetargowych.

©℗

Szpiegostwo w Krakowie. Jest wyrok w sprawie Grupy Wagnera

Ewa Wacławowicz
ewa.waclawowicz@polskapress.pl

W poniedziałek, 9 lutego, w Sądzie Apelacyjnym w Krakowie zapadł wyrok w sprawie dwóch Rosjan oskarżonych o szpiegostwo i prowadzenie naboru do Grupy Wagnera.

Sąd pierwszej instancji wymierzył im kary 5,5 roku więzienia. Sąd Apelacyjny podtrzymał ten wyrok.

„We wtorek odbył się proces odwoławczy Andrieja G. i Aleksieja T., których Sąd Okręgowy w lutym 2025 r. nieprawomocnie skazał na 5,5 roku więzienia za działania na rzecz wywiadu rosyjskiego poprzez prowadzenie wojny hybrydowej oraz nabór do Grupy Wagnera. W apelacji prokurator domagał się wyższej kary, ośmiu lat pozbawienia wolności, a obrońcy uniewinnienia. We wtorek sąd wysłuchał mów obu stron, jednak ze względu na skomplikowany charakter sprawy postanowił odroczyć wydanie wyroku do 9 lutego" – podawała kilka dni temu PAP.

– Sąd nie przychylił się do apelacji. Sąd Okręgowy nie dopuścił się żadnych uchybień. Sąd Apelacyjny nie dopatrzył się uchybień zwłaszcza w zakresie materiału dowodowego. Te kwestionowane zeznania funkcjonariusza służb przedstawiały ogólne tło działalności oskarżonych i nie były decydujące dla treści wyroku. Apelacje analizują poszczególne dowody w sposób indywidualny, tymczasem każdy z dowodów musi być analizowany w powiązaniu z wszystkimi okolicznościami – podkreślał sąd.

Sąd odniósł się też do wysokości kar dla oskarżonych. – Są one adekwatne do czynów oskarżonych. Nie było podstaw do surowszych kar, mimo czynów oskarżonych skutki ich akcji nie miały większego zagrożenia dla życia i zdrowia polskich obywateli, tylko był to element wojny hybrydowej.

Mężczyźni zostali zatrzymani przez Agencję Bezpieczeństwa Wewnętrznego w 2023 r. po tym, jak rozkleili w kawiarniach i muzeach w Krakowie i Warszawie kilkaset naklejek werbunkowych, dzięki którym można było nawiązać kontakt z osobami odpowiedzialnymi za rekrutację w Grupie Wagnera. Krakowski Sąd Okręgowy uznał, że naklejki były narzędziem rekrutacji do służby wojskowej i działań propagandowych.

W apelacji prokurator wniósł o zmianę wyroku i uznanie, że oskarżeni działali również na rzecz 106. Batalionu Moskwa, Stowarzyszenia Dwugłowy Orzeł oraz Stowarzyszenia Tsargard. Zawnioskował o wymierzenie oskarżonym surowszych kar: ośmiu lat więzienia. Prokurator argumentował, że proces nie dotyczy „powszechnego przestępstwa", ale szpiegostwa i działań na szkodę państwa, a sąd powinien w swojej ocenie położyć nacisk na odstraszanie społeczeństwa od podobnych działań.

Obrońcy oskarżonych wnieśli o uniewinnienie, zarzucając sądowi pierwszej instancji także m.in. brak dowodów na poparcie tezy o ich świadomym udziale w działalności wywiadowczej, dowolną ocenę wyjaśnień i błędy logiczne.

©℗

eprasa.pl 152d5468f5

Kronika Krakowska

11 LUTEGO

Imieniny obchodzą: Adolf, Bernadeta, Grzegorz,Łazarz, Maria
1835 - założono w Krakowie Stowarzyszenie Ludu Polskiego
2009 - w życie weszła ustawa znosząca w Polsce obowiązkową służbę wojskową
2013 - podczas konsystorza kardynałów papież Benedykt XVI zapowiedział swą rezygnację z posługi biskupa Rzymu w dniu 28 lutego

FOT. ARCHIWUM

11 LUTEGO 1945
W Jałcie zakończyła obrady konferencja „Wielkiej Trójki". Uczestniczyli w niej Churchill, Roosevelt i Stalin. W wyniku zawartego porozumienia Polska po wojnie znalazła się w strefie wpływów Związku Sowieckiego.

KRÓTKO

PORZĄDEK POGRZEBÓW

Dziś żegnamy

Cmentarz Rakowicki
9:40 - Emanuel Jędrzejowski (lat 85)
10:20 - Katarzyna Ptak (lat 61)
11:00 - Andrzej Pachucki (lat 81)
11:40 - Władysława Królik (lat 73)
12:20 - Agnieszka Dziuba (lat 78)
13:00 - Wiesław Słomka (lat 87)
13:40 - Tadeusz Gwóźdź (lat 67)
Cmentarz Podgórski
9:00 - Janina Dalewska (lat 94)
10:00 - Zbigniew Piwowarczyk (lat 60)
11:00 - Marian Bajur (lat 87)
12:00 - Roman Pyrczak (lat 87)
Cmentarz Prokocim
14:00 - Jerzy Kryszewski (lat 66)
Cmentarz Prądnik Czerwony
9:00 - Halina Popławska (lat 74)
11:00 - Roman Leśniak (lat 73)
11:00 - Zenona Gradkowska (lat 64)
11:40 - Helena Niżnik (lat 77)
11:40 - Krystyna Kurbiel (lat 81)
12:20 - Elżbieta Borończyk (lat 70)
13:00 - Krzysztof Rojek (lat 65)
13:40 - Tomohiro Nagaoka (lat 49)
Cmentarz Grębałów
9:40 - Rozalia Siudak (lat 92)
10:20 - Jan Stefanik (lat 71)
11:00 - Jan Kasprów (lat 79)
12:20 - Halina Zelech (lat 75)
12:30 - Stanisława Baś (lat 94)
13:00 - Mieczysław Kózka (lat 86)
13:40 - Ryszard Sadowski (lat 92)

KOMUNIKACJA

Zmiany na Grunwaldzkim

FOT. ANNA KACZMARZ

Zmiany dla pasażerów komunikacji miejskiej w Krakowie. Miasto zdecydowało, że taksówki stracą możliwość przejazdu buspasem, którym obecnie wjeżdżają na górę ronda od strony hotelu Forum. Tym samym autobusy miejskie będą miały buspas dla siebie i nie będą tracić cennych minut w korkach. Taksówki zaś będą zmuszone jeździć dołem.

Ta decyzja to reakcja na liczne głosy mieszkańców i aktywistów, którzy podkreślali, że buspasy miały służyć wyłącznie komunikacji miejskiej, żeby jazda nią po mieście była bardziej efektywna. Niestety często ta efektywność spadała w związku z koniecznością dzielenia pasa z taksówkami i pojazdami elektrycznymi. Zwłaszcza w godzinach szczytu, kiedy korki są największe.

Ewa Wacławowicz

REKLAMA 0011431775

INFORMATOR MEDYCZNY
Jeżeli chcecie Państwo umieścić ogłoszenie:
Zadzwońcie: 12 688-84-40
Wysyłajcie maile:
reklama.krakow@polskapress.pl

REKLAMA 0011431595

COR-MED
www.cor-med.com
CENTRUM CHORÓB SERCA
PEŁNA DIAGNOSTYKA
KONSULTACJE ORDYNATORÓW, PROFESORÓW I DOCENTÓW
♦ Echo serca i naczyń (Doppler kolor)
♦ EKG ♦ EKG wysiłkowe ♦ Holter ♦ Holter ciśnieniowy
Kraków, ul. Kazimierza Wielkiego 118
Rejestracja tel. (12.00–17.00)
012 636 44 22

Kościół św. Idziego odzyskał blask. Wkrótce będzie dostępny

Małgorzata Mrowiec
malgorzata.mrowiec@polskapress.pl

Od marca kościół św. Idziego ma być udostępniony dla zwiedzających po trzyletnim remoncie. Są tam planowane koncerty i „Msze św. dla poszukujących piękna".

FOT. PAWEŁ KRZAN/BIURO SKOZK

Po zakończonym generalnym remoncie znów wejdziemy do kościoła św. Idziego

Świątynia z powodu trzyletniego remontu była niedostępna, a odprawiane w niej niedzielne msze św. w języku angielskim (jedyne w centrum Krakowa) przeniesiono do kościoła Matki Bożej Śnieżnej na Gródku. Teraz, dzięki przeprowadzonym pracom, jej wnętrze zachwyca.

Wotum wdzięczności

Pierwotnie niewielki kościół św. Idziego ufundował na przełomie XI i XII wieku książę krakowski Władysław Herman jako wotum wdzięczności za narodziny syna Bolesława Krzywoustego. Obecny gotycki kościół powstał u stóp Wawelu na początku XIV wieku. Jest jedną z najstarszych budowli ceglanych w Krakowie , a także jedną z najmniejszych krakowskich świątyń.

Trzy lata prac

W efekcie trwającej od 2023 do 2025 roku odnowy wnętrze świątyni i jej wystrój odzyskały blask. „Trzyletnie prace konserwatorskie oprócz prezbiterium i nawy objęły także zakrystię, skarbczyk, chór z szafą organową i krypty pod kościołem. Przy okazji na sklepieniu zakrystii odkryto i zabezpieczono resztki nieznanej kompozycji malarskiej z XVI lub XVII wieku. Całość kosztowała 3,9 mln zł, z czego 3,1 mln zł wniósł Narodowy Fundusz Rewaloryzacji Zabytków Krakowa" - poinformował w mediach społecznościowych Społeczny Komitet Odnowy Zabytków Krakowa.

Otwarty przez tysiąc godzin

Kościołem św. Idziego od 1595 roku opiekują się krakowscy dominikanie. Zapytaliśmy przeora klasztoru, od kiedy i w jakich godzinach będzie można odwiedzać świątynię po remoncie.

- Trwają jeszcze prace porządkowe i wykończeniowe związane z koniecznością przygotowania kościoła do sprawowania liturgii. Pod koniec miesiąca zaprezentujemy efekt końcowy urzędnikom instytucji nadzorujących remont, natomiast od marca chcemy udostępnić kościół dla zwiedzających. Do tego czasu zostanie także stworzona strona internetowa kościoła, na której będziemy informowali o godzinach zwiedzania, o nabożeństwach i koncertach tam organizowanych. Kościół św. Idziego będzie otwarty co najmniej tysiąc godzin w roku, wstęp w tych godzinach będzie wolny - mówi Paweł Klimczak OP, przeor klasztoru oo. dominikanów.

Jak na razie dominikanie nie planują regularnych niedzielnych mszy św. w kościele św. Idziego.

- Raz w miesiącu będzie się tam odbywała niedzielna „Msza św. dla poszukujących piękna". Jest to inicjatywa Dominikańskiego Ośrodka Liturgicznego, gromadzącego krakowskie środowisko artystów chrześcijańskich na Eucharystii, podczas której modlimy się śpiewem gregoriańskim i dominikańskim wielogłosem. Dominikański Ośrodek Liturgiczny planuje też zapraszać wiernych do kościoła św. Idziego na muzyczne czuwania, a także na kameralne koncerty muzyki sakralnej - przekazał o. Paweł Klimczak. ©℗

5,5 mln zł na pomoc dla mieszkańców Kijowa

Piotr Tymczak
piotr.tymczak@polskapress.pl

5 740 tys. zł - to wynik zbiórki w kościołach Archidiecezji Krakowskiej i wpłat na konto krakowskiej Caritas po apelu kard. Grzegorza Rysia o pomoc dla mieszkańców Kijowa.

„Dzisiaj nad ranem dostałem od arcybiskupa kijowsko-halickiego Swiatosława Szewczuka następującą wiadomość: „Przeżyliśmy kolejną piekielną noc. W Kijowie jest -10. Najbardziej ucierpiał nasz Lewy Brzeg... Walka o życie, ciepło i światło trwa". (...) Nie możemy pozostać obojętni" - napisał do wiernych Archidiecezji Krakowskiej kardynał Grzegorz Ryś 24 stycznia.

Metropolita krakowski zdecydował, że na pomoc dla mieszkańców Kijowa przeznaczona zostanie składka zebrana we wszystkich kościołach diecezji w niedzielę, 1 lutego.

W odpowiedzi na apel kard. Grzegorza Rysia o wsparcie dla cierpiących mieszkańców pozbawionej prądu stolicy Ukrainy wierni i ludzie dobrej woli przekazali na konto Caritas Archidiecezji Krakowskiej kwotę 5 740 000 zł.

Dzięki temu dotychczas udało się zakupić i przekazać potrzebującym 31 generatorów prądu dużej mocy, 172 agregaty o średniej mocy, 900 nagrzewnic, 200 stacji ładowania oraz kilkanaście ton żywności, a także artykuły przemysłowe potrzebne do wyposażenia tzw. Punktów Niezłomności powstających przy kijowskich parafiach greckokatolickich i rzymskokatolickich.

W następnych dniach planowane są kolejne transporty z agregatami i produktami, o które prosili mieszkańcy Kijowa.

„Gorąco dziękujemy za przekazany dar serca i solidarność z cierpiącymi z powodu zniszczeń wojennych mieszkańcami Kijowa i okolic" - napisano w komunikacie, który w niedzielę, 8 lutego, został odczytany w ramach ogłoszeń we wszystkich świątyniach Archidiecezji Krakowskiej.
©℗

eprasa.pl 152d5468f5

Kęty. Dworzec autobusowy i parking przy stacji kolejowej prawie gotowe

Jerzy Zaborski
jerzy.zaborski@polskapress.pl

Budowa parkingu przy dworcu kolejowym oraz dworca autobusowego w Kętach dobiegły końca. Na razie jednak na parkingu nie uświadczysz samochodów.

Pierwotnie inwestycja miała zakończyć się pod koniec 2025 roku. Obecnie opóźnienie wynosi około trzech tygodni. Władze miasta zakładają, że w ciągu najbliższych kilkunastu dni dokumenty trafią do odpowiednich instytucji. Następnie organy przeprowadzą własne kontrole na miejscu.

- Opóźnienie ma związek z kompletowaniem dokumentacji. Budynek dworca odebrany jest przez straż pożarną. Czekamy na sanepid i nadzór budowlany - wyjaśnia Marcin Śliwa, burmistrz Kęt.

Nowy dworzec autobusowy to parterowy obiekt z wydzielonymi częściami. Jedna przeznaczona jest do obsługi podróżnych, w której znajdą się poczekalnia, kasa i toalety, a druga administracyjna, związaną z obsługą dworca. Poczekalnia nie będzie całodobowa: jej otwarcie zaplanowano od rana do godz. 22.

Równolegle w sąsiedztwie dworca autobusowego zbudowano parking mogący pomieścić 80 samochodów. Ta inwestycja PKP PLK związana jest z modernizacją linii kolejowej 117 i rosnącym zainteresowaniem podróżowaniem koleją. Po zakończeniu inwestycji utrzymanie parkingu przejmie gmina Kęty. ©℗

FOT. JERZY ZABORSKI

Dworzec autobusowy w Kętach. W sąsiedztwie jest parking mogący pomieścić 80 samochodów

Pedofilia, morderstwo i samobójstwo, koszmarna makabra z udziałem księży

Paweł Mocny
pawel.mocny@polskapress.pl

Afera dotyczy Diecezji Sosnowieckiej, ale część spraw wiąże ją z powiatem olkuskim. O molestowanie dzieci oskarżony jest były proboszcz z Bukowna, a ofiara zabójstwa pochodziła z Wolbromia.

Jak poinformował w grudniu ubiegłego roku rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Sosnowcu, oskarżony były proboszcz Parafii pw. św. Jana Chrzciciela w Bukownie - 63-letni ks. Jacek K. - dopuścił się dziewięciu czynów zabronionych na szkodę siedmiu osób.

FOT. STRONA WWW GMINY GOŁCZA

Raport ujawni seksskandale w Diecezji Sosnowieckiej - na zdj. ks. Jacek K. - oskarżony o molestowanie nieletnich

Molestowanie, przemoc na tle seksualnym i dziecięca pornografia

- Do niedozwolonej aktywności oskarżonego dochodziło na przestrzeni wielu lat (w okresie 2008-2024). Umiejscowienie badanych przestępstw związane było natomiast z lokalizacjami, w których oskarżony pełnił posługę kapłańską oraz nauczał religii. Jak wynika z zebranego materiału dowodowego, istota objętych zarzutami zachowań kapłana sprowadzała się do molestowania naówczas małoletnich pokrzywdzonych, często połączonego z wyzyskaniem ich bezradności oraz trudnej sytuacji życiowej. Niejednokrotnie środek do osiągnięcia przestępczego celu stanowiło także nadużycie łączącego ofiary z oskarżonym stosunku zależności. W jednej z badanych sytuacji zidentyfikowano przesłanki do uznania, iż Jacek K. dopuścił się przemocy na tle seksualnym - podkreśla rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Sosnowcu Bartosz Kilian.

Byłego proboszcza z Bukowna dotyczy jeszcze jeden zarzut - po przeszukaniu miejsca zamieszkania ks. Jacka K. zabezpieczono liczne nośniki danych, na których znajdowały się pliki z pornografią dziecięcą.

