Już dziś specjalny dodatek **MISTRZOWIE URODY**

● A w nim prezentujemy laureatów akcji

Dziennik ŁÓDZKI

146 LAT

Ukazuje się od 1884 roku

Środa, 18.09.2024 | Wydanie A B C D E Nr 218 (26.782) | www.dzienniklodzki.pl Cena 4,80 zł (w tym 8% VAT)

Policja zatrzymała sprawcę podpalenia pustostanu, w którym zginął 50-letni łodzianin **str. 4**

Zaczyna się sezon infekcji Jak odróżnić grypę od nowych objawów koronawirusa **str. 11**

Rząd rozszerza obszar objęty stanem klęski żywiołowej **str. 6**

Nr ISSN 2353-6187 Nr indeksu 350-044

9 772353 618034 38

NASZA POMOC RAZEM DLA WAS - WSPÓLNA AKCJA DLA POWODZIAN

Powodzianie czekają na naszą pomoc

Agnieszka Jedlińska
Łódź

Telewizja Polska wspólnie z Polska Press (wydawca „Expressu Ilustrowanego" i „Dziennika Łódzkiego") oraz fundacją Dom w Łodzi zbierają dary dla powodzian na południu Polski. Wszystkie potrzebne rzeczy należy przynosić do siedziby TVP3 przy ulicy Narutowicza 13.

Łodzianie, którzy chcą wesprzeć powodzian, mogą dary przynosić do siedziby TVP Łódź codziennie w godzinach 9-19.

Tymczasowy magazyn przygotowano w pomieszczeniach telewizji na parterze przy portierni. Łodzianie pokazują ogromne serce przynosząc to, czego najbardziej potrzeba. Warto przy tej okazji pamiętać, że na zalanych terenach nie ma możliwości zrobienia zakupów. Przemieszczanie się po tych terenach jest ograniczone, a zalane sklepy nie działają.

Ludzie, których domy zalało i zostali ewakuowani, nie byli w stanie zabrać ze sobą niczego poza kilkoma podstawowymi rzeczami, często zabierali tylko dokumenty. Na dodatek jedzenie zalane przez wodę, nawet hermetycznie zamknięte, nie nadaje się do jedzenia. Aktualnie organizowana jest pomoc dla mieszkańców tych miejscowości, które powoli wracają do rzeczywistości. Jednak część kraju nadal czeka na główną falę powodziową, więc pomoc potrzebna jest długofalowo.

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

W TVP Łódź są już pierwsze dary

Oto co jest najbardziej potrzebne: woda pitna w butelkach, suchy prowiant; produkty zamknięte, niepsujące się, które nie wymagają specjalnego przechowywania, z długim terminem ważności (konserwy, puszki, pasztety, dżemy, olej, mąka, cukier, kasza, makaron, ryż, płatki śniadaniowe, kawa, herbata), produkty żywnościowe dla dzieci (słoiczki, kaszki, mleko w proszku), środki czystości oraz higieny osobistej (płyny do mycia naczyń i powierzchni, proszki, kapsułki do prania, ścierki, tampony, podpaski, mydło, żele, szampony, pasta do zębów), karma dla zwierząt w hermetycznych opakowaniach, latarki, baterie i powerbanki, osuszacze, agregaty prądotwórcze, łopaty, taczki, gumowce.

TVP uruchomiła również zbiórkę finansową. Pieniądze już teraz można wpłacać na konto - Fundacja TVP ul. J.P. Woronicza 17, 00-999 Warszawa Bank Handlowy w Warszawie S.A. 46 1030 1508 0000 0008 2276 1001 z dopiskiem Razem dla Was. ©℗

Czytaj str. 3

FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

ŁÓDŹ

Do mieszkań wrócili lokatorzy z ul. Próchnika 46. Mieszkańcy zawalonego domu z al. 1 Maja 23 nie mają na to szans **str. 4**

ŁÓDZKIE

Złota wiza nie pomoże sprawcy

Prokuratura domaga się ekstradycji Sebastiana M., który miał spowodować wypadek na autostradzie A1, gdzie zginęła trzyosobowa rodzina. Trwa procedura w tej sprawie. Niedawno Sebastian M. otrzymał w Zjednoczonych Emiratach Arabskich tzw. złotą wizę, ale - jak mówi prowadzący śledztwo Krzysztof Wiernicki z Prokuratury Okręgowej w Piotrkowie Trybunalskim - nie ma ona wpływu na ekstradycję. I wyjaśnia, że negatywny wpływ na ekstradycję miałaby sytuacja, gdyby Sebastian M. otrzymał prawo azylu lub status uchodźcy, ale nic takiego nie nastąpiło.

REKLAMA 0011164058

eprasa.pl 26c71cf597

Jutro w naszej gazecie
Pod paragrafem

● Spalenie Persepolis. Zbrodnia wojenna Aleksandra Wielkiego. ● Komandos, czyli opowieść o kryminalnej III RP

AUTOPROMOCJA 0010990256

Zamów **prenumeratę**
Dziennik Łódzki **42 715 80 68**
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dzienniklodzki.pl

Warto być dziennikarzem i warto być bardzo blisko ludzi

Agnieszka Jedlińska
Rozmowa

Rozmawiamy z Magdaleną Michalak-Szwarc, dyrektor i redaktor naczelną TVP3 Łódź.

Jako telewizja publiczna włączyliście się do akcji pomagania powodzianom. Dlaczego to jest dla was takie ważne?
Pracowałam w telewizji ponad 26 lat i pamiętam, że ludzie telewizji zawsze mieli otwarte serca. Jeżeli mogliśmy pomóc, to my ruszaliśmy do tej pomocy, nie patrząc na własne zmęczenie. To było dla nas najważniejsze. I teraz jest dokładnie tak samo. Ludzie telewizji widzą, że dzieje się tragedia i to jest naturalny odruch. A jeśli mamy możliwość dotarcia do większej liczby osób, to trzeba to zrobić. My widzimy, jak nasi ludzie (dziennikarze z oddziałów TVP na zalanych terenach - przyp. red.) stoją godzinami w wodzie, czasami w bardzo trudnych warunkach, i w ten sposób pomagają. A my zawsze chcemy zrobić jeszcze więcej. To jest coś, co pokazuje, że warto być dziennikarzem i warto być blisko ludzi. A telewizja zawsze była blisko ludzi. Ja sama po pracy jadę do sklepu, żeby kupić konkretne rzeczy, bo ja pamiętam powódź z 1997 roku, kiedy nasi koledzy redakcyjni z Łodzi pływali pontonami i pomagali ludziom, rozdając wodę i chleb.

FOT. AGNIESZKA JEDLIŃSKA

Magdalena Michalak-Szwarc, dyrektor i redaktor naczelna TVP3 Łódź

Łodzianie mają gorące serca i od razu reagują na apele o przynoszenie darów. Jak ostudzić głowę, żeby ta pomoc naprawdę była rozsądna?
Ważne jest, żeby sprawdzać instytucje i konta, na które chcemy wpłacać pieniądze. Przy takich okazjach zdarzają się tacy, którzy będą żerować na cudzej tragedii, co jest dla mnie niedopuszczalne. Dlatego będę wdzięczna łodzianom, że pomagają wybierając tych, którzy wiedzą, jak pomagać i są wiarygodni. Polska Press, Telewizja Polska, fundacja Dom w Łodzi to są instytucje sprawdzone, pewne i łodzianie mogą być pewni, że to, co nam powierzą, dotrze tam, gdzie jest potrzebne. Taka jest też nasza rola, żeby umożliwić kontakt tym, którzy chcą i mogą pomóc, z tymi, którzy tej pomocy oczekują.

Co jest potrzebne powodzianom w pierwszej kolejności?
Oczywiście najważniejsza jest woda, bo ta w kranach albo nie leci, albo nie nadaje się do spożycia. Pełna lista potrzebnych rzeczy znajduje się na stronie internetowej TVP, ale mnie zaskoczyło, że potrzebne jest mleko modyfikowane dla niemowląt. Okazuje się, że wiele karmiących kobiet ze stresu straciło pokarm i nie mają czym wykarmić swoich dzieci. Prosimy jednak, żeby nie przynosić rzeczy używanych i ubrań. Będziemy wdzięczni, jeśli łodzianie będą przynosić produkty z naszej listy.
©℗

RazemDlaWas

Redakcje regionalne Polska Press Grupy przyłączyły się do akcji pomocy dla ofiar powodzi, organizowanej przez Telewizję Polską.

W trudnych chwilach Polacy potrafią się zjednoczyć i bezinteresownie pomagać innym. Teraz wsparcia potrzebują mieszkańcy południowo-zachodniej Polski, którym powódź zabiera dorobek życia. Nasze media dostarczają przede wszystkim niezbędnych w takich sytuacjach, sprawdzonych informacji, ale także organizują bezpośrednią pomoc ofiarom powodzi.

We wszystkich serwisach regionalnych Polska Press Grupy, w specjalnej sekcji: „powódź w Polsce. #pomagaMY", na bieżąco uzupełniamy płynące z całej Polski informacje o spontanicznie narastającej fali z akcjami pomocy i zbiórkami na rzecz powodzian. Fali dobrej, ludzkiej SOLIDARNOŚCI. Zobacz ją na stronie: **dzienniklodzki.pl**

Razem z Telewizją Polską apelujemy też do Was o aktywne włączenie się w akcję: RazemDlaWas. TVP uruchomiła zbiórki finansową oraz rzeczową. Pieniądze już teraz można wpłacać na konto Fundacji TVP. Wszystkie środki trafią bezpośrednio do tych miast, w których powódź wyrządziła największe szkody.
Fundacja TVP
ul. J.P. Woronicza 17
00-999 Warszawa
Bank Handlowy
w Warszawie S.A.
46 1030 1508 0000 0008
2276 1001

Telewizja Polska uruchomiła też całodobowe zbiórki rzeczowe we wszystkich swoich 16 ośrodkach regionalnych oraz w siedzibie głównej w Warszawie.

W naszym regionie dary przyjmuje TVP3 Łódź (ul. Narutowicza 13, 90-117 Łódź).

Najbardziej potrzebne przedmioty to:
- woda pitna w butelkach;
- suchy prowiant: produkty zamknięte, niepsujące się, które nie wymagają specjalnego przechowywania, z długim terminem ważności (konserwy, puszki, pasztety, dżemy, olej, mąka, cukier, kasza, makaron, ryż, płatki śniadaniowe, kawa, herbata);
- produkty żywnościowe dla dzieci (słoiczki, kaszki, mleko w proszku);
- środki czystości oraz higieny osobistej (płyny do mycia naczyń i powierzchni, proszki, kapsułki do prania, ścierki, tampony, podpaski, mydło, żele, szampony, mydło, pasta do zębów);
- karma dla zwierząt w hermetycznych opakowaniach,
- latarki, baterie i powerbanki;
- osuszacze, agregaty prądotwórcze;
- łopaty, taczki, gumowce.

Pogoda w regionie

Dzisiaj
Dzień **25°C** Noc **15°C**

Barometr
1027 hPa
Wiatr
poł-wsch., 22 km/godz.
Biomet
niekorzystny

Czwartek
Dzień **24°C** Noc **14°C**

Piątek
Dzień **24°C** Noc **12°C**

Sobota
Dzień **24°C** Noc **12°C**

Przed nami słoneczne, ciepłe i bezdeszczowe dni

18 WRZEŚNIA 2023

Dziś 262. dzień roku. Do sylwestra zostało 104 dni.

Wschód słońca w Łodzi o godz. 6.24, a zachód o 18.49. Dzień będzie trwał 12 godz. i 25 minut. Będzie krótszy od najdłuższego dnia w roku o 4 godz. i 12 min. oraz dłuższy od najkrótszego dnia o 4. godz. i 34 min.

Dzisiaj imieniny obchodzą: Irena, Ryszarda i Stefania.

Przysłowie na dziś: Kiedy Irena z mrozem przybywa, babie lato krótkie bywa.

KALENDARIUM

1907
117lat temu w Łodzi otwarto elektrownię przy ul. Targowej. Teraz jest tam centrum kulturalno-rozrywkowe EC1.

FOT. ARCHIWUM

1947
77 lat temu w Stanach Zjednoczonych utworzono Centralną Agencję Wywiadowczą i Radę Bezpieczeństwa Narodowego.

1939
85 lat temu na wieść o wkroczeniu do Polski Armii Czerwonej w Jeziorach na Polesiu popełnił samobójstwo Stanisław Ignacy Witkiewicz.

1939
85 lat temu podczas wojny obronnej Polski zakończyły się bitwy: nad Bzurą, pod Kobryniem i pod Krasnymstawem.

2011
13 lat temu plac przed Sądem Apelacyjnym w Łodzi otrzymał imię adwokat Joanny Agackiej-Indeckiej, jednej z 96 ofiar katastrofy smoleńskiej.

eprasa.pl 26c71cf597

nasz REGION

www.dzienniklodzki.pl

ŁÓDŹ

Żołnierze 9. Łódzkiej Brygady Obrony Terytorialnej wczoraj przybyli na Dolny Śląsk, by pomóc w walce z powodzią. Do regionu, który został zalany, łódzcy terytorialsi dostarczyli pojazdy średniej ładowności, łódź saperską, agregaty prądotwórcze oraz szpadle, kombinezony i kalosze, czyli rzeczy niezbędne do pracy w wodzie. Nasi żołnierze są gotowi do dalszej pomocy. **DG**

FOT. 9 ŁBOT

BEŁCHATÓW

Mężczyzna kradł alkohol w markecie. Nie wiedział, że obserwuje go policjantka. Kobieta po służbie robiła zakupy. Nagle zauważyła, że jeden z klientów chowa alkohol pod kurtkę. Gdy przekroczył linię kas, policjantka go zatrzymała.

Miasta regionu włączyły się a akcję pomocy powodzianom

Agnieszka Jedlińska
Łódzkie

Z Łodzi wyruszył bus z pomocą humanitarną. Dary zbierali parlamentarzyści, radni, społecznicy oraz łodzianie o gorących sercach, którzy do siedziby fundacji „Równe szanse" przynieśli kilka ton darów.

- Samorządowcy prosili o konkretną pomoc. W pierwszej kolejności potrzebne są kołdry i koce, bo w placówkach oświatowych, na świetlicach i salach sportowych, gdzie trzeba te osoby zakwaterować i większość rzeczy które wieziemy to są te, które zapewniają spokojny sen w niespokojnych czasach - mówi senator Krzysztof Kwiatkowski.

Dzisiaj do powiatu kłodzkiego zawiezione zostaną dary zgromadzone przez mieszkańców Sieradza. Akcję zorganizowało starostwo powiatowe. - Jestem zbudowany reakcją sieradzan i mieszkańców naszego powiatu - mówi Mariusz Bądzior, starosta. - Najpotrzebniejsze produkty dla poszkodowanych przez żywioł dostarczane są do nas bieżąco, ale to nie koniec, bo zbiórka potrwa do godziny ósmej w środę. Przychodzą osoby indywidualne, ale także przedstawiciele firm. Potrzebujemy jeszcze najbardziej szpadli, łopat, mopów, szczotek, rękawic gumowych, butów gumiaków. Prosimy nie przynosić ubrań - mówi

Rozkręca się zbiórka dla powodzian w Piotrkowie. Akcję rozpoczął urząd miasta wraz ze stowarzyszeniem Harc i Widzialną Ręką. Zbiórka trwa w kliku punktach miasta. Do akcji włączają się także szkoły.

W Skierniewicach zbiórka darów koordynowana przez samorząd ma miejsce na hali nr 2 Ośrodka Sportu i Rekreacji przy ulicy Pomologicznej 8. Punkt działa w godzinach 8-22. To właśnie tam można przynosić: wodę pitną butelkowaną, paczkowane produkty spożywcze z długim okresem przydatności, chemię gospodarczą i środki higieniczne oraz karmę dla zwierząt. Organizatorzy zastrzegają, iż nie przyjmują odzieży, tekstyliów oraz leków.

W Radomsku i powiecie radomszczańskim powstają kolejne miejsca zbiórki darów dla powodzian. Swoje akcja zorganizowały samorządy, a także parlamentarzyści z Radomska: Anna Milczanowska i Krzysztof Ciecióra. Posłowie dary zbierają w swoich biurach przy placu 3 Maja i ul. Piłsudskiego. Coraz więcej osób przynosi dary dla powodzian do przygotowanych magazynów w Starostwie Powiatowym i II Liceum Ogólnokształcącym w Radomsku. 17 września starostwo uruchomiło również zbiórkę pieniężną. Wpłaty na pomoc dla powodzian można kierować na rachunek: 21 1560 0013 3176 2000 0116, z dopiskiem „Pomoc dla powodzian". Zarząd Powiatu podjął decyzję o wystąpieniu do Rady Powiatu z prośbą o przekazanie pomocy finansowej jednemu z poszkodowanych powiatów. Pomaga także miasto. Zbiórka prowadzona jest w Publicznej Szkole Podstawowej nr 4 w godz. od 8 do 17. Ponadto prezydent Jarosław Ferenc zwrócił się do Rady Miejskiej o możliwość przekazania wsparcia finansowego dla najbardziej potrzebujących gmin. Swoje zbiórki zorganizowały też Radomszczański Uniwersytet Trzeciego Wieku oraz radomszczański oddział PCK.

W Kutnie dary dla powodzian można przynosić do magazynu przy ul. Bema 3. - Po posiedzeniu specjalnego sztabu zdecydowałem o przekazaniu 100 tys. zł wsparcia finansowego dla miejscowości zniszczonych przez żywioł. Uchwałę w tej sprawie podejmą radni. - mówi Mariusz Sikora, prezydent Kutna. - Dziękuję wszystkim lokalnym firmom, instytucjom, stowarzyszeniom oraz osobom prywatnym, które na własną rękę organizują pomoc dla powodzian - dodaje prezydent Sikora.

W Łęczycy zbiórka była w poniedziałek i wtorek. Artykuły pierwszej potrzeby można było przynosić do MOPSw Łęczycy.

Powiat wieluński rozpoczął wczoraj zbiórkę. Główny magazyn jest w budynku warsztatów budowlanych Zespołu Szkół nr 1 w Wieluniu. Otwarty będzie do piątku w godz. od 12 do 18 aż do jego zapełnienia. Zbierane są m. in. koce, ręczniki, środki czystości, żywność długoterminowa, łopaty, taczki, wiadra, czy karma dla zwierząt. Punkty zbiórki darów wyznaczyły też gminy: Czarnożyły, Konopnica, Mokrsko, Osjaków i Skomlin. Zbiórki przeprowadzają w remizach także strażacy ochotnicy w każdej z gmin powiatu wieluńskiego. Pomoc dla powodzian ze Stronia Śląskiego zorganizowała także gmina Wieluń we współpracy z jednostkami OSP. Dziś w kinie „Syrena" zbierane są latarki, świeczki, ubrania i środki czystości. W czwartek do Stronia Śląskiego wyruszy ekipa strażaków ochotników z gminy Wieluń, by pomóc w usuwaniu skutków powodzi. W Zduńskiej Woli akcja przebiega pod hasłem „Zduńskowolanie dla powodzian". Zbiórka prowadzona jest w mieście do 20 września. ©℗

KRÓTKO

ŁÓDŹ

Łódź pamięta o Sybirakach

FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

17 września 1939 roku Związek Radziecki napadł na Polskę. Wczoraj w 85. rocznicę tych wydarzeń Łódź oddała hołd ofiarom wojny i stalinowskich represji. Uroczystość przy Pomniku Ofiar Komunizmu przy al. Karola Anstadta zorganizował łódzki NSZZ „Solidarność" oraz Związek Sybiraków w Łodzi. ANI

ŁÓDŹ

Duże korki na al. Włókniarzy

Przejazd al. Włókniarzy w rejonie Kozin to droga przez mękę. Ta arteria rano i w południe w obu kierunkach jest zakorkowana. Powodem jest zwężenie trasy do jednej jezdni na odcinku ulic Drewnowska - Żubardzka. To wynika z drążenia tunelu kolejowego pod ulicą, co wymagało wstrzymania ruchu nad prowadzonymi pracami.

Utrudnienia w tym rejonie potrwają około trzech tygodni. Przez 10 dni ma być zamknięta jezdnia wschodnia, czyli ta w kierunku Radogoszcza, w tym czasie kierowcy w obu kierunkach korzystają z jezdni zachodniej. JZ

ŁÓDŹ

Trzecia edycja Różowego Dnia

W ten piątek w Odlewni przy ul. Piotrkowskiej 217 odbędzie się 3. edycja Łódzkiego Różowego Dnia. Organizuje go Fundacja Pełną Piersią na rzecz rekonstrukcji piersi. Hasłem tegorocznego spotkania jest WSPARCIE.

Spotkanie jest otwarte dla wszystkich. Początek o godz. 18.30. W jego trakcie zaplanowano prelekcje prof. dr. hab. Piotra Pluty, psycholog dr Patrycji Ostrogskiej oraz kosmetolog Bernadetty Kustosz-Gotkowskiej. Spotkanie ma na celu uświadamianie i przekazywanie informacji dotyczących profilaktyki raka piersi, samobadania piersi, rekonstrukcji piersi po operacji, potrzebie umiejętnego i mądrego wspierania kobiet na każdym etapie terapii onkologicznej. To bardzo ważne, bo statystyki są okrutne: co trzecia kobieta ma, miała lub będzie miała nowotwór piersi. Potrzeba nagłaśniania tematu jest bezdyskusyjna. Bardzo liczy się przy tym wsparcie kobiet przez inne panie.
Magdalena Jach

Jak uchronić dziecko przed wadami postawy

Matylda Witkowska
Łódzkie

Początek nauki szkolnej i okres dojrzewania to dwa krytyczne momenty, gdy najczęściej powstają wady postawy u dzieci. Na początku roku szkolnego NFZ przypomina na co rodzice powinni zwrócić uwagę.

Po rozpoczęciu szkoły dzieci więcej czasu spędzają przy biurkach, a to może sprzyjać rozwojowi wad postawy. Według specjalistów najbardziej niebezpieczne są dwa okresy: 6-7 lat, gdy dzieci rozpoczynają naukę szkolną, oraz wiek dojrzewania - u dziewcząt 11 - 13 lat, u chłopców 13 - 14 lat, gdy młodzi ludzie szybko rośnie i zmieniają się im proporcje ciała.

Rodzice powinni zwrócić szczególną uwagę na postawę i tryb życia dzieci właśnie w tym wieku.

- Głównym powodem wad postawy u dzieci jest niestety ograniczenie aktywności fizycznej i tzw. siedzący tryb życia - mówi dr Justyna Bloda, fizjoterapeutka pediatryczna. Dodaje też, że nadwaga lub otyłość, nieprawidłowe nawyki, a nawet nieśmiałość i inne czynniki psychologiczne mogą na taką wadę wpłynąć.

W ramach profilaktyki warto ograniczyć siedzący tryb życia dziecka, zachęcać je do ruchu, pokazać mu jak utrzymywać prawidłową postawę ciała i przygotować prawidłowe miejsce do nauki i wypoczynku.

Niestety trzeba też dziecko jak najczęściej odciągać od smartfona - nienaturalnie pochylona głowa nad telefonem obciąża odcinek szyjny i powoduje powstanie tzw. szyi smartfonowej.

Ważny jest też dobrze dobrany tornister - powinien być lekki i dopasowany: dół tornistra powinien kończyć się na linii pleców, a góra przed karkiem. Kluczowe znaczenie ma miejsce do nauki i pracy Siedzące dziecko powinno mieć: proste plecy, stopy oparte o podłogę, kolana ugięte pod kątem 90 stopni, oparty o krzesło odcinek lędźwiowy i dolny piersiowy kręgosłupa, przedramiona oparte na biurku, a głowę lekko pochyloną nad stołem. Dobrym pomysłem jest też dokupienie drugiego siedziska, np. piłki gimnastycznej.

Trzeba też dziecko jak najczęściej odciągać od smartfona - nienaturalnie pochylona głowa nad telefonem obciąża odcinek szyjny

To podstawy, ale dla sylwetki dziecka znaczenie ma także odpowiednio dopasowane do rozmiaru i typu stopy obuwie.

Więcej o zapobieganiu wadom postawy dzieci w wieku szkolnym dowiesz się m. in. z filmów na profilu Akademii NFZ dostępnych w portalu YouTube lub z Poradnika Pacjenta NFZ, który dostępny jest na stronie ww.nfz.gov.pl w zakładce „Dla pacjenta".

NFZ | Narodowy Fundusz Zdrowia
Łódzki Oddział Wojewódzki w Łodzi

eprasa.pl 26c71cf597

Tragiczny pożar pustostanu. Policja zatrzymała podpalacza

Marek Obszarny
Tomaszów Mazowiecki

W pożarze pustostanu przy ul. Kołłątaja w Tomaszowie zginął 50-letni mieszkaniec Łodzi. Wczoraj policja poinformowała o zatrzymaniu podpalacza.

Do tragicznego pożaru pustostanu przy ul. Kołłątaja w Tomaszowie doszło 18 maja. Po ugaszeniu budynku w pogorzelisku znaleziono zwłoki nieznanego wówczas mężczyzny.

Policjanci wydziału dochodzeniowo-śledczego ustalili, iż mężczyzną, który zginął w pożarze, był 50-letni łodzianin.

– Dalsza praca policjantów wydziału kryminalnego pozwoliła z kolei ustalić, iż na mężczyźnie tuż przed pożarem dokonano rozboju, w wyniku którego skradziono mu 50 zł, a pożar budynku nastąpił na skutek podpalenia śmieci, które były w środku – informuje asp. szt. Grzegorz Stasiak, rzecznik prasowy tomaszowskiej policji.

Kryminalni ustalili i zatrzymali 29-letniego sprawcę rozboju, który przyczynił się również do nieumyślnego spowodowania zgonu mężczyzny znajdującego się w pustostanie.

Sprawca został doprowadzony do Prokuratury Rejonowej w Tomaszowie Mazowieckim, gdzie usłyszał zarzuty rozboju i nieumyślnego spowodowania śmierci człowieka. Grozi za to kara nawet do 15 lat pozbawienia wolności. Na wniosek prokuratora sąd zastosował wobec 29-latka tymczasowe aresztowanie na trzy miesiące.

FOT. POLICJA

Sprawcy grozi kara nawet do 15 lat pozbawienia wolności. Sąd aresztował go na trzy miesiące

Mieszkańcy z ul. Próchnika 46 wrócili do swoich domów

Anna Gronczewska
Łódź

Do swych mieszkań wrócili mieszkańcy domu przy ul. Próchnika 46, który stoi tuż obok zawalonej kamienicy przy al. 1 Maja 23. Lokatorzy do tego drugiego budynku do lokali raczej już nie wrócą.

FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

Część kamienicy przy al. 1 Maja 23 zawaliła się podczas drążenia tunelu kolejowego pod budynkami. Mieszkańcy już raczej nie wrócą do swoich domów

Lokatorzy z Próchnika 46 podczas drążenia tunelu przez kilkanaście dni mieszkali w hotelach. Teraz zapewniono ich, że w swoich mieszkaniach mogą się czuć bezpiecznie.

– Tylko jedna z sąsiadek powiedziała, że nie chce wracać – mówi jedna z lokatorek przy ul. Próchnika 46. – Hotel musiała opuścić. Nie wiem, gdzie jest.

Tymczasem mieszkańcy drugiej sąsiedniej kamienicy przy ul. Próchnika 44 dalej mieszkają w hotelach i nie wiedzą, co dalej. – Pobyt w hotelu przedłużono nam do końca września – mówi Joanna Gajewska-Banaszkiewicz, jedna z mieszkanek kamienicy przy ul. Próchnika 44. – Nie możemy już wejść do naszych mieszkań, a z tego co wiem, mają je oglądać inspektorzy nadzoru budowlanego.

Mieszkańcy tej kamienicy mogli wejść do swych domów w minioną środę. Do swojego mieszkania weszła między innymi Joanna Gajewska-Banaszkiewicz i nakręciła film. Najpierw nie może otworzyć drzwi wejściowych. Kiedy to się udało, to w kilku miejscach na ścianach zobaczyła pęknięcia.

– Jak mamy tu mieszkać? – pyta. – Moje mieszkanie przeszło remont. Przez to wszystko obniżyła się bardzo jego wartość!

Mieszkańcy kamienicy przy al. 1 Maja 23, której część w ubiegły weekend podczas drążenia tunelu się zawaliła, a w ostatni weekend runął jej dach, spotkali się z przedstawicielami władz miasta. Jeszcze w tym tygodniu 11 rodzin z tego budynku, które nie mogą wrócić do mieszkań nawet po swoje rzeczy, ma otrzymać tzw. zasiłki celowe z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzi. Takie zasiłki w sytuacjach nagłych można wypłacić nawet bez zaświadczeń o dochodach.

Jak wyjaśnia dyrektor MOPS Piotr Kowalski, pomoc wypłacana jest osobom, które faktycznie ucierpiały w katastrofie budowlanej. Mają to być pieniądze na zakup niezbędnej odzieży i najpotrzebniejszych rzeczy.

Pomoc MOPS dla lokatorów uzależniona jest od potrzeb danej rodziny i wypłacana będzie jeszcze w tym tygodniu

– Pomoc uzależniona jest od potrzeb danej rodziny i wypłacana będzie jeszcze w tym tygodniu – zapewnia.

Uszkodzona kamienica należała do prywatnego właściciela. Lokatorom wsparcia w zakresie poszukiwania nowych lokali udzieli wykonawca prac. Natomiast cztery rodziny z mieszkań komunalnych z ul. Próchnika 44 mają otrzymać inne lokale. Magistrat musi poczekać na formalne wyłączenie budynku z użytkowania przez inspektora nadzoru budowlanego.

Paliła się turbina elektrowni wiatrowej

Matylda Witkowska
Powiat tomaszowski

Wczoraj palił się wiatrak z elektrowni wiatrowej w Teodorowie. Na miejscu była policja i straż pożarna z powiatu łódzkiego wschodniego. To kolejny już pożar tej turbiny w ostatnich dniach.

Pożar turbiny wiatrowej w Teodorowie wybuchł wczoraj około godz. 14. Zdjęcia płonącego niemal jak pochodnia wiatraka przekazał nam przejeżdżający obok mieszkaniec. Około godz. 14.30 zobaczył unoszący się z daleka dym nad turbiną i zaskoczony przystanął, żeby zrobić zdjęcia. – Pożar dopiero się zaczyna, a już opadają z turbiny kolejne części. To szok, co tu się dzieje – relacjonuje mężczyzna.

Na miejsce wyjechało siedem zastępów strażaków z powiatu łódzkiego wschodniego. Ze względu na bliskość to właśnie strażacy z tego powiatu odpowiadają za ten rejon. Jednak do gaszenia turbiny strażacy nie przystąpili. – Nie będą prowadzone działania gaśnicze, póki gondola nie spadnie na ziemię – mówi bryg. Jędrzej Pawlak, rzecznik prasowy KW Straży Pożarnej w Łodzi.

Taka gondola znajduje się na wysokości aż 90 metrów i strażacy nie mają jak do niej się dostać. Do tego podchodzenie pod spadające elementy turbiny jest skrajnie niebezpieczne. Dlatego strażacy do takiej gondoli nawet nie podjeżdżają.

Okazuje się, że to już drugi pożar tej turbiny w ostatnich dniach. W sobotę (14 września) zapaliła się w niej instalacja elektryczna tablicy. Pożar nie był duży, właściciel turbiny wszedł i samodzielnie ją ugasił.

Prokuratura: Złota wiza dla Sebastiana M. nie ma wpływu na jego ekstradycję z Emiratów do Polski

Wiesław Pierzchała
Piotrków Trybunalski

Śledztwo w sprawie pamiętnego wypadku na autostradzie pod Piotrkowem Trybunalskim, gdzie w płonącym samochodzie zginęła 3-osobowa rodzina, zostało zawieszone.

Powodem jest to, że sprawcy tragedii, który przebywa na Bliskim Wschodzie, nie można przesłuchać i postawić mu zarzutów. Według prokuratury, sprawcą wypadku jest 33-letni Sebastian M. z Łodzi, który uciekł do Zjednoczonych Emiratów Arabskich. To łódzki przedsiębiorca, który prowadzi firmę w branży kawowej. Ma podwójne obywatelstwo: polskie i niemieckie. Gdy został zatrzymany, miał przy sobie tylko paszport niemiecki. Trafił do aresztu śledczego, ale po wpłaceniu kaucji został zwolniony. Obecnie nadal przebywa w Emiratach, ponieważ tamtejszy sąd odebrał mu paszport i zakazał wyjazdu z kraju. Grozi mu do ośmiu lat więzienia.

FOT. ARCHIWUM

Do tragicznego wypadku doszło 16 września 2023 r.

Śledczy domagają się jego ekstradycji. Trwa procedura w tej sprawie. Niedawno Sebastian M. otrzymał w Emiratach tzw. złotą wizę, ale – jak zaznacza prowadzący śledztwo prokurator Krzysztof Wiernicki z Prokuratury Okręgowej w Piotrkowie Trybunalskim – nie ma ona wpływu na ekstradycję. I wyjaśnia, że negatywny wpływ na ekstradycję miałaby sytuacja, gdyby Sebastian M. otrzymał prawo azylu lub status uchodźcy, ale nic takiego nie nastąpiło.

Co ciekawe, adwokat Bartosz Tiutiunik, znany łódzki karnista, nie jest już obrońcą Sebastiana M. Na razie broni go Katarzyna Hebda-Relidzyńska z Katowic.

Do tragicznego wypadku doszło 16 września 2023 roku na autostradzie A1 w Sierosławiu (gmina Moszczenica) w powiecie piotrkowskim. Według prokuratury, w stronę Katowic pędziło bmw. Za kierownicą siedział Sebastian M., który jechał 250 km na godz., mimo że w tym miejscu dopuszczalna prędkość wynosiła 120 km na godz. Nagle kierowca bmw uderzył w jadące przed nim auto Kia ProCeed, którym podróżowała rodzina spod Myszkowa w województwie śląskim: Patryk B., żona Martyna i 5-letni syn Oliwier. Kia uderzyła w bariery ochronne i stanęła w płomieniach. Auto spłonęło. Niestety, cała trójka zginęła na miejscu.

Po wypadku Sebastian M. uciekł. Przez Niemcy i Turcję dotarł do Zjednoczonych Emiratów Arabskich. 4 października 2023 r. został zatrzymany przez policję w hotelu w Dubaju. Jego ówczesny obrońca Bartosz Tiutiunik wystąpił o list żelazny dla swego klienta, co oznacza, że nie zostałby aresztowany do czasu prawomocnego wyroku. Jednak Sąd Apelacyjny w Łodzi nie zgodził się na to.

eprasa.pl 26c71cf597

FOT. TVP/OPUS FILM

Scena, w której bohaterka serialu, doktor Helena Bielawska (w tej roli Natalia Rybicka) kupuje w kiosku (ech, gdzież te kioski) egzemplarz „Dziennika Łódzkiego", najstarszej gazety w naszym mieście. W sprzedaży jest też „Express"

Gra z widzem w historyczną intrygę, emocje i zaskoczenie

Dariusz Pawłowski
Serial

W Telewizji Polskiej zadebiutował serial „Gra z Cieniem" w reżyserii Kingi Dębskiej. Scenariusz napisali łodzianie Anna i Maciej Świerkoccy, współproducentem serii jest łódzkie studio Opus TV.

Zaczęło się niezwykle intrygująco. W 1951 roku brytyjski wywiad traci kontakt z działającym w Polsce wyjątkowo cennym agentem o pseudonimie Cień, który dostarczał między innymi informacje o wielkości wydobycia uranu w naszych kopalniach. Szpiega poszukuje nie tylko centrala w Londynie, ale i polski Urząd Bezpieczeństwa. Minister Bezpieczeństwa Publicznego powierza to zadanie majorowi Witoldowi Koskowi. Ten dołącza do tajnej komórki kontrwywiadu, ku niechęci jej szefa pułkownika Bartmana. Jego człowiek, porucznik Dubelski, ma szukać haków na Koska. Tymczasem pracująca w łódzkim szpitalu i samotnie wychowująca kilkuletniego syna doktor Helena Bielawska, utalentowana chirurg, otrzymuje propozycję wyjazdu na staż do kliniki w Leningradzie. Jednak na jej dyżurze umiera chorująca na raka prominentna działaczka partyjna. Lekarka zostaje oskarżona o zabójstwo pacjentki. Proces kobiety wzbudza duże zainteresowanie majora Koska...

Wyemitowany na antenie TVP1 pierwszy odcinek trzynastoczęściowego serialu (kolejne w każdą niedzielę od godz. 20.20) wciąga przemyślaną konstrukcją, bogato zarysowanymi postaciami i frapująco zawiązaną akcją. Dodajmy do tego imponującą obsadę - w produkcji wzięła udział ponad setka aktorów, w tym Natalia Rybicka, Ewa Wiśniewska, Anna Dereszowska, Karolina Gruszka, Kinga Preis, Milena Lisiecka, Anita Sokołowska, Maria Pakulnis, Katarzyna Cynke, Katarzyna Herman, Marcin Hycnar, Grzegorz Małecki, Marcin Czarnik, Cezary Żak, Bartosz Kotschedoff. Autorem zdjęć jest Adam Sikora, muzyki - Bartosz Chajdecki.

Serial powstawał w licznych łódzkich lokalizacjach, zdjęcia realizowano także między innymi na Starym Mieście w Pabianicach, w Zgierzu, Kaliszu oraz w okolicach Bełchatowa i w górach. Łódź, dzięki zagłębieniu się kamery w podwórka i zakamarki miejskich kamienic, z łatwością przenosi widza w lata pięćdziesiąte dwudziestego wieku, wspomagając celne budowanie na ekranie ciężkiego i mrocznego klimatu Polski epoki stalinowskiej. Realizatorzy zadbali o detale, odwołują się do autentycznych bohaterów i wydarzeń, nie brakuje też rozlicznych „smaczków" dla kinomanów i łodzian. W pierwszym odcinku zdeterminowany brytyjski wywiad wysyła z Kopenhagi do Polski swojego człowieka o imieniu James... A doktor Bielawska w jednej ze scen kupuje w kiosku z prasą (ech, gdzież dzisiaj te kioski?!) i tytoniem egzemplarz ‚Dziennika Łódzkiego" (za szybą zaś wyeksponowany jest również „Express Ilustrowany").

W kolejnych odcinkach mamy trafić do żeńskiego zakładu karnego w Olkuszu, poznać wymiar kobiecej solidarności, czy bezmiar władzy ubeckich funkcjonariuszy. Kinga Dębska, która przyznaje, że początkowo nie była przekonana do tego projektu, dała się „porwać" scenariuszowi i postanowiła udowodnić, iż wbrew powszechnie, w jej mniemaniu, panującemu w naszym kraju poglądowi, że filmy historyczne i szpiegowskie nie są dla kobiet, właśnie kobieta zrealizuje trzymający w napięciu, charakterny, spełniający wymogi gatunku serial sensacyjny, osadzony w dusznym i złowieszczym okresie, wśród rywalizacji o władzę czołowych stalinowskich urzędników państwowych i oficerów bezpieki. I dokonała tego z powodzeniem.

Pierwszy, znany już widzom odcinek serialu, dzięki solidnej kompozycji, bezpiecznemu nagromadzeniu wątków, prezentacji różnych grup społecznych Polski powojennego socjalizmu oraz bohaterom, których losy chce się śledzić, jest zręcznym wstępem do dalszych odsłon cyklu. Twórcy zapewniają, że opowieść dopiero się rozkręca i odbiorcy mogą się spodziewać niejednego zwrotu akcji i zaskoczenia. Po raz kolejny wychodzi na jaw, że udane filmy i seriale zaczynają się od dopracowanych, dobrych scenariuszy.

ANNA I MACIEJ ŚWIERKOCCY

Łódzkie małżeństwo twórców scenariuszy, nominowane do Orła – Polskiej Nagrody Filmowej 2003 za scenariusz filmu fabularnego „Tam i z powrotem" w reżyserii Wojciecha Wójcika. Wspólnie napisali także scenariusz filmu dokumentalnego „Lampa Leonarda".
Maciej Świerkocki jest również pisarzem, krytykiem i tłumaczem literatury anglojęzycznej. Członek Stowarzyszenia Pisarzy Polskich i Polskiej Akademii Filmowej, pierwszy Polak zasiadający w jury międzynarodowego konkursu literackiego Dublin IMPAC International Literary Award. W roku 2019 był nominowany do Nagrody Literackiej Gdynia za przekład „Tajnego agenta" Josepha Conrada. Trzy lata później otrzymał nie tylko Nagrodę Literacką Gdynia, ale również Nagrodę Miasta Łodzi i Nagrodę Bernarda O'Connora za przekład „Ulissesa" Jamesa Joyce'a. Wyróżniono przy tym jego książkę „Łódź Ulissesa", uznając ją za najlepszą publikację humanistyczną w Polsce w VIII edycji Konkursu im. prof. Tadeusza Kotarbińskiego.

Żywiołowe skarpetki zawładną wkrótce sceną łódzkiego Teatru Pinokio

Dariusz Pawłowski
Teatr

Uwielbiane przez widzów niesforne skarpetki wracają do Teatru Pinokio w Łodzi. Na 20 września zaplanowana jest premiera „Bandy Czarnej Frotte" na podstawie książki Justyny Bednarek.

„Banda Czarnej Frotte", w adaptacji i reżyserii Daniela Arbaczewskiego, to już drugi - po „Niesamowitych przygodach dziesięciu skarpetek" - spektakl łódzkiego Teatru Pinokio inspirowany bestsellerowymi książkami Justyny Bednarek.

- Cieszę się, że ta historia znowu zagości w naszym repertuarze. Zapowiada się wspaniała przygoda. Być może pomyślimy o tym, aby w niektóre soboty prezentować oba spektakle - zapowiada Gabriel Gietzky, dyrektor Teatru Pinokio.

Premiera „Bandy Czarnej Frotte" na Dużej Scenie Teatru Pinokio w Łodzi zaplanowana jest na piątek 20 września, od godz. 17

Daniel Arbaczewski, reżyser i autor adaptacji tekstu podkreśla, że druga część będzie jeszcze bardziej energetyczna niż pierwsza.

- Tym razem nie będzie to seria opowiadań, ale jedna duża opowieść - wyjaśnia. - Przenosimy akcję z kosza na bieliznę do dużej, publicznej pralni, ale tak naprawdę - na morze. Są klimaty pirackie, eksplorowanie kolejnych wysp, sporo ucieczek i zagadek, poszukiwań, odkryć, a więc wszystkiego, co skarpetki lubią najbardziej. Jest też dużo kreatywnego chaosu, który bardzo lubię. Tworzymy bandę skarpetek, odważnych, ciekawskich, dzielnych, łobuzerskich, które jednocześnie mają swoje słabe strony.

Barwny, magiczny, dynamiczny świat scenicznych skarpetek tworzą scenografia i kostiumy autorstwa Joanny Martyniuk oraz choreografia Eryka Makohona. Całości rytm nadają muzyka i przebojowe piosenki skomponowane przez Piotra Osaka - który odpowiadał też za muzyczną stronę pierwszego spektaklu o przygodach skarpetek - oraz Dawida Wajszczyka z łódzkiego zespołu Black Radio, debiutującego w teatralnych projektach.

W postaci charakterynych skarpetek wcielą się: Łukasz Bzura, Małgorzata Krawczenko, Piotr Pasek, Ewa Wróblewska oraz wybrani w castingu aktorzy, którzy od tego sezonu dołączyli do zespołu teatru: Filip Wawrecki i Jagoda Zimała.

- Zabawa jest wspaniała, gram w spektaklu skarpetę Malinę, która ma owocową osobowość, jest nieco rozpieszczona, ale ma wielkie serce - opowiada Jagoda Zimała, obecnie studentka IV roku wydziału lalkarskiego wrocławskiej filii Akademii Sztuk Teatralnych w Krakowie.

Premiera odbędzie się 20 września, a do końca miesiąca spektakl zobaczyć będzie można dziewięć razy. Na widownię Teatr Pinokio zaprasza wszystkich, zarówno młodszych - od szóstego roku życia - jak i starszych widzów.

- Nie próbujemy moralizować, stawiamy na dobrą zabawę i zadawanie pytań - dodaje Daniel Arbaczewski. - Pragniemy, aby po spektaklu dzieci stawiały je rodzicom, a ci wsłuchiwali się w słowa swoich podopiecznych, nawet, gdy czasem będą musieli odpowiedzieć: „pomidor". Naszym przedstawieniem chcemy dodać odwagi na bycie sobą, na autentyczność, na śmiałe podejmowanie decyzji, a także na poznawanie własnych emocji oraz budowanie relacji i wspólną podróż przez życie ze skarpetką do pary.

Bilety na poszczególne spektakle są jeszcze w sprzedaży.

FOT. KRZYSZTOF SZYMCZAK

Aktorzy Teatru Pinokio podczas wczorajszej próby przedstawienia „Banda Czarnej Frotte"

eprasa.pl 26c71cf597

POLSKA *i* ŚWIAT

WARSZAWA

Wicemarszałek Sejmu Piotr Zgorzelski (PSL) wyraził zdziwienie propozycją minister klimatu i środowiska Pauliny Hennig-Kloski nisko oprocentowanych pożyczek dla powodzian. – Nie wierzę, że można proponować ludziom, którzy utracili dobytek życia, pożyczki – stwierdził w Radiu Zet. Tę poniedziałkową propozycję minister Pauliny Hennig-Kloski (Polska 2050) nazwał skandaliczną. | PAP

> *Nie wierzę, że można proponować pożyczki ludziom, którzy utracili dobytek życia. To skandal*
>
> **Piotr Zgorzelski** wicemarszałek Sejmu

KRÓTKO

WARSZAWA

Duda spotka się z Trumpem

Szefowa Kancelarii Prezydenta Małgorzata Paprocka zapowiedziała w Studiu PAP, że w niedzielę w Pensylwanii prawdopodobnie dojdzie do spotkania prezydenta Andrzeja Dudy z b. prezydentem USA i obecnym kandydatem na tę funkcję Donaldem Trumpem.

Małgorzata Paprocka poinformowała, że prezydent Duda najprawdopodobniej spotka się w niedzielę z Donaldem Trumpem w Narodowym Sanktuarium Matki Bożej Częstochowskiej w Pensylwanii. Zaznaczyła, że Kancelaria Prezydenta nie organizuje tego wydarzenia.

– Prezydent Andrzej Duda przyjął zaproszenie, ponieważ tego dnia ma być tam odsłaniany pomnik Solidarności. Jeżeli prezydent Donald Trump również przyjmie zaproszenie, to do takiego spotkania dojdzie – stwierdziła. Jak dodała, głównym tematem spotkania będą kwestie bezpieczeństwa oraz wzmacniania pozycji Polski.

Oprac. Anna Nagel | PAP

WARSZAWA

Rocznica agresji ZSRR na Polskę

FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNAK

W 85. rocznicę agresji ZSRR na Polskę prezydent Andrzej Duda złożył wieniec przed pomnikiem Poległym i Pomordowanym na Wschodzie. W wygłoszonym na warszawskim skwerze Matki Sybiraczki przemówieniu przypomniał o tragicznych skutkach dołączenia ZSRR do hitlerowskich Niemiec w napaści na Polskę.

WARSZAWA

5,5 tys. żołnierzy pomaga w walce z powodzią

W walce z powodzią pomaga 5,5 tys. żołnierzy – poinformowała we wtorek rzeczniczka Sztabu Generalnego płk Joanna Klejszmit.

– Siły Zbrojne RP wydzieliły do użycia 19 śmigłowców; we Wrocławiu powstaje Inżynieryjne Centrum Wsparcia, które pomoże w odbudowie infrastruktury – zaznaczyła.

Do wzmacniania wałów przeciwpowodziowych we Wrocławiu skierowano ok. 1000 żołnierzy oraz dodatkowo 250 podchorążych z miejscowej Akademii Wojsk Lądowych.

Oprac. Anna Nagel | PAP

Rząd rozszerza obszar objęty stanem klęski żywiołowej

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Premier Donald Tusk zdecydował o poszerzeniu terytorium, na którym obowiązuje stan klęski żywiołowej. Rząd razem z samorządem stworzą program odbudowy po powodzi – podano we wtorek.

We wtorek tuż po godz. 7 w Dolnośląskim Urzędzie Wojewódzkim we Wrocławiu rozpoczęło się posiedzenie sztabu kryzysowego. W trwającym kilkadziesiąt minut spotkaniu udział wzięli m.in.: premier, minister spraw wewnętrznych i administracji Tomasz Siemoniak, wicepremier i minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz oraz minister infrastruktury Dariusz Klimczak.

Szef MSWiA poinformował, że premier zdecydował o rozszerzeniu terytorium, na którym obowiązuje stan klęski żywiołowej, o powiaty: lubański, dzierżoniowski, świdnicki, opolski, krapkowicki, brzeski i kędzierzyńsko-kozielski.

Donald Tusk zapowiedział program odbudowy terenów dotkniętych powodzią, za który odpowiedzialny będzie rząd i samorząd. Znajdą się w nim środki na infrastrukturę, porządkowanie miast i wsi. Nad jego szczegółami pracują wszystkie ministerstwa. Zostanie zaprezentowany po zakończeniu akcji przeciwpowodziowej i ratowniczej - zapowiedział premier.

FOT. PAP/MACIEJ KULCZYŃSKI

Donald Tusk oświadczył, że oczekuje od wszystkich polityków oraz instytucji zaangażowania i czujności

- Bardzo pilną rzeczą jest, szczególnie na kilka godzin przed falą, która tu przyjdzie, byśmy mieli możliwie uwspólniane komunikaty. Trudno nam będzie bazować na radykalnie sprzecznych prognozach i estymacjach - zastrzegł szef rządu przed przyjęciem meldunków od poszczególnych służb.

- Sytuacja na Dolnym Śląsku cały czas jest bardzo kryzysowa - przekazał wojewoda dolnośląski Maciej Awiżeń. 54 samorządy ogłosiły alarm przeciwpowodziowy.

Dyrektor Centrum Hydrologicznej Osłony Kraju Paweł Przygrodzki poinformował, że obecny stan wody we Wrocławiu oznacza dla miasta „dość bezpieczny wariant rozwoju sytuacji". Zastrzegł jednak, że istnieje ryzyko zmęczenia infrastruktury z upływem czasu.

Do zbiornika przeciwpowodziowego Racibórz, który w obecnej sytuacji odgrywa kluczową rolę dla bezpieczeństwa stolicy Dolnego Śląska, dopływa już mniejsza woda niż wcześniej.

- Czyli mamy tam spadki - sprecyzował. Poinformował, że kulminacja fali powodziowej na Odrze będzie poniżej zbiornika Racibórz.

- Mniej wody dopływa również do zbiorników zabezpieczających sytuację na Nysie Kłodzkiej - dodał.

We Wrocławiu o godz. 6 stan alarmowy wody przekroczony był na 74 stacjach, a ostrzegawczy na 40. Aktualnie największe przekroczenie stanu alarmowego odnotowano na wodowskazie Krzyżanowice na Odrze - 453 cm oraz Kopice na Nysie Kłodzkiej - 399 cm.

Prezes Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie Joanna Kopczyńska, odnosząc się do aktualnego zagrożenia dla wrocławskiego osiedla Marszowice wyjaśniła, że panująca tam w ostatnich godzinach trudna sytuacja wynika nie z poziomu wody na Odrze, ale ze wzrostu poziomu wody w zbiorniku Mietków, należącego do Wód Polskich. Nastąpił do niego nieprognozowany zrzut wody ze zbiornika, którego administratorem jest elektrownia wodna Lubachów, należąca do spółki Tauron.

- Nie zostaliśmy jako Wody Polskie poinformowani o tym zrzucie. I ta woda idzie na Marszowice - powiedziała.

Premier stwierdził, że to „zupełnie szokująca" informacja.

- Nie przyjmuję tłumaczenia, że ktoś działa niewystarczająco energicznie, ale zgodnie z przepisami; nie ma czasu na proceduralne wygodnictwo; oczekuję zaangażowania i czujności - powiedział.

PAP

Piotr Serafin otrzyma w KE tekę ds. budżetu, zwalczania oszustw i administracji publicznej

Oprac. Karolina Wrońska
Bruksela

Polski kandydat na unijnego komisarza Piotr Serafin otrzyma tekę ds. budżetu UE, zwalczania oszustw budżetowych i administracji publicznej - ogłosiła przewodnicząca KE Ursula von der Leyen.

- Będzie on podlegał bezpośrednio mnie i będzie się koncentrował na przygotowaniu kolejnego długoterminowego budżetu oraz zapewnieniu, że będziemy mieć nowoczesną instytucję, która będzie w stanie sprostać oczekiwaniom Europejczyków - powiedziała szefowa KE o Serafinie.

Eksperci podkreślają, że fakt podlegania bezpośrednio pod Ursulę von der Leyen ma znacząco podnieść rangę Serafina wśród pozostałych komisarzy.

Von der Leyen we wtorek przedstawiła skład swojej drugiej Komisji Europejskiej. Zaprezentowani przez nią kandydaci na komisarzy będą musieli teraz uzyskać akceptację Parlamentu Europejskiego.

Szefowa KE Ursula von der Leyen będzie mieć sześcioro zastępców: Estonkę Kaję Kallas, Finkę Hennę Virkunnen, Francuza Stephane'a Sejourne, Hiszpankę Teresę Riberę, Rumunkę Roxanę Minzatu i Włocha Raffaele Fitto. Jak powiedziała, wiceszefowie Komisji Europejskiej będą odpowiadali za priorytety przyszłej KE i przy ich realizacji będą musieli współpracować z komisarzami.

Von der Leyen we wtorek poinformowała również m.in., że komisarzem Unii Europejskiej ds. obrony będzie Litwin Andrius Kubilius; rozszerzenia - Słowenka Marta Kos; handlu - Słowak Marosz Szefczovicz; klimatu - Holender Wopke Hoekstra; ds. energii - Duńczyk Dan Joergensen.

PAP

eprasa.pl 26c71cf597

Prokuratura wszczęła śledztwo ws. przerwania wałów

Oprac. Karolina Wrońska
Jelenia Góra

- Prokuratura wszczęła śledztwo w sprawie przerwania wału przeciwpowodziowego w Jeleniej Górze-Cieplicach przy użyciu koparki - poinformowała we wtorek rzeczniczka tamtejszej prokuratury.

FOT. POLSKA PRESS

Z powodu fali powodziowej w Jeleniej Górze trzeba było ewakuować setki osób. Jedną z części miasta, która ucierpiała najbardziej, są Cieplice

Śledztwo prowadzone jest w sprawie przerwania wału przeciwpowodziowego w Jeleniej Górze-Cieplicach poprzez wykopanie w nim przepustów przy użyciu koparki. Miało to spowodować zalanie ulic Lubańskiej, Dworcowej i Sobieszowskiej oraz terenów mieszkalnych położonych w tej dzielnicy.