Byłemu proboszczowi z Bukowna grozi 30 lat więzienia

Zgromadzony podczas dochodzenia materiał dowodowy jest bardzo obszerny. Wśród dowodów obciążających byłego proboszcza są między innymi: zeznania kilkudziesięciu świadków, dokumentacja zatrzymana podczas przeszukania pomieszczeń Kurii Diecezjalnej w Sosnowcu, dane medyczne, materiały z placówek oświatowych, a także ekspertyzy informatyczne, genetyczne, psychologiczne, fonoskopijne oraz psychiatryczno-seksuologiczne. Księdzu Jackowi K. grozi nawet 30 lat pozbawienia wolności.

Opisane szczegóły to tylko dotycząca Małopolski część skandali z udziałem księży, do których doszło w Diecezji Sosnowieckiej

Morderstwo w Sosnowcu. Ksiądz zabił 26-letniego diakona z Wolbromia

Oskarżenia wobec księdza Jacka K. to nie jedyny szczegół afery w Diecezji Sosnowieckiej, który wiąże sprawę z powiatem olkuskim.

Na terenie Diecezji Sosnowieckiej doszło też do zabójstwa i samobójstwa z udziałem osób duchownych. 7 marca 2023 roku w Sosnowcu ksiądz zamordował 26-letniego diakona, który pochodził z Wolbromia.

40-letni duchowny oddał do młodego diakona aż sześć strzałów (trafił raz), po czym zadał mu wiele ciosów nożem. Po dokonaniu zbrodni ksiądz odebrał sobie życie kładąc się przed nadjeżdżającym pociągiem.

Jak wykazała sekcja zwłok, ksiądz Robert podczas dokonywania zbrodni był pod wpływem nie tylko alkoholu, ale także leków antydepresyjnych i przeciwlękowych. ©℗

Złote Gody w Brzesku z poślizgiem. Urząd obwinia Kancelarię Prezydenta RP

Paweł Michalczyk
pawel.michalczyk@polskapress.pl

Minął 2025 rok, a 69 par z gminy Brzesko nie doczekało się uhonorowania. USC tłumaczy, że trwa oczekiwanie na medale z Kancelarii Prezydenta.

W październiku 2025 w Pałacu Goetz w Brzesku zorganizowano trzydniowe świętowanie jubileuszy małżeńskich. Zaproszone zostały pary obchodzące kolejno 40-, 45-, 55-, 60- oraz 65-lecie zawarcia związku małżeńskiego. Pominięto jednak pary obchodzące w 2025 roku okrągły jubileusz 50-lecia sakramentalnego „tak".

Urząd Stanu Cywilnego w Brzesku stoi na stanowisku, że Złotych Jubilatów nie zaproszono, bo szykowana jest dla nich uroczystość związana z wręczeniem Medali za Długoletnie Pożycie Małżeńskie od prezydenta RP.

Jak się okazuje, procedura związana z nadaniem Medali za Długoletnie Pożycie Małżeńskie trwa wiele miesięcy. Urząd Stanu Cywilnego w Brzesku na początku 2025 roku rozesłał do Złotych Jubilatów zapytanie o chęć udziału w uroczystości związane z odznaczeniem od prezydenta RP. Pozytywnie odpowiedziało 69 par.

- Wniosek o przyznanie medali z okazji 50-lecia małżeństwa wysłaliśmy do Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w marcu 2025 roku. Do tej pory Kancelaria Prezydenta RP nie przekazała nam medali - mówi Agnieszka Sękowska-Lenart, kierownik Urzędu Stanu Cywilnego w Brzesku.

Ze sprawą zwróciliśmy się do Kancelarii Prezydenta RP. Poinformowano nas, że wydłużony czas oczekiwania na nadanie Medalu za Długoletnie Pożycie Małżeńskie wynika przede wszystkim ze „znaczącego wzrostu liczby wniosków składanych w ostatnich latach w skali całego kraju oraz wieloetapowej procedury".

FOT. UM BRZESKO

Obchody rocznic małżeńskich w gminie Brzesko w październiku 2025 r. Pominięto wówczas Złotych Jubilatów

Procedura ma być jednak uproszczona, co ma przyspieszyć proces nadawania odznaczeń. Kancelaria Prezydenta RP podejmuje działania organizacyjne w tej sprawie. ©℗

eprasa.pl 152d5468f5

Piotr Foreman Foryś: Narobiłem na Podgórzu głupkowatych historii

Paweł Gzyl
pawel.gzyl@polskapress.pl

Piotr „Foreman" Foryś opowiada nam, jak wyglądało jego dojrzewanie między ulicą Kalwaryjską, halą Korony a Wzgórzem Lasoty.

FOT. ARCHIWUM PIOTRA FOREMANA FORYSIA

Piotr „Foreman" Foryś i Waldemar „Valdi" Ciesielczyk - czyli „Chłopaki z Podgórza"

Po przekroczeniu „smugi cienia" w wieku 40-50 lat ogrania nas nostalgia za młodością. Tak narodziła się płyta „Chłopaki z Podgórza"?
Nie do końca. Bo nigdy Podgórza nie opuściłem. Niemal codziennie tutaj bywam. Dlatego nie musiałem wracać do tego świata. Ale oczywiście pojawiła się u mnie nostalgia za czasem młodości. To były lata 80. i 90. Wtedy poznałem Valdiego, z którym nagrałem tę płytę.

Kim jest twój partner - Waldemar „Valdi" Ciesielczyk?
Poznaliśmy się, kiedy byłem w podstawówce. Chodziłem z siostrą Valdiego do jednej klasy. On jest starszy ode mnie o trzy lata. Kiedy dowiedziałem się, że podobnie jak ja jest fanem AC/DC, poprosiłem ją, żeby nas skontaktowała. Okazało się, że Valdi ma trzy winylowe płyty: „Paranoid" Black Sabbath, „Back In Black" AC/DC i „Time" Electric Light Orchestry. To było dla mnie coś! Te albumy ukształtowały moją muzyczną tożsamość na wiele lat. Do tego Valdi umiał grać na gitarze. Musieliśmy się więc polubić. Trzymaliśmy się razem, ale potem życie nas rozdzieliło. Spotkaliśmy się dopiero po trzydziestu latach.

Jak do tego doszło?
Kiedyś pani kierownik Iwona Wernikowska z Centrum Kultury Podgórze spytała mnie, czy znam kogoś, kto miał lub ma do czynienia z Cyganami. I wtedy przypomniałem sobie, że Valdi spędzał całe dnie z cygańską rodziną, która mieszkała naprzeciw jego kamienicy i to właśnie oni nauczyli go grać na gitarze w specyficzny dla nich sposób. Odezwałem się więc do niego, zrobiliśmy spotkanie, a ponieważ się udało, zaprosiła nas pani Melania Tutak do Muzeum Podgórza. Tam zobaczył nas pan Bernard Szwabowski z telewizji Głos24 i zaproponował zrobienie serii podcastów. Tak narodził się cykl „Gadane, szemrane - zza winkla", w którym wspominaliśmy dawne czasy i obyczaje na Podgórzu. A ponieważ ja śpiewam, a Valdi gra na gitarze, postanowiliśmy uzupełniać każdy odcinek piosenką.

Jak one powstawały?
Każda piosenka powstawała spontanicznie na godzinę przed programem. Było lato, chodziliśmy do parku Bednarskiego albo na Krzemionki, siadaliśmy na ławeczce z gitarą i wymyślaliśmy muzykę i teksty. Pierwsza piosenka, która powstała, to „Chłopaki z Podgórza" – i taki jest też tytuł płyty. Po niej posypały się kolejne. Kiedy odcinek był o obwarzanku - robiliśmy piosenkę o obwarzanku. Zaczęło się od prostych rymowanek, a z czasem przerodziło się w poważniejsze formy. Potem Valdi wysyłał mi muzykę mailem, a ja w domu dopisywałem do niej teksty. Tak powstały kolejne utwory - już bez słowa „Podgórze". Zostały one jednak zainspirowane naszymi rozmowami w podcaście. I nagle okazało się, że mamy całkiem fajny materiał.

Wtedy narodził się pomysł, aby go wydać na płycie?
Tak, stało się to na prośbę naszych fanów. Założyliśmy akcję na Zrzutka.pl i zebraliśmy odpowiednie fundusze. Pojechaliśmy do znajomego na Wolę Duchacką do studia związanego z tamtejszym domem kultury. Zarejestrowaliśmy te piosenki na żywo „na setkę" tylko na głos i gitarę. Wtedy Maks mówi: „Może nagralibyśmy to tak, jak trzeba: osobno każdy instrument. Do tego dodamy bas czy perkusję". A ja na to: „Nie. My już zrobiliśmy swoje. Teraz twoja kolej". I tak też się stało.

W nagraniach wzięli udział twoi współpracownicy z Püdelsów i FoVo. Lubisz otaczać się sprawdzonymi ludźmi?
Wojtek Wojnowski z FoVo wyprodukował ten materiał. Piotr „Lala" Lewicki z Pudelsów dograł piękną solówkę do utworu „Stare nawyki", bo bardzo mu się on spodobał. Perkusistkę Gertę Szymańską namówiłem do zagrania w sześciu piosenkach, bo to świetna instrumentalistka. Gitarzysta Marek Piątek zagrał w stylu flamenco w „Czarnej damie" i „Tańcu w deszczu". W nagraniach wziął też udział klawiszowiec Adam Drzewiecki. Tak narodziły się bogatsze aranżacje. Po raz pierwszy wykonaliśmy te piosenki w tym składzie na plenerowym koncercie we wrześniu podczas Podgórskiej Jesieni Kulturalnej.

To miejski folk, tylko momentami podrasowany na rockową modłę.
To samo tak wyszło. Nie mieliśmy żadnych wstępnych założeń. Niektóre utwory mają taką hipisowską nutę - szczególnie „Blues o śnie". Kiedy go słucham, myślę, że Tadziu Nalepa by nas poklepał po plecach. (śmiech) Postawiłem tu na niekonwencjonalność. Wojtek zagrał piękne solo na Hammondzie, a ja pokusiłem się na zrobienie solówki... wokalizą. I takich solówek jest więcej na tej płycie. Chciałem bowiem, żeby ten materiał był bardzo mój – taki, jakbym zakładał swoje własne spodnie.

Czasem sięgasz tutaj po aktorskie interpretacje - jak w „Kotach".
- „Koty" to opowieść o mojej jednostce wojskowej, w której spędziłem dwa lata. Miałem dość ciekawą służbę, bo byłem mechanikiem śmigłowca na lotnisku w Bemowie. Mieliśmy tam kochanego porucznika Dżolo – i w tej piosence naśladuję jego charakterystyczny głos. Wychodząc z wojska do domu, uzbierałem dwa worki jednogroszówek. W momencie, kiedy wyjechaliśmy samochodem za bramę, odkryłem plandekę i rzuciłem w stronę bramy, mówiąc: „Macie, biedaki!".

Wszystkie piosenki z płyty są autobiograficzne?
Nie, niektóre opowiadają o innych postaciach. Na przykład „Korba" – o dziewczynie, która jako jedyna w tamtych czasach na Podgórzu prowadziła tramwaj i chłopaki wskakiwali do niej na przystanku z kwiatami. Albo „Obwarzanek" o Rudej Jadzi, która „opylała" precle pod halą Korony. Z kolei „Taniec w deszczu" zainspirował Valdi. Kiedyś widział na Rynku Podgórskim, jak jakaś dziewczyna w niemal przezroczystej sukni, zdjęła szpilki i kopała kałuże w czasie ulewy.

Wspominasz w piosenkach ulicę Kalwaryjską, halę Korony, park Bednarskiego, wzgórze Lasoty. Tam się wychowałeś?
Dokładnie tak. Podgórze w latach 80. i 90. to była szara, robotnicza dzielnica. Mieszkałem z rodzicami na Limanowskiego. Mieliśmy zaledwie czternastometrową klitkę. Wolności szukałem jako dzieciak na Krzemionkach, gdzie bywałem dzień w dzień. Do dzisiaj tam chodzę, bo to miejsce, które mnie koi i jest moją przystanią. Kiedy zacząłem występować z Pudelsami, przed każdym koncertem chodziłem w moje ulubione miejsce między kościołem św. Józefa a kościółkiem św. Benedykta.

Twoi koledzy z czasów młodości to była lokalna łobuzerka?
To były łobuzy z krwi i kości. Mój brat Andrzej zmarł tuż po urodzeniu. Byłem drugim dzieckiem i mama za skarby świata nie chciała mnie stracić. Dlatego robiła wszystko, aby nic mi się nie stało złego. Narzuciła na mnie „abażur" - coś w rodzaju pola magnetycznego, które uchroniło mnie przed łobuzerką. Choć kumple wkładali mi do rąk kieliszki i łomy, jej siła odpychała to wszystko. Byłem częścią tego świata, ale nie wszedłem do końca do tej kałuży.

Dużo w tych piosenkach alkoholu. To na Podgórzu wypiłeś pierwsze wino?
Tak. I na tym się nie skończyło. Przez ponad trzydzieści lat byłem alkoholikiem. Nie piję od pięciu lat.

To zasługa Podgórza czy rockandrollowego trybu życia?
Jednego i drugiego, bo jedno nie wykluczało drugiego. U mnie w bramie były dwie meliny. Mój ojciec nie wylewał za kołnierz, jak to bywało za komuny. Dlatego na początku byłem tym przerażony i odrzucało mnie od alkoholu. Ale później spróbowałem raz czy drugi – i uznałem, że po bani jest przyjemnie.

Mamie nie udało się uchronić cię przed wszystkimi zagrożeniami.
Niby nie. Ale zawsze słyszałem jej głos z tyłu głowy i nigdy nie doprowadzałem się do ostateczności. Narobiłem wiele głupkowatych historii po alkoholu, ale bez poważnych konsekwencji. Nigdy nie zdarzyło mi się, że wyszedłem z domu i wróciłem za trzy dni. Ale zdarzało mi się, że wychodziłem wieczorem, a przychodziłem rano. (śmiech)

Kiedy zostałeś wokalistą rockowym, oddaliłeś się od Podgórza?
Nie. Wszystkie moje kapele były mocno podgórskie. Każdy ma swoje miejsce na Ziemi. Moim jest Podgórze. Weźmy taki kościółek św. Benedykta - jego samotność sprawiała, że dobrze się tam zawsze czułem. Mam wrażenie, że są tam moi przyjaciele, z którymi mogę sobie o każdej porze pogadać. Może to dlatego, że mój ojciec wychował się w kamienicy, z której okna wychodziły na ten kościółek? Druga świątynia, do której wchodzę bez oporów, to kościół św. Józefa. Tam wydaje mi się, że słyszę szepty duchów, z którymi rozmawiam.

W jednej z piosenek śpiewasz: „Podgórska miłość zdarza się tylko raz". To na Podgórzu zakochałeś się po raz pierwszy?
Tak, w mojej żonie Monice. 1 czerwca będziemy obchodzić 35-lecie ślubu. Choć Monika mieszkała w Bieżanowie, poznaliśmy się na Podgórzu.

W innym utworze śpiewasz: „Nie ma tamtych knajp i ludzi". Podgórze się zmieniło od czasów twej młodości?
Tak, ale na lepsze. Jest ładniejsze i nowocześniejsze. I bardzo się z tego cieszę. Choćby park Bednarskiego - dzisiaj wszystko jest zrewitalizowane, powstał ładny teren zielony i bar Mech, gdzie można się napić kawy. To miejsce jest dla mnie bardzo ważne, bo właśnie tam w latach 60. poznali się moi rodzice. W tamtym czasie w parku Bednarskiego odbywały się taneczne popołudniówki - tzw. „five'o'clocki". Stawiano drewnianą podłogę, przygrywał zespół i młodzież się bawiła. Tata poszedł na podryw, mama poszła potańczyć, spotkali się i zakochali się w sobie. Dlatego marzy mi się teraz, aby kiedyś tam na tym placyku zagrać z Valdim nasze piosenki. Niestety: rodzice już nie żyją od lat i nie doczekali nagrania tej płyty.

Co się będzie działo dalej z tymi utworami z płyty?
20 lutego gramy koncert w Centrum Kultury Podgórza. To nieprzypadkowa data, tego dnia wypada 46. rocznica śmierci Bona Scotta z AC/DC, naszego najukochańszego wokalisty. Byliśmy też niedawno u pana Szymona Toboły, przewodniczącego Rady Dzielnicy. Bardzo mu się podoba nasz projekt. „Warszawa ma Grzesiuka, a Podgórze - Foremana i Valdiego" - powiedział. Na pewno zagramy w parku Bednarskiego. Może na jesieni? Bo te piosenki są ponadczasowe i fajnie się ich słucha. Mają swój klimat. W końcu Podgórze jest moim domem.

eprasa.pl 152d5468f5

POLSKA *i* ŚWIAT

SOP

– Funkcjonariusz Służby Ochrony Państwa Piotr K., który zaatakował nożem swoją rodzinę i zabił 4-letnią córkę w Ustce, został wydalony ze służby – poinformował wczoraj rzecznik prasowy komendanta Służby Ochrony Państwa płk Bogusław Piórkowski. Przekazał, że śledztwo prowadzi prokuratura. Piotr K. przyznał się do zarzucanych mu czynów i trafił na trzy miesiące do tymczasowego aresztu.