Prok. Ewa Węglarowicz-Makowska przekazała, że ze wstępnych ustaleń śledztwa wynika, że przekopu najprawdopodobniej dokonano w celu przekierowania wody, która gromadziła się na terenie jednego z ośrodków wypoczynkowych w Cieplicach.

Jak ustaliła PAP, jeleniogórska policja od poniedziałku prowadzi czynności w tej sprawie.

- Prowadzimy postępowanie w kierunku stworzenia zagrożenia i przerwania infrastruktury krytycznej. Czynności są prowadzone po zgłoszeniach mieszkańców, które do nas wpłynęły. Obecnie zbieramy materiał dowodowy, przesłuchujemy świadków, zabezpieczamy zdjęcia i dokumentację filmową - powiedziała podinsp. Edyta Bagrowska, rzeczniczka Komendy Miejskiej w Jeleniej Górze.

Śledztwo prowadzone jest w ramach art. 163 par. 1 pkt. 2 k.k. Zgodnie z zapisem, kto sprowadza zdarzenie, które zagraża życiu lub zdrowiu wielu osób albo mieniu w wielkich rozmiarach, mające postać zawalenia się budowli, zalewu albo obsunięcia się ziemi, skał lub śniegu, podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.

W piątek 13 września uległ podtopieniu należący do Piotra Śledzia ośrodek Holiday Park&Resort znajdujący się w części Jeleniej Góry zwanej Cieplicami. W skład kompleksu wchodzi 214 domków oddanych do użytku dwa lata temu. Tego samego dnia w mediach społecznościowych pojawiły się doniesienia zbulwersowanych mieszkańców miasta, którzy twierdzili, że - żeby zmniejszyć skutki wezbrania wody na terenie ośrodka - sprowadzono koparki, które utworzyły przepust w wale przebiegającym wzdłuż ulicy Sobieszowskiej, co poskutkowało zalaniem sąsiadującej z kompleksem części miasta.

Mieszkańcy alarmowali służby, że wał przeciwpowodziowy miał zostać przekopany przez koparki, co zwiększyło rozmiar zniszczeń

Straż pożarna przekazywała w poniedziałek, że nie ma informacji o tym, żeby „ktoś uszkadzał wały i robił przy nich coś, w wyniku czego mogłyby zostać zalane tamte okolice".

PAP

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy włącza się w pomoc powodzianom

Oprac. Karolina Wrońska
Wrocław

Jerzy Owsiak zapowiedział we wtorek, że WOŚP włącza się w akcję pomocy osobom poszkodowanym przez powódź. Uruchomiono na ten cel 40 mln zł, powstała też osobna zbiórka.

FOT. PAP/MACIEJ KULCZYNSKI

Jerzy Owsiak wystąpił na konferencji z premierem

Szef Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy wystąpił we wtorek na konferencji prasowej z premierem Donaldem Tuskiem, który przebywa na Dolnym Śląsku w związku z sytuacją powodziową. Tusk podkreślił, że już teraz - korzystając z możliwości rządowych, m.in. Agencji Rozwoju Przemysłu - do takich miejscowości, jak Kłodzko i Nysa, jest dostarczana żywność czy woda.

- To jest już masywna pomoc, ale nic nie zastąpi wielkiego zrywu - powiedział.

Jerzy Owsiak przypomniał, że Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy uruchomiła już swoje środki w wysokości 40 mln zł na zakup środków pierwszej potrzeby. Jak wskazał, najpilniejsze potrzeby wskazywać będą sami samorządowcy.

- Pierwszy transport już za chwilę wyjeżdża z Warszawy - mówił we wtorek przed południem, dodając, że trwa ustalanie, w jaki sposób dotrzeć do poszkodowanych.

- Oczekujemy, że TIR z całą zawartością dojedzie do bezpiecznego miejsca, zostanie rozładowany, a następnie systemowo będzie to dowożone do tych, którzy będą na to czekali - mówił.

Szef WOŚP przekazał też, że w poniedziałek utworzono konto zbiórki, której celem jest dodatkowe wsparcie, jeśli kwota 40 mln zł okaże się niewystarczająca. Środki te mają też posłużyć odkupieniu materiałów i sprzętu medycznego, który uległ zniszczeniu w zalanych miejscowościach. Jak wskazał, tylko w szpitalach w Nysie, Kłodzku i Głuchołazach wartość zniszczonego sprzętu przekracza 10 mln zł.

- Na naszym koncie już w tym momencie jest ponad 4,5 mln zł. Bardzo dziękujemy za ogromne wpłaty - powiedział Owsiak.

Szef WOŚP przedstawił też listę najpotrzebniejszych artykułów i żywności, które można przekazywać na rzecz powodzian. Znalazły się na niej: woda butelkowana, chleb o dłuższym okresie ważności, suchy prowiant, żywność dla dzieci, artykuły higieniczne, ręczniki papierowe, karma dla zwierząt, środki czystości, powerbanki, baterie, latarki, koce, śpiwory i poduszki.

Zwrócił również uwagę, by biorąc udział w internetowych zbiórkach na rzecz powodzian, zweryfikować, czy są one wiarygodne.

PAP

Wspomnienia.
Te najważniejsze...

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

0011171580

Sławomirowi Burmannowi

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

Zarząd i Pracownicy
Veolii Energii Poznań SA.

0011171721

Z głębokim smutkiem i żalem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Pana

Jerzego Turbińskiego

Wieloletniego Pracownika
Regionalnej Izby Obrachunkowej w Łodzi

Rodzinie

wyrazy szczerego współczucia
składają

Prezesi, Członkowie Kolegium oraz Pracownicy
Regionalnej Izby Obrachunkowej w Łodzi

0011169866

Naszemu
Koledze i Współpracownikowi

Sławomirowi Burmannowi

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

Zarząd i Pracownicy
Veolii Energii Warszawa S.A.

REKLAMA 0011159238

H. SKRZYDLEWSKA
www.skrzydlewska.pl
Własne krematoria · Sale pożegnań
Formalności w urzędach
Międzynarodowy Transport Zmarłych
Zgierz · Pabianice · Łowicz · Brzeziny · Głowno
TEL. 24H: 42 672 33 33 · 800 672 333 · 195 88

eprasa.pl 26c71cf597

Długa historia zmagań z wielką wodą w Polsce

Po 1989 roku przez Polskę przeszły dwie wielkie powodzie - w 1997 i w 2010 r. Wysoka fala zagroziła najważniejszym polskim miastom: Wrocławiowi, Warszawie, Płockowi, Gdańskowi

Karolina Wrońska

FOT. ANDRZEJ ŁUC

„Powódź tysiąclecia" we Wrocławiu w 1997 r. Wyspa Piaskowa zabezpieczana workami

FOT ANNA ARENT

Fala powodziowa na Wiśle przechodząca przez Żuławy w 2010 r.

Za pierwszą historycznie wielką powódź w Polsce uważa się wielką wodę z 988 r., którą opisał (choć bardzo krótko, dosłownie jednym zdaniem) Jan Długosz w swojej kronice. Więcej miejsca poświęcił za to powodzi z 1118 r. Wtedy Bolesław Krzywousty przymierzał się na wyprawę przeciwko księciu pomorskiemu Świętopełkowi - ale ulewne deszcze padające non stop wiosną i latem doprowadziły do wielu wylewów rzek i uniemożliwiły marsz wojsk na północ. Krzywousty ruszył na Pomorze dopiero rok później - zresztą z dużym sukcesem, przyłączając je do Polski.

Powódź w 1118 r. pokazała, że wielka woda to nie tylko katastrofa naturalna, to także tragedia mająca przełożenie na wiele innych obszarów życia. Także na politykę. Poniżej przypominamy najważniejsze powodzie w Polsce po 1989 r.

Powódź tysiąclecia

Powódź z 1997 roku nierozerwalnie związała się z historią współczesnego Wrocławia. Wielka woda została nie tylko w pamięci wrocławian. Przypomina też o niej m.in. pomnik Powodzianki przy mostach Uniwersyteckich odsłonięty w pierwszą rocznicę powodzi. Na krzyżu przy mostach Trzebnickich na niebiesko zaznaczono poziom wody w lipcu 1997 roku. Tablicę upamiętniającą walkę z żywiołem wmurowano też w mosty Młyńskie.

W pierwszym tygodniu lipca 1997 r. fala powodziowa na Odrze przekraczała nawet o 2-3 metry najwyższe notowane w historii stany wód. Pod wodą znalazło się niemal 40 proc. stolicy Dolnego Śląska. Wrocław zalała też woda z Oławy i Nysy Kłodzkiej.

10 lipca 1997 r. Bogdan Zdrojewski, ówczesny prezydent miasta, zaapelował o gromadzenie zapasów wody pitnej. Mieszkańcy podwrocławskich wsi nie dopuścili do przerwania wałów przeciwpowodziowych w Łanach i Jeszkowicach. Woda miała rozlać się przed rogatkami miasta, chroniąc centrum i Ostrów Tumski poprzez obniżenie wysokości fali. Do dziś mieszkańcy wspominają, że ładunki wybuchowe były już zamontowane, nad głowami latały śmigłowce, a ludzie siedzieli na wałach. We wsi stoi pomnik, a mieszkańcy uważają, że wygrali wówczas z dwoma żywiołami: powodzią i urzędnikami.

Do obrony Wrocławia przed wodą wykorzystano, według szacunków, niemal pół miliona worków z piaskiem. I to nie tylko tym przywożonym z piaskowni, ale i przeznaczonym do remontu ulic. Opróżniano piaskownice dla dzieci, a nawet rozkopywano trawniki.

Woda jednak wdarła się do centrum Wrocławia. Zalała m.in. ulice: Traugutta, Kościuszki, część Świdnickiej, Pułaskiego, okolice Dworca Głównego, Opolską, Strachocin i Opatowice. Kilka godzin później była m.in. na ulicy Brücknera, Szczepinie i Kozanowie.

Właśnie to ostatnie osiedle poniosło ogromne straty. Woda sięgała tam do pierwszego piętra bloków. Na Rakowcu ucierpiały przedwojenne kamienice, których konstrukcja nie wytrzymała - kilka z nich zawaliło się, część trzeba było wyburzyć.

Woda powodziowa w niektórych częściach miasta utrzymywała się przez ponad 8 dni. Wodę pitną, żywność i lekarstwa dostarczano mieszkańcom amfibiami i łodziami albo zrzucano z wojskowych śmigłowców na dachy budynków. W mieście, po którym nie jeździły tramwaje, najlepszym środkiem komunikacji okazywały się ponton, kajak i zwykły, dmuchany materac.

Po powodzi rozpoczęła się trwająca kilkanaście lat odbudowa Wrocławia. Na Dolnym Śląsku ucierpiały też inne miasta. Znaczne straty poniosło Kłodzko - nawet 25 proc. miasta znalazło się pod wodą. Zalana była również część Głogowa, gdzie woda miejscami sięgała 1,5 metra. W całym kraju wskutek olbrzymiej powodzi dach nad głową straciło 7 tys. ludzi, zginęło ponad 50 osób, a straty oszacowano na ponad 12,5 mld zł.

Tamta powódź spustoszyła nie tylko południową i zachodnią Polskę, ale też Czechy, wschodnie landy Niemiec, północno-zachodnią Słowację oraz wschodnią Austrię. Wylały wówczas wody dorzeczy wielu rzek, w tym Odry, górnej Wisły i Łaby. W Polsce początkowo nie spodziewano się, że fala powodziowa i zniszczenia będą tak ogromne. Sytuacja zmieniła się dopiero po zalaniu Opola i bezpośrednim zagrożeniu Wrocławia. Na wieść o powodzi, z północy kraju ruszyły konwoje samochodów wiozących wodę pitną do Wrocławia czy Opola.

Powódź doprowadziła wtedy do śmierci w sumie 114 osób w Europie oraz szkód materialnych wycenianych na blisko 4,5 miliarda dolarów amerykańskich. Na terenie samej Polski zginęło 56 osób. Za przyczynę kataklizmu uznaje się dwie następujące po sobie fale obfitych opadów, które przyniósł niż znad morza Czarnego i Śródziemnego.

Gdańsk i znowu Śląsk

XXI wiek rozpoczął się powodzią w dorzeczu Wisły. Na południu kraju podwyższony stan wód utrzymywał się przez kilka dni, choć bez groźniejszych konsekwencji. Najtrudniejsza sytuacja w tamtej części kraju miała miejsce w Makowie Podhalańskim, gdzie wielka woda wdarła się do miasta, uszkadzając m.in. historyczny rynek. Straty oszacowano na 20 mln zł.

Zdecydowanie groźniejsza sytuacja miała miejsce w górnym biegu Wisły. Szczególnie w Gdańsku. 9 lipca doszło tam do tzw. powodzi błyskawicznej z powodu wezbranej wody i nawałnicy deszczowej. Padający bardzo intensywnie przez dwie godziny deszcz doprowadził do wylania wody z kanału Radonia oraz z małej rzeki Strzyż. W wyniku powodzi najbardziej ucierpiała dzielnica Orunia (zniszczeniu uległ m.in. Park Oruński), ale woda dotarła też do dzielnicy Wrzeszcz, a także do Śródmieścia zalewając m.in. dworzec główny. W wyniku tragedii zginęły cztery osoby. Na miejsce powodzi przyjechał ówczesny premier Jerzy Buzek.

Kolejna wielka powódź miała miejsce w 2002 r. Wyglądała ona niemal bliźniaczo do tej z 1997 r., gdyż w tym samym momencie roku wystąpiły te same rzeki, m.in. Odra i Łaba. Ostatecznie ominęła ona Polskę, wielka fala - mimo obaw - nie przeszła po raz kolejny przez Wrocław. Ale woda spustoszyła Czechy, Austrię, Niemcy, Słowację. Ucierpiały od niej takie miasta jak Praga, Salzburg, Drezno. Zginęło 17 osób, straty oszacowano na kilka miliardów euro. Zagrożone były m.in. cenne zbiory sztuki w pałacu Zwinger w Dreźnie (tam znajduje się słynny obraz „Madonna Sykstyńska" Rafaela), ale wszystkie udało się zabezpieczyć przed żywiołem. Po powodzi doszło do spotkania przywódców krajów UE (wtedy jeszcze Unia nie była rozszerzona o kraje Europy Środkowej), podczas której szukano europejskich rozwiązań pozwalających uniknąć tego typu tragedii w przyszłości - to był jeden z pierwszych przypadków, gdy szukano wspólnych rozwiązań na paneuropejskim poziomie.

Powrót wielkiej wody

Rok 2010 po raz kolejny przyniósł kolejną powódź, która nawiedziła Europę Środkową, w tym Czechy, Ukrainę, Niemcy, Austrię, Węgry i Polskę. Była ona jedną z największych powodzi w Polsce. I fala powodziowa nadeszła w drugiej połowie maja, II zaś na początku czerwca. Kulminacja fali na Wiśle była największa od 160 lat, zaś poziom wody w kilku miejscowościach przekroczył ten notowany podczas powodzi tysiąclecia w 1997.

Woda zalała ok. 554 tys. hektarów w 2157 miejscowościach. Ewakuowano ponad 30 tys. osób. Straty materialne według szacunków MSWiA wyniosły ponad 10 mld złotych. W samej Polsce zginęło 12 osób. Powódź przyniosła więcej szkód, niż mogłoby się wydawać na pierwszy rzut oka - w wyniku zalania doszło do licznych osuwisk. Ta klęska szczególnie mocno dotknęła Śląsk, Małopolskę i Podkarpacie. W samej Małopolsce wystąpiło 1300 osuwisk. Uszkodzonych i zagrożonych uszkodzeniem zostało ponad 1060 domów, 500 osób przesiedlono.

W większości przypadków do osuwisk dochodziło na zboczach, po których biegną drogi i tory kolejowe. W ponad 200 miejscach osuwająca ziemia poważnie uszkodziła drogi, wyłączając je z użytkowania. Była to największa katastrofa osuwiskowa ostatnich 100 lat. Uważa się, że skala zniszczeń w 2010 roku przewyższyła skalę zagrożeń geologicznych z 1997 r.

Najbardziej dramatyczne sceny w czasie powodzi rozgrywały się w okolicach niewielkiej wsi Świniary znajdującej się między Warszawą a Płockiem. Początkowo wydawało się, że wysoka fala powodziowa na Wiśle zaleje Warszawę, rozważano nawet awaryjne przerwanie wałów przeciwpowodziowych przed miastem - ale ostatecznie wielka woda nie przekroczyła koryta rzeki.

Natomiast dramatycznie zrobiło się tuż za stolicą. Tam do Wisły wpadają duże dopływy: Bug i Narew, z kolei w okolicach Płocka koryto Wisły jest tradycyjnie bardzo płytkie. Groziło to ogromną katastrofą. Ostatecznie Wisła przerwała wał przy Świniarach, rozlewając się szeroko po okolicy. Ewakuowano 4 tys. osób z 22 miejscowości. Łącznie dwie fale powodziowe wygenerowały straty o wartości 2,9 mld euro.

eprasa.pl 26c71cf597

Rewolucja w alimentach. Prawdziwa czy dęta?

Rząd ogłosił, że po szesnastu latach wzrośnie wreszcie maksymalna kwota alimentów z Funduszu Alimentacyjnego: z 500 do 1000 zł. Okrzyków radości brak. To zmiana kosmetyczna, bo niski próg dochodowy, uprawniający do korzystania z FA, pozostaje – podkreślają społecznicy i eksperci

Małgorzata Oberlan

Fundusz Alimentacyjny powstał przed laty, by ratować sytuację dzieci i matek (to one głównie samotnie wychowują dzieci) pozbawionych alimentacji. W jakiej sytuacji? Gdy zobowiązany wyrokiem sądu ojciec nie łoży na dziecko, a komornik potwierdzi jego „nieściągalność", czyli - bezskuteczność egzekucji.

Na przestrzeni ostatnich lat dostęp do pieniędzy z państwowego FA stawał się coraz trudniejszy. Po pierwsze, obowiązywał i obowiązuje niski próg dochodowy uprawniający do korzystania z tej pomocy. Po drugie, maksymalna kwota alimentów z funduszu przez kilkanaście lat była niezmienna i wynosiła 500 zł. Nie trzeba tłumaczyć, jak bardzo się zdewaluowała. Ale...

„Podniesiemy kwotę świadczenia z Funduszu Alimentacyjnego z 500 zł do 1000 zł" - zapowiedział w lipcu rząd w swoim 47. konkrecie na „studniówkę" rządów.

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej opublikowało projekt ustawy, który zakłada, że alimenty od państwa będą mogły wynieść 1 tys. zł na dziecko. A zatem (po 16 latach) kwota wzrośnie o sto procent. Sukces? Rewolucja w alimentach? Okrzyków radości brak.

Próg dochodowy poniżej minimum socjalnego

Zamiast radości jest rozczarowanie i krytyka. Jednym z podstawowych warunków przyznania świadczenia z FA pozostaje bowiem spełnienie kryterium dochodowego, które obecnie wynosi 1209 zł netto na osobę w rodzinie. To mniej, niż wynosi oficjalne minimum socjalne w kraju (1450 zł). Co prawda powyżej wspomnianego progu obowiązuje w FA zasada „złotówka za złotówkę" (jeśli dochody przekraczają ustalany limit, wtedy alimenty od państwa wypłacane są w kwocie obniżonej o wartość przekroczenia go), ale niewielka to pociecha.

- Nigdy nie „łapałam" się na alimenty z funduszu, nawet zarabiając najniższą krajową. Zawsze byłam „za bogata" - mówi pani Aneta, torunianka, matka jednego dziecka. - Dziś już mój syn jest pełnoletni, skończył naukę, pracuje. Przez lata poznałam naprawdę niewiele matek, które korzystałyby z FA. Teraz też się zastanawiam, dla kogo są te alimenty od państwa, skoro próg dochodowy jest tak niski...

- Utrzymanie progu na tak niskim poziomie powoduje, że rząd udaje, że coś robi, a tak naprawdę tylko pogarsza sytuację. Przecież dosypiemy kolejny miliard do systemu, który ma śmiesznie niską ściągalność (egzekucja od dłużników alimentacyjnych, w imieniu których płaci państwo - przyp.red.) i niezwykle ograniczoną skalę pomocy - w tak ostrych słowach skrytykowała projekt zmian Justyna Żukowska-Gołębiewska z koalicji na rzecz poprawy spraw alimentacyjnych „Dla Miliona Dzieci" (na łamach tygodnika „Polityka w lipcu br., nr 28).

Prawdziwy rachunek „rewolucji". Działacze wyliczają i obnażają

„Dla Miliona Dzieci" to już cały ruch społeczny, nazywający się koalicją na rzecz poprawy spraw alimentacji w Polsce. Nazwa odnosi się do miliona dzieci, pozbawionych w Polsce należnych im świadczeń - według niedawnych szacunków.

Liderką koalicji jest wspomniana Justyna Żukowska-Gołębiewska, prezeska Stowarzyszenia Poprawy Spraw Alimentacyjnych „Dla Naszych Dzieci", psycholożka, psychotraumatolożka. Koalicję współtworzy m.in. powstałe dwa lata temu Stowarzyszenie Samotnych Rodziców, oddolny ruch społeczny „Niealimentacja to przemoc" oraz „Rodzice solokontra", czyli oddolna inicjatywa rodziców wychowujących dzieci w pojedynkę, powstała w październiku 2021 roku pod nazwą „Samotni Rodzice kontra Polski Ład".

Znaczącymi postaciami w koalicji są Magdalena Pasadyn - lekarka specjalizująca się w zdrowiu publicznym, dentystka, założycielka i prezeska Fundacji Kraina Zdrowia i Robert Damski, komornik sądowy z Kujawsko-Pomorskiego, członek zespołu ds. alimentów przy RPO-RPD, działający w stowarzyszeniach „Dla Naszych Dzieci" oraz „Mężczyźni Przeciwko Przemocy".

„Dla Miliona Dzieci" szybko i precyzyjnie obliczyło, co realnie oznacza zapowiedziana w lipcu przez rząd zmiana. Bohaterką wyliczanki jest pani Anna - matka, jakich tysiące w kraju.

Anna sama wychowuje córkę, pracuje za najniższą krajową. Córka ma zasądzone 800 zł alimentów, ale były partner na dziecko nie płaci. Komornik orzeka nieskuteczność egzekucji i matka kieruje się do FA. Co tutaj ją czeka?

Dochód na członka w jej dwuosobowej rodzinie wynosi 1631 zł, a więc przekracza próg obowiązujący w Funduszu o 422 zł. Dziś, kiedy maksymalne wsparcie z FA to 500 zł, stosując zasadę „złotówka za złotówkę", pani Annie należy się na córkę 78 zł. Tyle że, wedle obowiązujących w FA zasad świadczenia, poniżej 100 zł nie wypłaca się. Matka nie dostanie zatem nic.

A w przyszłości, przy niezmienionym progu dochodowym i wzroście maksymalnych alimentów od państwa do 1000 zł? Matka otrzyma z funduszu alimentacyjnego 378 zł, czyli różnicę między zasadzonymi alimentami a kwotą przekroczenia kryterium dochodowego (800 zł zasadzonych alimentów minus 422 zł). Oczywiście, zawsze lepszy rydz niż nic, ale... Rewolucyjnej zmiany tutaj nie widać. „Czy komuś ta zmiana pomoże? Nielicznym! Bez zniesienia progu dochodowego jest to tylko kosmetyczna zmiana, bo aby otrzymać 1000 zł wsparcia z funduszu, należy spełnić kryterium dochodowe, ale też mieć alimenty takiej co najmniej wysokości zasądzone. Ktoś, kto łapie się w widełki dochodowe, na ogół ma alimenty niższe" - tak wyliczenia podsumowało „Dla Miliona Dzieci".

FOT. PEXELS

Według aktualnych szacunków blisko milion dzieci w Polsce nie otrzymuje należnych im alimentów. Dostęp do pieniędzy z Funduszu Alimentacyjnego jest bardzo ograniczony. Pierwszą barierą jest niski próg dochodowy uprawniający do ubiegania się o pomoc: 1209 zł na osobę w rodzinie

W OPINII SPOŁECZNEJ

Prawie 30 proc. Polaków usprawiedliwia niepłacenie alimentów

Z raportu Związku Przedsiębiorstw Finansowych „Moralność finansowa Polaków 2023" wynika, że aż 27,8 proc. Polaków usprawiedliwia niepłacenie alimentów. Wśród mężczyzn wytłumaczenie dla takiej postawy znalazło 37,8 proc. ankietowanych, a wśród kobiet 18,7 proc. W grupie osób usprawiedliwiających niepłacenie alimentów najczęściej wskazywanym argumentem (53 proc.) był fakt, że osoba uchylająca się od obowiązku alimentacyjnego ma małe dochody i brakuje jej pieniędzy na podstawowe potrzeby. Na drugim miejscu wśród powodów znalazło się wytłumaczenie, że alimenty nie zawsze są zasądzane sprawiedliwie. Ankietowani argumentowali tę postawę także tym, że „wiele osób tak robi".

Co naprawdę byłoby rewolucją w alimentach? Propozycje aktywistów

Koalicja na rzecz poprawy spraw alimentacyjnych złożyła petycję, w której aktywiści proponują zmiany systemowe. Najważniejszą byłaby likwidacja Funduszu Alimentacyjnego i wprowadzenie na jego miejsce Operatora Świadczeń Alimentacyjnych (OSA). Chodzi o powierzenie instytucji publicznej nadzór nad przepływem środków alimentacyjnych między stronami (automatyzacja procesu, rejestracja przepływu środków, egzekucja długu, możliwość wprowadzenia rozwiązań mobilizujących i zachęcających strony do terminowego przekazywania świadczeń alimentacyjnych).

- Operator przejmuje zadania FA, wypłaca świadczenie zgodne z wyrokiem sądu bądź ugodą zatwierdzoną przez sąd, bez kryterium dochodowego i bez zaangażowania rodziców, pod opieką których są dzieci - objaśniają proponowany automatyzm działania OSA aktywiści.

Kolejny postulat „Dla Miliona Dzieci" to wypłata świadczeń alimentacyjnych bez kryterium dochodowego. - Każde dziecko winno mieć wypłacane alimenty przez operatora na równych zasadach, bez względu na dochód rodzica pierwszoplanowego. Dzieci pracujących rodziców nie mogą być karane przez system - podkreślają aktywiści.

Następne postulowane zmiany to m.in. alimenty dla dzieci porzuconych ekonomicznie (np. niemających praw do renty rodzinnej oraz pozostających bez praw do uzyskania alimentów z tytułu nieznanego ojca) oraz wprowadzenie wreszcie w Polsce corocznie waloryzowanych tabel alimentacyjnych. Takich, które jak w innych krajach, określają stawki alimentów z uwzględnieniem wieku dziecka, sytuacji społecznej oraz zawodowej, możliwości zarobkowych strony zobowiązanej do alimentacji. Na mocy tychże tabel następowałaby coroczna waloryzacja świadczeń alimentacyjnych.

Dość przyzwolenia na niepłacenie alimentów!

Od początku działalności koalicji „Dla Miliona Dzieci" jednym z jej podstawowych postulatów jest doprowadzenie do społecznej zmiany w Polsce.

„Należy wprowadzić społeczną presję w zakresie obowiązku płacenia alimentów, zwiększyć działania edukacyjne i świadomościowe w zakresie potrzeb dzieci. Postulujemy realizację kampanii społecznych pokazujących dobre praktyki w zakresie tworzenia pozytywnych relacji poseparacyjnych, w tym zgodnej alimentacji. Kampania skierowana powinna być również do policjantów i prokuratorów, pracowników sądów i OZSS w celu wzmocnienia reakcji organów ścigania za przestępstwo, jakim jest niealimentacja" - tak w skrócie opisuje ten kierunek koalicja aktywistów.

O tym, jak bardzo wciąż zakorzenione jest w Polsce przymykanie oka i tolerowanie niepłacenia alimentów, można by napisać tomy. - Szef idzie na rękę i zatrudnia tatusia na czarno. Teściowa (a jednocześnie babcia naszych dzieci!) pomaga mu ukrywać majątek. Nowa partnerka robi to samo (a przecież też jest kobietą i matką); koledzy łączą się z tatusiem w bólu przy piwku, narzekając na tę jędzę, która ciśnie go o alimenty - wylicza pani Marta z Kujawsko-Pomorskiego, która przez kilka lat osiwiała, jak mówi, walcząc o alimenty. I dodaje, że równego jej zapału nie wykazywali ani komornik, ani prokuratura, którą próbowała zainteresować sprawą.©℗

eprasa.pl 26c71cf597

HIPOKRATES 2024. Oto kolejni uczestnicy

Poznajcie kolejnych uczestników wielkiego plebiscytu medycznego HIPOKRATES. Kandydatów do nagród w 22 kategoriach zgłosili pacjenci. Laureaci zostaną wybrani w głosowaniu, dzięki któremu znamy obecnych liderów.

Po raz kolejny głosami naszych Czytelników wybieramy laureaci nagród między innymi dla wyróżniających się pracowników ochrony zdrowia, którzy nie tylko skutecznie pomagają, ale też wykazują się wyjątkowym, empatycznym podejściem do pacjentów. - Każdego dnia wykonują niezwykle wartościową i wymagającą pracę, która zasługuje na najwyższe uznanie - mówi Kamila Kalinowska, koordynatorka plebiscytu. Zaszczytne tytuły zostaną przyznane najpierw w ramach województwa, a potem odbędzie się ogólnopolski finał. Akcję zakończy uroczysta gala na Zamku Królewskim w Warszawie! Poznajcie bliżej kolejnych wybranych uczestników plebiscytu oraz liderów plebiscytowych rankingów, którzy doskonale sobie w nim radzą, dzięki głosom pacjentów. A już za tydzień kolejna publikacja.

Chce zarażać swoją pasją kolejne pokolenia farmaceutów

Szansę na tytuł Farmaceuty Roku ma Lias Saed (Apteka Rosa, Łódź). Nominacja to dla Niego dowód, że Jego praca jest doceniana.

Lias Saed

Co Pan poczuł, otrzymując nominację do tytułu Farmaceuta Roku w plebiscycie Hipokrates?
Jest to dla mnie ogromny zaszczyt, że mogłem się znaleźć w tak zaszczytnym gronie; wyróżnienie i motywacja do jeszcze większego zaangażowania. Jest to jednak także dowodem na to, że moja praca jest niezwykle doceniana przez moich pacjentów, co jest dla mnie bardzo ważne.

Dlaczego wybrał Pan zawód związany z medycyną?
Przede wszystkim była chęć pomocy ludziom - nie tylko zdrowym, ale również osobom z różnymi schorzeniami, a także chęć dzielenia się wiedzą oraz zarażenie swoją pasją kolejnych pokoleń farmaceutów. Miałem również na celu to, by potwierdzić światu, że farmaceuta jest niezbędnym elementem służby zdrowia.

Pomysł na wybranie zawodu zaszczepiła w Nim mama

Patryk Pęczek (Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Sieradz) jest jednym z liderów kategorii Ratownik Medyczny Roku.

Patryk Pęczek

Czy zawsze chciał Pan zostać ratownikiem?
Pomysł na wybranie zawodu, jakim jest ratownictwo medyczne, zaszczepiła we mnie moja mama, która jest pielęgniarką już ponad 25 lat. Zawsze podziwiałem, z jakim zaangażowaniem podchodzi do swojej pracy oraz fascynowały mnie przypadki medyczne, o których mi czasami opowiadała w domu. Zawsze chciałem być tą pierwszą osobą, która ma kontakt z pacjentem, gdy znajduje się on w stanie zagrożenia zdrowia i życia.

Co motywuje Pana do pracy z tak dużym zaangażowaniem i poświęceniem?
Najbardziej motywuje to, że mogę nieść pomoc ludziom o każdej porze dnia i nocy, gdy tego potrzebują i fakt, że są zadowoleni z pomocy, jaką im niosę podczas każdej wizyty.

Jest szczęśliwa, że może dać ludziom ukojenie i nadzieję

Oto kolejna wspaniała pielęgniarka - Jolanta Cieślak (SPZOZ Czarnożyły, Czarnożyły)

Jolanta Cieślak

Proszę opowiedzieć Czytelnikom, dlaczego wybrała Pani zawód związany z medycyną?
Zawsze chciałam robić coś w moim życiu, co miałoby sens. Myślę, że może to moja wrażliwość na cierpienie innych i chęć niesienia pomocy. Praca, która daje niezwykły przywilej, że mogę coś zmienić. Dać ukojenie, nadzieję.

Co najbardziej lubi Pani w swojej pracy?
Kontakt z ludźmi. Praca, która daje niezwykły przywilej, że mogę coś zmienić w życiu innych. Uratować na przykład kończynę przed amputacją. Szczęście i wdzięczność pacjentów po zakończeniu leczenia, które są dla mnie najlepszą zapłata za leczenie i opiekę.

A co jest najtrudniejsze?
Myślę, że bezradność. Pomimo wiedzy i umiejętności i ogromnych chęci czasami jesteśmy bezsilni i nie możemy pomóc...

Już jako mała dziewczynka bawiła się w lekarza właśnie

- Od kiedy sięgam pamięcią, zawsze chciałam leczyć ludzi - mówi Iwona Piasta (Prywatna Praktyka Stomatologiczna Iwona Piasta, Piotrków Trybunalski).

Iwona Piasta

Jak odbiera Pani nominację do akcji Hipokrates?
Jestem niezmiernie wzruszona i mile zaskoczona tą nominacją. Cieszę się, że moja praca została zauważona i w ten sposób wyróżniona. To z pewnością będzie mnie motywować do dalszego rozwoju.

Dlaczego zdecydowała się Pani na zwód stomatologa?
Od kiedy sięgam pamięcią, zawsze chciałam leczyć ludzi. Już jako mała dziewczynka, bawiłam się w „doktora". Przechodząc przez kolejne etapy nauki, myślałam o studiach medycznych. Nie posiadałam się z radości, kiedy dostałam się na upragnione studia. Marzenia się spełniają.

Co najbardziej Pani lubi w swojej pracy?
Spokój i ulgę na twarzy pacjenta, kiedy mija ból.

Patronat Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia

NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia

Partner główny plebiscytu

APTEO®

Partner plebiscytu

Izba Diagnostów Laboratoryjnych KIDL

LIDERZY RANKINGÓW

LEKARZ RODZINNY I POZ ROKU
1. **Piotr Koziński, Przychodnia Eskulap, Prywatny Gabinet Internistyczny,** Kutno
2. **Dominika Wojsz, Centrum Medyczne Ogrodowa,** Skierniewice
3. **Dawid Bednarski, Kleszczowska Przychodnia Salus,** Kleszczów

PEDIATRA ROKU
1. **Anna Pawlik, Anna Pawlik Prywatna Praktyka Lekarska,** Łódź
2. **Aleksandra Rosiak-Kawka, Centrum Medyczne Ogrodowa,** Skierniewice
3. **Krzysztof Dębowski, Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego,** Sieradz

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Patryk Chruśliński, Hospicjum Łódzkie,** Łódź
2. **Magdalena Kopytek, Samodzielny Szpital Wojewódzki im. Mikołaja Kopernika,** Piotrków Trybunalski
3. **Halina Tańska, Poddębickie Centrum Zdrowia,** Poddębice

STOMATOLOG ROKU
1. **Ali Koussan, Optimum Clinic,** Łódź
2. **Iwona Piasta, Prywatna Praktyka Stomatologiczna Iwona Piasta,** Piotrków Trybunalski
3. **Renata Wojtal, Gabinet Stomatologiczny,** Pabianice

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Monika Dymecka, POZ Ogrodowa,** Bolimów
2. **Anna Kaczmarek, Poradnia Lekarzy Rodzinnych,** Łódź
3. **Julia Kowalska, Szpital Wielospecjalistyczny Medeor,** Łódź

GINEKOLOG ROKU
1. **Barbara Maziarz-Wawszczak, Primo Medica,** Radomsko
2. **Mateusz Nowak, Tomaszowskie Centrum Zdrowia,** Tomaszów Mazowiecki
3. **Aleksandra Szcześniewska, Olkai Matka Gabinety Medyczne,** Łódź

CHIRURG ROKU
1. **dr n. med. Artur Terlecki, Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 2,** Łódź
2. **Maciej Amsolik, Tomaszowskie Centrum Zdrowia,** Tomaszów Mazowiecki
3. **Mariusz Łochowski, Wojewódzkie Wielospecjalistyczne Centrum Onkologii i Traumatologii im. M. Kopernika,** Łódź

ORTOPEDA ROKU
1. **Michał Groblewski, Salve Medica,** Łódź
2. **Jarosław Dębski, Tomaszowskie Centrum Zdrowia,** Tomaszów Mazowiecki
3. **Rafał Długozima, Sporto,** Łódź

FIZJOTERAPEUTA ROKU
1. **mgr Michał Dębiec, NZOZ Vita-med,** Opoczno
2. **mgr Joanna Nawrotek, Kinesis Gabinet Rehabilitacji Funkcjonalnej Mariusz Zuterek,** Łódź
3. **Anna Dylewska-Domiza, Instytut Centrum Zdrowia Matki Polki,** Łódź

KARDIOLOG ROKU
1. **dr n. med. Ewa Szymczyk, Pro Salus Lekarze Kliniczni,** Łódź
2. **Aneta Antkowicz, Salve Medica,** Łódź
3. **Sebastian Kołowacik, Szpital MSWiA,** Łódź

NEUROLOG ROKU
1. **Agnieszka Pawelec-Kuchnio, Szpital im. Kopernika,** Łódź
2. **Małgorzata Zielińska, Centrum Medyczne Księży Młyn,** Łódź
3. **Anna Karpińska-Świderska, Salve Medicaw Łodzi i GA-Med,** Ozorków

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Agata Łukawska Gil, Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego,** Sieradz
2. **Mariusz Blewniewski, Wojewódzkie Wielospecjalistyczne Centrum Onkologii i Traumatologii im. M. Kopernika,** Łódź
3. **Maciej Kupczak, Gminny Ośrodek Zdrowia w Parzęczewie,** Parzęczew

OKULISTA ROKU
1. **dr n. med. Natalia Skuza, Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. WAM,** Łódź
2. **dr n. med. Zofia Pniakowska, Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 2 Uniwersytetu Medycznego w Łodzi,** Łódź
3. **Tomasz Włodarczyk, Gabinet okulistyczny Oczy-Vista Tomasz Włodarczyk,** Łódź

DERMATOLOG ROKU
1. **dr n. med. Aleksandra Bała-Wojsznis, AVA-MED Gabinet Lekarski,** Łódź
2. **dr n. med. Ewa Trzcińska-Bill, Centrum Opieki Zdrowotnej Orkan-Med,** Ksawerów
3. **Marcin Noweta, Multi Clinic Centrum Medyczne Księży Młyn,** Łódź

LARYNGOLOG ROKU
1. **dr n. med. Jolanta Chmielecka-Rutkowska, USK nr. 1,** Łódź
2. **dr n. med. Katarzyna Bojanowska-Poźniak, Łódzkie Centrum Medyczne Audika,** Łódź

RADIOLOG/TECHNIK RADIOLOGII ROKU
1. **Konrad Cukier, PUROMED,** Łódź
2. **Artur Zychowicz, Multi Clinic Centrum Medyczne Księży Młyn,** Łódź
3. **Michał Błaszczyk, Miejskie Centrum Medyczne Polesie,** Łódź

ORTODONTA ROKU
1. **Aleksandra Sosnowska, Centrum Stomatologii Estetycznej AQUARIUS,** Bełchatów
2. **Oktawia Antczak, Klinika Uśmiechu,** Łódź
3. **Wojciech Radliński, Ortorad Clinic,** Łódź

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
11. **Marcin Kos, Miejskie Centrum Medyczne Polesie,** Łódź
2. **dr n. med. Waldemar Kowalczyk, Szpital Chorób Płuc im. Bł. Ojca Rafała Chylińskiego,** Łódź
3. **mgr Krzysztof Zarychta, Wojewódzki Specjalistyczny Szpital im. dr. Wł. Biegańskiego,** Łódź

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Lias Saed, Apteka Rosa,** Łódź
2. **Magdalena Witkowska, Apteka im.Kopernika,** Łódź
3. **Elżbieta Kwaśniewska, Apteka Społeczna na Rawskiej Grupa Nowa Farmacja,** Skierniewice

RATOWNIK MEDYCZNY/PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Patryk Pęczek, Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego,** Sieradz
2. **Cezary Obuchowski, Ratownik Przed Medyczny - Sztab Ratownictwa Medycznego w Bełchatowie,** Bełchatów
3. **Monika Sztuder, Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego,** Warta

Więcej na www.dzienniklodzki.pl/hipokrates

eprasa.pl 26c71cf597

gratka motoryzacja

Dziennik ŁÓDZKI

gratka

dodatek bezpłatny
www.gratka.pl
Środa, 18.09.2024
Nr 1440

Potrzebuje

BEZ opłat odbiorę graty z likwidacji domu, garażu, strychu, 517-427-930

MEBLE pokojowe, kuchenne, sprzęt AGD i RTV - nieodpłatnie, 661-027-265

PROSPEKTY aut, motocykli z lat 60, 70, 80-tych, 608-097-274

PRZYJMĘ ubrania męskie S lub M i młodzieżowe, 517-427-930

Hobby

ANTYKI

MEBLE obrazy porcelanę szkło lampy szable bagnety medale odznaczenia starocie kupię, 608-207-652

PRL - Zabawki, autka, żołnierzyki, kolejki, komiksy, płyty, znaczki, monety, banknoty kupię, 608-207-652

ZWIERZĘTA

RÓŻNE

BYCZKI, krowa sprzedam 784-037-211

GĘSI sprzedam, 506-102-357

KLACZE konie zimnokrwiste, odsatka źrebak sprzedam, 512-763-974

Turystyka

NOCLEGI

PENSJONATY

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Mieszkania

BLOKI SPRZEDAM

31,5 m^2, cegła, wys. 3m, wysoki parter, Zdrowie, bezpośrednio, 600-526-404

KAWALERKA, Ip., balkon, Koziny, 602-212-139 po 17.00

M2 Górna, 880-134-400

M3 Teofilów, po remoncie, urządzone, do zamieszkania, parking 350 tys.zł do 31.10.24r, 576-331-843

M3, 52m^2, Retkinia 480 tys.zł, 602-554-848

RETKINIA, ul. Maratońska, M4, 53m^2, 666-615-266

BLOKI KUPIĘ

M-3 do remontu, bezpośrednio, 576-492-764

STARE BUD. KUPIĘ

KAMIENICĘ, udziały kupię, 601-318-907

DO WYNAJĘCIA

1 pokój w M4, 506-753-690

1 pokój, Retkinia, 668-629-888

2-POKOJOWE w domku, I piętro, umeblowane, Żabieniec, 886-760-089

25M^2 mieszkanie, 535-966-563

25M^2 Widzew, ok CKD, 506-592-529

Kawalerka, Górna, 665-600-247

KAWALERKI i samodzielne pokoje, tanio, 723-987-804

M2 Teofilów, 609-122-172

M3 osiedle Karolew, 695-414-460

M3, Ip., Kurczaki, 513-680-324

M4 Czerwony Rynek, 508-363-655

MIESZKANIE 2-pokojowe, umeblowane, parter, ul. Urzędnicza, blisko Manufaktury 1700 zł + opłaty, 696-425-736

MIESZKANIE 50 m^2 w domku 4-rodzinnym, parter, wynajmę starszym osobom na dłuższy okres, Widzew, 503-044-933

MIESZKANIE w domku dla osoby spokojnej i niepalącej, 792-134-990

Pokoje, Piękna 665-600-247

POKÓJ z kuchnią, tanio, 602-734-605

Lokale użytkowe

DO WYNAJĘCIA

14m^2, box 209, hala Bałucki Rynek, Łódź wynajmę lub sprzedam, 503-044-933

BIUROWE i magazynowe, 723-987-804

POSZUKUJĘ

NA sklep cukierniczo-piekarniczy, 501-445-051

Działki

SPRZEDAM

11,5 ha działka w gminie Lutomiersk, powiat Pabianicki. Cena 950tys. zł, 605-284-506

1200M, 512-140-146 gm. Tuszyn

4 ha ziemi - przemysł/ inwestycje przy autostradzie A1, ok. Strykowa, 518-558-410

BUDOWLANE, 883-937-566

DOMEK na działkę, namiot imprezowy sprzedam, 503-697-076

DZIAŁKA na sprzedaż, Święte Laski, gm. Maków, 2437 m^2 plus media, 668-428-776

DZIAŁKI leśne, Dąbrówka Wielka/ Zgierz, 509-403-330

Sprzęt domowy

MEBLE

STÓŁ + krzesła - 200 zł, komoda, szafa, witryna po 130 zł/szt, ławostół, fotele po 50 - 70 zł/szt., 785-971-061

SZAFKA kuchenna - 40zł, wersalka - 110zł, komoda - 120zł, szafka na buty - 90zł, 503-697-076

WERSALKA, sofa, fotel 1-2 osobowy, rozkładany po 120 - 150 zł/ szt., szafki kuchenne po 30 - 50 zł/szt., kanapa rogowa - 200 zł, 785-971-061

DYWANY

DYWANY 3 szt - 150 zł, 660-333-894

DYWANY różne, chodniki, 785-971-061

ARMATURA

NOWY Zasobnik C.W. 300litrów firmy Galmet plus grzałki 6 KW. Atrakcyjna cena, 607-917-212

AUDIO-VIDEO

KOMPAKT dyski, nagrane, 514-083-811

Komputery

NAPRAWA Komputerów Dojazd, 579-152-199

Budowlane

MATERIAŁY

DŹWIGARY drewniane, 501-529-844

KRUSZYWA drogowe z dostawą, 605-231-441

PŁYTY drogowe, 501-529-844

Handlowe

Drewno kominkowe, 502-061-012, 513-149-330

REGAŁY do sklepu, magazynu, biblioteczki itp., 605-982-276

Suche drewno opałowe sprzedam. Dowiozę, 696-618-834

WYPOSAŻENIE piekarni, cukierni, gastronomii sprzedam, 605-982-276

ZESTAW kontenerów mieszkalnych - 5 sztuk, 501-529-844

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

ŚRUTOWNIK - 400 zł, 660-333-894

TRAK, Orkan, sieczkarnia 1-rzędowa, Kombajn Anna, Lej 500 - 3000 zł, 883-937-566

ZESPÓŁ napędowy - 400 zł, 660-333-894

PŁODY ROLNE

SIANO, słoma, kostka, bele - 12zł, 883-937-566

ŻYTO. Gorczyca. Zgierz, 607-527-919

RÓŻNE

LEPIK 4 szt - 150zł, 660-333-894

PROSIĘTA, siano, sionokiszonkę, paszowóz - sprzedam, 43-841-56-48, 503-481-916

SKUP bydła, 663-569-270

USŁUGOWY zbiór kamieni polnych - maszynowo, 605-231-441

WAPNO nawozowe - sprzedaż, dostawa, rozsiew, 605-231-441

Zamienię

BECZKA, wycinak do kiszonki, przyczepa zbierająca do zielonki, prasa zwijająca Ostrówek, przyczepy na opał, 883-937-566

KRAJZEGA, hebel do kapusty, wyżymaczka na inną rzecz, 503-697-076

PRALKA automatyczna, kuchnia gaz., lodówka, zamrażarka, grzejnik elektryczny, drobne AGD na inną rzecz, 785-971-061

SIATKA ogrodzeniowa z drutu 3,15, wys. 170, tarcica dębowa obrzynana, drewno dębowe, pszczoły z ulami za pracę na działce, 605-850-800

Usługi

BUDOWLANE

Blacharstwo, dekarstwo, papa termozgrzewalna, 500-197-089

CIESIELSTWO - więźby od 10zł, 796-184-162

DACH - krycie, naprawa, 602-490-331

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY blachodachówka 8zł, ceramika 12zł, papy termo 8zł, 796-184-162

DACHY krycie, naprawy, docieplenia, obróbki blacharskie, 602-281-064

Dachy, rynny, malowanie, naprawa, 601-277-130

DEKARSTWO, termozgrzewalna - tanio, solidnie, 667-191-588

GLAZURNICTWO, 889-796-963

GŁADZIE, malowanie, 503-835-202

GŁADŹ, malowanie, glazura, remonty, 42-641-98-10, 510-322-848

KOPARKO-ŁADOWARKA 2 CX - wąskie wjazdy, 501-529-844

Łazienki kompleks., 884-312-678

MALOWANIE DACHÓW! malowanie dachów,785-633-254

MALOWANIE, itp., 693-278-268

MALOWANIE, tapetowanie z doświadczeniem, 660-289-014

MALUJ - remontuj,, 793-622-242

REKLAMA 0011154277

REKLAMA 0011170494

ANTYKWARIAT
Skup płyt winylowych, płyt CD, kaset magnetofonowych z muzyką.
Dojazd do klienta.
Tel. 503 133 524

Co masz zlecić – zleć to nam

Tutaj zlecisz ogłoszenie!
Nie tylko dla Łodzi
ul. Skorupki 17/19
42 665 94 55
reklama.lodz@polskapress.pl

eprasa.pl 26c71cf597

Renault Symbioz to ciekawe auto

motofakty.pl
Wszystko o samochodach

Ryszard M. Perczak
Motofakty.pl

Po pierwszych testach w czerwcu br. w Hiszpanii przyszła kolej na jeszcze bliższe zapoznanie się z najnowszym modelem osobowym marki Renault a mianowicie Symbioz.

FOT. RYSZARD M. PERCZAK

Renault Symbioz w podstawowej wersji Techno kosztuje od 135 900 złotych, najdroższa kosztuje od 151 900 zł

Symbioz zachowując ogólną koncepcję stylistyczną innych osobowych modeli tej marki ma na szczęście trochę w swoim wyglądzie indywidualizmu. Mimo wszystko naszym zdaniem trochę za mało aby już na pierwszy rzut oka rozpoznać w nim ten model, którym jest. Trochę w jego „twarzy" za dużo Clio oraz Captura. Na szczęście z boku i z tyłu Symbioza trudno już będzie pomylić z jakimś innym Renault. Jest to dlatego istotne ponieważ Renault ma teraz aż 7 nowych modeli i zanim się z nimi opatrzymy musi upłynąć trochą czasu.

Symbioz plasując się pośrodku tej grupy ma długość typowego crossovera klasy kompakt tj. 4,41 m.

Jeszcze przez kilka miesięcy Symbioz będzie dostępny tylko w jednej wersji napędowej tj. ze zwykłą hybrydą stworzoną z silnika benzynowego 1,5 l oraz dwóch jednostek elektrycznych o łącznej mocy 145 KM. Dla kierowcy, który nie ma ambicji sportowych ten napęd w zupełności wystarcza tym bardziej, że temperament napędu można zmieniać wybierając m.in. tryby jazdy Eco, Comfort i Sport.

W niedalekiej przyszłości poza wersją czysto elektryczną Renault do tego modelu zaproponuje jeszcze dwie „miękkie" hybrydy.

Już po zajęciu miejsca za kierownicą poczuliśmy się w tym samochodzie swobodnie. Okazało się, że deska rozdzielcza, ekran główny, kierownica to znajome elementy z innych Renault. Potwierdzamy przyzwoite wykończenie zwłaszcza wersji Esprit Alpine. Wygodne fotele, bezproblemowa obserwacja wszystkich wskaźników oraz przyrządów.

Wszystkie odcinki trasy testowej pokonywaliśmy zgodnie z przepisami. Na autostradzie było to 130 - 140 km/h, w terenie zabudowanym 40 - 50 km/h. Po zakończeniu testu z przyjemnym zaskoczeniem odnotowaliśmy na komputerze pokładowym średnie spalanie na poziomi 6,6 l/100 km. Większość trasy pokonywaliśmy w trybie Comfort, ale były także odcinki jazdy w trybie Sport. O ile na tej zmianie zauważalnie zyskiwała dynamika napędu o tyle zużycie paliwa nie zwiększyło się powyżej 0,5 l/100 km. W skrajnym przypadku włączając tryb Sport i ruszając na autostradę nie musimy się obawiać, że spalimy na każde 100 km więcej niż 8 l benzyny. W podstawowej wersji Techno (135 900 zł) model ten ma w wyposażeniu m.in: system multimedialny openR link 10,4" z nawigacją, ładowarkę indukcyjną telefonu, felgi aluminiowe 18", kartę Renault Hands Free, aktywny tempomat, kamerę cofania, klimatyzację automatyczną i szereg systemów bezpieczeństwa. Wersja Esprit Alpine (144 900 zł) zawiera ponadto: felgi aluminiowe 19", specjalne elementy wyposażenia wnętrza i podgrzewaną kierownicę. Najdroższa (Iconic), dostępna w Polsce odmiana nowego Renault Symbioz kosztuje 151 900 zł ma jeszcze: elektrycznie bezdotykowo podnoszoną klapę bagażnika, podgrzewane i regulowane fotele z przodu oraz kamerę 360 stopni.

FOT. BENTLEY

Nowy Bentley Flying Spur

Paweł Piątek
Motofakty.pl

Bentley przedstawia nowego Flying Spura, który wkracza w czwartą generację po prawie dwóch dekadach istnienia najwyższej klasy luksusowego sedana o sportowych osiągach.

Nowy Flying Spur został zbudowany w oparciu o innowacyjny układ napędowy marki Ultra Perfomance Hybrid, zapewniający mu niezwykłą wszechstronność. Z jednej strony, jest zdolny do cichej, spokojnej jazdy w trybie w pełni elektrycznym na dystansie do 76 km. Z drugiej, gdy pożądana jest bardziej dynamiczna jazda, połączona moc 782 KM silnika V8 (o 147 KM więcej niż w poprzednim modelu) oraz silnika elektrycznego zapewnia jeszcze wyższe osiągi, pozwalając mu rozpędzić się od 0 do 100 km w zaledwie 3,5 sekundy.

Cupra Terramar – oto ceny nowego SUVa

Paweł Piątek
Motofakty.pl

Klienci mogą zamawiać już na stronie producenta najnowszy pojazd z portfolio marki - CUPRĘ Terramar. Pierwsze dostawy tego modelu rozpoczną się już w listopadzie.

CUPRA Terramar jest aktualnie dostępna dla polskiego użytkownika w trzech wersjach silnikowych. Podstawową opcją jest napęd 1.5 e-TSI o mocy 150 KM. W cyklu mieszanym samochód zużywa 6,1 l na każde przebyte 100 km. Ceny tej wersji napędowej rozpoczynają się od 173 800 złotych.