„Każdy, nawet najbliższy partner Polski, nie może zapominać o godności Polaków i polskiej suwerenności

Włodzimierz Czarzasty, marszałek Sejmu

KRÓTKO

FINANSE

Posłowie dostają więcej pieniędzy

„4,7 tys., a nie 4,5 tys. zł, jak dotąd – tyle, z mocą wsteczną od 1 stycznia, wynosi ryczałt dla posłów nieposiadających mieszkania w Warszawie na wynajęcie lokum w stolicy" – informuje „Rzeczpospolita".

Gazeta ustaliła, że „pod koniec stycznia zarządzenie w tej sprawie wydał Marek Siwiec, szef Kancelarii Sejmu. „Rz" podkreśliła, że „jest to tylko element całej serii podwyżek świadczeń dla parlamentarzystów". „Przede wszystkim od 1 stycznia w górę poszły ich uposażenia i diety. Wynoszą dziś odpowiednio: 13,9 tys. zł brutto i 4,3 tys. zł, a w ubiegłym roku było to 13,5 tys. i 4,2 tys. zł. Tegoroczna podwyżka wynosi około 530 zł" – podaje „Rz".

W publikacji podkreślono, że podwyżka ta wynika z podniesienia w ustawie budżetowej tzw. kwoty bazowej i że w efekcie „większe pieniądze zarabiają od stycznia nie tylko posłowie, ale też wszyscy najważniejsi politycy". „Przed kilkoma dniami nastąpiło też podwyższenie ryczałtu na biura poselskie, z mocą wsteczną od stycznia – informuje „Rz".

OBCHODY

Gdynia świętuje 100-lecie

FOT. ANDRZEJ JACKOWSKI/PAP

Wczoraj przy Nabrzeżu Pomorskim w Gdyni, przed ORP „Błyskawica", odbył się apel rocznicowy z udziałem wojskowej asysty honorowej. Na apelu była też wnuczka Eugeniusza Kwiatkowskiego Julita Maciejewicz-Ryś. Wydarzenie było częścią obchodów stulecia nadania Gdyni praw miejskich.

KRAJOWA RADA SĄDOWNICTWA

Prezydencie, podpisz nowelę!

Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty zaapelował we wtorek do prezydenta Karola Nawrockiego o podpisanie noweli ustawy o KRS. Zapowiedział, że jeśli do tego nie dojdzie w ciągu dwóch najbliższych dni, rozpocznie procedurę wyboru sędziów-członków KRS na podstawie obecnego, jak stwierdził, niedobrego prawa. 11 lutego minie termin, kiedy na podstawie obecnych regulacji marszałek Sejmu powinien rozpisać wybory do Krajowej Rady Sądownictwa – stanowią one, że sędziów-członków KRS wybiera Sejm. U prezydenta znajduje się nowelizacja ustawy o KRS, wprowadzająca zasadę, że to nie Sejm, ale wszyscy sędziowie mieliby ich wybierać w głosowaniu przeprowadzanym przez PKW.

Sejm. Nie doszło do zwołania dodatkowego posiedzenia

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Prezydium Sejmu odrzuciło wniosek PiS o zwołanie dodatkowego posiedzenia w trybie tajnym. Posłowie PiS wnioskowali, aby Czarzasty wyjaśnił m.in., dlaczego w przeszłości nie wypełnił ankiety bezpieczeństwa.

FOT. RAFAŁ GUZ/PAP

Przed wtorkową konferencją prasową posłowie PiS wręczyli marszałkowi Czarzastemu ankietę bezpieczeństwa

Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty poinformował na wtorkowej konferencji prasowej, że w poniedziałek do Prezydium Sejmu wpłynął wniosek klubu Prawa i Sprawiedliwości o podjęcie działań mających „na celu wyznaczenie i zwołanie w niezwłocznym terminie nadzwyczajnego, dodatkowego posiedzenia Sejmu w sprawie publikacji w »Gazecie Polskiej«". Dodał, że „temat zwołania dodatkowego posiedzenia Sejmu jest, przynajmniej tą drogą, nieaktualny".

Zapowiadając w zeszły piątek złożenie wniosku o zwołanie posiedzenia w Sejmu w trybie tajnym ws. Czarzastego, szef klubu PiS Mariusz Błaszczak mówił, że marszałek Sejmu nie wypełnił ankiety bezpieczeństwa ze względu na – jak ocenił – konieczność uzupełnienia tam rubryki dotyczącej relacji z obcokrajowcami. Mówił też, że niewypełnienie tej ankiety przez Czarzastego wskazuje na to, że istnieje „problem zasadniczy dotyczący tego, czy druga osoba w państwie może pozostawać w relacjach z obywatelką Rosji, czynną w środowisku putinowskim".

Przed wtorkową konferencją prasową posłowie PiS wręczyli marszałkowi Czarzastemu formularz ankiety bezpieczeństwa; zaapelowali o wypełnienie jej i złożenie. Czarzasty, nawiązując do tego na początku swojej konferencji, powiedział, że „zadymy nie przykryją prawdy".

Inicjatywa posłów PiS zwołania dodatkowego, tajnego posiedzenia Sejmu ws. Czarzastego, pojawiła się po tym, gdy Kancelaria Prezydenta poinformowała w ubiegłym tygodniu, że jednym z punktów posiedzenia Rady Bezpieczeństwa Narodowego, zwołanego na 11 lutego, będzie kwestia „podjętych przez organy państwa działań mających na celu wyjaśnienie wszelkich okoliczności wschodnich kontaktów towarzysko-biznesowych" marszałka Czarzastego.

Pytany o uzasadnienie tego punktu szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej Marcin Przydacz mówił, że „w mediach pojawia się bardzo dużo niepokojących informacji, że pan Włodzimierz Czarzasty ma kontakty z panią Swietłaną Czestnych, jakąś bizneswoman, która jest powiązana także gdzieś tam z ośrodkami decyzyjnymi w Rosji". Czarzasty zapewnił w ubiegłym tygodniu, że wszystkie jego kontakty „zostały sprawdzone od początku do końca i nie ma żadnego śladu w żadnej sprawie".

Rozmówcy PAP z Kancelarii Sejmu twierdzą, że Swietłana Czestnych to współautorka książek opublikowanych przez wydawnictwo Muza, które prowadził Czarzasty, a gdy chciało ono sprzedać udziały w spółce PDK Hotele, ona je kupiła. Według rozmówców PAP Czarzasty miał tylko raz krótko rozmawiać z Czestnych.

Na wtorkowej konferencji prasowej marszałek Sejmu został zapytany też o doniesienia portalu niezalezalezna.pl, że od lat zasiada w radzie fundacji kierowanej przez Mariana Kubalicę, który – zgodnie z doniesieniami – ma otwarcie wychwalać Władimira Putina i powielać rosyjską propagandę.

Czarzasty odpowiedział, że w 2008 r. powstała „Fundacja Wielkiego Błękitu", która – jak mówił – miała wspierać osoby niepełnosprawne, upowszechniając wśród nich wiedzę na temat nurkowania, żeglowania i innych sportów wodnych oraz wszelkiej aktywności ruchowej wśród dzieci i młodzieży.

– Niestety ta fundacja, poza tym, że się zarejestrowała, nie podjęła nigdy żadnej działalności, żadnej aktywności. Prezesem tej fundacji jest pan Marian Kubalica, którego nie widziałem od 8 lat, który rozumiem, że opowiada rzeczy, o których piszecie, w sprawie Rosji, czyli jak go znałem na studiach, zmienił w tej sprawie poglądy – powiedział Czarzasty.

PAP

Powołano Radę Przyszłości. Kierować nią będzie minister finansów i gospodarki Andrzej Domański

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Wczoraj powołana została Rada Przyszłości, która ma się zająć przyspieszeniem procedur związanych z podejmowaniem decyzji dotyczących gospodarki, biznesu i nauki.

Na wtorkowej konferencji premier Donald Tusk poinformował, że „gospodarzem prac Rady Przyszłości" będzie minister finansów i gospodarki Andrzej Domański.

– Na współpracę ze mną i ministrem Domańskim zdecydował się zbiór kapitalnych ludzi – w sprawie przyspieszenia, bo nasza przyszłość wymaga przyspieszenia, jeśli chodzi o gospodarkę, biznes, naukę – elastyczność i nowoczesność, jeśli chodzi o procedury, podejmowanie decyzji. (...) Wierzymy, że Polska może być najlepszym miejscem, jeśli chodzi o gospodarkę, nowoczesne technologie, kreatywne myślenie – powiedział premier Tusk.

Na konferencji zabrał też głos minister Andrzej Domański. Powiedział m.in.: Polska to dziś 20. największa gospodarka świata. Będziemy uczestniczyć w pracach grupy G20, ale mamy oczywiście ambicje na więcej. Jestem absolutnie przekonany, że w ramach pracy grupy już wkrótce przedstawimy rozwiązania i narzędzia, dzięki którym polska gospodarka będzie rozwijała się jeszcze szybciej.

Minister finansów zaznaczył, że istotnym tematem dla rady jest suwerenność technologiczna. Dodał, że pierwsze posiedzenie już się odbyło.

Andrzej Domański wskazał, że obszary, na których Polska będzie budowała swój wzrost gospodarczy w kolejnych latach i dekadach, to: sztuczna inteligencja, dane, technologie kosmiczne, technologie podwójnego zastosowania oraz biotechnologia.

PAP

eprasa.pl 152d5468f5

Gdy nie ma jednomyślności, trzeba działać w grupach

Oprac. Anna Nagel
Bruksela

Ursula von der Leyen zasugerowała, że w przypadku braku jednomyślności wśród wszystkich państw członkowskich w sprawach kluczowych reform gospodarczych w UE część krajów powinna realizować je w mniejszych grupach.

FOT. ADAM JANKOWSKI/PP

W liście do przywódców UE von der Leyen wskazała pięć kluczowych obszarów działań, przed którymi stanie Unia Europejska

Szczyt UE, który odbędzie się w czwartek, ma być poświęcony unijnej konkurencyjności gospodarczej w obliczu rywalizacji z takimi globalnymi potęgami, jak USA i Chiny. Punktem wyjścia do dyskusji są dwa raporty przygotowane przez byłych włoskich premierów: Mario Draghiego i Enrico Lettę. Obaj przekonują w nich, że jeśli UE nie przeprowadzi gruntownych reform, przegra globalną gospodarczą rywalizację.

Von der Leyen zasugerowała w liście wysłanym przed szczytem do przywódców, że jeśli w niektórych sprawach dotyczących reform gospodarczych i instytucjonalnych UE nie ma jednomyślności unijnej „27", państwa powinny realizować te pomysły „w mniejszych grupach".

W liście do przywódców UE von der Leyen wskazała pięć kluczowych obszarów działań, przed którymi stanie UE.

Pierwszym z nich jest deregulacja i uproszczenie prawa unijnego. KE zapowiedziała dalsze pakiety „Omnibus" (uproszczenia w unijnym prawie), kompleksowy przegląd dorobku prawnego UE oraz ograniczanie biurokracji dla firm i obywateli. Celem jest obniżenie kosztów administracyjnych, przyspieszenie inwestycji i ułatwienie prowadzenia działalności gospodarczej w całej Unii.

Drugim punktem jest dywersyfikacja handlu i wzmacnianie partnerstw międzynarodowych. Von der Leyen wskazała na zawarcie nowych umów handlowych oraz kontynuację negocjacji z krajami Indo-Pacyfiku i Bliskiego Wschodu. Jednocześnie UE ma być bardziej stanowcza w ochronie swojego bezpieczeństwa gospodarczego i przeciwdziałaniu nieuczciwym praktykom handlowym.

Trzecim priorytetem, o którym napisała, jest pogłębianie jednolitego rynku. Zapowiedziała intensyfikację egzekwowania unijnych przepisów, usuwanie barier wewnętrznych oraz wprowadzenie tzw. 28. reżimu – jednolitego zestawu zasad dla firm działających w całej UE. Kluczowe znaczenie mają także integracja rynków finansowych, budowa unii energetycznej oraz obniżanie kosztów energii.

Czwarty obszar dotyczy transformacji cyfrowej i innowacji. KE planuje masowe inwestycje w sztuczną inteligencję, półprzewodniki, chmurę obliczeniową i technologie kwantowe, a także działania na rzecz skalowania europejskich start-upów.

Piątym filarem mają być inwestycje zarówno publiczne, jak i prywatne, wspierane przez przyszły wieloletni budżet UE oraz inicjatywy wzmacniające rolę euro i rynków kapitałowych w finansowaniu wzrostu gospodarczego.
PAP

Przejęli łódź podwodną pełną narkotyków. Towar był wart 441 mln dolarów

Adam Kielar
USA/Kolumbia

Walka z przemytem narkotyków do Stanów Zjednoczonych trwa w najlepsze. Wspólna operacja amerykańskich i kolumbijskich służb pozwoliła przejąć łódź podwodną przewożącą 10 ton kokainy, wartej 441 milionów dolarów.

O sprawie poinformował w mediach społecznościowych oficjalny profil Biura Departamentu Stanu ds. Międzynarodowej Walki z Narkotykami (INL).

„Ze wsparciem INL siły bezpieczeństwa Kolumbii przeprowadziły wspólną akcję przeciwko tej łodzi podwodnej z narkotykami. 10 ton kokainy wartej 441 milionów dolarów zostało zniszczone, a czterech handlarzy narkotyków aresztowano. Silne partnerstwo przynosi silne rezultaty" – napisano.

Kolumbia to największy na świecie producent kokainy. Szacuje się, że z tego kraju pochodzi nawet 70 procent światowej produkcji.

W ramach walki z przemytem narkotyków do USA prezydent Donald Trump naciska na władze kolumbijskie, by wzmocniły działania na rzecz przeciwdziałania temu procederowi.

Amerykańskie siły zbrojne oraz agencje rządowe prowadzą walkę z przemytnikami i atakują łodzie i inne jednostki próbujące dostarczyć towar do USA.
PAP

FOT. X/STATE NL

Zdjęcie z przejęcia łodzi podwodnej pełnej kokainy wartej 441 milionów dolarów

Mimo szerokiej akcji przeciw polio, około miliona dzieci w Pakistanie nie dostało szczepionki

Oprac. Karolina Wrońska
Pakistan

Około miliona dzieci nie skorzystało z zakończonej właśnie kampanii szczepień przeciw polio w Pakistanie. Szczepionkę podano 44 mln dzieci.

FOT. PAP/EPA

Kampania szczepień w Pakistanie

Około 53 tys. opiekunów nie pozwoliło na podanie dziecku szczepionki, ale w ogromnej większości przypadków przyczyną niepowodzenia akcji były inne czynniki – przekazał portal Asia News Network.

Problemy z dotarciem

– Najczęściej ekipa medyczna nie zastała dziecka w domu. W innych przypadkach pracownikom nie udało się dotrzeć na miejsce z powodu problemów z bezpieczeństwem lub trudnych warunków atmosferycznych – powiedział dziennikowi „Dawn" pracownik programu walki z polio, zorganizowanego przez pakistańskie Narodowe Centrum Operacji Kryzysowych (EOC).

EOC podkreśliło w opublikowanym w poniedziałek oświadczeniu, że obecna kampania przeciw polio została przeprowadzona jednocześnie w Pakistanie i Afganistanie.

Kierownik pakistańskiego programu walki z polio Anwarul Haq powiedział dziennikarzom, że pozytywnym zjawiskiem jest mniejsza liczba zachorowań: w ubiegłym roku w kraju odnotowano 31 przypadków, a rok wcześniej 74.

Zniechęcają ekstremiści

Jak przypomniał pakistański portal Daily Times, do szczepień zniechęcają grupy ekstremistyczne, przekonujące, że szczepionka jest „obcą trucizną", której celem jest sterylizacja muzułmanów. Odnotował również, że czasem dochodzi do bojkotu szczepień z powodów innych niż dezinformacja; w jednej z miejscowości rodzice zbojkotowali kampanię, ponieważ władze lokalne nie zareagowały na ich żądania związane z dostawami wody i prądu.

Daily Times za pocieszające uznał, że część duchownych uważa szczepienia za religijny obowiązek. Zdaniem portalu wymagane są jednak także inne działania, np. szkoły i meczety mogłyby wymagać dowodu szczepienia dziecka.

Polio, zwane także chorobą Heinego-Medina lub ostrym nagminnym porażeniem dziecięcym, wywoływane jest przez przenoszony drogą fekalno-oralną wirus i może prowadzić do paraliżu, niepełnosprawności lub śmierci. Szczepionki przeciwko polio powstały w połowie XX wieku. Dzięki nim choroba została wyeliminowana w większości państw świata.
PAP

W Wenezueli na razie wyborów nie będzie

Oprac. Karolina Wrońska
Wenezuela

W Wenezueli w najbliższym czasie nie będzie wyborów, ponieważ potrzebna jest stabilizacja – oświadczył przewodniczący wenezuelskiego parlamentu Jorge Rodriguez.

Rodriguez powiedział w wywiadzie dla amerykańskiej telewizji Newsmax, że jego siostra Delcy, która przejęła obowiązki prezydenta po zatrzymaniu na początku stycznia Nicolasa Maduro przez siły USA, stara się „całkowicie ustabilizować kraj" oraz „pojednać wszystkich" mieszkańców.