Klienci mają również do wyboru CUPRĘ Terramar VZ z silnikiem 2.0 TSI o mocy 265 KM, gdzie łączne zużycie paliwa w cyklu mieszanym wynosi 8,5 l na 100 km. Samochód w tej opcji kosztuje od 229 892 zł. Pojazd w obydwu wyżej wymienionych wariantach dostępny jest z 7-biegową automatyczną skrzynią DSG. Producent w ofercie ma również wersję z silnikiem hybrydowym 1.5 e-Hybrid, która dysponuje mocą 272 KM generowaną przez jednostkę 1.5 TSI, połączoną z układem hybrydowym typu plug-in. W tej opcji łączne zużycie paliwa w cyklu mieszanym elektrycznym wynosi 17,7 kwH/100 km oraz 0,5l na każde przejechane 100 km w przypadku napędu silnikowego. W wersji hybrydowej, do dyspozycji kierowcy jest 6-biegowa automatyczna skrzynia DSG. W tym wariancie kierowca powinien liczyć się z kosztami zakupu od 240 600 złotych.

FOT. CUPRA

Ceny modelu Terramar zaczynają się od 173 800 złotych

PREMIERY

NOWY DOSTAWCZAK

Toyota Proace Max

FOT. TOYOTA

Nowa Toyota Proace Max łączy dużą ładowność z największą w klasie przestrzenią, wydajnymi napędami oraz mocnym designem. To pierwszy model marki w segmencie największych vanów (HDV). Samochód dołącza do aut z gamy Toyota Professional, czyli odświeżonych vanów Proace i Proace City oraz pick-upa Hilux. Będzie dostępny w wersji spalinowej i elektrycznej.

NOWY CROSSOVER

Nissan Ariya Nismo

FOT. NISSAN

W pełni elektryczny pojazd, zasilany akumulatorem o pojemności 87 kWh, rozwija moc maksymalną 320 kW (435 KM) i dysponuje łącznym momentem obrotowym 600 Nm. Przyspieszenie od 0 do 100 km/h trwa niecałe 5 sekund, a od 80 do 120 km/h samochód rozpędza się w zaledwie 2,4 sekundy. Rozpoczęcie sprzedaży auta jest planowane na styczeń 2025 roku.

WKRÓTCE PREMIERA!

Outlander PHEV 2024

FOT. MITSUBISHI

Nowy Outlander PHEV wykorzystuje zespół dwóch silników elektrycznych, łączący system hybrydowy typu Plug-in z napędem na cztery koła. Zaawansowany układ napędowy zasilany energią elektryczną wykorzystuje nowo opracowany akumulator napędowy o dużej pojemności, który umożliwia jazdę na długich dystansach.

eprasa.pl 26c71cf597

Dziennik ŁÓDZKI

FOT. GETTY

Mistrzowie Urody 2024

eprasa.pl 26c71cf597

PODSUMOWANIE AKCJI ZOBACZ RELACJĘ Z TEGO WYJĄTKOWEGO WYDARZENIA NA NASZEJ STRONIE WWW

Zwycięzcy Mistrzów Urody nagrodzeni na pięknej gali

Katarzyna Dębek
oprac.kb

14 września odbyła się uroczysta gala Mistrzów Urody 2024, na której nagrodziliśmy specjalistów z branży beauty.

Mistrzowie Urody to wyjątkowy i największy w Polsce plebiscyt w branży beauty. Uroczystość podsumowująca tegoroczną edycję odbyła się w Warszawie, a zaproszono na nią wszystkich finalistów i zwycięzców w każdej kategorii plebiscytu.

Na scenie targów Beauty Forum&Hair w Warszawskim Centrum EXPO XXI pojawił się też gość specjalny - Michał Łenczyński, który od lat wspiera plebiscyt Mistrzowie Urody. Łenczyński to wyjątkowa osobowość i ekspert rynku beauty, założyciel społeczności i organizacji Beauty Razem. To właśnie on wręczył statuetki wszystkim wygranym i wyróżnionym.

Niezwykła impreza w towarzystwie gwiazd

Uroczystość przygotowana dla Mistrzów Urody nie skończyła się na targach. Laureaci zostali zaproszeni na after party, podczas którego czekała ich moc atrakcji. Grupa Polska Press zorganizowała dla zacnego grona specjalistów bankiet, jakiego jeszcze nie było. Zwycięzcy mogli celebrować swój sukces wśród takich gwiazd, jak Doda, Natasza Urbańska czy Teresa Lipowska, a wszystko to działo się w restauracji STIXX.

Na specjalnie przygotowanej ściance mogli zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie i podzielić się z dziennikarzami emocjami, jakie towarzyszyły Im podczas odbierania nagrody. Oprócz tego mogli skosztować przepysznych dań i cieszyć się z innymi swoim niebywałym sukcesem.

Mistrzowie Urody 2024 – poznaj zwycięzców w skali Polski

Fryzjer Roku Polski 2024 - I miejsce: Grzegorz Bajek - Szalone Nożyczki, Bydgoszcz (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Robert Ciupek - Fryzjer bez włosów, Chorzów (woj. śląskie), III miejsce: Aleksandra Gut - Gabinet Paradise, Elbląg (woj. warmińsko-mazurskie).

Kosmetyczka Roku Polski 2024 - I miejsce: Joanna Dalgiewicz - Projekt Beauty Lab, Warszawa (woj. mazowieckie), II miejsce: Paulina Rybicka - Salon Kosmetyczny Paula, Koszalin (woj. zachodniopomorskie), III miejsce: Anna Czarny - Freya Salon Kosmetyczny, Sielska Woda (woj. opolskie).

Stylistka Paznokci Roku Polski 2024 - I miejsce: Oksana Timokhova - Timokhova nails, Chrzanów (woj. małopolskie), II miejsce: Karolina Krynicka - Stylizacja Paznokci Hotel Caspar, Jelenia Góra (woj. dolnośląskie), III miejsce: Ewelina Tkacz-Bańkowska - Infinite Beauty Studio, Wysokie Mazowieckie (woj. podlaskie).

Make-up Artist Roku Polski 2024 - I miejsce: Izabela Kokoszka - Izabela Kokoszka Make Up Artist, Żarówka (województwo podkarpackie), II miejsce: Małgorzata Miler - MargheritaMiler makeup, Kutno (woj. łódzkie), III miejsce: Patrycja Wrzosek - Patrycja Wrzosek Make-up, Nowy Dwór Gdański (woj. pomorskie),III miejsce: Marta Króliczek - Bunny Art, Żory (woj. śląskie).

Linergistka Roku Polski 2024 - I miejsce: Maria Wyszyńska - Mary Salon Urody Maria Wyszyńska, Rzeszów (woj. podkarpackie), II miejsce: Iryna Iwanishyn - Studia Idealnego spojrzenia BROW ME, Rabka-Zdrój (woj. małopolskie), III miejsce: Sylwia Brzozowska - Brzoza Tattoo, Włocławek (woj. kujawsko-pomorskie).

Stylistka Rzęs i Brwi Roku Polski 2024 - I miejsce: Karolina Zielińska - White&Black, Lublin (woj. lubelskie), II miejsce: Patrycja Stanek - Lash&Beauty by Stanek, Rybnik (woj. śląskie), III miejsce: Natalia Płatek - NP-Lashes&Brows, Lubsko (woj. lubuskie).

Kosmetolog Roku Polski 2024 - I miejsce: Anna Czarny - Salon Kosmetyczny FREYA, Sielska Woda (woj. opolskie) II miejsce: Agnieszka Hennig - Atelier Urody, Żarów (woj. dolnośląskie), III miejsce: Agnieszka Bednarska - Gabinet Kosmetologii i Medycyny Estetycznej Estetica, Oświęcim (woj. małopolskie).

Barber Roku Polski 2024 - I miejsce: Bartosz Włoch - Excellence Barber Shop, Gdynia (woj. pomorskie), II miejsce: Bartosz Czechowicz - Barberjo, Bydgoszcz (woj. kujawsko-pomorskie), III miejsce: Antoni Boksiński - Barbershop Antoni Boksiński, Daleszyce (woj. świętokrzyskie).

Mistrz Tatuażu Roku Polski 2024 - I miejsce: Marcin Nencek - Marcin Nencek Grey eye Tattoo, Kraków (woj. małopolskie), II miejsce: Paulina Boberska - Sphinx Tattoo Studio, Słubice (woj. lubuskie), III miejsce: Natalia Zwatykanicz - Tattoo Shop, Rumia (woj. pomorskie).

Trener Personalny Roku Polski 2024 - I miejsce: Arkadiusz Czajkowski - Arkadiusz Czajkowski - Trener Personalny, Bydgoszcz (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Joanna Rutka - Joanna Rutka Trener&Dietetyk, Kraków (woj. małopolskie), III miejsce: Grzegorz Chmiel - Siłownia Well Fitness, Bytom (woj. śląskie).

Masażysta Roku Polski 2024 - I miejsce: Małgorzata Borowiec - Salon Masażu Natural, Nowy Sącz (woj. małopolskie), II miejsce: Marcin Wandel - DeLuxus, Rybnik (woj. śląskie), III miejsce: Natalia Ciołko-Wronowska - Gabinet Kosmetologiczny Kosmotalia, Bydgoszcz (woj. kujawsko-pomorskie).

Dietetyk Roku Polski 2024 - I miejsce: Emilia Kościelniak - Centrum Dietetyczne Emilia Kościelniak, Gózd (woj. mazowieckie), II miejsce: Olga Piwowar - Dietetyk dla Insulinooopornych - Olga Piwowar, Kielce (woj. świętokrzyskie), III m.: Katarzyna Cebula - NaturHouse Retkinia, Łódź (woj. łódzkie).

Podolog Roku Polski 2024 - I miejsce: Edyta Gelo - Studio Nefra, Lisów (woj. lubelskie), II miejsce: Paweł Wojecki - Studio Kosmetyczne Wenus, Gdańsk (woj. pomorskie), III miejsce: Adriana Major - Przychodnia Medyczno-Podologiczna, Warszawa (woj. mazowieckie).

Stylistka Mody Roku Polski 2024 - I miejsce: Elżbieta Tarłowska - Eltek, Kalsk (woj. lubuskie), II miejsce: Natalia Zdrojewska - Pracownia Krawiecka by Nathalie Natalia Zdrojewska, Brodnica (woj. kujawsko-pomorskie), III miejsce: Monika Sekuła - Monika Sekuła Osobista Stylistka, Poznań (woj. wielkopolskie).

Salon Fryzjerski Roku Polski 2024 - I miejsce: Szalone Nożyczki Grzegorz Bajek - Bydgoszcz, Curie 92B (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Hair House by Lara - Szczecin, Tkacka 66B (woj. zachodniopomorskie), III miejsce: Frisor BarberShop - Kraków, Starowiślna 35 (woj. małopolskie).

Studio Urody Roku Polski 2024 - I miejsce: Freya Salon Kosmetyczny - Sielska Woda, Szczupakowa 23 (woj. opolskie), II miejsce: Wisanti - Rąbień, Słowiańska 14 (woj. łódzkie), III miejsce: Trwałe Piękno Makijaż Permanentny Anna Łukaszewska - Gdańsk, Jana Pawła II 3A (woj. pomorskie).

eprasa.pl 26c71cf597

FRYZJER ROKU MIEJSCE I

Dawid Bernat Łódź

Dawid Bernat, właściciel salonu David Bernat Hair Design w Łodzi, to fryzjer z 19-letnim doświadczeniem, który zdobył uznanie nie tylko w Polsce, ale i za granicą. Jego kariera to nie tylko praca z klientami, ale również edukacja przyszłych mistrzów fryzjerstwa. - Jestem certyfikowanym stylistą, globalnym kreatorem fryzur oraz międzynarodowym edukatorem fryzjerstwa - mówi. Fryzjerstwo to dla Niego nie tylko zawód, ale pasja przekazywana z pokolenia na pokolenie. - Jestem trzecim pokoleniem fryzjerów w mojej rodzinie. Babcia, która zapoczątkowała naszą rodzinną pasję, była moją największą inspiracją - wspomina. Już jako dziecko podpatrywał Jej pracę, co rozbudziło w nim miłość do tego zawodu. - Fryzjerstwo to Ja - dodaje. Tworzenie fryzur to dla Pana Dawida kreowanie unikalnych, spersonalizowanych dzieł sztuki. - Największą radość daje mi uśmiech klientki, kiedy widzi swoje nowe odbicie w lustrze - wyjaśnia.

MIEJSCE II

Daniel Janiak Kolonia Bolimowska-Wieś

Daniel Janiak, właściciel Studia Fryzur Janiak w Kolonii Bolimowskiej-Wsi, już od 18. roku życia realizuje swoją pasję do fryzjerstwa. - Moja przygoda z fryzjerstwem zaczęła się przypadkiem, kiedy w wieku 15 lat podglądałem fryzjera upinającego włosy mojej mamy na wesele. Efekt końcowy mojego pierwszego upięcia był tak zbliżony do tego, co zrobił profesjonalista, że zapragnąłem spróbować sił w tej dziedzinie - wspomina. W wieku 20 lat podjął odważną decyzję i otworzył własny salon, który działa na rynku już od 13 lat. - Chciałem wypłynąć na głęboką wodę i stworzyć coś własnego. Teraz wiem, że to była słuszna decyzja - mówi. W pracy ceni sobie relacje z klientami oraz wyjątkową atmosferę, jaka panuje w salonie.

MIEJSCE III

Ilona Marchewka-Szewczyk Mobilny Salon Fryzjerski Lona, Kietlin

BARBER ROKU MIEJSCE I

Agnieszka Dudojć Łódź

Agnieszka Dudojć, właścicielka Hair Studio by Agnieszka Dudojć w Łodzi, zdobyła pierwsze miejsce w plebiscycie Mistrzowie Urody. - Sama nominacja do konkursu oraz zwycięstwo, już po raz drugi, jest dla mnie ogromnym zaskoczeniem, wyrazem uznania i docenienia mojej pracy. To ogromna radość dla mnie - mówi Dudojć, która w zawodzie pracuje już 23 lata. Pasja do barberingu zrodziła się w 2016 roku. - Uwielbiam zajmować się wszystkim, co związane jest z brodą. Moja specjalnością jest koloryzacja - dodaje. Pani Agnieszka nie tylko dba o swoich klientów, ale także angażuje się w działania charytatywne. - Dziękuję mojej ekipie za wsparcie w organizacji wydarzenia „Brodata Uć płynie z pomocą", gdzie pomagamy dzieciom z 4 Domów Dziecka w Łodzi - mówi. Pasjonuje Ją również dzielenie się wiedzą z młodymi adeptami fryzjerstwa.

MIEJSCE II

Sebastian Nagórka Tomaszów Mazowiecki

Sebastian Nagórka, właściciel Elite Barber Shop w Tomaszowie Mazowieckim, rozpoczął swoją przygodę z fryzjerstwem w 1999 roku, choć początkowo nie była to świadoma decyzja. - Inspiracja przyszła z czasem, na początku był to nieświadomy wybór. Dziś nie wyobrażam sobie, że mógłbym wykonywać inny zawód - mówi. W 2002 roku zaczął pracę u mistrza Jacka Ostrowskiego, gdzie zdobywał swoje pierwsze doświadczenia. Pan Sebastian podkreśla, że dobry fryzjer czy barber to także psycholog. - Fryzjer musi umieć słuchać i być wyrozumiałym dla swoich klientów, ale poczucie humoru też jest bardzo dobrą cechą - dodaje.

MIEJSCE III

Waldemar Zawadzki Zakład Fryzjerski Waldi, Biała Rawska

KOSMETYCZKA ROKU MIEJSCE I

Klaudia Górna Zelów

Klaudia Górna, właścicielka salonu Aurora w Zelowie, wykonuje zawód kosmetyczki od 7 lat. Swoją przygodę z branżą beauty zaczęła już jako nastolatka. – Moje pierwsze zarobione pieniądze na truskawkach wydałam na zestaw do robienia paznokci. Na początku robiłam je sobie, potem siostrze, mamie, a nagle okazało się, że robię paznokcie połowie rodziny. Po ukończeniu szkoły poszła na wizaż, który stał się jej hobby, jednak prawdziwą pasję odnalazła w kosmetologii. – Rozpoczęłam pracę w salonie, gdzie zdobyłam cenne doświadczenie. Od 2 lat prowadzę własny salon urody i czuję się spełniona. Choć praca na własnej działalności bywa trudna, jest zdecydowanie tego warta. Pani Klaudia specjalizuje się w oprawie oka, oferując m.in. hennę pudrową, laminację rzęs i brwi oraz przedłużanie brwi. – Moim konikiem są paznokcie, od nich wszystko się zaczęło – mówi z uśmiechem.

MIEJSCE II

Marta Kaczmarek Ogrody Słońca, Zgierz

MIEJSCE III

Agnieszka Matusiak, Oaza Piękna, Kutno i Maria Krajewska, Good Look, Łódź

eprasa.pl 26c71cf597

MAKE-UP ARTIST ROKU MIEJSCE I

Małgorzata Miler Kutno

Małgorzata Miler, właścicielka MargheritaMiler Makeup z Kutna, zdobyła pierwsze miejsce w plebiscycie Mistrzowie Urody. - To dla mnie ogromne wyróżnienie i miła niespodzianka, nie spodziewałam się takiego zaangażowania od klientek i przyjaciół. Jej przygoda z makijażem rozpoczęła się 4 lata temu, kiedy to zaczęła malować koleżanki i rodzinę na małe uroczystości. Pani Małgorzata podkreśla, że to właśnie pasja do makijażu jest dla Niej kluczowa, by spełniać się w tej pracy. - Zawsze staram się doradzić klientkom, co im pasuje, a czego lepiej unikać, co zyskało ich uznanie. Uwielbiam kontakt z nowymi ludźmi i ich uśmiechy, gdy widzą efekt w lustrze. Małgorzata Miler nie tylko upiększa, ale także służy profesjonalnym doradztwem. - Cenię sobie możliwość wpływania na pewność siebie swoich klientek i cieszę się, że mogę realizować swoją pasję w tak satysfakcjonujący sposób - zaznacza.

MIEJSCE II

Anna Kwiecień Skierniewice

Anna Kwiecień, właścicielka Anna Kwiecień Makeup ze Skierniewic, zdobyła uznanie za swoje umiejętności w dziedzinie beauty. Od prawie 10 lat pasjonuje się makijażem. W branży działa z pasją i zaangażowaniem od 7 lat, a ostatnio intensywnie rozwija swoją markę na social mediach, głównie na Facebooku i Instagramie. Pani Anna ma jasno określoną misję: - Chcę pokazać każdej kobiecie jej naturalne piękno, zadbać o wizerunek i podkreślić jej urodę, zamiast ją zakrywać i przerysowywać - podkreśla. Jej podejście do makijażu, które stawia na naturalność i indywidualne piękno, zdobyło uznanie klientów i wzmocniło pozycję w branży.

MIEJSCE III

Weronika Wójcik Łódź

Weronika Wójcik, założycielka Glowly Concept w Łodzi, od 2,5 roku profesjonalnie zajmuje się wizażem. - Początkowo zaczęłam od tutoriali, ucząc się na sobie i bliskich. Następnie zdecydowałam się na profesjonalny kurs, który pozwolił mi zdobyć nowe techniki i doświadczenie - opowiada Wójcik. Jej pasją są makijaże ślubne. - Kocham klimat tego wyjątkowego dnia i cieszy mnie, gdy panny młode decydują się przeżyć go z moją pomocą - mówi. - Reakcje klientów na ich wygląd są dla mnie czymś pięknym - dodaje. Specjalizuje się również w makijażu Glow. - Uwielbiam delikatny look, który wymaga dużo wiedzy i techniki - podkreśla.

LINERGISTKA ROKU MIEJSCE I

Anna Stępińska Łódź

Anna Stępińska, właścicielka studia Fineline - Permanent Makeup w Łodzi, zdobyła uznanie w branży linergistyki dzięki swojej pasji i determinacji. - Moja przygoda z branżą zaczęła się dwa lata temu. Postanowiłam całkowicie się przekwalifikować i spełnić marzenia o własnym studiu makijażu permanentnego. Fineline powstało z miłości do naturalnych pigmentacji i chęci ułatwiania kobietom życia. Pani Anna podkreśla, że jej celem jest ułatwienie codziennego życia klientkom. - Żyjemy w ciągłym biegu, a poprawianie rozmazanych brwi nie ułatwia sprawy. Makijaż permanentny pomaga kobietom, które mają problemy z brwiami lub po prostu chcą wyglądać dobrze bez codziennego wysiłku. Linergistka stale podnosi swoje kwalifikacje, uczestnicząc w szkoleniach po całym kraju. - Nieważne, ile kilometrów trzeba pokonać, ważne, by były to najlepsze szkolenia - dodaje.

MIEJSCE II

Kinga Sankowska Tomaszów Mazowiecki

Kinga Sankowska, właścicielka Kinga Sankowska Permanent&Beauty w Tomaszowie Mazowieckim, zdobyła trzecie miejsce w plebiscycie Mistrzowie Urody. - Jestem kosmetologiem i linergistką z zamiłowania, nie tylko z wykształcenia. - Indywidualne podejście do klientów jest dla Niej kluczowe. Chce, aby każdy czuł się wyjątkowo i dobrze podczas wizyty. Pani Kinga podkreśla, że w branży nie można spoczywać na laurach. - Ciągle zdobywam wiedzę na szkoleniach i webinarach, bo kluczowe jest „nie szkodzić" - podkreśla. Jej specjalnością są brwi, które uwielbia stylizować.

MIEJSCE III

Paulina Nowakowska Essa Beauty Studio Urody, Łódź

STYLISTKA RZĘS I BRWI ROKU MIEJSCE I

Magdalena Zaręba Pabianice

Po ukończeniu profesjonalnych szkoleń z zakresu stylizacji brwi i rzęs w 2023 roku, Magdalena Zaręba we wrześniu otworzyła swój salon. - Ukończyłam szkolenie z henną pudrową, farbką, depilacji woskiem oraz laminacji brwi i rzęs. Teraz kontynuuję naukę, właśnie skończyłam szkolenie z makijażu permanentnego - dodaje. Dbałość o detale i perfekcja to dla niej priorytety. Oddaje się swojej pracy w 100%, dąży do perfekcji, bardzo zależy Jej na zbudowaniu więzi z klientkami. - Kocham to, co robię. Absolutnie nie cechuje mnie pośpiech, lecz idealnie wykonana praca. Moim celem jest, aby każda klientka widząc efekt pracy, mogła powiedzieć „WOW" - podkreśla pani Magdalena. Jej inspiracją jest mentorka, Eliza Filipowicz, a także utalentowane stylistki z całego świata, które śledzi w social mediach. - Inspiruję się ich pracami i nieustannie szlifuję swoje umiejętności - dodaje.

MIEJSCE II

Lena Kaczmarska Tomaszów Mazowiecki

Lena Kaczmarska, właścicielka salonu Mirella w Tomaszowie Mazowieckim, rozpoczęła swoją przygodę z branżą kosmetyczną w 2009 roku. - Moja mama była moją największą inspiracją. Jako dziecko z ciekawością przyglądałam się, jak robiła makijaż i manicure. Uwielbiałam korzystać z jej kosmetyków - wspomina Lena Kaczmarska. Stylistka nieustannie rozwija swoje umiejętności, uczestnicząc w licznych kursach i szkoleniach. - Regularnie śledzę zmieniające się trendy i modę w kosmetyce, aby dostosować swoje umiejętności do najnowszych standardów - dodaje. Inspiracje czerpie z piękna natury oraz dawnych i współczesnych trendów modowych.

MIEJSCE III

Aleksandra Kapitaniak Kamieńsk

Aleksandra Kapitaniak z salonu Permanent Beauty w Kamieńsku zdobyła wyróżnienie w plebiscycie, zajmując wysokie, trzecie miejsce. To niesamowite doświadczenie, które utwierdza Ją w przekonaniu, że podąża w dobrą stronę. W branży kosmetycznej jest od 5 lat, a swoją karierę rozpoczęła, idąc w ślady siostry. - Od zawsze interesowało mnie to, co robiła, więc postanowiłam również spróbować swoich sił - dodaje. Jej specjalnościami są aplikacja rzęs oraz makijaż permanentny. - W mojej pracy lubię wszystko, co związane z upiększaniem i poprawianiem wyglądu klientek - przyznaje pani Aleksandra. Jej zaangażowanie i pasja do kosmetyki sprawiają, że z przyjemnością rozwija swoje umiejętności.

eprasa.pl 26c71cf597

STYLISTKA PAZNOKCI ROKU MIEJSCE I

Kinga Proszowska Radomsko

Kinga Proszowska, właścicielka Sekretów Kosmetologii w Radomsku, zwyciężyła w plebiscycie Mistrzowie Urody. - Wyróżnienie w tej akcji jest dla mnie ogromnym sukcesem i spełnieniem marzeń. Prowadzę własny salon od stycznia tego roku, więc nie spodziewałam się takiego wyróżnienia - mówi Proszowska. Stylizacją paznokci zajmuje się od około 6 lat, a rok temu ukończyła studia magisterskie z kosmetologii. - Moja przygoda z paznokciami zaczęła się, gdy jako dziecko namalowałam mojej kuzynce flagę USA na paznokciach - wspomina. Każdą stylizację traktuje indywidualnie, kładąc nacisk na zadowolenie, zdrowie i bezpieczeństwo klientów. - Manicure i pedicure to nie tylko usługi, ale również moje hobby i forma relaksu - podkreśla. W swojej pracy stawia na perfekcję, wiedzę i zaangażowanie. - Kontakt z klientkami daje mi ogromną satysfakcję i motywację do dalszego rozwoju - dodaje z uśmiechem.

MIEJSCE II

Magdalena Konińska Pabianice

Magdalena Konińska, właścicielka Stacji Urody w Pabianicach, od 20 lat z pasją zajmuje się stylizacją paznokci i depilacją woskiem. Jej przygoda z zawodem rozpoczęła się w szkole średniej, gdzie po zajęciach malowała paznokcie sobie i koleżankom. - „Chociaż najchętniej wykonuję stylizację paznokci, każda część mojej pracy sprawia mi ogromną przyjemność - mówi pani Magdalena. Nasza laureatka stawia na indywidualne podejście do każdego klienta, wkładając w swoją pracę całe serce. - Zależy mi, aby klienci wychodzili ode mnie zadowoleni i zrelaksowani - podkreśla. W Stacji Urody Magdalena Konińska każdy zabieg to nie tylko profesjonalna usługa, ale i gwarancja pełnego komfortu.

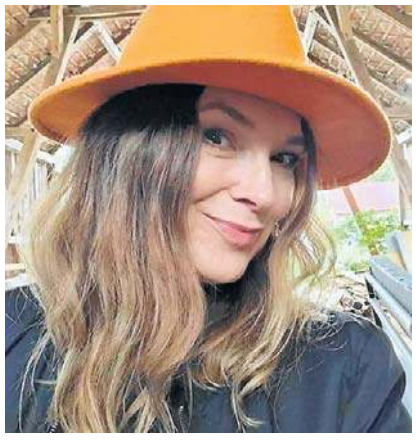
MIEJSCE III

Daria Szewczyk Koluszki

Daria Szewczyk nie tylko tworzy piękne paznokcie, ale również inspiruje innych swoją pasją i zaangażowaniem. - Stylizacją paznokci zajmuję się od 8 lat, a to dla mnie największa pasja -podkreśla pani Daria. Jak mówi, kontakt z klientami oraz możliwość artystycznego wyrażania siebie są dla Niej najważniejsze. Jako instruktor, czerpie radość z przekazywania wiedzy i obserwowania postępów swoich kursantek: - Uwielbiam widzieć zaangażowanie moich uczennic i ich rozwój. Higiena, dokładność oraz indywidualne podejście do każdej klientki to dla Niej absolutna podstawa: - Największą motywacją są dla mnie klientki, które wracają po 3-4 tygodniach z uśmiechem i piękną stylizacją.