– Nie będzie wyborów w najbliższym okresie, w którym musi zostać osiągnięta stabilizacja – powiedział przewodniczący wenezuelskiego parlamentu.

Rodriguez zaznaczył, że rząd Wenezueli dąży do zbudowania obustronnie korzystnych relacji ze Stanami Zjednoczonymi. Ocenił jednak, że Maduro i jego żona Cilia Flores powinni zostać „natychmiast uwolnieni".

Choć opozycja demokratyczna zadeklarowała gotowość do objęcia rządów, władzę w kraju utrzymali stronnicy obalonego przywódcy. Delcy Rodriguez, która przejęła obowiązki prezydenta, była wcześniej wiceprezydentką, wyznaczoną na to stanowisko przez samego Maduro.

Kilka dni po schwytaniu Maduro szef amerykańskiej dyplomacji Marco Rubio nakreślił trzyetapowy plan działań wobec Wenezueli. Obejmuje on stabilizację kraju, odbudowę i otwarcie jego gospodarki oraz transformację polityczną.
PAP

eprasa.pl 152d5468f5

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Jak „słodka" jest Twoja miłość?

Eksperci od dawna badają korzyści zdrowotne wynikające z bycia w małżeństwie. W zdecydowanej większości pozostawanie w stałym związku wychodzi na zdrowie szczególnie osobom starszym. W najnowszym badaniu sprawdzono powiązanie stanu cywilnego i jakości małżeństwa ze średnim poziomem cukru we krwi u seniorów. Czy życie z ukochaną osobą wpłynęło pozytywnie na stan ich zdrowia?

ZA TYDZIEŃ:

- **Czy kot jest zdrowy dla człowieka?**
- **Najbardziej nietypowe objawy raka. Czym są zespoły paranowotworowe? Sprawdź, na co musisz uważać**

FOT. FREEPIK

Czy zdrowo jest spać z psem lub kotem w jednym łóżku?

Emil Hoff
redakcja@stronazdrowia.pl

Lekarze od dawna mieli zastrzeżenia co do spania w jednym łóżku z domowym pupilem. Jednak badania wskazują na szereg korzyści dla zdrowia, jakie daje dzielenie materaca z czworonogiem.

Najnowsze badania instytutu YouGov wskazują, że duży odsetek właścicieli zwierząt regularnie pozwala pupilom spać w swoim łóżku. W Europie najchętniej z psami lub kotami śpią Niemcy (ok. 29 proc. właścicieli), a w USA robi tak już aż niemal połowa - 46 proc. - opiekunów czworonogów.

Opinie lekarzy są podzielone

Spanie ze zwierzęciem to żadna nowinka. Ludzie od wieków wpuszczają psy do swoich łóżek dla ogrzania się i ochrony. W niektórych kulturach zwyczaj ten utrwalił się nawet w języku. „Noc na trzy psy" to aborygeńskie określenie bardzo zimnej nocy, kiedy dla utrzymania ciepła trzeba wpuścić do sypialni aż trzy dingo.

Dziś jednak na pierwszym miejscu stawia się zdrowie i higienę.

Czy zdrowo jest spać w jednym łóżku ze zwierzęciem? Odpowiedź jest złożona. Jeszcze do niedawna lekarze przeważnie odradzali spanie ze zwierzętami, powołując się na zaburzenia snu. Dziś jednak kolejne badania wskazują na korzyści, jakie czerpią ludzie wpuszczający pupila do własnego łóżka.

Czy powinieneś wprowadzić ten zwyczaj w swoim domu, czy może przeciwnie - pora wyeksmitować swojego zwierzaka z sypialni?

Zalety spania z psem lub kotem

Badania przywoływane przez weterynarz Jane Sykes na łamach Washington Post i doktora Michaela J. Breusa w Psychology Today wskazują, że spanie z ukochanym pupilem w jednym łóżku uspokaja, a więc może polepszać sen.

Towarzystwo czworonoga w sypialni pomaga zwalczyć koszmary, obniża ciśnienie krwi, w dłuższej perspektywie wzmacnia odporność.

Badania wskazują, że towarzystwo psa lub kota w łóżku szczególnie dobrze wpływa na kobiety i osoby cierpiące na chroniczne bóle.

No i nie od dziś wiadomo, że posiadacze zwierząt, zwłaszcza psów, są statystycznie zdrowsi od osób, które nie mają żadnych zwierząt.

Opieka nad pupilem oznacza więcej ruchu, a więc lepsze ogólne samopoczucie i głębszy, zdrowszy sen.

Ciemna strona dzielenia łóżka z pupilem

Nie można jednak zignorować lekarzy, którzy wskazują, że spanie ze zwierzętami ma też poważne wady. Największą jest zaburzanie snu. Zwierzaki w nocy wydają różne odgłosy i poruszają się, co może utrudniać zdrowy odpoczynek.

- Psy chrapią i sapią, a w fazie snu REM, w którą wchodzą częściej niż ludzie, mogą kopać. Zdarza się, że gwałtownie przebudzone psy odruchowo gryzą, co może być niebezpieczne dla dzieci.
- Koty mają zwyczaj ugniatać łapkami osoby, które szczególnie lubią, zwłaszcza gdy te spoczywają akurat w wygodnej, horyzontalnej pozycji. Są też bardziej aktywne w nocy - skaczą po meblach, zrzucają różne przedmioty, a wyrzucone z sypialni potrafią się awanturować: skakać na drzwi i głośno miauczeć.

Właściciele psów i kotów, którzy śpią z nimi w jednym łóżku, czasem układają się - nawet nieświadomie - w niewygodnych pozycjach, by zapewnić komfort pupilowi, a zapominając o własnym, po czym budzą się sztywni i obolali.

Problemem mogą być też reakcje alergiczne na zwierzęta, które w łóżku leżą wyjątkowo blisko swoich opiekunów, i ogólna higiena - czworonogi, zwłaszcza psy, łatwo się brudzą, więc nie należy wpuszczać ich do własnego łóżka bez wcześniejszej kontroli czystości.

Porady dla osób, które chcą spać ze swoimi zwierzakami

By wygodnie i zdrowo spać ze swoim pupilem, powinieneś zrobić kilka rzeczy:

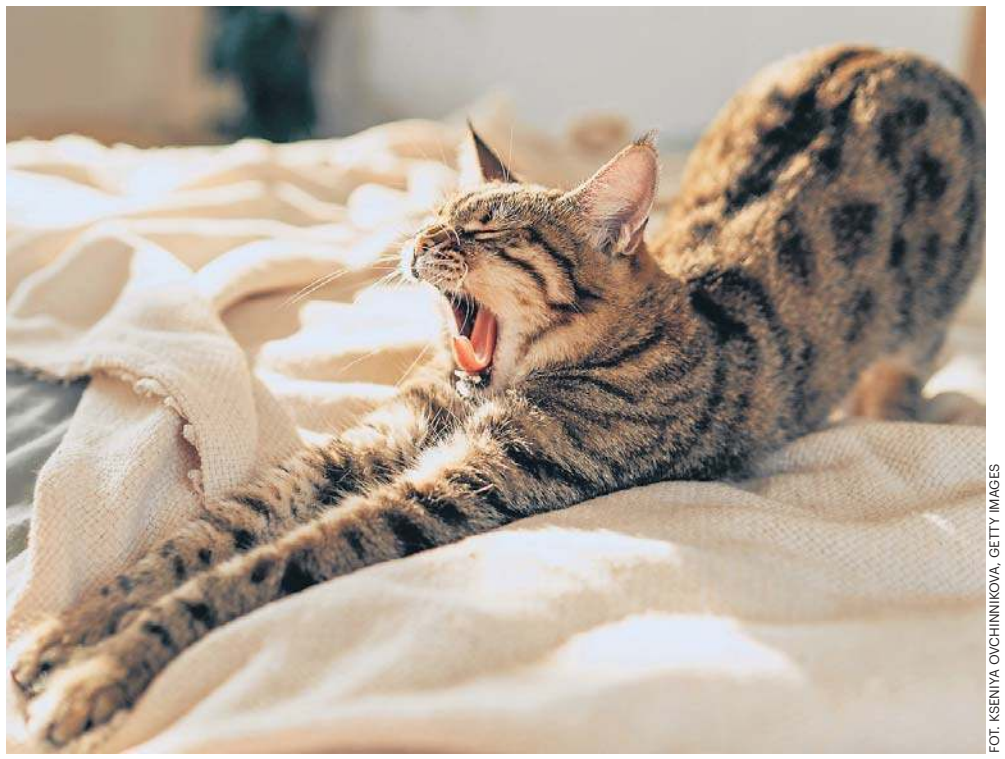
- Zadbaj o odpowiednią temperaturę w sypialni. Idealna do spania wynosi ok. 16-18 st. Celsjusza, do 20 st. Pamiętaj, że towarzystwo zwierzęcia, zwłaszcza dużego psa, da ci dodatkowe ciepło. Kiedyś była to ważna korzyść, ale dziś trzeba raczej pilnować, by się nie przegrzać.
- Zapewnij sobie i pupilowi odpowiednio duże łóżko. Każdy ze śpiących powinien mieć wystarczająco dużo miejsca, by wygodnie się ułożyć. Nie powinieneś pozwalać zwierzęciu spać na samym sobie. Dobrym pomysłem jest też zorganizowanie pupilowi alternatywnego legowiska gdzieś w sypialni, ale poza łóżkiem, by mógł się tam ułożyć, jeśli z jakiegoś powodu zrobi mu się (lub tobie) niewygodnie.
- Dbaj o higienę. Regularnie odrobaczaj swojego zwierzaka, a przed wpuszczeniem do łóżka przecieraj go wilgotną szmatką (dotyczy to także kotów).

Regularnie kąp psa. Zmieniaj pościel co najmniej raz na tydzień lub częściej, jeśli twój zwierzak zostawia na niej dużo sierści.

- Zapewnij zwierzakowi ruch przed snem. Wyprowadź psa lub pobaw się z kotem tuż przed spaniem. Zużycie części energii ułatwi im uspokojenie się i spokojny sen.

Zadbaj, by pies załatwił się przed snem, żebyś nie musiał wypuszczać go na zewnątrz w środku nocy.

Towarzystwo czworonoga w sypialni pomaga zwalczyć koszmary, obniża ciśnienie krwi, w dłuższej perspektywie wzmacnia odporność



FOT. KSENIYA OVCHINNIKOVA, GETTY IMAGES

Poznaj korzyści i wady spania z psem lub kotem w jednym łóżku i zdecyduj, czy powinieneś wprowadzić ten zwyczaj w swoim domu

REKLAMA 0011476702

Spółka Restrukturyzacje i Konsumenckie Sp. z o.o. („Syndyk")

która wyznaczona została syndykiem masy upadłości Marka Kalety, prowadzącego uprzednio działalność gospodarczą pod firmą KALMAR Spółka Cywilna Marek Kaleta Maciej Kaleta w Nowym Sączu („Upadły")

ogłasza konkurs ofert na sprzedaż z wolnej ręki należącego do Upadłego prawa własności nieruchomości

Podstawowym kryterium przy wyborze oferenta jest wysokość zaoferowanej ceny.
Celem konkursu jest wyłonienie nabywcy określonego niżej przedmiotu sprzedaży. Przedmiotem sprzedaży są nieruchomości w postaci:
1) prawa własności nieruchomości gruntowej zabudowanej budynkami położonej w Paszynie, gmina Chełmiec, składającej się z dz. ew. nr 1781/1, 1781/2, 1781/3, objętych księgą wieczystą nr NS1S/00090928/1 (dalej jako ***Nieruchomość 1***)
Cena wywoławcza wynosi: 10.452.000,00 zł *(słownie: dziesięć milionów czterysta pięćdziesiąt dwa tysiące złotych, 00/100)*
2) prawa własności nieruchomości gruntowej niezabudowanej położonej w Paszynie, Gmina Chełmiec, składającej się z dz. ew. nr 1787/2, objętych księgą wieczystą nr NS1S/00105282/9 (dalej jako ***Nieruchomość 2***)
Cena wywoławcza wynosi: 79.000,00 zł *(słownie: siedemdziesiąt dziewięć tysięcy złotych, 00/100)*
zwane dalej łącznie jako: „przedmiot sprzedaży" lub „Nieruchomości".
Nieruchomości sprzedawane są łącznie. Niedopuszczalne jest złożenie przez oferenta oferty na zakup części nieruchomości, ani odrębnych ofert na zakup poszczególnych nieruchomości.
Warunkiem uczestnictwa w konkursie jest wpłacenie przez oferenta na rachunek bankowy masy upadłości: Marek Kaleta Kalmar w upadłości, ul. Wyszyńskiego 13, 33-340 Stary Sącz w Banku Spółdzielczym w Chrzanowie, nr 12 8444 0008 0000 0085 9028 0001 wadium w kwocie **1.000.000,00 zł** (jeden milion złotych, 00/100), **najpóźniej w terminie do dnia 4.03.2026 r.** (z dopiskiem: „wadium – Kaleta Marek konkurs ofert nieruchomości Paszyn"). Za datę wpływu uważa się dzień uznania kwoty na rachunku bankowego. Wpłacone wadium zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia Nieruchomości.
Warunkiem przystąpienia do konkursu jest złożenie oferty osobiście w biurze Syndyka: 32-500 Chrzanów, ul. Grunwaldzka 2a, drogą pocztową lub kurierem **w terminie do dnia 4.03.2026 r. do godz. 14.00**.
W przypadku wysłania oferty drogą pocztową lub kurierem, o zachowaniu terminu składania oferty decyduje data wpływu do biura Syndyka.
Oferta wraz z wymaganymi dokumentami powinna zostać złożona w zapieczętowanej kopercie z czytelnym napisem: **„OFERTA – Kaleta Marek KONKURS OFERT NIERUCHOMOŚCI PASZYN"**, zaadresowanej na adres biura Syndyka (32-500 Chrzanów, ul. Grunwaldzka 2a).
Otwarcie ofert nastąpi w kancelarii notarialnej - Kancelaria Notarialna Andrzej Sebastyanka, Łukasz Pastuszka Spółka cywilna w Chrzanowie przy Al. Henryka 25 w dniu 9.03.2026 r. o godz. 11:00.
Z zastrzeżeniem uprawnień Sędziego komisarza, Syndyk ma prawo swobodnego wyboru oferty, odstąpienia od konkursu ofert w dowolnym momencie (także po dokonaniu wyboru oferty) lub jego unieważnienia w całości lub w części bez podania przyczyny, a także ma prawo do unieważnienia wyniku konkursu ofert lub odstąpienia od wyboru oferty bez podania przyczyny (dopuszcza się możliwość zamknięcia konkursu ofert bez wybrania oferty). Ogłoszenie, a także warunki konkursu (Regulamin konkursu) mogą zostać przez Syndyka zmienione lub odwołane na każdym etapie konkursu bez podania przyczyny.
Wadium wniesione przez oferentów, których oferta nie została wybrana podlega zwrotowi bez odsetek w terminie siedmiu dni od dnia rozstrzygnięcia konkursu. Wszystkie koszty związane z nabyciem Nieruchomości ponosi nabywca. Rękojmia za wady prawne i fizyczne przedmiotu sprzedaży jest wyłączona.
Pozostałe wymogi dotyczące oferty oraz bardziej szczegółowe informacje na temat konkursu ofert znajdują w Regulaminie konkursu ofert.
Ze stanem prawnym przedmiotu sprzedaży, jego opisem i oszacowaniem wraz z dokumentacją związaną z Nieruchomością oraz **Regulaminem konkursu ofert**, można się zapoznać i uzyskać dodatkowe informacje w biurze Syndyka pod adresem: 32-500 Chrzanów, ul. Grunwaldzka 2a, w dni robocze w godz. 8.00-14.00, tel. kontaktowy: **727 667 676** lub pod adresem e-mail: biuro@konsumenckie.pl

eprasa.pl 152d5468f5

Menopauza to nie tylko uderzenia gorąca. Wiąże się też ze zmianami w mózgu

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

Menopauza wiąże się ze zmniejszeniem objętości istoty szarej w kluczowych obszarach mózgu, a także ze zwiększonym poziomem lęku i depresji oraz trudnościami ze snem.

FOT. GETTY IMAGES

Już wcześniej łączono menopauzę z pogorszeniem funkcji poznawczych

Menopauza to etap w życiu kobiety, w którym dochodzi do zaniku miesiączkowania na skutek spadku poziomu hormonów. Najczęściej występuje między 45. a 55. rokiem życia. Towarzyszą jej między innymi uderzenia gorąca, pogorszenie samopoczucia, zaburzenia snu. Już wcześniej łączono menopauzę z pogorszeniem funkcji poznawczych: pamięci, uwagi i języka.

Aby łagodzić skutki tego okresu, zwłaszcza objawy depresyjne i problemy ze snem, wielu kobietom zaleca się hormonalną terapię zastępczą (HTZ). W Anglii w 2023 roku z tej formy leczenia korzystało około 15 procent kobiet. Mimo to wiedza na temat wpływu menopauzy oraz późniejszego stosowania HTZ na funkcjonowanie mózgu, zdolności poznawcze i zdrowie psychiczne nadal pozostaje niepełna.

Badacze z uniwersytetu w Cambridge wykorzystali dane zgromadzone w brytyjskim Biobanku, analizując informacje dotyczące blisko 125 tysięcy kobiet. Uczestniczki zaklasyfikowano do trzech grup: kobiet przed menopauzą, kobiet po menopauzie, które nie korzystały z hormonalnej terapii zastępczej (HTZ), oraz kobiet po menopauzie stosujących HTZ.

Oprócz wypełniania ankiet odnoszących się do przebiegu menopauzy, kondycji psychicznej, jakości snu oraz ogólnego stanu zdrowia część kobiet została poddana ocenie funkcji poznawczych, obejmującej m.in. testy pamięci i szybkości reakcji. Dodatkowo u około 11 tysięcy uczestniczek wykonano badanie rezonansem magnetycznym (MRI), co umożliwiło szczegółową analizę budowy ich mózgów.

Średni wiek wystąpienia menopauzy w badanej grupie wynosił około 49,5 roku. Z kolei kobiety rozpoczynające hormonalną terapię zastępczą miały przeciętnie około 49 lat.

Analiza wykazała, że kobiety po menopauzie częściej niż kobiety przed menopauzą zgłaszały się po pomoc medyczną do lekarza rodzinnego lub psychiatry z powodu objawów lękowych, nerwicowych bądź depresyjnych. Uzyskiwały one także wyższe wyniki w skalach oceniających nasilenie objawów depresji oraz częściej przyjmowały leki przeciwdepresyjne.

Choć w grupie kobiet stosujących HTZ obserwowano większe nasilenie objawów lęku i depresji w porównaniu do kobiet niestosujących tej terapii, pogłębiona analiza wskazała, że różnice te istniały już przed okresem menopauzy. Autorzy badania sugerują, że w części przypadków decyzja o wdrożeniu HTZ mogła być podejmowana z wyprzedzeniem, w oczekiwaniu na możliwe nasilenie dolegliwości menopauzalnych.

Ponadto kobiety po menopauzie częściej zgłaszały problemy ze snem, takie jak bezsenność, skrócony czas snu oraz uczucie przewlekłego zmęczenia. Największe nasilenie zmęczenia deklarowały kobiety korzystające z HTZ, mimo że długość snu w tej grupie nie różniła się istotnie od tej obserwowanej u kobiet po menopauzie niestosujących leczenia hormonalnego.

– Większość kobiet przechodzi menopauzę i może to być wydarzenie zmieniające życie niezależnie od tego, czy stosują HTZ, czy nie. Zdrowy styl życia – na przykład ćwiczenia, aktywność fizyczna i zdrowa dieta – jest szczególnie ważny w tym okresie, aby złagodzić niektóre z jej skutków. Wszyscy musimy jednak być bardziej wyczuleni nie tylko na zdrowie fizyczne, ale także psychiczne kobiet w okresie menopauzy i rozpoznawać, kiedy zmagają się z problemami. Nie powinno być wstydu w mówieniu innym o tym, przez co się przechodzi, i proszeniu o pomoc – twierdzi dr Christelle Langley z Cambridge University.

Menopauza wydawała się również wpływać na funkcje poznawcze. Kobiety po menopauzie, które nie stosowały HTZ, miały wolniejszy czas reakcji niż kobiety, które jeszcze nie rozpoczęły menopauzy lub stosowały HTZ. Nie było jednak istotnych różnic między tymi trzema grupami, jeśli chodzi o zadania pamięciowe.

– Wraz z wiekiem nasz czas reakcji staje się wolniejszy – to po prostu część naturalnego procesu starzenia, który dotyczy zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Wyobraź sobie, że ktoś zadaje ci pytanie w quizie – chociaż nadal możesz udzielić prawidłowej odpowiedzi jako młoda osoba, młodsze osoby bez wątpienia osiągnęłyby to znacznie szybciej. Menopauza wydaje się przyspieszać ten proces, ale HTZ wydaje się go hamować, nieznacznie spowalniając proces starzenia – przyznała dr Katharina Zühlsdorff z Wydziału Psychologii Uniwersytetu Cambridge. W obu grupach kobiet po menopauzie badacze stwierdzili wyraźne zmniejszenie objętości istoty szarej – części mózgu zawierającej ciała neuronów, kluczowej dla przetwarzania informacji, kontroli ruchu oraz funkcji związanych z pamięcią i regulacją emocji. Zmiany te były szczególnie widoczne w obrębie hipokampa, odpowiadającego za tworzenie i utrwalanie wspomnień, kory entorhinalnej, pełniącej rolę pośrednika w przekazywaniu informacji między hipokampem a innymi obszarami mózgu, a także w przedniej korze obręczy, która odgrywa istotną rolę w kontroli emocji, podejmowaniu decyzji oraz utrzymywaniu uwagi.

– Obszary mózgu, w których zaobserwowaliśmy te różnice, to te, które są zazwyczaj dotknięte chorobą Alzheimera. Menopauza może sprawić, że kobiety będą bardziej podatne na tę chorobę w późniejszym okresie. Choć nie jest to pełna historia, może to pomóc wyjaśnić, dlaczego obserwujemy prawie dwa razy więcej przypadków demencji u kobiet niż u mężczyzn – dodała prof. Barbara Sahakian, główna autorka badania.

WARTO WIEDZIEĆ

Hormonalna terapia menopauzalna
Przez wiele lat hormonalna terapia menopauzy była postrzegana jako ryzykowna. Tymczasem najnowsze badania oraz stanowiska międzynarodowych towarzystw medycznych pokazują coś zupełnie innego: dla zdecydowanej większości kobiet terapia hormonalna jest bezpieczna i może przynosić realne korzyści zdrowotne, nie tylko poprawiając komfort życia, ale także wspierając układ sercowo-naczyniowy, kostny czy metaboliczny.

FOT. MART PRODUCTION / PEXELS

Bliskość drugiej osoby wpływa zarówno na nasze samopoczucie psychiczne, jak i na stan zdrowia

Małżeństwo a ryzyko rozwoju cukrzycy

Marta Siesicka-Osiak
redakcja@stronazdrowia.pl

Eksperci od dawna badają korzyści zdrowotne wynikające z bycia w małżeństwie. W zdecydowanej większości pozostawanie w stałym związku wychodzi na zdrowie szczególnie osobom starszym.

W najnowszym badaniu sprawdzono powiązanie stanu cywilnego i jakości małżeństwa ze średnim poziomem cukru we krwi u seniorów. Czy życie z ukochaną osobą wpłynęło pozytywnie na stan ich zdrowia?

Małżeństwo i konkubinat mają wpływ na poziom cukru we krwi

Na poziom cukru we krwi, a tym samym na rozwój cukrzycy typu 2, ma wpływ wiele czynników, m.in. dieta, aktywność fizyczna, stres i niektóre leki. Naukowcy poszli o krok dalej i sprawdzili, jak na poziom glukozy wpływa bycie w stałym związku.

Badaczki z Uniwersytetu w Luksemburgu obserwowały przez dziewięć lat (od 2004 roku) 3300 osób mieszkających w Anglii, będących w wieku od 50 do 89 lat, które nie chorowały wcześniej na cukrzycę. Wzięły pod uwagę ich:

- stan cywilny,
- wsparcie ze strony współmałżonka,
- napięcia pomiędzy partnerami.

Wyniki badań zostały opublikowane w czasopiśmie medycznym „BMJ Open Diabetes Research & Care".

Jak się okazuje, bycie w stałych związkach było związane ze spadkiem poziomu HbA1c (hemoglobiny glikowanej, monitorowanej w leczeniu cukrzycy) o 0,21 procent. Oznacza to, że u badanych występowało mniejsze prawdopodobieństwo zachorowania na cukrzycę typu 2. Wyniki wcześniejszych badań sugerują, że spadek średniej wartości HbA1c o 2,1 proc. zmniejszyłby liczbę nadprogramowych zgonów o 25 proc.

Czy jakość związku ma znaczenie w kontekście naszego zdrowia?

Wraz z wiekiem ilość relacji społecznych zaczyna być ograniczona, a rola partnera życiowego zaczyna mieć dla osób starszych coraz większe znaczenie. Badaczki sprawdziły, czy jakość relacji ma wpływ na poziom glukozy we krwi.

– Relacje małżeńskie lub w konkubinacie były odwrotnie proporcjonalne do poziomu cukru we krwi, niezależnie od charakteru wsparcia małżeńskiego lub pojawiających się napięć – powiedziała jedna z autorek badania Katherine Ford i dodała, że osoby samotne powinny otrzymać wsparcie, aby zmniejszyć ryzyko wystąpienia cukrzycy.

Co ciekawe, Paul Dolan z London School of Economics w swojej książce „Happy Ever After" opublikował wyniki ankiety, z której wynikało, że żonaci mężczyźni żyją dłużej i są zdrowsi, ale w przypadku kobiet sytuacja wygląda odwrotnie – to wolne panie są szczęśliwsze od zamężnych koleżanek i tych, które zostały matkami. Zakłada się także, że to singielki będą żyły dłużej.

Mając to na uwadze, warto zadbać o to, aby związek był równie wartościowy dla obu stron, a kobiety czerpały z niego tyle samo dobrego, co panowie.

eprasa.pl 152d5468f5

Najpierw stracił ojca, później syna. Próbowano wymazać jego zasługi i odebrać praktykę

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

Prof. dr hab. n. med. Michał Zembala, wybitny polski kardiochirurg, w szczerej rozmowie ze Stroną Zdrowia.

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE PROF. M. ZEMBALI

Michał Zembala: Empatia, rozumiana jako umiejętność odczuwania i współprzeżywania emocji czy spojrzenia drugiego człowieka, powinna być fundamentem pracy lekarza

Katarzyna Wąś-Zaniuk, Strona Zdrowia: W młodości ważne miejsce w Pana życiu zajmowała muzyka. Chodził Pan do szkoły muzycznej, grał na fortepianie, był Pan także zafascynowany grą na gitarze. Jakie cechy charakteru i umiejętności ukształtowała w Panu ta muzyczna droga?
Prof. dr hab. n. med. Michał Zembala: Dziś coraz mocniej chcę wrócić do tej pasji, prawdziwego sposobu wyrażenia emocji, zrozumiałego dla wszystkich bez wyjątku. Muzyka, prócz technicznej strony, niesie ze sobą ogromny przekaz. Inspirowany twórczością, muzycznym geniuszem twórców balansowałem między melancholią i samoalienacją Watersa, a przestrzenną wirtuozerią gitary Gilmoura. Czy coś z tego pomogło w drodze lekarza? Muzyka Floydów jest ze mną po dziś dzień, podobnie jak progressive house i jego arabskie odmiany.

W latach 2018-2022 pełnił Pan funkcję ordynatora Oddziału Kardiochirurgii, Transplantacji Serca i Płuc oraz Mechanicznego Wspomagania Krążenia w Śląskim Centrum Chorób Serca w Zabrzu. W tamtym czasie udało się osiągnąć rekordową liczbę przeszczepień serca w Polsce.Co zadecydowało o tym sukcesie?
To był dobry czas. Wspominam te lata zarówno z nostalgią, jak i dumą. To czas, w którym nie tylko zanotowaliśmy imponujący wzrost wykonanych transplantacji serca, ale również spektakularną poprawę wyników leczenia zarówno w wymiarze wczesnym, jak i odległym. Całość tej zmiany została przez nasz zespół szczegółowo opisana i opublikowana.

Jak wspomina Pan pracę z własnym ojcem, profesorem Marianem Zembalą?
Praca z ojcem bywała trudna, zawsze jednak opierała się na szacunku i zrozumieniu, bo mimo wielu płaszczyzn niezgody jedna pozostawała zawsze zgodna – dobro chorego. Do tego w finale odwoływał się każdy spór, do pytania: „Co byłoby najlepsze dla tego chorego czy dla tej chorej? Jakie rozwiązanie? Moje czy twoje?”. Ojciec był człowiekiem wymagającym, nieraz apodyktycznym, ale w głębi niezwykle dobrym, uczynnym, pozbawionym zawiści czy zazdrości, zawsze stającym po stronie słabszego.

W pracy kardiochirurga niewątpliwie zdarzają się sytuacje wymagające szybkiego reagowania i podejmowania trudnych decyzji. Czy może Pan podzielić się historią najtrudniejszego zabiegu?
Rzeczywiście, kardiochirurgia, podobnie jak inne specjalności zabiegowe, wymaga szybkich decyzji. Szybkich i chciałoby się powiedzieć – zawsze trafnych. Chirurg myśli algorytmicznie: tak – nie. Każda z tych dwóch ścieżek dzieli się na kolejne i kolejne. Za każdą decyzją stoi jednak odpowiedzialność, każda, przynajmniej w założeniu, jest elementem wcześniej podjętej strategii. Tych trudnych zabiegów było sporo. Jednak w kardiochiurgii „ najwyższego ryzyka” techniczne umiejętności chirurga są wtórne do umiejętności pracy zespołu anestezjologów, fizjoterapeutów, dietetyków i pielęgniarek. I paradoksalnie, nie tyle do technicznych umiejętności tegoż zespołu, co do osobistego i intelektualnego zaangażowania każdego z jego członków. W tym tkwi zarówno piękno zawodu, jak i jego przekleństwo. W tej zależności od zaangażowania innych. W tym też tkwi największa trudność szefa kardiochirurgii: w stworzeniu koherentnego, spójnego, zaangażowanego zespołu, którego podstawą działania jest wspólne zaufanie.

Jakie przeciwwskazania medyczne mogą uniemożliwić przeprowadzenie przeszczepu serca?
Pierwszym, podstawowym, jest skrajnie ciężki stan chorego, który z uwagi na choroby dodatkowe lub stan ogólny w zgodnej opinii specjalistów nie rokuje przeżycia. To trudna decyzja, którą zespół musi podjąć wspólnie. Dalej, mówiąc już o tych książkowych, jest utrwalone nadciśnienie płucne, czyli stan, w którym na skutek choroby serca lub płuc doszło do tak istotnej przebudowy drobnych naczyń krwionośnych, że stanowią one wysoki opór dla tłoczącej doń krew prawej komory serca. Trzecim – aktywna lub niedawno przebyta choroba nowotworowa lub układowa, która zgodnie z jej naturalną, znaną nam historią, w istotny sposób wpłynie na przeżycie chorego. Kontrowersyjnym, i tutaj muszę się chwilę zastanowić, jest wiek chorego. Choć zawsze byłem przeciwnikiem stawiania tej bariery, uznając ją za arbitralną, to jednak muszę się zgodzić, że starsi biorcy (powyżej 65. roku życia) przechodzili zabieg przeszczepienia gorzej, a ich rehabilitacja zwykle była długa, żmudna, obarczona ryzykiem niepowodzenia. Powodem nie jest wiek sam w sobie, a zaawansowanie chorób towarzyszących.

Czy w pracy kardiochirurga zetknął się Pan z procedurami, które w innych krajach są dozwolone lub standardowe, a w Polsce nie można ich przeprowadzać?
Nie. Muszę przyznać, że kardiochirurgia polska jest na dobrym, europejskim poziomie, jeśli chodzi o możliwości techniczne, wyposażenie sal operacyjnych, dostępność do technologii medycznych. Czego brakuje? Otwartości w raportowaniu wyników, bo to zawsze rodzi podejrzenia, że coś jest zatajone. Tym czymś w medycynie zawsze pozostaje jakość. A dobra jakość zawsze się obroni.

Prowadzi Pan własny kanał o nazwie „O sercu inaczej” na platformie YouTube. Czy jego głównym celem jest przede wszystkim edukacja pacjentów, czy również budowanie rozpoznawalności i docieranie do szerszego grona osób zainteresowanych konsultacją?
Program „O sercu inaczej” powstał przede wszystkim z potrzeby przekazania informacji choremu w sposób zrozumiały, przystępny i bardziej ludzki. Od zawsze uważałem, ze świadomy pacjent, znający istotę swojej choroby, sposoby jej leczenia, możliwe powikłania i rokowanie, to najlepszy pacjent z jakim lekarz ma przywilej rozmawiać. Już sam fakt, że tak świadomy pacjent wybiera właśnie takiego, a nie innego lekarza, jest wyróżnieniem. Taki chory czy chora ma zupełnie inne oczekiwania, zupełnie inną świadomość choroby, co sprawia, że podnosi poziom rozmowy z lekarzem na zupełnie inny poziom – zarówno zaufania, jak i wiedzy.

W 2025 roku objął Pan funkcję kierownika Kliniki Kardiochirurgii Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego z jasno zdefiniowanym planem rozwojowym, obejmującym m.in. integrację działalności klinicznej i naukowo-badawczej oraz rozwój nowoczesnych technologii czy kardiochirurgii robotycznej. Jakie zadania ma Pan do wykonania?
To prawda. Dziękuję panu generałowi, profesorowi Gielerakowi, za zaufanie, ale i za odważną wizję rozwoju medycyny sercowo-naczyniowej w szpitalu na Szaserów. Kardiochiurgia współczesna jest sztuką mocnego współdziałania z interwencyjną kardiologią, której rozwój po wielokroć wyprzedził już dynamikę innowacji w kardiochirurgii. Stąd i nakreślona strategia rozwoju Kliniki Kardiochirurgii WIM jako ośrodka specjalizującego się w chirurgii małoinwazyjnej, precyzyjnej, endoskopowej, endowaskularnej i robotycznej. Chcemy leczyć nowocześnie, ale przede wszystkim bezpiecznie, z troską o chorego. Działalność naukowo-badawcza rozpoczęła się jeszcze w ubiegłym roku wraz z uruchomieniem pierwszego badania klinicznego. Zaraz później udział w międzynarodowym rejestrze, a w przygotowaniu są kolejne projekty.