STYLISTKA MODY ROKU MIEJSCE I

Justyna Kaliska Łódź



Justyna Kaliska, właścicielka tolook by Kaliska w Łodzi, to doświadczona stylistka mody z imponującym dorobkiem zawodowym. Od 20 lat pracuje jako stylistka, doradca ds. wizerunku, projektant i kostiumograf. Jej kariera rozpoczęła się w 1995 roku, kiedy to projektowała stroje dla Edyty Bartosiewicz, w tym na albumy „SZAŁ" i „ZEGAR". Współpracowała z wieloma osobami z polskiego show-biznesu, była dyrektorem artystycznym w wytwórni ZIC-ZAC/BMG, a także pracowała z różnymi stacjami telewizyjnymi i Szkołą Filmową w Łodzi. O swojej pracy mówi: - Kocham kolory. Wszystkie moje klientki i klienci zaczynają je lubić. Cieszę się, kiedy przy mnie zaczynają lubić siebie na nowo. Jej praca to dla niej nie tylko zawód, ale i źródło radości. Stylistka codziennie stara się w miłej i dyskretnej atmosferze pokazać, że piękno to pewność siebie i samozadowolenie.

MIEJSCE II

Anna Sud Wieluń

Anna Sud, właścicielka Pracowni Krawieckiej w Wieluniu, zdobyła drugie miejsce w Mistrzach Urody w kategorii Stylistka Mody Roku. - Od 24 lat pracuję jako stylista mody. Moja praca to moja pasja, a klientki mówią, że szyję marzenia, co bardzo mnie cieszy i dodaje skrzydeł - mówi z uśmiechem. Specjalizuje się w szyciu całej garderoby damskiej, ale najbardziej pasjonuje ją tworzenie sukienek. - Uwielbiam szyć coś innego, mniej prostego. Wciąż się szkolę i zdobywam wiedzę, aby sprostać każdemu zadaniu - dodaje. Dla Anny Sud szycie to nie tylko zawód, ale całe życie, które oddaje z sercem.

MIEJSCE III

Paulina Kacała Łódź

Paulina Kacała, stylistka mody z Łodzi, zdobyła uznanie w branży, zdobywając trzecie miejsce w naszym plebiscycie. - Pracuję w modzie od ponad 10 lat, tworząc witryny oraz ekspozycje sklepowe, ale przede wszystkim zajmuję się indywidualnymi metamorfozami - mówi Kacała. Jej podejście do pracy jest wyjątkowe: - Jestem kimś pomiędzy przyjaciółką z dobrym gustem, a stylistką. Najważniejszy jest dla mnie charakter klienta, dlatego moja praca polega na zmianie wizerunku, ulepszaniu indywidualnego stylu i sprawieniu, że będzie on bardziej intrygujący i osobisty - dodaje.

KOSMETOLOG ROKU MIEJSCE I

Aleksandra Łopuch Łódź

Aleksandra Łopuch, właścicielka LOUI Beauty Studio w Łodzi, od 3 lat z zaangażowaniem realizuje swoją misję w branży kosmetologii. - Moja praca to nie tylko zawód, ale przede wszystkim pasja, która motywuje mnie do ciągłego doskonalenia się. Z zaangażowaniem podchodzę do każdego klienta, dbając, by usługi były na najwyższym poziomie - mówi. Pani Aleksandra jest specjalistką w terapii skór problematycznych oraz naturalnym modelowaniu ust. - Szczególnie dumna jestem z efektów, jakie osiągam w terapii skór problematycznych. To dla mnie priorytet, by każdy klient poczuł się wyjątkowo i zadbany - dodaje. Jej celem jest dalszy rozwój, dlatego regularnie uczestniczy w kursach, by być na bieżąco z nowymi technikami. - W przyszłości planuję kontynuować edukację w pielęgniarstwie, co pozwoli mi jeszcze lepiej troszczyć się o zdrowie i piękno moich klientów - wyznaje.

MIEJSCE II

Julia Wojtecka Radomsko

Julia Wojtecka, właścicielka salonu Skin Care Clinic w Radomsku, to kosmetolog z pasją do ciągłego doskonalenia swoich umiejętności. - Jestem kosmetologiem, ale stale poszerzam swoją wiedzę, również studiując pielęgniarstwo. Mój salon powstał jako odpowiedź na rosnące potrzeby w branży beauty - mówi. Julia przykłada ogromną wagę do jakości świadczonych usług, a każda wizyta w jej gabinecie to nie tylko dbałość o skórę, ale także o samopoczucie klienta. Po ukończeniu studiów na kierunku Kosmetologia, Julia postanowiła skupić się na kosmetologii estetycznej. Ukończyła szkolenia z zakresu mezoterapii, lipolizy iniekcyjnej, stymulatorów tkankowych oraz Btx Effect.

MIEJSCE III

Weronika Borowska Zgierz

Weronika Borowska, właścicielka salonu Weronika Borowska Nails & Brow w Zgierzu, zdobyła 3. miejsce w plebiscycie Mistrzowie Urody. Sama mówi o tym wyróżnieniu z dumą: - To dla mnie ogromna motywacja do dalszego rozwoju. Pani Weronika od 7 lat pracuje w branży beauty. - Jestem samoukiem, zaczynałam w domu, ucząc się wszystkiego na własną rękę - opowiada. Jej specjalizacją są stylizacja paznokci oraz brwi. - Uwielbiam pracę z klientem. To dla mnie satysfakcja, kiedy widzę ich zadowolenie z moich usług. Elastyczny grafik, który sama tworzę, pozwala mi na spełnianie się w tej pracy - podkreśla. Choć zaczynała skromnie, dziś jest jedną z najlepszych w swoim fachu.

eprasa.pl 26c71cf597

PODOLOG ROKU MIEJSCE I

Katarzyna Sławnikowska Łódź

Katarzyna Sławnikowska, specjalistka podolog z 11-letnim doświadczeniem, prowadzi Podia Klinikę Podologii w Łodzi. - Moja przygoda z podologią zaczęła się z fascynacji ludzkim ciałem i chęcią pomagania innym w dbaniu o zdrowie ich stóp - mówi. Jako właścicielka kliniki, pani Katarzyna spełnia się w kompleksowej opiece nad zdrowiem stóp pacjentów. - Dzięki szerokiej wiedzy i bogatemu doświadczeniu, oferuję usługi dopasowane do indywidualnych potrzeb każdej osoby - dodaje. Jako szkoleniowiec i Ambasador firmy Epione Podiatry, nieustannie rozwija swoje umiejętności. - Moja misja to nie tylko pomoc pacjentom, ale także edukacja i przekazywanie wiedzy innym podologom - podkreśla i zaprasza do Podia Kliniki Podologii, gdzie wiedza idzie w parze z doświadczeniem.

MIEJSCE II

Sylwia Szumigaj Pabianice

Sylwia Szumigaj, specjalistka z Centrum Estetyki i Podologii w Pabianicach, przygodę z usługami kosmetycznymi zaczęła około 20 lat temu. - Skończyłam szkołę policealną, zdobywając tytuł technika usług kosmetycznych - wspomina. Początkowo zajmowała się szeroką gamą zabiegów kosmetycznych, ale z czasem odkryła swoje zamiłowanie do pracy ze stopami. - W trakcie pracy zawodowej zauważyłam, że podologia staje się moją pasją. Zaczęłam zdobywać doświadczenie i uczestniczyć w specjalistycznych szkoleniach - dodaje. Dalsze kształcenie zakończyła zdobyciem tytułu magistra kosmetologii o specjalności podolog. - Praca połączona z hobby daje mi wiele satysfakcji - podkreśla z uśmiechem.

MIEJSCE III

Karolina Bobrowska Gabinet podologiczny Zdrowa Stopa, Sieradz

MISTRZ TATUAŻU ROKU MIEJSCE I

Błażej Godala Piotrków Trybunalski

Błażej Godala z Godi Tattoo w Piotrkowie Trybunalskim zdobył pierwsze miejsce w plebiscycie Mistrzowie Urody. - Jest to dla mnie świadomość, że klienci są zadowoleni z mojej pracy - mówi Błażej. - Moja przygoda zaczęła się przypadkowo - wspomina Błażej. - Po zapisie na tatuaż pomyślałem, dlaczego samemu nie spróbować. Na urodziny dostałem chiński zestaw maszynek i zacząłem eksperymentować na sztucznej skórze - opowiada. W zawodzie jest od 4 lat i najlepiej czuje się w czarno-białych tatuażach. - Proces tworzenia jest dla mnie najważniejszy. Codziennie robię coś innego i poznaję naprawdę ciekawych ludzi - dodaje. Jego pasja do tatuażu oraz chęć ciągłego rozwoju sprawiają, że każdy projekt jest dla Niego wyjątkowy.

MIEJSCE II

Karolina Nowińska karola_tatto.art, Łódź

MIEJSCE III

Adrian Bakalarczyk Łódź

Adrian Bakalarczyk z D.real Tattoo Studio w Łodzi o wyróżnieniu w plebiscycie Mistrzowie Urody mówi: - Byłem zaskoczony, że ktoś docenił moją pracę na tyle, aby zgłosić mnie do tego konkursu. To pokazuje, że jestem coraz lepszy w tym, co robię. Zawodowo zajmuje się tatuażami od 3 lat, a Jego pasja zaczęła się w wieku 16 lat, kiedy po raz pierwszy odwiedził salon tatuaży. - Spodobał mi się klimat tego miejsca i zdecydowałem, że to może być moje przyszłe zajęcie - wspomina. Dziś specjalizuje się w tatuażach graficznych, old school i scratch, a także lubi tatuować postacie z bajek. - Każdego dnia mam nowe wyzwania i nie mogę się nudzić - dodaje.

SALON FRYZJERSKI ROKU MIEJSCE I

David Bernat Hair Design Łódź, Kusocińskiego 63

David Bernat Hair Design, znajdujący się przy ul. Kusocińskiego 63 w Łodzi, to miejsce, gdzie fryzjerstwo przekracza granice codziennej rutyny. - Jesteśmy specjalistami od trudnych spraw, reagujemy szybko i podejmujemy się działań, których inni unikają - mówi David Bernat. Jego zespół wyróżnia się skrupulatnością i precyzją. - Szkolimy się regularnie, by sprostać najbardziej wymagającym oczekiwaniom - dodaje. W salonie każda fryzura powstaje podczas wielogodzinnych procesów chemicznych, dbając o zdrowie włosów. - Podchodzimy indywidualnie do każdego klienta, zaspokajając jego potrzeby w kwestii wizerunkowej - tłumaczy Bernat. David Bernat Hair Design to nie tylko salon fryzjerski, ale i miejsce, gdzie każdy klient może poczuć się wyjątkowo. W planach Bernata jest rozwój „Dream Teamu" i stworzenie programu szkoleniowego online, aby dzielić się swoją wiedzą z innymi fryzjerami.

MIEJSCE II

Wisanti Rąbień, Słowiańska 14

Wisanti Beauty & Hair oferuje szeroki wachlarz usług, w tym strzyżenie damskie, męskie i dziecięce. Doświadczeni styliści doradzą w kwestii nadania włosom nowej objętości, uwzględniając indywidualne cechy twarzy i ciała każdego klienta. - Naszym celem jest nie tylko poprawa wyglądu, ale także zapewnienie klientom chwili odpoczynku i spokoju - dodaje Piątka. Czas spędzony na fotelu to moment na dbanie o ciało i psychikę. Agnieszka Piątka jest dumna z osiągnięć swojego salonu i wyróżnienia w plebiscycie Mistrzowie Uroku. - Jesteśmy wdzięczni naszym zadowolonym klientom za to, że nasza praca została doceniona - podkreśla właścicielka.

MIEJSCE III

Salon Fryzjerski KNOP Pabianice, Warszawska 13

Salon fryzjerski Knop zdobył zasłużone wyróżnienie w tegorocznej edycji akcji Mistrzowie Agro, potwierdzając swoją renomę i niezrównane umiejętności. Salon jest najstarszym salonem fryzjerskim męskim w Pabianicach, a jego długoletnia obecność na rynku fryzjerskim czyni go miejscem o wyjątkowym znaczeniu dla mieszkańców miasta. Klienci cenią sobie nie tylko wysoką jakość usług, ale także serdeczną atmosferę i profesjonalne podejście. Salon stał się nie tylko miejscem, gdzie można zadbać o swój wygląd, ale również lokalnym punktem spotkań i wymiany doświadczeń. Knop oferuje szeroki wachlarz usług fryzjerskich, dostosowanych do potrzeb każdego mężczyzny.

eprasa.pl 26c71cf597

STUDIO URODY ROKU MIEJSCE I

Wisanti Rąbień, Słowiańska 14

Wisanti Day Spa zdobyło wyróżnienie także w kategorii Studio Urody, to miejsce stworzone z pasji do piękna i odpoczynku. - Powstało, aby poprawiać jakość życia i pielęgnować zdrowie, zarówno fizyczne, jak i psychiczne - podkreśla szefowa Agnieszka Piąstka. Studio urody województwa łódzkiego wyróżnia się wykwalifikowanym personelem, który zapewnia profesjonalną opiekę i umila czas klientom. Wisanti Day Spa korzysta z produktów najwyższej jakości oraz specjalistycznych technologii, co gwarantuje wysoką skuteczność zabiegów. - Nie idziemy na żadne ustępstwa w kwestii jakości marek i produktów, z którymi współpracujemy - zaznacza Piąstka. W przestrzeni Wisanti można zorganizować eventy połączone z zabiegami SPA, masażami czy wizażem. Dodatkowo, salon oferuje specjalny gabinet dla dwojga oraz sesję w grocie solnej z tężnią solankową, aby każdy gość mógł odetchnąć zdrowiem.

MIEJSCE II

Sekret Piękna Natalia Sobczak Clinic, Łódź

Sekret Piękna Natalia Sobczak Clinic w Łodzi to wyjątkowe miejsce, które specjalizuje się w kosmetologii estetycznej. Oferują szeroki wachlarz usług, w tym Koktail Monaco, kwas hialuronowy, mezoterapię, laseroterapię i epilację laserową. - Naszym celem jest poprawa wyglądu i samopoczucia klientów, dzięki najnowszym technologiom i wysokiej jakości produktom - mówi właścicielka, Natalia Sobczak. W Studiu każdy klient traktowany jest indywidualnie. - Przed zabiegiem przeprowadzamy szczegółową konsultację, aby dostosować plan działania do potrzeb i oczekiwań - dodaje Sobczak. Wysoką jakość usług zapewniają wykwalifikowani specjaliści, w tym lekarze, którzy regularnie uczestniczą w kursach i szkoleniach.

MIEJSCE III

Gabinet A. Rakowska-Majczak, Złoczew

Gabinet Kosmetologiczny Agnieszka Rakowska-Majczak w Złoczewie (ul. Przechodnia 1), to miejsce, które od ponad 10 lat łączy profesjonalizm z troską o zdrowie i urodę swoich klientów. - Jesteśmy jednym z nielicznych gabinetów w regionie oferujących zaawansowaną podologię, pomagającą w leczeniu schorzeń stóp, w tym cukrzycy i zaburzeń krążenia - mówi Agnieszka Rakowska-Majczak. Gabinet oferuje szeroki wachlarz usług, w tym depilację laserową, usuwanie blizn, naczynek oraz przebarwień. Korzystają z nowoczesnych technologii, takich jak radiofrekwencja czy ultradźwięki. - Naszą misją jest zapewnienie kompleksowej opieki i holistycznego podejścia do zdrowia i urody - dodaje właścicielka.

TRENER PERSONALNY ROKU MIEJSCE I

Nikolina Stefaniak Zgierz

Nikolina Stefaniak, założycielka Personal EMS w Zgierzu, ze sportem jest związana od dziecka. - Z wykształcenia jestem magistrem pedagogiki kultury fizycznej i zdrowotnej, ale pierwsze kroki w zawodzie stawiałam już w 2011 roku. Przełomowy był jednak rok 2019, kiedy wspólnie z narzeczonym otworzyłam studio EMS i treningu personalnego w Zgierzu - opowiada. Pani Nikolina swoją przygodę zaczęła od szkolenia Aqua Fitness Instruktor w Szczecinie. - Później szukałam różnych dróg, klubów fitness i siłowni, aż sama stałam się trenerem i szkoleniowcem. Uwielbiam trening siłowy i nie boję się ciężarów - dodaje. Jej specjalnością jest elektrostymulacja mięśniowa (EMS). - Kiedy moi podopieczni mają mnie dosyć, oznacza to, że zrobiliśmy kawał świetnej roboty - mówi. W ostatnich 4 latach stworzyła markę PERSONAL EMS, pomagając innym trenerom otwierać własne studia.

MIEJSCE II

Adrian Wodziński Łódź

- Moja przygoda ze sportem rozpoczęła się, gdy byłem małym chłopcem - mówi Adrian Wodziński. Już w wieku 10 lat zaczął wykonywać ćwiczenia siłowe w domu kolegi, a później regularnie uczęszczał do lokalnej siłowni. Gdy dorósł ukończył kurs trenera personalnego oraz liczne szkolenia, w tym z zakresu efektywnego budowania masy mięśniowej, redukcji tkanki tłuszczowej i diagnostyki funkcjonalnej. Dziś oferuje swoim podopiecznym motywację i wskazówki, a od nich oczekuje zaangażowania i systematyczności. - Moje podejście opiera się na autentyczności i szczerości, co pozwala mi skutecznie pomagać klientom osiągać ich cele - zaznacza.

MIEJSCE III

Mariusz Miller Łódź

Mariusz Miller z Salon Masażu Magia Dotyku w Łodzi zdobył 3. miejsce w plebiscycie Mistrzowie Urody. Jego zaangażowanie i profesjonalizm zostały docenione, a pan Mariusz cieszy się, że znalazł się na podium zwycięzców. - To dla Mnie wielkie docenienie i ogromna satysfakcja - mówi. Pan Mariusz trenuje od wielu lat, a swoją pasję przekształcił w karierę trenerską. - Zawsze uwielbiałem trenować, a teraz mogę przekazywać swoją wiedzę innym - dodaje. Jego podejście do pracy opiera się na profesjonalizmie i umiejętności przekazywania wiedzy. - Lubię kontakt z ludźmi i ich satysfakcję z efektów pracy - podkreśla.

MASAŻYSTA ROKU MIEJSCE I

Justyna Jurga Sokolniki-Las

Justyna Jurga, certyfikowana masażystka z Sokolnik-Las, od dwóch lat poświęca się swojej pasji. - Zrezygnowałam z pracy za biurkiem, aby pomagać ludziom w niwelowaniu dolegliwości, z którymi sama się zmagałam - mówi. Jej specjalizacja to masaże lecznicze i terapie manualne. - Aktywność fizyczna nie zawsze wystarcza, dlatego staram się łączyć wiedzę z praktyką, aby maksymalnie pomóc moim podopiecznym - dodaje. Justyna Jurga nieustannie się rozwija, zdobywając nowe doświadczenia, które chętnie dzieli z klientami. - Pracuję z pasją i chcę, aby każdy opuszczał mój gabinet z poczuciem, że otrzymał dokładnie to, czego potrzebuje - zaznacza i dodaje: - Nie ma sensu się rozpisywać, najlepiej jest doświadczyć - zapraszam do swojego masażowego świata.

MIEJSCE II

Ewa Grabska Pabianice

Ewa Grabska, masażystka z Fabryki Dzika w Pabianicach, od kilkunastu lat robi to, co kocha. - Wybierz pracę, którą kochasz, a nie będziesz musiał pracować nawet przez jeden dzień w swoim życiu - mówi, powołując się na Konfucjusza. Jej przygoda z masażem zaczęła się od troski o ojca, który cierpiał na bóle głowy. - Masaż pleców przynosił mu ulgę i to przerodziło się w moją pasję oraz chęć zdobycia wykształcenia w tym kierunku - wyjaśnia. Specjalizuje się w masażach ciała i tkanek głębokich, a także interesuje się masażem Kobido. - Najwięcej radości daje mi zadowolenie klientów. Gdy ktoś zasypia na masażu i po zabiegu dolegliwości ustępują, wiem, że moja praca przyniosła efekt - dodaje z uśmiechem.

MIEJSCE III

Edyta Manzel Amos - Masaże, Skierniewice

eprasa.pl 26c71cf597

Dziennik Łódzki
Środa, 18.09.2024

DIETETYK ROKU MIEJSCE I

Katarzyna Cebula Łódź

Katarzyna Cebula, właścicielka Centrum Dietetycznego Naturhouse na Retkinii w Łodzi, od dziesięciu lat pomaga ludziom zmieniać swoje nawyki żywieniowe. - Zawsze wiedziałam, że chcę pracować z ludźmi, a tematyka związana z odżywianiem interesowała mnie już w liceum - mówi. Od czasu otworzenia Centrum Dietetycznego pani Katarzyna nieustannie się szkoli i nie zamierza przestawać. - Kilka razy w roku biorę udział w konferencjach dietetycznych oraz szkoleniach specjalistycznych z zagadnień dietetyki klinicznej oraz dietetyki sportowej, zaś wiedzę psychodietetyczną usystematyzowałam na studiach podyplomowych na SWPS - dodaje. Dietetyczka podkreśla, jak ważne jest zrozumienie dla osób, które decydują się na pierwszą wizytę u dietetyka. - Wiem, że to wiąże się z szeregiem obaw i nierzadko poczuciem wstydu. Moja empatia i umiejętność słuchania pomagają przy topnieniu pierwszych lodów - mówi.

MIEJSCE II

Ewelina Wojtysiak Sapy

Ewelina Wojtysiak, założycielka „Z pasji do odżywiania", to dietetyk kliniczny z tytułem magistra od 2017 roku, certyfikowana specjalistka od insulinooporności na poziomie PRO. - Jestem jedną z nielicznych osób w Łódzkiem, które mają to szkolenie - mówi. Jej praca nie ogranicza się tylko do własnej praktyki. - Pracuję także w ramach opieki koordynowanej w dwóch placówkach podstawowej opieki zdrowotnej w Zdunach i Łyszkowicach - wyjaśnia. Pani Ewelina aktywnie uczestniczy w szkoleniach oraz konferencjach i jest członkiem Polskiego Towarzystwa Dietetyki. Specjalizuje się nie tylko w insulinooporności, ale także w chorobach metabolicznych, takich jak cukrzyca, nadciśnienie, PCOS czy choroby jelit.

MIEJSCE III

Elżbieta Pardej Kraska. Łódź

Elżbieta Pardej-Kraska, dietetyk i farmaceutka, od pięciu lat prowadzi własny gabinet „Dobra Kaloria" na Radogoszczu Wschodzie w Łodzi. Jest autorką bloga i e-booków, a prywatnie mamą dwójki dzieci. - Kocham słońce, zwierzęta i Bałkany - mówi o swoich pasjach. W swojej pracy pomogła wielu osobom, które borykały się z problemami zdrowotnymi lub niezadowoleniem z własnego wyglądu. Posiadana wiedza i doświadczenie pozwalają Jej skutecznie pomóc w rozwiązaniu problemów, z którymi pacjenci sami nie dawali sobie rady. Jej podejście do pacjentów jest indywidualne, a każda dieta jest dostosowywana do potrzeb zdrowotnych i preferencji żywieniowych klienta.

LAUREACI PLEBISCYTU MISTRZOWIE URODY 2024 W KATEGORIACH POWIATOWYCH

FRYZJER ROKU

Łódź	**Dawid Bernat**, David Bernat Hair Design, Łódź
Piotrków Trybunalski	**Kasjan Wardencki**, Hair Style by Kasjan Wardencki, Piotrków Trybunalski
powiat bełchatowski	**Karolina Zielonka**, KZ Studio Fryzjerskie, Bełchatów
powiat brzeziński	**Agnieszka Seliga**, dobraręka, Paprotnia
powiat kutnowski	**Dominika Gajewicz**, Sztuka Koloru - Studio Fryzjerskie, Kutno
powiat łaski	**Ewelina Kucharska**, Salon Fryzjerski, Widawa
powiat łęczycki	**Monika Durys**, Salon Fryzjerski Damsko-Męski u Moniki, Łęczyca
powiat łódzki wschodni	**Justyna Adamus**, Beaty center, Gałków Mały
powiat pabianicki	**Katarzyna Krupska**, Symbioza, Pabianice
powiat pajęczański	**Beata Włodarczyk**, Salon Fryzjerski Beata, Pajęczno
powiat radomszczański	**Ilona Marchewka-Szewczyk**, Mobilny Salon Fryzjerski Lona, Kietlin
powiat rawski	**Ewelina Nowak**, Salon On&Ona, Biała Rawska
powiat sieradzki	**Katarzyna Kaczmarek**, La Donna Perfetta, Sieradz
powiat skierniewicki	**Daniel Janiak**, Studio Fryzur Janiak Daniel, Kolonia Bolimowska-Wieś
powiat tomaszowski	**Edyta Sadowska**, Salon Fryzjerski Marzena, Tomaszów Mazowiecki
powiat wieluński	**Anna Jacoszek**, Salon Fryzjerski Alterego Anna Jacoszek, Wieluń
powiat wieruszowski	**Marika Figiel**, Mobilne Usługi Fryzjerskie Marika Figiel, Osiek
powiat zgierski	**Anna Woźniak**, Wisanti, Rąbień
powiat zgierski	**Barbara Wykrętowicz**, Barbara Wykrętowicz Salon Fryzjerski, Ozorków
Skierniewice	**Amanda Sujkowska**, A S Salon Fryzjerski Amanda Sujkowska, Skierniewice

KOSMETYCZKA ROKU

Łódź	**Maria Krajewska**, God Look, Łódź
powiat bełchatowski	**Klaudia Górna**, Aurora, Zelów
powiat brzeziński	**Emilia Malinowska**, Prestige Gabinet Kosmetologiczny, Brzeziny
powiat kutnowski	**Agnieszka Matusiak**, Oaza Piękna Salon Fryzjersko Kosmetyczny, Kutno
powiat pabianicki	**Anna Owcarz**, Relaksownia, Pabianice
powiat poddębicki	**Nina Józefowicz**, NINA GABINET KOSMETYCZNY, Poddębice
powiat sieradzki	**Beata Piąstka**, Sekret Urody Beata Piąstka, Sieradz
powiat tomaszowski	**Paulina Marczak**, Beauty Studio, Tomaszów Mazowiecki
powiat wieruszowski	**Karolina Wójciak**, Usługi Kosmetyczne U Karoliny, Lututów
powiat zduńskowolski	**Aleksandra Radwańska**, Studio Urody, Karsznice
powiat zgierski	**Marta Kaczmarek**, Ogrody Słońca, Zgierz