Przygotowując się do wywiadu, rozmawiałam z lekarkami pracującymi w szpitalach. Zapytałam, czy kiedykolwiek spotkały się z zachowaniami seksistowskimi, dyskryminacją ze względu na płeć lub lekceważeniem ze strony kolegów lekarzy. Odpowiedzi były twierdzące. Okazuje się, że podteksty seksualne czy zadawanie pytań w stylu: „Po co kobieta pcha się na męską specjalizację?” to wciąż chleb powszedni w wielu polskich placówkach medycznych. Proszę powiedzieć, jaka byłaby Pana reakcja, gdyby do podobnych incydentów doszło na terenie kierowanej przez Pana placówki?
Siłą zespołu, prócz kompetencji jego członków, jest ich różnorodność. W moim zespole pracują z równym zaangażowaniem kobiety, mężczyźni, osoby homoseksualne jak i neuronienormatywne, o różnych poglądach politycznych i religijnych. Ważne jest, by grupa nauczyła się dostrzegać w tym wartość – dobro. Jeden incydent tego typu zasługuje na stanowcze zwrócenie uwagi i indywidualną rozmowę, bo ona jest podstawą zrozumienia postaw i zachowań. Ponowne zdarzenie uznałbym za niedopuszczalne i wymagające stosownych kroków dyscyplinarnych.

Wielu pacjentów oceniło Pana na Znanym Lekarzu jako bardzo empatycznego. Do czego potrzebna jest empatia w pracy lekarza?
Empatia, rozumiana jako umiejętność odczuwania i współprzeżywania emocji czy spojrzenia drugiego człowieka, powinna być fundamentem pracy lekarza, którego misją jest nieść pomoc bliźniemu. Nie sposób leczyć, nie umiejąc choć na moment spojrzeć oczami leczonego. Nie mówię o nadmiernym, nieraz paraliżującym współprzeżywaniu choroby, a o umiejętności patrzenia na problem z perspektywy chorego. Do zrozumienia jego czy jej lęków, obaw, niepewności i umiejętnym ich zarządzaniem.

Jest Pan człowiekiem, który próbował wyciągnąć własne dziecko z uzależnienia. Co pomogło Panu przetrwać najtrudniejsze momenty po śmierci syna Mateusza?
Ostatnie trzy lata były dla mnie wyjątkowo trudne. Po stracie ojca próbowano wielokrotnie podważyć moją reputację jako lekarza i człowieka, wymazać wcześniejsze zasługi i odebrać mi możliwość praktykowania medycyny transplantacyjnej, którą kochałem. Tragedia mojego syna była jak kamień, który przygniótł trzymające się krawędzi palce. Jestem katolikiem, ale bliska jest mi także symbolika obecna w innych religiach. Opowieść o drodze, na której człowiek upada pod ciężarem życia, a mimo to wstaje i idzie dalej, czasem z pomocą nieznajomego, czasem dzięki bliskim, stała się dla mnie ważnym punktem odniesienia. Przetrwałem, bo wierzę w głęboki sens drogi, tego ciągłego wstawania. Nie w jej męczeństwo, lecz w nagrodę życia ponad czasem z tymi, którzy odeszli. To poczucie łączności z ojcem i synem, wsparte miłością mojej rodziny, jest ogromną siłą.

eprasa.pl 152d5468f5

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

PLASTRY ZDROWOTNE

Czym są plastry zdrowotne?

W dzisiejszym świecie wellness plastry zajmują szczególne miejsce. Nie są lekami, nie są prawdziwymi urządzeniami medycznymi, ale nie są też zwykłymi kosmetykami. Funkcjonują w niejednoznacznej przestrzeni alternatywnego wellness – obszaru, który składa wielkie obietnice przy minimalnych wymaganiach. Nie trzeba zmieniać nawyków ani zatrzymywać się na chwilę: wystarczy przykleić plaster i iść dalej. Ich przekaz jest bezpośredni, uspokajający, często emocjonalny. Mówią o energii, równowadze, spokoju, koncentracji. Obrazy krążące w internecie również przyczyniają się do wzmocnienia tego wizerunku. Kiedy celebryta zostaje sfotografowany z plastrem „antystresowym" na ramieniu lub na nadgarstku, efekt jest natychmiastowy. Zdarzyło się to również niedawno, a sprawa została przeanalizowana przez artykuł Fielding Graduate University, który podkreślił kluczową kwestię: widoczność w mediach zwiększa zaufanie do produktu, ale nie mówi nic o jego rzeczywistej skuteczności. Fakt, że znana osoba nosi plaster, nie jest dowodem naukowym, ale działa na poziomie psychologicznym, normalizując i czyniąc ten gest pożądanym.

Co nauka mówi o wchłanianiu przez skórę?

Kluczową obietnicą plastrów zdrowotnych jest mechanizm przenikania przez skórę – założenie, że zawarte w nich substancje mogą przedostać się do organizmu. Tego typu rozwiązania są znane medycynie od lat, jednak skuteczność tej metody jest możliwa wyłącznie w ściśle określonych warunkach. Plastry nikotynowe czy hormonalne to efekt dekad badań, prób klinicznych i rygorystycznych regulacji. Zawarte w nich związki są starannie selekcjonowane, tak by mogły pokonać wyjątkowo wymagającą i selektywną barierę, jaką stanowi ludzka skóra. W przypadku plastrów wellness zmienia się dyskurs. Witaminy, ekstrakty roślinne, adaptogeny i minerały nie mają takich samych właściwości chemicznych, jak leki przeznaczone do wchłaniania przez skórę. Różne badania naukowe, w tym te cytowane również przez „National Geographic", wskazują, że skóra jest znacznie bardziej skuteczna w blokowaniu wnikania substancji niż w ich przepuszczaniu. To sprawia, że jest mało prawdopodobne, aby wiele z deklarowanych składników faktycznie dotarło do krwiobiegu w znaczących ilościach. Badania porównawcze wykazały również, że plastry witaminowe nie zapewniają takich samych poziomów składników odżywczych, jak suplementacja doustna. Interesującym faktem jest jednak to, że wiele osób nadal zgłasza uczucie korzyści. Wchodzi tu w grę często niedoceniany aspekt. Lepsze samopoczucie nie zawsze wiąże się z mierzalną zmianą w organizmie. Efekt placebo jest rzeczywistą, udokumentowaną reakcją i nie należy go mylić z poglądem, że „wszystko jest fałszywe". Jeśli dana osoba odczuwa większy spokój lub koncentrację po zastosowaniu plastra, to uczucie to naprawdę istnieje, nawet jeśli nie jest związane z wchłanianiem deklarowanego składnika. Analiza Fieldinga wyjaśnia to jasno: akt dbania o siebie, zwłaszcza gdy jest widoczny i świadomy, może wpływać na stan emocjonalny. Plastry stają się zatem rodzajem fizycznego przypomnienia. Są tam, na skórze, aby przypomnieć ci, że robisz coś, aby poczuć się lepiej. W tym sensie funkcjonują bardziej jako narzędzia psychologiczne niż rozwiązania fizjologiczne. Jest jeszcze jeden element, którego nie należy ignorować: te plastry mogą być widoczne, a w świecie społecznym liczy się to, co widzisz. Noszenie ich komunikuje troskę o własne samopoczucie, inwestowanie w siebie, przynależność do pewnej idei zdrowia.

Czy plastry działają?

Długotrwały stres, chroniczne zmęczenie czy problemy z koncentracją rzadko są przypadkowe – częściej wynikają z trybu życia, warunków pracy, relacji z innymi czy braku snu. W tym sensie plastry zdrowotne trafiają w autentyczną potrzebę, lecz odpowiadają na nią w formie szybkiego, indywidualnego i komercyjnego gestu. Nie muszą być całkowicie nieskuteczne, ale nie stanowią też rozwiązania na miarę składanych obietnic. Na obecnym etapie wiedzy naukowej zalecana jest ostrożność: brakuje rzetelnych, niezależnych badań klinicznych, które jednoznacznie potwierdzałyby ich biologiczne działanie.

Poznaj zdrowotną moc soczewicy

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Przez długi czas soczewica uchodziła jedynie za sycący dodatek, dziś jest gwiazdą zdrowej kuchni. Te rośliny strączkowe to prawdziwe bomby białkowe i sprzymierzeńcy klimatu.

FOT. GETTY IMAGES

Soczewica sprawdza się jako treściwy i pożywny zamiennik mięsa. Te rośliny strączkowe to prawdziwe bomby białkowe i sprzymierzeńcy klimatu. Pod względem zdrowotnym wszystkie soczewice grają w najwyższej lidze

Kiedy myślimy o soczewicy, często czujemy w nosie zapach gulaszu babci albo mamy przed oczami egzotyczne obrazy indyjskich targowisk.

– Wielu konsumentów sądzi, że soczewica pochodzi z Indii lub z krajów orientalnych – mówi Anika Holtey, niemiecka przedstawicielka targowa kanadyjskiej soczewicy. -Tymczasem to Kanada jest największym jej eksporterem na świecie. Indie w dużej mierze zużywają własne zbiory.

Niemcy importują rocznie około 40 000 ton soczewicy. Około 25 procent pochodzi z Kanady. Przede wszystkim z prowincji Saskatchewan, położonej w sercu kraju i znanej z rozległych prerii. Ta przestrzeń jest potrzebna, ponieważ soczewica uprawiana jest w ramach zrównoważonego płodozmianu wraz z innymi zbożami, co oznacza mniej chwastów i mniej chorób. Poza tym soczewicę wysiewa się jako siew bezpośredni, czyli gleba między zbiorami nie jest orana – chroni to przed erozją i sprzyja bioróżnorodności.

Nie tylko to sprawia, że soczewica jest atrakcyjna w diecie przyjaznej klimatowi: rośliny wiążą azot w glebie. To oszczędza nawozy azotowe. Według Holtey soczewica ma wręcz ujemny bilans CO_2, ponieważ magazynuje w glebie więcej dwutlenku węgla niż uwalnia się przy jej uprawie.

Soczewicę uprawiają także niemieccy rolnicy – ponownie, bo w latach 60. XX wieku na Jurze Szwabskiej, gdzie „soczewica ze spätzlami" uchodzi w końcu za danie narodowe, soczewica była niemal wymarła. Uprawa tej „potrawy biedoty" była pracochłonna.

Import był tańszy. – Soczewica z Jury zaginęła w dobrobycie – mówi rolnik ekologiczny Franz Häußler.

Jest on częścią spółdzielni około 150 rolników ekologicznych, którzy przywracają do życia tę starą roślinę uprawną i opowiada „Sagę o Alb-Leisa", przy czym Leisa to szwabskie słowo na soczewicę. Sama saga ma niemal kryminalny charakter.

Na początku lat 80. małżeństwo nauczycieli Hildrun i Woldemar Mammel zrezygnowało z pracy, ponieważ jako samowystarczalni rolnicy chcieli m.in. uprawiać soczewicę. Jednak stare nasiona soczewicy z Jury zniknęły.

Decydująca wskazówka prowadziła do Rosji. – W banku genów Instytutu Wawiłowa w Petersburgu przechowywano jeszcze kilka ziarenek. Tam zaopiekowali się starymi odmianami i podarowali nam garść – opowiada Häußler.

Zbiór jest pracochłonny: soczewica nie rośnie samodzielnie, potrzebuje rośliny podporowej, takiej jak lnicznik siewny lub jęczmień, po której może się piąć. Po zbiorze mieszankę trzeba rozdzielić, oczyścić i wysuszyć, jednak wysiłek się opłaca ze względu na smak.

– Soczewica z Jury jest raczej jędrna, nie rozgotowuje się na papkę i ma orzechowy, ziemisty aromat – zachwyca się Häußler.

Niezależnie od tego, czy z Kanady, czy z Jury Szwabskiej – pod względem zdrowotnym wszystkie soczewice grają w najwyższej lidze.

– Soczewica to prawdziwy pakiet wartości odżywczych – mówi Inga Pfannebecker. Książka kucharska tej kucharki i dietetyczki, „Linsen, Kicherbsen & Co.", pokazuje, jak pysznie można ją przyrządzić.

Zwłaszcza w czasach rosnących cen żywności soczewica jest niedrogą alternatywą dla mięsa i sera. Wcale nie trzeba od razu zostawać wegetarianinem. Pfannebecker poleca „rozciąganie" dań mięsnych – na przykład w klopsikach czy sosie bolońskim można do 50 procent mielonego zastąpić czerwoną soczewicą.

Ponieważ soczewica działa jak gąbka na smak, wchłania aromaty i w gotowym daniu prawie nie rzuca się w oczy. Efekt: mniej tłuszczu, mniej cholesterolu, więcej błonnika i – oczywiście – niższe koszty. Do tego dochodzą żelazo, cynk i witaminy z grupy B.

WAŻNE

Przygotowanie soczewicy

- Mycie: przed gotowaniem zawsze przepłukać soczewicę na sicie pod zimną wodą, aby usunąć brud i kurz.
- Aromatyczne połączenia: soczewica dobrze znosi wyrazistych partnerów. Pfannebecker poleca łączenie jej z łososiem lub fetą w sałatce. Zimą świetnie sprawdzają się treściwe soczewice w sosie śmietanowo-musztardowym.
- Dobre zestawienia: aby zwiększyć biologiczną wartość białka roślinnego, najlepiej łączyć soczewicę z pełnoziarnistymi produktami zbożowymi, np. z pieczywem, ryżem lub z jajkiem.
- Strawność: osoby wrażliwe powinny podczas gotowania używać przypraw takich jak kminek, koper włoski lub imbir.
- Spożywanie na surowo: nigdy! Surowe rośliny strączkowe zawierają substancje trudno przyswajalne, częściowo trujące. Zawsze muszą być ugotowane. Soczewica z puszki jest już wstępnie ugotowana.
- Sól i kwas: rośliny strączkowe można solić już podczas gotowania. Nie wydłuża to czasu gotowania ani nie powoduje, że pozostaną twarde. Uwaga: ocet lub sok z cytryny rzeczywiście powinny trafić do garnka dopiero na samym końcu, ponieważ mogą spowolnić proces gotowania.
- Moczenie: soczewicy nie trzeba koniecznie moczyć, ale może to poprawić jej strawność i skrócić czas gotowania.

eprasa.pl 152d5468f5

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Telefonicznie: 508 26 26 84,
Przez internet: www.ogloszenia.polskapress.pl
E-mail: jan.kurdys@polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń: Kraków, Zabłocie 43a

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

MIESZKANIE.LOKAL.GARAŻ. DZIAŁKĘ tylko od właściciela kupię. 510 061 820

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

500-692-371 Kupię każdy samochód

Usługi

AGD RTV FOTO

! ANTENY ! RTV dom. 575-412-346.

NAPRAWIAMY: Thermomix, ekspresy, odkurzacze, kopiarki. 12/421-11-55.

INSTALACYJNE

!!!500-003-103 HYDRAULIK

!!!HYDRAULIK 500-003-103 AWARIE

HYDRAULICY AWARIE 730-066-539

Matrymonialne

KAWALER 52 lata, rencista, majętny pozna życiową partnerkę pannę, skromną, miss w wieku 20-39 lat, stan wolny. Czekam na miłość. Adam z Oświęcimia, tel. 730-244-629.

Rolnicze

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

REKLAMA 0011471757

EPITAFIUM ®

Kompleksowa Obsługa Pogrzebów

DYŻUR CAŁODOBOWY
12 650 97 10

Cmentarz RAKOWICE
ul. Rakowicka 31a
tel. 12 411 67 58

Cmentarz BATOWICE
ul. Reduta 3c
tel. 12 452 31 10

ul. Bochnaka 7
tel. 12 650 97 10

ul. Prądnicka 41
tel. 12 634 38 53

MIĘDZYNARODOWY TRANSPORT ZMARŁYCH

www.epitafium.krakow.pl

0011475800

ŚP

Władysław Tyrański

Działacz Solidarności,
Dziennikarz,
Współzałożyciel i Wydawca
Podziemnego Pisma „MAŁA POLSKA”

Najukochańszy Mąż, Tata, Dziadek, Brat, Wujek
Przeżywszy lat 73, opatrzony św. Sakramentami,
zasnął w Panu dnia 5 lutego 2026 r.

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
w piątek dnia 13 lutego 2026 r. o godz. 13.40
w kaplicy na Cmentarzu Batowickim przy ul. Reduta,
po której nastąpi odprowadzenie Zmarłego
na miejsce wiecznego spoczynku,

o czym zawiadamiają
pogrążeni w głębokim smutku

Żona, Córka, Syn, Synowa, Zięć, Wnuki
i Rodzina

REKLAMA 0011476540

WÓJT GMINY BISKUPICE

podaje do publicznej wiadomości informację o wywieszeniu wykazu nieruchomości, stanowiącej własność Gminy Biskupice, przeznaczonej do zbycia, w drodze przetargu ustnego nieograniczonego: wykaz RPGN.6840.6.2025 z dn. 9.02.2026 r. Wykaz zamieszczony jest w siedzibie Urzędu Gminy Biskupice, Tomaszkowice 455, 32-020 Wieliczka, na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej www.biskupice.pl
Dodatkowych informacji można uzyskać pod nr tel. 12 289 70 89.