STYLISTKA PAZNOKCI ROKU

Łódź	**Kasandra Raczyńska**, Kasandra Raczyńska Beauty, Łódź
Piotrków Trybunalski	**Klaudia Zakrajda**, K.Nails&Beauty-Zakrajda Klaudia, Piotrków Trybunalski
powiat bełchatowski	**Natalia Sadzińska**, NATALII Nails Natalia Sadzińska, Bełchatów
powiat brzeziński	**Patrycja Poździej**, Orchidea, Brzeziny
powiat kutnowski	**Natalia Sepp**, Beauty Authority, Kutno
powiat łaski	**Maja Pokora**, Royal Beauty, Łask
powiat łęczycki	**Aleksandra Simon**, Salon Urody OdNowa Aleksandra Simon, Łęczyca
powiat łowicki	**Natalia Kostrzewa**, J&N Królestwo Piękna - kosmetyka, Łowicz
powiat łódzki wschodni	**Daria Szewczyk**, Nails artist & Beauty maker Daria Szewczyk, Koluszki
powiat opoczyński	**Beata Czerwińska**, Studio Urody Beauty Angel, Opoczno
powiat pabianicki	**Magdalena Konińska**, Stacja Urody Magdalena Konińska, Pabianice
powiat piotrkowski	**Karolina Sokalska**, Pastelove, Sulejów
powiat poddębicki	**Nikola Brygier**, Pracownia Pazur Nikola Brygier, Poddębice
powiat radomszczański	**Kinga Proszowska**, Sekrety Kosmetologii, Radomsko
powiat rawski	**Marlena Grabowska**, A&K Studio Urody, Rawa Mazowiecka
powiat sieradzki	**Marta Torchała**, Stylizacja Paznokci Marta Torchała, Sieradz
powiat tomaszowski	**Paulina Marczak**, Beauty Studio Paulina Marczak, Tomaszów Mazowiecki
powiat wieluński	**Emilia Skorupa**, Klinika Beauty Vision, Wieluń
powiat wieruszowski	**Weronika Dybek**, Weronika Dybek Manicure & Makeup, Wieruszów
powiat zduńskowolski	**Klaudia Treller-Paradzińska**, Follymood, Zduńska Wola
powiat zgierski	**Mariia Okhmak**, Studio Pazurek, Zgierz

SALON FRYZJERSKI ROKU

Łódź	**David Bernat Hair Design**, Łódź, Kusocińskiego 63
powiat brzeziński	**GLOW HAIR Salon Fryzjerski Karolina Kobus**, Brzeziny, Południowa 12
powiat łęczycki	**Fryzuromania**, Grabów, Przedrynek 3
powiat pabianicki	**Salon Fryzjerski KNOP**, Pabianice, Warszawska 13
powiat pajęczański	**Izylook**, Pajęczno, 1-go Maja 16
powiat piotrkowski	**Salon Fryzjerski**, Sulejów, Opoczyńska 16
powiat radomszczański	**Mobilny Salon Fryzjerski Lona**, Kietlin, Radomszczańska 42
powiat rawski	**Salon On&Ona**, Biała Rawska, Mickiewicza 3
powiat sieradzki	**Fryzjer Męski - Dariusz Jabłoński**, Sieradz, Polskiej Organizacji Wojskowej 61
powiat skierniewicki	**Studio Fryzur Janiak Daniel**, Kolonia Bolimowska-Wieś
powiat tomaszowski	**Męskie Fryzury**, Tomaszów Mazowiecki, Warszwaska 9
powiat wieluński	**Salon Fryzjerski Alterego**, Wieluń, Augustiańska 1
powiat zduńskowolski	**New Look Salon Fryzjerski**, Zduńska Wola, Spacerowa 70A
powiat zgierski	**Wisanti**, Rąbień, Słowiańska 14

STUDIO URODY ROKU

Łódź	**Sekret Piękna Natalia Sobczak Clinic**, Łódź, Kilińskiego 42
powiat bełchatowski	**Salon Wizażu i Stylizacji Paznokci Perfekcja**, Kleszczów, Główna 112
powiat radomszczański	**Skin Care Clinic**, Radomsko, Warszyca 12
powiat rawski	**Sadowska Clinic**, Rawa Mazowiecka, Mszczonowska 3
powiat sieradzki	**Gabinet Kosmetologiczny Agnieszka Rakowska-Majczak**, Złoczew, Przechodnia 1
powiat tomaszowski	**Beauty Studio**, Tomaszów Mazowiecki
powiat zduńskowolski	**FollyMood**, Zduńska Wola, Koscielna 16
powiat zgierski	**Wisanti**, Rąbień, Słowiańska 14

eprasa.pl 26c71cf597

Legalność zakazu wjazdu dla „elektryka”

FOT. RED MARLIN

Wspólnoty mieszkaniowe wzorem zakazów dla aut zasilanych LPG chcą wprowadzić zakaz wjazdu dla „elektryków”

motofakty.pl

Wszystko o samochodach

Paweł Piątek
Motofakty.pl

Media informowały już o uchwałach wspólnot mieszkaniowych, które zakazują „elektrykom” wjazdu do garażu podziemnego. Warto wyjaśnić, czy takie ograniczenie praw jest w ogóle legalne.

Swobodę członkom wspólnoty mieszkaniowej zapewnia fakt, że w polskim prawie nie znajdziemy przepisów, które jednoznacznie zakazywałyby wjazdu samochodów elektrycznych do garaży podziemnych w blokach lub wykluczały możliwość wprowadzenia stosownego zakazu przez mieszkańców budynku.

- Zwolennicy opisywanych zakazów czasem poprzez analogię powołują się na ograniczenia dotyczące samochodów z instalacją gazową i wskazują również artykuł 61 prawa budowlanego - mówi Magdalena Markiewicz, ekspertka portalu NieruchomosciSzybko.pl.

Wspomniany wyżej przepis prawa budowlanego nakłada na właściciela lub zarządcę obiektu budowlanego obowiązek: użytkowania obiektu w sposób zgodny z jego przeznaczeniem i wymaganiami ochrony środowiska, utrzymywania obiektu w należytym stanie technicznym i estetycznym, a także właściwego postępowania w razie oddziaływania żywiołów. Analizowany przepis dotyczy również bezpieczeństwa pożarowego w budynku. Członkowie wspólnoty mieszkaniowej przyjmujący uchwałę zakazującą wjazdu aut elektrycznych do garażu, który stanowi część wspólną budynku, muszą się liczyć z tym, że ich poglądy na temat niebezpieczeństwa jakie wywołują samochody elektryczne być może będą podważane przez sąsiada w toku postępowania sądowego (również z wykorzystaniem ekspertyz specjalistów). Istnieje bowiem dość duże prawdopodobieństwo, że przynajmniej jeden właściciel samochodu na prąd zdecyduje się na zaskarżenie kontrowersyjnej uchwały.

- Najczęściej będzie to powództwo na podstawie artykułu 25 ustawy o własności lokali, choć warto pamiętać, że czasem uchwały wspólnot są zaskarżane również z wykorzystaniem artykułu 189 kodeksu postępowania cywilnego - wyjaśnia Magdalena Markiewicz.

Sytuacja wygląda nieco inaczej w odniesieniu do hal garażowych wyodrębnionych jako osobny lokal użytkowy. Takie garaże generalnie pozostają bowiem poza zasięgiem regulacji wprowadzanych przez wspólnotę mieszkaniową. Współwłaściciele samodzielnego garażu w bloku mogą wprowadzić zakaz wjazdu samochodów elektrycznych, ale to będzie rozwiązanie jeszcze bardziej problematyczne niż w przypadku opisywanym wcześniej. Warto bowiem pamiętać, że wprowadzenie zakazu wjazdu „elektryków” może być postrzegane jako czynność przekraczająca zwykły zarząd, a więc wymagająca zgody wszystkich współwłaścicieli lub odpowiedniego rozstrzygnięcia przez sąd (patrz: artykuł 199 kodeksu cywilnego).

Wydaje się prawdopodobne, że spór i tak zakończy się przed sądem, gdyż właściciel samochodu elektrycznego pozbawiony możliwości parkowania autem (mimo współwłasności garażu i praw do miejsca postojowego), wytoczy powództwo przeciw innym współwłaścicielom hali garażowej - zaznacza Magdalena Markiewicz.

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

PAPY termozgrzew. 8zł, 796-184-162

PODNOŚNIK koszowy, 511-710-125

Złota rączka wszystko, 884-312-678

MONTAŻOWE

Żaluzje. Rolety. Moskitiery. Producent. Tanio. Solidnie, 509-190-833

INSTALACYJNE

DOMOFONY, telefony instalacja, naprawa, 42-611-16-87, 606-279-898

Elektryk awarie 24h, 661-388-606

Elektryk uprawnienia, tanio, solidnie, 509-275-480, 42-672-06-20

Gaz montaż, naprawa, szczelność, uprawnienia, 513-782-398

Hydraulika - awarie, 509-721-995

Hydraulika i awarie, 884-312-678

HYDRAULIKA tanio, 664-272-696

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

PORZĄDKOWE

Mycie okien, 518-926-402

PLUSKWY karaluchy prusaki mrówki likwidujemy profesjonalnie, 730-770-870

POSPRZĄTAM, wywiozę, 518-121-909

SPRZĄTANIE komórek, garaży, terenów i po zmarłych - likwidacja mieszkań, 576-187-032

AGD NAPRAWY

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67

AGD, kuchnie, pralki, itp., 514-335-326

RTV NAPRAWY

DOMOWA naprawa telewizorów - dojazd, gwarancja, 604-772-221

RTV, LCD - dojazd gratis, 889-153-215

TELE -audiovideo naprawa, 602-687-803

ANTENY

24h anteny serwis, nc+, Polsat, Cyfra +, naziemna, 506-592-529

ANTENY Sat DVBT tanio, 579-152-199

Anteny. Dekodery. Satelity. Serwis, 796-853-439

KRAWIECKIE

NABIJANIE nap, 502-128-415

FINANSOWO-DORADCZE

POŻYCZKA lombardowa do 2.000 zł, 795-871-222, 531-687-269

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

Mielenie gałęzi, 696-618-834

Ogrody. Trawniki. Fachowo, 605-307-582

PRACE ogrodnicze, 507-331-011

Usuwanie pni drzew, 696-618-834

Wycinanie drzew, 696-618-834

WYCINKA drzew, rębak, 511-710-125

Wykaszanie starych traw i krzaków, nieużytków, 696-618-834

TRANSPORT

BUS Transport - przewóz rzeczy, wywóz śmieci i małe wyburzenie, 576-187-032

PRZEPROWADZKI, wyburzanie, sprzątanie piwnic, 518-121-909

Praca

ZATRUDNIĘ

BRUKARZA z doświadczeniem i pomocnika, 501-529-844

motofakty.pl
Motoryzacja
na wysokich obrotach
czytaj
motofakty.pl

Brukarza z doświadczeniem, 793-515-313

BRUKARZY i pomocników - zatrudnię, 605-119-427

BRYGADZISTÓW do utrzymania czystości na terenie miasta Łodzi. Tel. 42 272-34-55; 42 272-34-57

CUKIERNIKA zatrudnię, 609-552-111

DO sprzątania zakładu produkcyjnego w Strykowie ZPCh zatrudni na umowę o pracę niepełnosprawnych oraz na umowę zlecenie osoby bez orzeczenia, (możliwość dowozu), 660-521-529

Dziewiarzy, produkcja skarpet, rajstop, Łódź, ul. Łąkowa 3/5N, 42-686-00-11, 606-352-750

EKSPEDIENTKĘ, 501-445-051

Emerytkę - bufet szkolny, 604-777-717

FREZERA, 601-284-465

KIEROWCÓW kat.: B. Praca na terenie Łodzi, 665-020-455

KIEROWCÓW kat.: C. Praca na terenie Łodzi, 665-020-455

KOORDYNATORA prac budowlanych - kierownika, 501-050-213

LAKIERNIK, pomocnik samochodowy - warsztat partnerski Volvo, 505-802-333

MECHANIKÓW samochodowych, 665-020-455

MĘŻCZYZNĘ - pomoc do warzywniaka, 602-734-605

Ogrodnika zatrudnię, 604-234-376

OVERLOCZKI, 506-102-150

OVERLOCZKI, 602-727-738

PAKOWACZ - elastyczny grafik. Praca od Zaraz! WTS, Łódź, Nawrot 21 lok 1, 515-121-450

POMOC szwalni, 506-102-150

POMOC szwalni, 602-727-738

POMOCNIKÓW dekarzy i budowlanych, 881-729-992

PORTIERA - emeryta, rencistę, tylko mężczyzna (parking), z ok.Widzewa Wschodu, 602-645-222

PRACA na parkingu, Radogoszcz Wschód, 604-086-163, 602-444-105

PRACOWNIKA do remontów, 501-529-844

PRACOWNIKÓW ogólnobudowlanych, 501-050-213

PRASOWACZKĘ/-CZA, podprasówka - bluzki, sukienki,, 502-108-419

STOLARZA - zatrudnię, 608-502-044

Stylista fryzjer - szkoła, 604-777-717

Szwaczki - Górna, 604-244-401

SZWACZKI 20 - 27 zł/h, sukienki, bluzki,, 502-108-419

SZWACZKI kurtki, 506-102-150

SZWACZKI kurtki, 602-727-738

SZWACZKI Ukrainki. Kwatera gratis, 795-199-449

SZWACZKI, bluzki z dzianiny, Górniak, dobre warunki, 502-263-241

SZWACZKI, dzianina, tkanina, 516-103-278

Szwaczki. Prasowanie. Krojczy. Wzorcowe, 602-371-680

ZATRUDNIĘ doświadczoną ekspedientkę na stanowisko spożywcze na terenie Łodzi, umowa o prace, dwie zmiany. Więcej informacji od pn.-pt. w godz. 8.00-16.00 pod nr. tel. 502-588-502

ZPCH AJG zatrudni pracownika gospodarczego na umowę o pracę, z grupą, Zgierz, 515-087-318

ZPCH AJG zatrudni sprzątaczki na umowę zlecenie, Zgierz, 515-087-318

ZPCH AJG zatrudni sprzątaczki z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, umowa o pracę, Zgierz, 515-087-318

ZRB poszukuje brygady do dociepleń ścian ok. 2000 m, 508-275-110

0011033610
OGŁOSZENIA DROBNE na TELEFON
800 472 852
42 647 28 52

SZUKAM PRACY

KIEROWCA C+E, emeryt, na 1/2 etatu, 601-241-013

Nauka

KOREPETYCJE

MATEMATYKA z 1 na 4, 795-637-566

Medycyna

STOMATOLOGIA

BEZPŁATNE protezy zębowe - w ramach NFZ. Zgierz, 42-717-17-04, 510-231-468

SPRZĘT MEDYCZNY

CHODZIK dla inwalidy na gwarancji, 514-083-811

Auto moto

KUPIĘ

STARE motocykle, samochody oraz części kupię, tel. 513-185-357.

Pozostałe

Doły - nowy cmentarz - nowe piwnice, place ziemne - ul. Smutna 12. Rezerwacje. Najniższe ceny, 42-678-58-67, 502-658-548

Matrymonialne

PANIE

SYMPATYCZNY kawaler 45 lat pozna miłą Panią w wieku 30 - 47 lat z poczuciem humoru. Cel matrymonialny, 793-795-861

eprasa.pl 26c71cf597

gratka motoryzacja

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

CITROEN C4, rok 2016, pierwszy właściciel. Garażowany + opony zimowe. Tel. 514-671-286.

FORD Focus, 2001r., 950zł, hatchback, 605-982-276

RENAULT scenic, 1,6, 2001r., 6,5 tys. zł, gaz do 31r, 609-030-297

SKODA fabia, gaz, 2012r., 531-946-060

OSOBOWE KUPIĘ

SKUP Aut każdy stan, 502-876-173

KAŻDE auto kupię, 537-795-593

1 - 001 absolutnie autoskup każde autokasacja, 794-744-296

1 - 001 absolutnie autoskup wszystkie, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każde Daewoo, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każdy Audi, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każdy BMW, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każdy Citroen, 794-744-296

1 - 001 absolutnie każdy Mercedes, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każdy Mitsubishi, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każdy Nissan, 794-744-296

1 - 001 absolutnie każdy Opel, 533-232-606

1 - 001 absolutnie każdy Volkswagen, 533-232-606

1 - 10 h autoskup - wszystkie marki osobowe dostawcze, 533-232-606

12h autoskup, 664-040-076

1-12h Złomowanie Autoskup. Zwrot ubezpieczenia. Każde auto. Zaświad. do wyrej. Najlepsze ceny. Gotówka. Laweta. Zgierz, Wschodnia 29, 42-717-40-10, 609-142-742, www.greenscrap.pl

1-8h autoskup-dobra cena, 533-232-606

24h każdy najlepsza cena autozłomowanie, 794-744-296

Auto skup osobowe, dostawcze, ciężarowe, motocykle, motorowery, skutery, całe, uszkodzone, sprowadzone, każdy stan, również złomowanie, 0.80zł/kg, 786-634-008

AUTOSKUP - każdą markę. Najlepsze ceny!! Zadzwoń i Sprawdź!!!, 503-747-835

BMW auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

CITROEN auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

DAEWOO auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

FIAT auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

FORD auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

Kasacja pojazdów, 609-142-742, www.greenscrap.pl

MERCEDES 24h, osobowe, dostawcze każde kupię, 502-876-173

MERCEDES auta każde kupię, 537-795-593

MERCEDES auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

NISSAN auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

OPEL auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

PEUGEOT auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

RENAULT auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

SKODA auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

TOYOTA 24h, każdą kupię, 502-876-173

VW auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

Złomowanie pojazdów, 609-142-742, www.greenscrap.pl

ROLNICZE SPRZEDAM

PRZETRZĄSARKA gwiazdowa na kółkach - 900zł, 574-278-322

WYPRZEDAŻ maszyn, 883-937-566

ROLNICZE KUPIĘ

1 - 001 skup ciągników i maszyn rolniczych, 794-744-296

ZABYTKOWE KUPIĘ

AUTO z Prl-u: syrena, warszawa, mikrus, wołga, moskwicz, 608-097-274

CZĘŚCI nowe do wołgi, zaporożca, syreny, fiata 125p, 608-097-274

KAROSERIĘ, silnik nowy do syreny, fiata 126p, 125p, Syreny, 608-097-274

MOTOCYKL, motorower, motorynkę z PRL-u, WSK, WFM, OSA, SHL, MZ, 608-097-274

MOTORYNKĘ, motorower z PRL-u - Komar, Simson, Wierchowina, 608-097-274

TRABANTA, wartburga, zastawę, ładę, skodę, inne auto z PRL-u inne, 608-097-274

USZKODZONE, ROZBITE KUPIĘ

1-8h auto-skup każdy autozłomowanie, 794-744-296

CIĘŻAROWE, DOSTAWCZE SPRZEDAM

AUTOLAWETA, 880-176-501

IVECO 2.3, D, 784-037-211

CIĘŻAROWE, DOSTAWCZE KUPIĘ

ABSOLUTNIE każde auto, 502-876-173

1 - 001 auta każde skup autozłomowanie, 533-232-606

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

OPEL vectra - koła alufelgi 16 cali, 215x55, piękne, nieporysowane, 518-558-410

OPONY samoch. używane 195/65/15 - 205/55/16 - 195/55/15 - 175/70/14, inne od 60 zł, 535-900-035

AUTOPOMOC

AUTOLAWETA, 600-878-954

USŁUGI

AUTO-ZAMKI, naprawa stacyjek. Immobilisery, Łódź, ul.Zawiszy 8, 602-724-868

PRZEPROWADZKI, wywóz śmieci i rupieci, 518-121-909

INNE

CZĘŚCI do Syreny 105 oraz blacharkę do Wartburga delux zamienię na telefon komórkowy, 605-850-800

0010988517

B KUPON B NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

gratka Dziennik ŁÓDZKI

Zaznacz odpowiednią rubrykę

❑ oddam za darmo ❑ potrzebuję ❑ hobby ❑ odzież
❑ sprzęt domowy ❑ rolnicze ❑ rozmaite
❑ art. dziecięce ❑ zamienię ❑ życzenia

❑ sprzedam ❑ kupię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku „GRATKA", „GRATKA MOTORYZACJA".
2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.
3. Kupon oryginalny prosimy przesłać pocztą na adres: Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19 lub przekazać do najbliższego biura ogłoszeń.
4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).
5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

Regulamin dodatku „GRATKA", „GRATKA MOTORYZACJA"

W ramach promocji ogłoszeń niekomercyjnych od osób prywatnych (bezpłatnie) przyjmujemy następujące ogłoszenia drobne:*

1. Do poniedziałkowego tygodnika „GRATKA PRACA" ogłoszenia w rubryce szukam pracy - limit miejsca.

2. Do środowego dodatku „GRATKA" ogłoszenia w rubrykach:

a) oddam za darmo:
wszystko oprócz: telefonów komórkowych, akcesoriów do nich i aktywacji oraz leków psychotropowych

b) potrzebuję:
wszystko do domu oprócz: telefonów i aktywacji oraz artykułów mogących służyć działalności gospodarczej

c) hobby:
- filatelistyka, numizmatyka, instrumenty muzyczne do 500 zł;
- antyki - pojedyncze przedmioty - sprzedaż do 500 zł;
- płyty analogowe, książki i czasopisma;
- rośliny i zwierzęta oferowane bezpłatnie

d) sprzęt domowy:
meble, dywany i wykładziny kupno i sprzedaż do 200 zł, armatura łazienkowa i kuchenna, w tym: wanny, umywalki, zlewozmywaki, termy, muszle itp.

e) rozmaite:
- art. dziecięce: wózki, odzież, zabawki;
- odzież: wszystko oprócz futer i kożuchów

f) rolnicze:
wszystko oprócz maszyn rolniczych

g) zamiany:
wszystko oprócz nieruchomości

h) życzenia: drobne

3. Do środowego dodatku „GRATKA MOTORYZACJA" ogłoszenia dotyczące:

a) sprzedaży:
samochodów osobowych, vanów, terenowych, samochodów retro, motocykli, maszyn rolniczych do 3.000 zł

b) kupna i zamiany:
samochodów osobowych, samochodów retro, motocykli i maszyn rolniczych

c) sprzedaży i kupna:
części i akcesoriów sam. osobowych

Oprócz skupu i sprzedaży aut lub ogłoszeń i ich ilości (max. 5 ogłoszeń) mogących służyć działalności gospodarczej.

***Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru.**
Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.
Czas oczekiwania na publikację ogłoszenia bezpłatnego do trzech tygodni.

B KUPON B NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

gratka motoryzacja Dziennik ŁÓDZKI

Zaznacz odpowiednią rubrykę

❑ osobowe ❑ zabytkowe ❑ części akcesoria
❑ rolnicze ❑ motocykle ❑ moto - inne

❑ sprzedam ❑ kupię ❑ zamienię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku „GRATKA", „GRATKA MOTORYZACJA".
2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.
3. Kupon oryginalny prosimy przesłać pocztą na adres: Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19 lub przekazać do najbliższego biura ogłoszeń.
4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).
5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

UWAGA!!! - przed złożeniem zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej należy zapoznać się z treścią Zasad Ogólnych oraz Zasad Szczególnych umieszczania ogłoszeń (w tym ogłoszeń drobnych) obowiązujących w przedsiębiorstwie Polska Press Sp. z o.o. w Warszawie, dostępnych w Internecie pod adresem www.reklama.polskapress.pl (dalej łącznie jako Zasady).

UWAGA!!! – złożenie zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej oznacza akceptację Zasad przez osobę składającą zlecenie.

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych osoby zlecającej publikację ogłoszenia, w tym informacja o Administratorze tych danych, znajduje się na niniejszym druku.

SKRÓCONA NOTA INFORMACYJNA

Kto przetwarza Państwa dane osobowe?
Administratorem Państwa danych osobowych jest spółka Polska Press Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie (02 – 672) przy ul. Domaniewskiej 45 (dalej: „my"), wpisana do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m. st. Warszawy XIII Wydział Gospodarczy po numerem KRS 0000002408. Nasze pozostałe dane kontaktowe to e-mail: rodo.zgloszenia@polskapress.pl.

Inspektor Ochrony Danych
We wszelkich kwestiach dotyczących ochrony danych osobowych mogą się Państwo kontaktować z wyznaczonym przez nas inspektorem ochrony danych. Kontakt ten może nastąpić na adres e-mail: iod@polskapress.pl.

W jakim celu są nam potrzebne Państwa dane osobowe?
Państwa dane osobowe są nam potrzebne, by:
- zawrzeć i wykonać umowę (jeśli dojdzie do zawarcia umowy),
- dokonać rozliczeń finansowych wynikających z tej umowy, w tym wypełnić ciążące na nas obowiązki podatkowe i rachunkowe,
- badać Państwa satysfakcję i opinię,
- móc w razie potrzeby wykazać zasadność naszych roszczeń, zrealizować nasze prawa lub obronić się przed roszczeniami, korzystać z naszych uprawnień,
- rozwijać i monitorować naszą działalność biznesową, m.in. poprzez wykonywanie wewnętrznych analiz i statystyk,
- prowadzić działania marketingowe z zakresu marketingu bezpośredniego naszego i podmiotów trzecich polegające na informowaniu o różnych wydarzeniach (eventach), wysyłaniu spersonalizowanych ofert i treści w zakresie dotyczącym działalności i oferowanych przez nas lub naszych partnerów produktów i usług.

Jeśli wyrażą Państwo dodatkową i dobrowolną zgodę wówczas będziemy mogli również:
- przetwarzać Państwa dane w celu przedstawienia Państwu informacji handlowych i marketingowych na temat naszych towarów lub usług lub towarów i usług naszych partnerów za pomocą telekomunikacyjnych urządzeń końcowych oraz automatycznych systemów wywołujących lub za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej.

Jeśli cofną Państwo zgodę na przetwarzanie danych w celach marketingowych lub wyrażą Państwo sprzeciw w tym zakresie wówczas będziemy przetwarzać Państwa dane przez dalsze 3 miesiące na tzw. liście Robinsonów tj. liście osób, które nie życzą sobie dalszych kontaktów marketingowych z naszej strony.

Jakie prawa Państwu przysługują?
Posiadają Państwo prawo do:
- żądania od nas dostępu do swoich danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia („prawo do bycia zapomnianym") lub ograniczenia przetwarzania,
- wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych na potrzeby marketingu bezpośredniego, które powoduje zaprzestanie przetwarzania przez nas Państwa danych w celach marketingu bezpośredniego,
- wniesienia sprzeciwu – z przyczyn związanych z Państwa szczególną sytuacją – w przypadku przetwarzania danych osobowych na podstawie prawnie uzasadnionego interesu. Jednakże w takiej sytuacji będziemy dalej przetwarzać Państwa dane osobowe w niezbędnym zakresie, jeżeli po naszej stronie będzie istniał ku temu uzasadniony powód,
- przenoszenia danych przetwarzanych w związku z wykonaniem umowy lub na podstawie Państwa zgody.

Jeśli podstawą przetwarzania przez nas danych osobowych jest Państwa zgoda, wówczas posiadają Państwo prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie zgody nie wpływa jednak na zgodność z prawem przetwarzania przez nas danych osobowych, którego dokonaliśmy na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

Wszystkie powyżej wymienione uprawnienia mogą Państwo wykonać poprzez zwrócenie się na adres kontaktowy: rodo.zgloszenia@polskapress.pl albo pisemnie na nasz adres: Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa.
Jeżeli nasze wyjaśnienia i działania okażą się niewystarczające lub wadliwe, mogą Państwo w każdej chwili wnieść skargę do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Pełna wersja Noty
Niniejsza Nota nie przedstawia wszystkich informacji na temat przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych. Pełna wersja Noty dostępna jest na naszej stronie internetowej www.prywatnosc.polskapress.pl, a także w naszej siedzibie oraz w Biurach Ogłoszeń.
Prześlemy Państwu pełną wersję noty na Państwa adres mailowy, jeżeli wyrażą Państwo takie życzenie i podadzą nam swój adres e-mail w tym celu.

eprasa.pl 26c71cf597

strona ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Imbir ci posprząta

Niepozorne kłącze łatwo pominąć w sklepie, gdzie pysznią się jesienne warzywa. A jednak imbir to prawdziwa szara eminencja, nie musi pchać się na wystawę, żeby zdobyć prestiż. Ceniono go od wieków, jest ujęty w pierwszych podręcznikach medycyny na świecie. Lubi porządek, czyści organizm z wirusów i bakterii, działa antyzapalnie, antybólowo i wspomaga odporność. A jako bonus - odchudzanie. Str. 4

ZA TYDZIEŃ:

- Sama kawa nie szkodzi, ale dodatki do niej to co innego. Niektóre to fatalne pomysły dla zdrowia.
- Kiszonki na stres, efekty poczujesz już po miesiącu. Kapusta kiszona daje humor.