REKLAMA 0011476544

RPGN.6840.8.2025

Wójt Gminy Biskupice

zgodnie z art. 38, art. 40 ust. 1 pkt. 1) ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.) oraz rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (t.j. Dz.U z 2021 r. poz. 2213),

ogłasza
I przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości, stanowiącej własność Gminy Biskupice, położonej w miejscowości Biskupice, gm. Biskupice, oznaczonej jako działka ewidencyjna nr 331.

1. **Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości, powierzchnia nieruchomości**
   Nieruchomość, położona w miejscowości Biskupicach, gm. Biskupice, oznaczona jako działka ewidencyjna: nr 331, o powierzchni 0,23 ha (w tym użytek gruntowy: RIIIa - 0,12ha oraz RIIIb - 0,11ha) w Sądzie Rejonowym w Wieliczce prowadzona jest dla nieruchomości księgę wieczystą.
2. **Cena wywoławcza**
   Cena wywoławcza: 250.000,00 zł brutto (słownie: dwieście pięćdziesiąt tysięcy złotych 00/100).
   Cena zawiera podatek VAT, naliczony zgodnie z przepisami.
3. **Termin i miejsce przetargu**
   Przetarg odbędzie się w dniu 17 marca 2026 r. o godz. 10.00, w Sali Konferencyjnej na parterze budynku Urzędu Gminy Biskupice, Tomaszkowice 455, 32-020 Wieliczka.
4. **Wysokość wadium**
   W przetargu mogą brać udział osoby, które wniosły wadium w wysokości 14.000,00zł (słownie: czternaście tysięcy złotych 00/100).
5. **Ogłoszenie o przetargu opublikowane jest w:**
   a. siedzibie Urzędu Gminy Biskupice, Tomaszkowice 455, 32-020 Wieliczka,
   b. Biuletynie Informacji Publicznej
   c. stronie internetowej Gminy Biskupice: www.biskupice.pl
   d. w sposób zwyczajowo przyjęty, na tablicy ogłoszeń przed budynkiem Urzędu Gminy Biskupice, Tomaszkowice 455, 32-020 Wieliczka
6. **Szczegółowych informacji można uzyskać w siedzibie Urzędu Gminy Biskupice, Tomaszkowice 455, 32-020 Wieliczka lub pod numerem telefonu 12-289-70-89.**

REKLAMA 0011470749

Lilia
zakład pogrzebowy

- kompleksowa organizacja uroczystości pogrzebowych
- rozliczenie bezgotówkowe
- całodobowy transport zmarłych
- szeroki wybór trumien i urn
- kwiaty, tabliczki, klepsydry, nekrologi
- kremacje

KRAKÓW, ul. Św. Łazarza 21, tel. 12 421 24 80
KRAKÓW, ul. Bronowicka 19, tel. 12 637 00 07
KRAKÓW, ul. Grota Roweckiego 7G, tel. 507 111 121
CMENTARZ BATOWICE, ul. Powstańców 20, tel. 507 125 130
CMENTARZ RAKOWICE, ul. Rakowicka 39, tel. 507 111 456

www.liliakrakow.pl

DYŻUR CAŁODOBOWY **507 111 211**

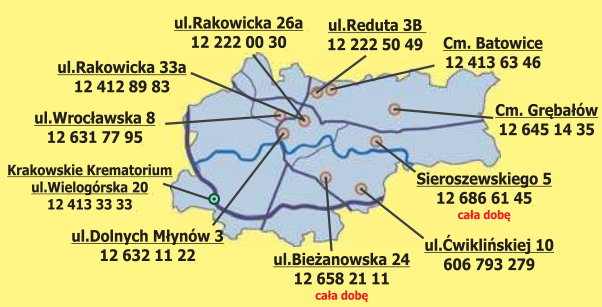
REKLAMA 0011471727

KARAWAN GRUPA
FIRM POGRZEBOWYCH
TRADYCJE OD 1981 ROKU

CAŁĄ DOBĘ
12 411 11 11
12 658 21 11
również w Niedziele i Święta

www.karawan.pl

Kompleksowe Usługi Pogrzebowe



0011477134

Pani
Józefie Gąsiorowskiej

składamy wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

Dyrekcja i Pracownicy
Szpitala Specjalistycznego im. J. Dietla w Krakowie

0011476509

„Ci, których kochamy, nie umierają nigdy, bo miłość to nieśmiertelność”

Szczere wyrazy współczucia oraz słowa otuchy
dla
Józefy Gąsiorowskiej
oraz
Rodziny
z powodu śmierci

Mamy

składają
Ordynator i Pracownicy
Oddziału Kardiologii i Chorób Wewnętrznych
z Pododdziałem Intensywnego Nadzoru Kardiologicznego
Szpitala Specjalistycznego im. J. Dietla w Krakowie

eprasa.pl 152d5468f5

Jesteśmy teraz mądrzejsi, uważniejsi i staramy się unikać konfliktów

Piosenkarka Urszula w Plejadzie o nowym otwarciu w swym małżeństwie z młodszym od niej o 24 lata Tomaszem Kujawskim Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Małgorzata Rozenek o duchowości w samotności
Celebrytka w wywiadzie dla podcastu „Rachunek sumienia" otworzyła się na temat religijności. – Nie mam wątpliwości co do tego, że Bóg istnieje – powiedziała. Dodała jednak, że nie wychowuje synów w wierze, ponieważ „ma problem z przeżywaniem wspólnotowo duchowości" i jej zdaniem powinno się to odbywać w samotności.

Anna Lewandowska sprawdza siebie z trenerem
Celebrytka pochwaliła się serią zdjęć z zawodów sportowych w Bilbao, do których przystąpiła w duecie z hiszpańskim trenerem personalnym. To już trzeci start żony Roberta Lewandowskiego i jej najlepszy wynik. – Lubię sprawdzać siebie i widzieć realny progres – podpisała fotografie.

Agustin Egurrola nie deklarował się politycznie
Choreograf w 2021 r. przeniósł się z TVN do TVP, zasiadając w jury programów „Dance, Dance, Dance" i „You Can Dance". Naraził się tym znajomym z branży – w tym Kindze Rusin i Michałowi Pirógowi, którzy krytykowali go za takie posunięcie. – Okazało się, że moje przejście do TVP odebrano jako deklarację polityczną, mimo że nią w ogóle nie było – powiedział teraz w Plejadzie. I dodał: Najbardziej dotknęło mnie, że odwrócili się ode mnie ludzie, których uważałem za przyjaciół.
(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa

W TELEWIZJI

Bez urazy
Polsat, 20:00
Maddie jest nieodpowiedzialną 32-latką, która odpowiada na ogłoszenie w serwisie Craiglist. Zamieścili je nadopiekuńczy rodzice pewnego chłopaka. Przez Internet poszukują dziewczyny na randkę dla nieśmiałego syna. W ten sposób chcą pomóc mu nabrać pewności siebie przed rozpoczęciem studiów.

U Pana Boga w ogródku
TVP Polonia, 20:50
Do miasteczka Królowy Most agenci CBŚ przywożą gangstera Jerzego Czaplę, świadka koronnego w procesie przeciwko mafii. Szczegóły sprawy zna tylko komendant policji.

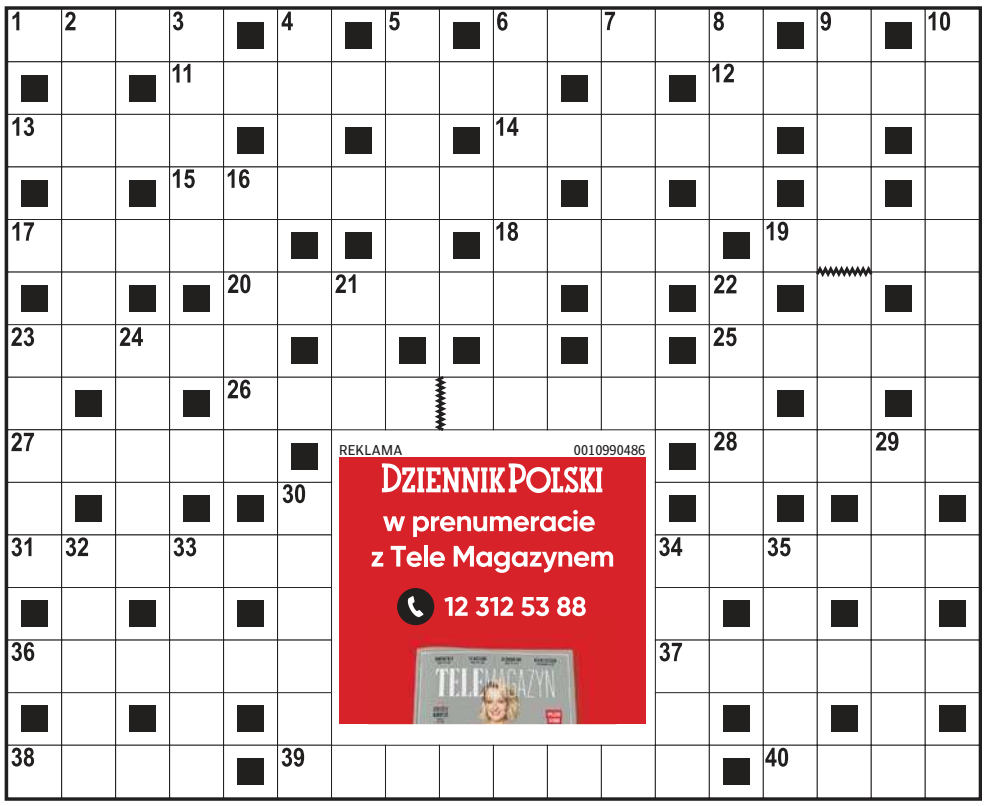
Wichry Kołymy
TVP Historia, 21:10
Rok 1937. Bohaterka Eugenia Ginzburg po pięciu miesiącach tortur i niekończących się przesłuchań otrzymuje „łagodny" wyrok 10 lat zesłania do obozu pracy. Żenia jedzie na Kołymę. Wyniszczone śledztwem kobiety wierzą, że odmieni się ich los.

Wojownik
TV Puls, 22:15
Tommy, były żołnierz, powraca do rodzinnego miasta. Postanawia wziąć udział w organizowanym tam turnieju mieszanych sztuk walki.Prosi o pomoc ojca. Niedługo później okazuje się, że do turnieju zgłasza się także jego brat.

KRZYŻÓWKA NR 22

Poziomo:
1) europejska stolica z Muzeum Kon-Tiki,
6) przerwa w podróży konno,
11) rozgrzewający składnik olejków eterycznych,
12) stan pod wpływem hipnozy,
13) bardzo drobny węgiel,
14) narząd z kłębuszkami,
15) roślina jak odmiana czerwieni,
17) nielot z Ameryki Południowej,
18) wojsko mongolskiego władcy,
19) rzymski bożek lasów górskich,
20) stróż prawa z Dzikiego Zachodu,
23) nadzienie krokieta lub pierogów,
25) ma węża w kieszeni, dusigrosz,
26) zagrał główną rolę w filmie „Uprowadzona",
27) krawiecki szablon, wykrój,
28) hazardowa gra w karty,
31) umiarkowany w naszym kraju,
34) Donald z kreskówek Walta Disneya,
36) duchowej nie ma w menu,
37) pracuje na przejściu granicznym,
38) wynagrodzenie dla Borysa Szyca,
39) regionalna nazwa kaszanki,
40) zszyte skórki futerkowe.

Pionowo:
2) figura akrobacji lotniczej,
3) kompres na stłuczone kolano,
4) imię pani Bovary,
5) długa wełna kóz angorskich,
6) lekkie i płytkie obuwie damskie i męskie,
7) twierdzenie zaskakująco sprzeczne,
8) praktyka w zakładzie pracy,
9) Gabriela Wilczyńska w serialu „Klan",
10) krzyżówka zbóż chlebowych,
16) skorupa małża lub ślimaka,
21) Szykulska lub Wiśniewska,
22) przeplata się z wątkiem,
23) piesek „Przekroju",
24) wąskie, kobiece spodnie,
29) chronologiczny zapis dziejów,
30) włoski lub okupacyjny,
32) europejski kraj z Wilnem,
33) miasto nad rzeką Seracz (mazowieckie),
34) wódz afrykańskich plemion,
35) głodnemu na myśli (w porzekadle).



REKLAMA 0010990486
DZIENNIK POLSKI
w prenumeracie z Tele Magazynem
12 312 53 88

ROZWIĄZANIE NR 21

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Energia sprzyja działaniu. Odważna decyzja przyniesie zysk, lecz horoskop dzienny radzi uważać na słowa i trzymać emocje na wodzy.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój i konsekwencja popłacą. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś doceni Twoją cierpliwość, a wieczór da miłe wytchnienie...

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowy nabiorą tempa. Nowa informacja zmieni plan dnia, lecz horoskop dzienny na środę wróży, że ostatecznie okaże się korzystna.

Byk (20.04 - 20.05)
Emocje będą u Ciebie silniejsze niż zwykle. Zadbaj o granice, bo horoskop dzienny mówi, że szczera rozmowa uzdrowi relację z otoczeniem.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś wróży, że przed Tobą dobry dzień na wystąpienia i odważne propozycje.

Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia jest w zasięgu ręki. Horoskop dzienny na środę mówi, że wybór serca zamiast rozsądku przyniesie zaskakującą radość.

Lew (23.07 - 22.08)
Intuicja poprowadzi Cię do celu. Horoskop dzienny zapowiada, że ukryta sprawa wyjdzie na jaw, dając Ci przewagę nad innymi oraz spokój.

Panna (23.08 - 22.09)
Chęć zmiany rośnie. Horoskop na dziś wyraźnie wróży, że krótka podróż lub nowy pomysł odświeży Twoją motywację oraz zapał.

Waga (23.09 - 22.10)
Obowiązki wymagają skupienia. Horoskop dzienny na środę mówi, że wytrwałość zostanie zauważona dziś przez ważną osobę.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Kreatywność będzie kwitła bez ograniczeń. Horoskop dzienny mówi, że nieszablonowe rozwiązanie pomoże rozwiązać cudzy problem.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Wrażliwość to Twój atut. Horoskop na dziś zapowiada, że jeśli zaufasz przeczuciu, dzień zakończy się spokojem oraz dobrym snem.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Będziesz przez cały dzień w doskonałej formie. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć.

DZIENNIK POLSKI
www.dziennikpolski24.pl
Redaktor naczelny **Piotr Rąpalski**
Prezes Makroregionu **Dariusz Kołacz**
Redakcja ul. Zabłocie 43A, 30-701 Kraków
tel. 12 688 85 01
sekretariat@dziennik.krakow.pl
redakcja@dziennik.krakow.pl
Reklama/ Ogłoszenia **tel. 12 688 84 44**
Druk Polska Press Oddział Poligrafia 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a
POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.**
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.dziennikpolski24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 152d5468f5

Polak medalistą olimpijskim! Drugi skok to już była poezja

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. **Rozmowa z Wojciechem Toporem, trenerem kadry B reprezentacji Polski w skokach narciarskich, byłym szkoleniowcem i wychowawcą „srebrnego" Kacpra Tomasiaka.**

Rozpiera pana duma? W ubiegłym sezonie Kacper Tomasiak był pana podopiecznym w kadrze B, zatem to pan ukształtował go jako skoczka.
To wielki sukces Kacpra. Cały czas czuję wielkie emocje, radość i wzruszenie. Polskie skoki przeżywają wspaniałe chwile. Głos mi się łamie i płyną łzy szczęścia. Igrzyska są raz na cztery lata, a Kacper ma zaledwie 19 lat i zdobył srebro już w swoim debiucie na najważniejszej imprezie. Ja natomiast nie patrzę na to w ten sposób, że jeszcze niedawno trenowałem Kacpra i że jest w tym moja szczególna zasługa.

Co takiego się stało, że talent Kacpra eksplodował właśnie teraz? Jeszcze w ubiegłym sezonie zajmował miejsca w drugiej dziesiątce Pucharu Kontynentalnego. Niewielu kibiców wiedziało o jego istnieniu.
Kacper jest wielkim talentem. To powtarza każdy trener, który miał okazję i przyjemność z nim pracować. Ma chłodną głowę, potrafi kontrolować emocje, a nerwy ma niemal ze stali.

W czym Tomasiak jest lepszy od innych skoczków?
Odejście z progu, można powiedzieć, że to jest coś wrodzonego. Aż miło patrzeć jak to wykonuje. Już w lecie inni trenerzy, nawet gdy Kacper jeszcze nie wygrywał, podchodzili i mówili, że ma niesamowite predyspozycje. Bo to jest coś wspaniałego jak skacze.

Jak wyglądało od kuchni to dochodzenie Kacpra do tak wielkiej formy? Już w lecie w Pucharze Kontynentalnym spisywał się bardzo dobrze.
W największym skrócie, to we wcześniejszych latach pracowałem z trenerami z pierwszej kadry stosując się do jednego wspólnego planu. W tym roku postanowiłem, że - mówiąc nieskromnie - to ja będę rozdawał karty i te przygotowania poszły według mojego pomysłu i systemu. Wiadomo jednak, że nie byłem i nie jestem w tym wszystkim sam. Mamy w grupie wielu specjalistów, którzy nam pomagają. Na wyniki pracuje cały sztab. Bardzo przyczynił się do sukcesu chociażby mój asystent Robert Mateja, który prowadził Kacpra razem ze Sławomirem Hankusem w Szkole Mistrzostwa Sportowego. To zaprocentowało, bo przejście do kadry B Kacpra było fajne, płynne.

Jaką osobą jest Kacper poza skocznią?
Jest skromny, bardzo ułożony i inteligentny. Potrafi celnie zażartować, jest bardzo lubiany przez innych zawodników w grupie.

Nie ma zagrożenia, że po tak wielkim sukcesie może mu uderzyć do głowy przysłowiowa woda sodowa?
Na pewno nie. Znam Kacpra bardzo dobrze i jestem o tym przekonany.

Skoki Tomasiaka na skoczni normalnej to była perfekcja?
Prawie. W pierwszym skoku od strony technicznej to był świetny skok, nawet z lekkim zapasem, że można było wylądować odrobinę dalej. W drugiej serii, to była poezja. Ręce same skłaniały się do oklasków.

Tak szczerze, zakładał pan przed konkursem, że stać Tomasiaka na podium?
Już miejsce w pierwszej dziesiątce byłoby sukcesem. Po treningach był w gronie faworytów, ale ja już po treningach w Zakopanem, przed wylotem na igrzyska w niego wierzyłem.

Na dużej skoczni w Predazzo będzie w stanie powalczyć o drugi medal na igrzyskach?
Jak najbardziej! To co jest jego niezwykle silną stroną, czyli odbicie, nie będzie odgrywało aż tak dużej roli jak na skoczni normalnej, ale pokazywał już nieraz, że świetnie radzi sobie na dużych obiektach. Może być trochę trudniej, aby stanąć na podium, ale na pewno nie jest bez szans. ©℗

FOT. PAP/GRZEGORZ MOMOT

- Czekam na więcej - powiedział po zdobyciu srebrnego medalu olimpijskiego w Predazzo Kacper Tomasiak

SKOKI NARCIARSKIE
Wyniki konkursu olimpijskiego na skoczni normalnej
1. Philipp Raimund (Niemcy) 274,1 pkt (102 i 106,5 m)
2. Kacper Tomasiak (Polska) 270,7 (103 i 107 m)
3. Gregor Deschwanden (Szwajcaria) 266 (106 m i 107 m) i Ren Nikaido (Japonia) 266 (101 i 106,5 m)
5. Valentin Foubert (Francja) 263,3 (102,5 i 102,5 m)
...
35. Paweł Wąsek (Polska) 119,8 (97,5 m)
38. Kamil Stoch (Polska) 119,2 (100 m)

Blamaż sztafety mieszanej w short tracku. A Włosi złoty medal wygrali... tyłem

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SHORT TRACK. **Podczas pierwszego dnia zmagań w short tracku na XXV ZIO Natalia Maliszewska i Michał Niewiński awansowali do ćwierćfinałów wyścigów na 500 i 1000 metrów.**

W eliminacjach odpadli pozostali Polacy: Gabriela Topolska oraz Felix Pigeon. Dalsza część rywalizacji w short tracku odbędzie się w czwartek.

Niestety, z zawodami szybko pożegnała się nasza sztafeta mieszana startująca w składzie: Natalia Maliszewska, Kamila Sellier, Michał Niewiński i Felix Pigeon. W ćwierćfinale Biało-Czerwoni zajęli trzecie miejsce w swojej serii. Polacy rywalizowali w pierwszym z trzech biegów. Holendrzy i Włosi byli zdecydowanie poza zasięgiem, a czas 2.40,955 ostatecznie nie wystarczył do awansu.

Mistrzami olimpijskimi zostali Włosi (2.39,019), a ścigający się na ostatniej zmianie Pietro Sighel linię mety przekroczył... tyłem.

W zwycięskiej drużynie startowała Arianna Fontana. Blisko 36-letnia Włoszka zdobyła już dwunasty medal olimpijski w karierze, w tym trzeci złoty.

FOT. PAP/EPA

W swoim biegu eliminacyjnym Natalia Maliszewska była druga, za rewelacyjną Kanadyjką Kim Boutin

W finale B zwyciężyła Holandia, ustanawiając wynikiem 2.35,537 rekord olimpijski. Pomarańczowi byli faworytami tej konkurencji, ale upadek w półfinale Xandry Velzeboer uniemożliwił im występ w finale A.

W eliminacyjnym biegu numer 7. na 500 metrów Natalia Maliszewska była druga z czasem 43,313, za Kanadyjką Kim Boutin - 42,692. W tej fazie zawodów najszybsza była Holenderka elzeboer - 42,417.

Z kolei Michał Niewiński wygrał „po profesorsku" swoją serię z czasem 1.25,135. Polak biegł na końcu stawki, ale w końcówce rywale walczący o dwa czołowe miejsca, dające bezpośredni awans, mieli ze sobą kontakt i wytracili tempo. Wówczas sprytnym manewrem Niewiński ich wyprzedził.

Kolejna faza zmagań w tych konkurencjach zaplanowana jest na czwartek. ©℗

REKLAMA 0011472713

eprasa.pl 152d5468f5

SPORT

www.sportowy24.pl

SPORT W TV
IGRZYSKA: 11:15 Eurosport 1, 11:25 TVP 1, **narciarstwo alpejskie: supergigant mężczyzn**; 14:15 Eurosport 1, TVP Sport, **biathlon: bieg indywidualny kobiet**; 16:25 Eurosport 1, **hokej: Słowacja - Finlandia**; 18:20 Eurosport 1, TVP Sport, **łyżwiarstwo szybkie: 1000 m mężczyzn**; 20:55 Eurosport 1, **hokej: Szwecja - Włochy**.
INNE: 17:45 Polsat Sport 1, siatkówka (LM): **Resovia - Warta**; 20 Polsat Sport 3, siatkówka: **Ślepsk - ZAKSA**; 20:15 Polsat Sport 1, siatkówka (LM): **Haasrode Leuven - Projekt**; 20:30 Eleven Sports 1, piłka nożna: **Bayern - RB Lipsk**.

LOTTO
Poniedziałek, 9.02. Multi Multi, 22: 1, 6, 7, 8, 10, 12, 14, 26, 27, 37, 39, 43, 45, 46, 55, [59], 60, 74, 76, 80. **Kaskada, 22:** 1, 7, 10, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 22. **Mini Lotto:** 1, 14, 22, 29, 35. **Ekstra Pensja:** 2, 7, 15, 20, 28 + 1. **Ekstra Premia:** 12, 17, 31, 32, 34 + 1. **Wtorek, 10.02. Multi Multi, 22:** 8, 11, 26, 27, 28, 32, 34, [35], 37, 43, 44, 47, 52, 57, 60, 64, 66, 76, 78, 80, **Kaskada, 22:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 10, 15, 17, 19, 23, 24.

Cracovia dobrze broni i zbiera tego efekty. Kto zagra z „Jagą”?

Jacek Żukowski
jacek.zukowski@polskapress.pl

EKSTRAKLASA PIŁKARSKA. **Bilans Cracovii w nowym roku jest bardzo dobry - dwa mecze i cztery punkty. A jeśli wziąć pod uwagę ostatnich pięć spotkań, to ma 9 punktów.**

Na to złożyły się dwie wygrane i trzy remisy. W tych spotkaniach „Pasy” straciły tylko trzy gole, strzeliły pięć.

Można więc powiedzieć, że kluczem do sukcesu Krakowian jest bardzo dobra defensywa. Świetnie poczyna sobie bramkarz Sebastian Madejski, który ma już osiem czystych kont w tym sezonie. W Kielcach, Płocku i Niecieczy dołożył do już i tak dobrego dorobku kolejne mecze bez strat. To najlepszy bramkarz w ekstraklasie pod tym względem.

„Pasy” jesienią grały trzema środkowymi obrońcami z dwoma wahadłowymi. W tym roku zmieniły system na czterech defensorów. I przynosi on bardzo dobrze efekty. W ogóle zespół jest skupiony na grze obronnej, bo brakuje mu strzelca. Już od połowy sezonu goli nie zdobywał Filip Stojilković, którego musieli wyręczać inni. Tak dzieje się i teraz. Widać, że trener Luka Elsner ma bardzo dobrą kadrę. Przeciwności losu nie omijają bowiem jego zespołu. W Niecieczy, w pierwszym meczu wiosennej części sezonu nie mógł zagrać z powodu kontuzji środkowy obrońca Gustav Henriksson. Wydawało się, że nie wystąpi w drugim meczu - w Gdańsku, co jednak nie stało się faktem. Jakby tego było mało, w Niecieczy w połowie meczu kontuzji doznał lewy obrońca Mauro Perković, bramkostrzelny. Szkoleniowiec musiał ratować sytuację, desygnując do gry Karola Knapa, nominalnego defensywnego pomocnika. Na tyle dobrze się spisał, że otrzymał szansę też w Gdańsku - ale jeszcze w pierwszej połowie dostał dwie żółte kartki (obie niesłuszne) i w konsekwencji czerwoną. Musiał więc opuścić plac gry. I „Pasy” jakoś dały sobie radę.

FOT. LECHIA.PL

Sebastian Madejski i jego koledzy z obrony spisują się bardzo dobrze, ostatnio zremisowali z Lechią 1:1

Przed meczem z Jagiellonią Białystok (godz. 14.45) szkoleniowiec Cracovii znów będzie miał ból głowy. Za czwartą żółtą kartkę będzie musiał pauzować bowiem Oskar Wójcik, znakomicie spisujący się środkowy defensor, najlepszy zawodnik tej formacji. Gdy wrócić do zdrowia Henriksson będzie to zmiana jeden do jednego. Sytuacja skomplikuje się, jeśli Szwed nie będzie gotowy do gry. Na nią czeka Kamil Glik, który jednak ma ogromną przerwę w meczach - ostatni raz wystąpił w lidze 6 października 2024 we Wrocławiu ze Śląskiem. Długo pauzował z powodu urazu kolana. W sparingach przed tą rundą już grał, ale brakuje mu ewidentnie rytmu meczowego.

Z kolei nie wiadomo, co stanie się z obsadą lewej obrony. Bo Perković zapewne nie będzie zdolny do gry (pierwsze komunikaty mówiły o 10-dniowej pauzie). Wtedy albo znów będzie musiał zagrać Knap, albo trener zdecyduje się na powierzenie tych obowiązków Dominikowi Pile, który równie dobrze radzi sobie z lewej strony co z prawej. Ma jeszcze kilka dni na rozstrzygnięcie tego dylematu. - Myślę, już jak rozwiązać tę sytuację - mówi szkoleniowiec Krakowian. - Liczymy, że Gustav Henriksson będzie gotowy. To będzie rozwiązanie przeciwko mocnej drużynie w ataku. Nie chcemy narzekać, tylko szukać rozwiązań.

A siła Jagiellonii osłabnie bowiem za kartki będzie musiał pauzować Jesus Imaz, który Cracovię „ukłuł” już nie raz.

Na dłuższą metę samą dobrą defensywą nie da się osiągać sukcesów. W Cracovii muszą pomyśleć też o ofensywie. Zapowiadane są transfery napastników. - Zmierzamy w górę tabeli, a klasyczna „9” już jedzie do nas, z tego co wiem - potwierdził te doniesienia Mateusz Klich w rozmowie z Canal +. - Europejskie puchary? Jak najbardziej, to jest nasz cel. Chciałbym z Cracovią osiągnąć sukces. To, że Filip Stojilković odszedł nie znaczy, że będziemy grać gorzej - trzeba było mu kreować okazje i biegać za niego w defensywie. Z kolei Martin Minczew daje z siebie 200 procent i bardzo nam pomaga. ©℗

Będzie komplet na derbach Krakowa Wisła - Wieczysta? Wszystko na to wskazuje!

Bartosz Karcz
bartosz.karcz@polskapress.pl

I LIGA PIŁKARSKA. **Wielkimi krokami zbliża się mecz Wisła - Wieczysta. Derby Krakowa cieszą się dużym zainteresowaniem i wszystko wskazuje na to, że na Synerise Arenie zasiądzie komplet publiczności.**

Historia tej rywalizacji nie jest oczywiście przesadnie bogata. Obejmuje raptem dwa mecze. Jeden jeszcze z czasów okupacyjnych, drugi z jesieni już w ramach rozgrywek I ligi, gdy po dramatycznym meczu padł remis 1:1. Wokół jest jednak tyle wątków, smaczków, że starcie Wisły z Wieczystą elektryzuje piłkarski Kraków. A że oba zespoły walczą równocześnie o awans do ekstraklasy, więc nic dziwnego, że stawka tego spotkania jest jeszcze większa.

Oczywiście, patrząc od sportowej strony, na razie trenerzy Mariusz Jop i Kazimierz Moskal zajmują się przygotowaniami do meczów z Pogonią Grodzisk Mazowiecki i Puszczą Niepołomice. No, ale to derbowe starcie, które zaplanowano na piątek 20 lutego na stadionie przy ul. Reymonta już zaczyna powoli podnosić skalę emocji. Widać to przede wszystkim po dynamice sprzedażowej. Bo też bilety na to spotkanie schodzą bardzo szybko. We wtorek w południe, czyli na dziesięć dni przed planowanym meczem, sprzedanych zostało już ponad 18 tysięcy biletów. To oznacza jedno, wszystko zmierza w takim kierunku, żeby na stadionie pojawił się komplet 33 tysięcy widzów!

Istotne w tym wszystkim jest to, że choć na meczu mają stawić się w sektorze gości również kibice Wieczystej, nie będzie mowy o jakichś buforach, oddzielaniu fanów jednej i drugiej drużyny od siebie „zasiekami”. Nie ma takiej potrzeby, bo nie ma najmniejszej wrogości pomiędzy sympatykami obu klubów. Nie jest przecież żadną tajemnicą, że znaczna część kibiców Wieczystej, czyli klubu, który wciąż jest na takim szczeblu czymś nowym, kibicuje również Wiśle. Wieczysta jest od lat osiedlem, na którym dominują sympatycy „Białej Gwiazdy”, więc nie jest to dla nikogo, kto interesuje się tymi tematami rzecz zaskakująca.

„Żółto-Czarni” też oczywiście mobilizują się na to spotkanie. Już jesienią, gdy Wieczysta na Reymonta zagrała w roli gospodarza, przygotowali specjalną oprawę. Teraz też zapewne tak będzie. Na razie zbierają zapisy na mecz. Bilety są w mocno promocyjnej cenie, kosztować będą raptem 10 złotych, a Wieczysta, która teraz wystąpi jako gość, zamówiła dla siebie tysiąc takich wejściówek. ©℗

FOT. OSKAR NOWAK

Na jesiennych derbach Krakowa zjawiły się prawie 32 tysiące widzów. Czy teraz ten wynik zostanie pobity?

Debiutanci z Małopolski na razie bez sukcesów

Artur Bogacki
artur.bogacki@polskapress.pl

SPORTY ZIMOWE. **Wczoraj w igrzyskach olimpijskich Mediolan - Cortina wystąpili biegacze narciarscy i biathloniści z małopolskich klubów. Debiutanci uplasowali się na dalszych pozycjach.**

Biegacze narciarscy rano rywalizowali w sprincie stylem klasycznym. Zawodnikom z Małopolski nie udało się, podobnie jak innym naszym reprezentantom, przebrnąć kwalifikacji - do fazy pucharowej awansowała czołowa „30”. Startująca po raz pierwszy na igrzyskach 22-letnia Aleksandra Kołodziej (Witów Ski Mszana Górna) uplasowała się na 42. pozycji (przed nią z Polek były 33. Monika Skinder i 37. Izabela Marcisz). Również debiutujący na IO 24-letni Sebastian Bryja (Regle Kościelisko) wśród panów zajął 53. pozycję (drugi z Polaków, Maciej Staręga, uzyskał 40. czas eliminacji). Dwa dni wcześniej nasz narciarz zajął 47. lokatę w biegu łączonym, przed nim kolejne starty.

Po południu do rywalizacji przystąpili biathloniści. Na starcie prestiżowego biegu indywidualnego (20 km) stanęło czterech Polaków, w tym dwóch przedstawicieli Turbacza XC Klikuszowa: Grzegorz Galica i Jan Guńka. Obaj debiutują na igrzyska, z tym, że ten drugi już wystąpił w Antholz/Anterselvie (tam jest stadion biathlonowy) w sztafecie mieszanej (Polska zajęła dobre, 9. miejsce).

Indywidualnie nasi zawodnicy furory nie zrobili. Najlepszym z Biało-Czerwonych okazał się Galica. Niespełna 19-letni mistrz świata juniorów do mety dotarł ostatecznie na 33. pozycji. Do zwycięskiego Norwega Johana-Olava Botna stracił ponad 5 i pół minuty, z czego trzy z nich to kary „pudła” na strzelnicy. Guńka miał 4 takie błędy, sklasyfikowany został na 61. pozycji (+7.53 min). Przed nim znaleźli się inni Biało-Czerwoni: 43. był Marcin Zawół, 49. Konrad Badacz.

Przed naszymi biathlonistami w igrzyskach jeszcze kolejne starty.
©℗

eprasa.pl 152d5468f5