FOT. PIXABAY.COM

Nowe objawy koronawirusa, a może grypy? Sezon infekcji przed nami

Redakcja
redakcja@stronazdrowia.pl

Szczyt zachorowań na COVID-19 jeszcze przed nami, zachowujmy dystans.

FOT. SUBBOTINA/123RF

Statystyki mówią, że koronawirus jest dwa-trzy razy bardziej zaraźliwy niż wirus grypy, dlatego zakażenia tworzą zwykle ogniska chorób

Na ulicach i w sklepach już słychać kaszel i kichanie. Niektórzy nawet noszą na wszelki wypadek maseczki. Teraz jednak infekcja koronawirusem przebiega trochę inaczej niż wcześniej. Jak poznać po objawach, czy to covid, czy grypa?

„Zdrowotny Monitoring Polaków" podaje, że w ostatnich tygodniach głównym powodem wizyt u lekarza były infekcje wirusowe, COVID-19 i zapalenie płuc, jeśli chodzi o osoby dorosłe. W przypadku dzieci najczęstsze przypadki to angina, zapalenie płuc i również koronawirus, pojawiał się też krztusiec. Raport zakażeń Ministerstwa Zdrowia potwierdza, że koronawirus znowu jest w natarciu, codziennie notuje się po kilka tysięcy przypadków zachorowań. Dane z 10 września 2024 roku odnotowały 3118 zakażeń, w tym 2285 nowych i 833 ponownych. W najtrudniejszej sytuacji są pacjenci z chorobami współistniejącymi, takimi jak schorzenia układu krążenia, cukrzyca, przewlekłe choroby układu oddechowego, nadciśnienie tętnicze, otyłość i nowotwory.

Kaszel czy gorączka?

W większości przypadków zachorowań na COVID-19 pacjenci skarżą się na więcej niż jeden objaw koronawirusa. Ostatnio pojawiają się też nowe symptomy, są to zaburzenia lękowe i problemy ze snem, które jednak trudno przypisać tylko koronowirusowi. W Polsce krążą kolejne podwarianty koronawirusa SARS-CoV-2 powstałe z Omikrona, takie jak KP.1, KP.2 i KP.3 (grupa FLiRT) oraz LB.1 (następca JN.1). Te mutacje wydają się bardziej zaraźliwe i w mniejszym stopniu zwalczane są przez organizmy osób zaszczepionych.

Równocześnie nie ustępuje grypa. Jej objawy są obecnie tak podobne do COVID-19, że w przypadku podejrzenia infekcji trudno ustalić, czego się spodziewać. Eksperci zidentyfikowali jednak kilka ważnych różnic, które mogą pomóc w postawieniu diagnozy przed wykonaniem testu.

Różnice dotyczą kolejności, a potem rodzaju dolegliwości:

- Prawdę o infekcji można poznać po jej pierwszych objawach. U osób z sezonową grypą kaszel występuje wcześniej niż rozwój gorączki. A więc grypa typowo zaczyna się kaszlem lub bólem mięśni, natomiast pierwszym objawem COVID-19 jest gorączka.
- Objawem charakterystycznym dla COVID-19, chociaż obecnie już rzadszym, jest nagła utrata węchu i smaku, czyli anosmia, a także reakcje zapalne skóry. Takie problemy nie występują przy grypie.
- Przy covid regułą jest także pojawianie się objawów po pięciu-sześciu dniach od narażenia na koronawirusa i infekcja trwająca 1-14 dni. Natomiast grypa rozpoczyna się szybciej, bo po 2-3 dniach od zarażenia i trwa do tygodnia.
- Chociaż grypa rozwija się szybko z objawami takimi, jak ból pleców, dreszcze i suchy kaszel, zwykle przebiega łagodnie. Objawy ze strony dróg oddechowych są mniejsze. Grypa stwarza dyskomfort, nie powoduje jednak tak częstych komplikacji, jak covid.

Nadal nie istnieją żadne specyficzne metody leczenia zakażenia SARS-CoV-2. Pomagają leki łagodzące objawy i wypoczynek

- W przypadku koronawirusa czasem nie występują żadne objawy, ale może też dojść do ciężkiego przebiegu zakażenia, powikłań i hospitalizacji.

Symptomy covid i grypy są najczęściej wspólne, dlatego jedynym sposobem na postawienie prawdziwej diagnozy jest wykonanie testu na covid lub testu combo. Objawy COVID-19 w 2024 roku są podobne jak w przypadku wcześniejszych szczepów wirusa, ale istnieje kilka kluczowych różnic. Ważna jest zwłaszcza kolejność powstawania objawów.

Główne objawy covid nowych wariantów mogą wystąpić w tej kolejności:

- gorączka,
- kaszel,
- kichanie,
- wydzielina z nosa.

Dodatkowo może wystąpić ból gardła, ból mięśni i głowy, nudności lub wymioty i biegunka.

Najczęstsze przyczyny

Koronawirus ma jednak różne symptomy. Niektórzy chorzy tracą czucie w nosie, inni po prostu czują się źle, kolejni mają tzw. covidowe palce, czyli wyglądające jak odmrożone, bez innych objawów choroby. Niektórym dokuczają jedynie bóle i zawroty głowy bez dolegliwości ze strony układu oddechowego. Zdarzają się pacjenci z samym bólem w klatce piersiowej, ale też z nudnościami, wymiotami i gorączką.

U osób z obniżoną odpornością i u pacjentów seniorów, u których stwierdzono podejrzane objawy oraz na koniec otrzymano pozytywny wynik testu na COVID-19, istnieje zagrożenie zaostrzenia infekcji. Powikłaniem może być na przykład zapalenie płuc. Takie osoby powinny być pod kontrolą lekarza.

Obraz kliniczny grypy bywa więc bardzo podobny tak do przeziębienia, jak i do COVID-19. Do potwierdzenia rozpoznania konieczne jest wykonanie badań diagnostycznych, szybkiego testu antygenowego lub badań RT-PCR wymazu z nosogardła. Jeśli objawy koronawirusa czy grypy nie są poważne, nawodnienie i środki apteczne bez recepty łagodzą objawy i poprawiają samopoczucie.

Trzeba jednak zachować czujność. Po przebytej infekcji mogą wystąpić poważne komplikacje, nie tylko u osób z chorobami współistniejącymi. Do grup ryzyka należą kobiety ciężarne, dzieci do lat pięciu i osłabione osoby w wieku powyżej 65 lat.

eprasa.pl 26c71cf597

FOT. THELIVEPHOTOS/123RF.COM

Witaminę B1 łyka wiele osób. Składnik wspomaga działanie mózgu, ale jedynie do pewnej dawki

Seniorzy sięgają po nią zbyt często

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Naukowcy odkryli właśnie, że codzienne przyjmowanie wit. B1 może powodować skutki odwrotne do zamierzonych, zwiększając zagrożenie demencją.

Wpływ spożywania tiaminy - witaminy B1 na spadek funkcji poznawczych zbadali naukowcy z Południowochińskiego Uniwersytetu Medycznego w Kantonie, a wyniki zaprezentowali w międzynarodowym piśmie medycznym „General Psychiatry". Badacze obserwowali pacjentów najczęściej przez około sześć lat i stwierdzili, że spadek funkcji umysłowych był najniższy przy spożywaniu 0,6-1 mg witaminy B1 dziennie. Niestety, krzywa odwzorowująca tę zależność ma kształt litery „J", co oznacza, że ryzyko początkowo spada, a gdy osiągnie punkt minimalny, zaczyna gwałtownie rosnąć. Dla pięcioletniego spadku poznawczego wartością graniczną dla tiaminy była dawka 0,68 mg dziennie. Dawki mniejsze nie są znacząco skorelowane z procesami degeneracyjnymi, ale większe już mają znaczenie. Każde zwiększenie przyjmowanej ilości o 1 mg tiaminy powiązano ze spadkiem funkcji poznawczych. Zależność ta była silniejsza w przypadku osób otyłych, na wyniki nie wpływały jednak wiek, płeć, spożycie alkoholu czy dawki białka, tłuszczu i węglowodanów w diecie. Wniosek badaczy jest jednoznaczny - witaminy B1 nie należy przedawkowywać. W suplementach diety ten składnik dostępny jest w dawce do 3 mg na tabletkę i chociaż można znaleźć produkty oraz leki na receptę z większą ilością, o ich przyjmowaniu powinien decydować wyłącznie lekarz.

Warto sprawdzić, czy tiamina nie występuje w kilku różnych przyjmowanych suplementach diety. Tiamina gromadzi się w mózgu, nerkach, sercu, wątrobie, należy więc zachować ostrożność. Dobrze przyjrzeć się spożywanym przetworzonym produktom, czy nie zawierają dodatku tej witaminy. Każdą ilość tiaminy trzeba wliczyć do dziennej porcji. Dostarczają ją także produkty mleczne, mięsne, ryby i nasiona strączkowe, które jemy na co dzień. Dobrze by było, gdyby to właśnie z żywności pochodziła witamina B1, bo w naturalnej formie jest najbezpieczniejsza. Nadmiar witaminy B1 zagraża, niestety, chorobą Alzheimera.

FOT. 123RF.COM

Żeby w diecie przyjąć 100 mg tiaminy, należałoby zjeść około 14 kg drożdży albo 76 kg jajek

Mniej tego składnika, bo nie wiadomo, jakie dawki komu służą. Witamina D pod lupą

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Na suplementacji witaminy D mogą skorzystać tylko niektóre grupy społeczne.

FOT. FCAFOTODIGITAL/GETTYIMAGES.COM

Przedawkowanie witaminy D w kapsułkach jest możliwe, a skutki zagrażają zdrowiu

Do niedawna uważano, że witamina D stanowi panaceum na wiele dolegliwości, pomaga na odporność, astmę, demencję, mocniejsze kości i w ogóle wspiera kondycję. Mówiło się nawet, że 99 proc. populacji w naszym kraju ma niedobory tej witaminy i musi koniecznie ją dodatkowo zażywać, najlepiej w jak największych dawkach. Dużym wstrząsem dla producentów okazały się nowe wyniki badań, które strąciły witaminę D z piedestału sugerując, że doszło do wielkiej akcji marketingowej. Wyszło na jaw, że nadmiar witaminy D działa toksycznie, a jej zażywanie nie przynosi oczekiwanych efektów, chociaż przyjmowana z umiarem, przynosi szkody głównie portfelowi. Nowymi zaleceniami zajęli się naukowcy z amerykańskiego Towarzystwa Endokrynologicznego. Chociaż wydali szokujące dla niektórych rekomendacje, nie pozostawiają jednak złudzeń - stosowane dotąd sposoby uzupełniania tego składnika nie mają sensu.

Eksperci z Towarzystwa Endokrynologicznego wezwali do ograniczenia stosowania witaminy D, bo nie są znane ani odpowiednie dawki dla danej osoby, ani to, komu i jakie korzyści suplementacja przynosi. Naukowcy twierdzą, że sięgać po witaminę D powinny tylko osoby z pewnych grup ryzyka. Specjaliści przedłożyli swoje ustalenia w dokumencie opracowanym w oparciu o dowody naukowe. Jego treść przedstawili na dorocznym spotkaniu towarzystwa 3 lipca 2024 roku, a także opublikowali ją na łamach pisma Towarzystwa Endokrynologicznego.

Według najnowszych ustaleń badaczy do grup ludności, które mogą skorzystać na suplementacji diety witaminą D, należą;

- dzieci i młodzież w wieku 1-18 lat, witamina D może w tej grupie zapobiegać krzywicy i potencjalnie obniżać ryzyko rozwoju infekcji układu oddechowego,
- kobiety w ciąży, witamina D może zmniejszyć zagrożenie powikłań u matki, płodu i noworodka,
- dorośli w wieku powyżej 75 lat, żeby ewentualnie zmniejszyć ryzyko przedwczesnej śmierci,
- osoby dorosłe ze stanem przedcukrzycowym, witamina D może obniżać zagrożenie rozwojem cukrzycy typu 2.

Suplementacja diety w grupach ryzyka niedoboru witaminy D, to według nowych rekomendacji przyjmowanie jej dawek codziennie, a nie jak dotychczas przyjmowania większych ilości w wybrane dni.

Eksperci odradzają zażywanie empirycznie ustalanych dawek wit. D większych od tych, które zostały przyjęte w 2011 roku przez amerykańską Narodową Akademią Medycyny

Dawki te wynoszą:

- 600 IU dziennie dla osób w wieku 1-70 lat,
- 800 IU dziennie dla tych po 70. roku życia.

Ale w dokumencie stwierdzono również, że całkowicie pewna, optymalna dawka dla tych grup nie jest znana. Jego autorzy odradzają przyjmowanie większych ilości wit. D niż zalecane dawki w przypadku osób poniżej 75. roku życia.

Autor wytycznych dr Anastassios G. Pittas, profesor medycyny w Szkole Medycznej Uniwersytetu Tufts w Bostonie, stwierdził, że nie ma jednego pytania i jednej odpowiedzi na temat roli witaminy D dla zdrowych i chorych, a tego ludzie najbardziej chcą się dowiedzieć. - Pytań jest wiele i nie jesteśmy w stanie odpowiedzieć na nie wszystkie - podkreślił uczony.

Tymczasem w kwestii dawek suplementów z witaminą D przez ludzi panuje całkowita samowolka. W sprzedaży dostępne są preparaty dostarczające nawet 20 000-50 000 IU. Dorosłym zalecane jest rutynowo 800-2000 IU, ale niestety dawki rzędu 400-800 IS są najrzadziej dostępne w produktach handlowych. W ramach nowych rekomendacji endokrynolodzy zalecają, żeby nie badać stężenia witaminy D w populacji ogólnej, co dotyczy również osób otyłych i z ciemną karnacją - te ostatnie wytwarzają wit. D pod wpływem światła słonecznego w mniejszych ilościach.

Chociaż utrzymanie odpowiedniego stężenia wit. D w osoczu krwi jest wyzwaniem u pacjentów ze schorzeniami, takimi jak osteoporoza i osteopenia, przewlekła choroba nerek czy nieswoiste zapalenie jelit (IBD) - wciąż nie ma odpowiednich danych, żeby przygotować odpowiedzialne wskazówki dla lekarzy.

Ograniczeniem jest między innymi brak randomizowanych, czyli klinicznych badań, podczas których pacjentów przydziela się losowo do określonego zespołu badawczego. Brak także danych na temat optymalnych poziomów witaminy D i optymalnego jej spożycia w profilaktyce poszczególnych chorób. Konieczne są w tym przypadku badania na dużą skalę i wyznaczenie markerów, które mogą pomóc przewidzieć rozwój choroby, zanim do niej dojdzie.

Skutki nadmiaru witaminy D we krwi to hiperkalciuria i hiperkalcemia, czyli wysoki poziom wapnia w moczu i krwi, czego konsekwencją są zaburzenia pracy serca i układu nerwowego, a także rozwój kamieni nerkowych i miażdżycy. W przypadku kobiet w ciąży nadmiar wit. D może wywołać deformacje kości u rozwijającego się dziecka.

Trzeba pamiętać, że witaminę D pochodzącą z żywności trudno przedawkować, ale jest to możliwe w przypadku przyjmowaniu tranu - oleju z wątroby ryb dorszowatych, oleju rybnego z mięśni tych ryb czy wątroby rekina, a także innych suplementach diety, które zawierają witaminę D.

WARTO WIEDZIEĆ

Na kości nie pomaga

Czy witamina D poprawia stan kości? Naukowcy z Brigham and Women's Hospital przeprowadzili badanie na ten temat obejmujące 25 tys. dorosłych osób, kobiet powyżej 55. i mężczyzn po 50. roku życia. Wyniki prac opisano na łamach „The New England Journal of Medicine". Analizy wykazały, że suplementacja witaminą D3 nie zapobiegała poważnym złamaniom osteoporotycznym czy złamaniom miednicy, nie odegrała żadnej roli w poprawie stanu kości.

eprasa.pl 26c71cf597

Napisz sobie receptę – ząbek czosnku rano i ząbek na noc. Odstraszysz wiele chorób

FOT. NASTYAOFLY/123RF

Coraz częściej wracamy do tradycyjnych środków wspomagających zdrowie, stosowanych od wieków przez medycynę ludową, dlatego zainteresowanie naturalnymi lekami z czosnku i samym czosnkiem wciąż rośnie

Marta Siesicka-Osiak
redakcja@stronazdrowia.pl

Leczyli nim nasi najstarsi przodkowie. Teraz się potwierdza, że mieli rację.

Jedzenie czosnku to naprawdę klucz do lepszego zdrowia. Liczy się jednak, w jakiej formie jemy to warzywo i przyprawę w jednym. Odpowiedni sposób przygotowania pozwala poprawić lipidogram i glikemię, obniżyć wysokie ciśnienie, a podnieść odporność organizmu. Czosnek znany jest z działania profilaktycznego i wspomagającego leczenie chorób serca czy cukrzycy, ale także różnego rodzaju infekcji wirusowych i bakteryjnych.

Najlepszy na surowo

W piśmie „Frontiers in Nutrition" zespół naukowców austriackich i australijskich przedstawił aktualną wiedzę na temat właściwości zdrowotnych czosnku. Opracował 12 odpowiedniej jakości badań na ten temat, dzięki którym udało się potwierdzić skuteczność tradycyjnych zastosowań leczniczych czosnku. Jak wykazano, jedzenie czosnku zmniejsza zagrożenie chorobami kardiologicznymi i metabolicznymi.

Większość badań wykazała też obniżenie skurczowego i rozkurczowego ciśnienia krwi i jej aktywności antyoksydacyjnej - poziom enzymów, takich jak: katalaza, dysmutaza ponadtlenkowa i peroksydaza glutationowa, których główną funkcją jest chronienie komórek przed utlenianiem.

Naukowcy potwierdzili, że systematyczne jedzenie czosnku wpływa na:

- obniżenie cholesterolu całkowitego,
- zmniejszenie poziomu trójglicerydów,
- podniesienie poziomu „dobrego" cholesterolu HDL,
- zmniejszenie BMI (stosunek masy ciała do wzrostu) i WHR (relacja obwodu talii do bioder),
- poprawę aktywności fibrynolitycznej, która umożliwia rozkład skrzepów krwi.

Zdaniem badaczy, zjadanie czosnku wiąże się także z rzadszym rozwojem przewlekłych chorób, takich jak:

- nowotwory, zwłaszcza wątroby i przełyku,
- wysokie ciśnienie (stan przednadciśnieniowy),
- cukrzyca typu 2,
- niealkoholowe stłuszczenie wątroby.

Co jednak ważne, czosnek musi być spożywany na surowo. Tylko w takiej formie ma komplet prozdrowotnych zalet. Surową postać i wiele ważnych substancji ma też tradycyjnie kiszony czosnek, który dzięki fermentacji mlekowej zapewnia bakterie kwasu mlekowego oprócz tego, że sam jest naturalnie bogaty w prebiotyki. To związki odżywiające korzystną mikroflorę w jelicie, czyli tam, gdzie kształtowana jest odporność.

Nie przesadzaj

Surowy czosnek nie szkodzi, jeśli nie jest jedzony w nadmiarze i po prostu włącza się go do potraw. Uczestnicy badań spożywali bez żadnych skutków ubocznych 4-35 g surowego białego czosnku dziennie. Biały jest ostrzejszy w smaku niż fioletowy, ale oba są bardzo zdrowe.

Zdarza się czasem, że spożywanie surowego czosnku może wywołać działania niepożądane u osób z problemami trawiennymi. Przy refluksie żołądkowo-przełykowym może nasilać zgagę, a w przypadku nadwrażliwości czy chorób pokarmowych powodować palenie w żołądku i klatce piersiowej.

Ostrożnie po surowy czosnek powinny sięgać osoby przyjmujące leki rozrzedzające krew, obniżające poziom glukozy we krwi czy cholesterol, bo związki z czosnku mogą nasilać ich działanie. Kiedy nie chcemy jednak zrezygnować z czosnku, konieczna może być zmiana dawki lekarstw, dlatego warto poradzić się lekarza.

Ustalenia naukowców na temat surowego czosnku są o tyle ważne, że do tej pory badania skupiały się na popularnych wyciągach i ekstraktach z czarnego czosnku w suplementach diety. Są to jednak produkty przemysłowo przetworzone, co potencjalnie zmienia ich skład chemiczny, a także działanie. Jak podają autorzy badania, warto sięgać po świeży czosnek, związki w nim zawarte mają nawet prawie tysiąc razy większą aktywność antyoksydacyjną niż przetworzone wyciągi z czosnku.

WARTO WIEDZIEĆ

Ostry zawodnik
Czosnek (Allium L.) obejmuje setki gatunków. Jest bogaty w związki siarkowe, odpowiadające za jego intensywny zapach i ostry smak. To one są silnymi przeciwutleniaczami, które działają jak naturalny antybiotyk, środek przeciwwirusowy i przeciwgrzybiczy. Najważniejszym z nich jest allicyna, która powstaje po rozdrobnieniu czosnku. Czosnek to tania i łatwo dostępna przyprawa, która poprawia smak i właściwości wielu potraw jedzonych przez nas na co dzień. Standardowy ząbek waży około 5 g, a dla najlepszych korzyści warto zjadać co najmniej dwa dziennie, na przykład drobno pokrojony na kromce chleba.

Kiedy nadejdzie, nie ma na nią tabletki, ale można spowalniać jej rozwój

Monika Piorun
redakcja@stronazdrowia.pl

Musimy dbać o dobrą kondycję mózgu przez odpowiedni styl życia i dietę.

Choroba Alzheimera, czynniki i mechanizm jej rozwoju, wciąż są przedmiotem badań. Chociaż wiadomo, że zmiany powstają w wyniku procesów zapalnych związanych ze stresem oksydacyjnym, do tej pory nie udało się ustalić, co dokładnie inicjuje degenerację w mózgu. Dlaczego powstają złogi zawierające specyficzne związki w postaci białka tau i amyloidu. Ich obecność powoduje zakłócenia przewodnictwa nerwowego, prowadzi do utraty połączeń między komórkami nerwowymi i całymi ich grupami. Postępowanie zmian degeneracyjnych w mózgu trwa co najmniej 20 lat. Zachodzą już na długo przed tym, jak wystąpią objawy pełnej choroby. Obecnie za pomocą specjalistycznych badań można wykryć je nawet prawie dekadę wcześniej. Osobom, u których podejrzewa się alzheimera, zdarza się zapominać, co robiły zaledwie chwilę temu. Mogą za to doskonale pamiętać wydarzenia sprzed kilkudziesięciu lat. Niepokój musi wzbudzić nieumiejętność wykonania dotąd znanych czynności - dodawanie czy odejmowanie, obsługa telefonu i telewizora, odczytanie godziny na zegarku. Gdzie są klucze? Gdzie listy wyjęte ze skrzynki pocztowej? Po co tam idę? - to pytania osób, które są zagrożone demencją. Niepozorne roztargnienie może być jednym z sygnałów świadczących o tym, że bliska nam osoba już ma objawy choroby Alzheimera.

FOT. ANDREAS SALDAVS/123RF

Zdrowy styl życia, uczenie się i czytanie, przyjaźnie hamują demencję

Tani, ale skuteczny syrop, a do tego modny. W sezonie infekcji masz jak znalazł

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Buraki są źródłem cennych witamin i minerałów, witamin C, A i E, a także żelaza, magnezu, wapnia i potasu.

Może ktoś w dzieciństwie dostawał ten syrop na wzmocnienie, a szykowała go mama albo babcia. Warto wrócić do tego zwyczaju. Syrop z buraka wspiera odporność i hamuje rozwój infekcji, działa wykrztuśnie i niweluje kaszel, poprawia funkcjonowanie górnych i dolnych dróg oddechowych, ułatwia oddychanie, nawilża i powleka gardło, łagodząc ból gardła, drapanie w gardle i chrypkę. W dodatku taki syrop na pewno nie będzie obciążeniem dla kieszeni. Wystarczy zetrzeć na tarce o drobnych oczkach kilka surowych buraków, zalać nieco wodą i gotować przez pół godziny, po czym odstawić. Następnie odcedzić i dosłodzić miodem. Jeśli nie masz czasu, w dużym buraku wydrąż otwór i nasyp cukru, a po kilku godzinach zbierze się tam syrop, który możesz od razu wypić.

FOT. NUNGNING20/GETTYIMAGES.COM

Najcenniejsze składniki buraków to betanina i betaina

stronaZDROWIA
czytaj
stronazdrowia.pl

REKLAMA 0011159343
PSYCHIATRA
GABINET,
WIZYTY DOMOWE
ŁÓDŹ, UL. PIOTRKOWSKA 91
TEL. 604-406-067

eprasa.pl 26c71cf597

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

WALKA Z KATAREM

Nie mogę uwierzyć, że wciąż nie ma lekarstwa na katar. O tej porze bardzo mnie męczy. Są na niego jakieś nowe metody?

Wciąż poleca się te tradycyjne, domowe. Katar, czyli inaczej nieżyt nosa, jest zapaleniem błony śluzowej, które objawia się przede wszystkim wyciekiem wydzieliny z nozdrzy, uczuciem zatkanego nosa, świądem oraz kichaniem. Ze względu na podłoże rozróżnia się dwa podstawowe rodzaje kataru – infekcyjny, którego przyczyną jest zakażenie chorobotwórczym drobnoustrojem, oraz alergiczny, wynikający z nadwrażliwości na czynniki zewnętrzne. Katar infekcyjny zazwyczaj idzie w parze z infekcją wirusową. Pojawia się nagle, ma ostry przebieg i mija samoistnie. Często leczony jest objawowo przez podanie leków przeciwzapalnych i obkurczających śluzówkę. Jeśli katar spowodowany jest infekcją bakteryjną, wtedy lekarz przepisze antybiotyk. Katar alergiczny może mieć różne nasilenie i trwać od kilku dni do kilku tygodni w roku. Charakteryzuje się wodnistym wyciekiem, uczuciem zablokowanego nosa, kichaniem i świądem. Mogą towarzyszyć mu nadwrażliwość oczu, zapalenie spojówek oraz reakcje alergiczne skóry.

Lekarze nadal często polecają na dolegliwości spowodowane katarem babcine sposoby. Zanim dowiedli tego naukowcy, nasze babcie już wiedziały, że najlepszym lekarstwem na rozpoczynającą się infekcję jest rosół. Aromat i ciepło rosołu rozgrzewają i oczyszczają górne drogi oddechowe, a bogactwo składników odżywczych wspiera organizm w walce z chorobą. Gdy czujemy pierwsze symptomy zbliżającej się choroby, ten stary sposób na katar może okazać się kluczowy. Moczenie nóg w gorącej wodzie to najprostszy sposób na rozgrzanie stóp, a co za tym idzie, podniesienie temperatury całego ciała. Co daje moczenie nóg w gorącej wodzie? Ogrzanie stóp w misce z gorącą wodą poprawia krążenie krwi, podwyższa temperaturę ciała i pobudza reakcje obronne organizmu. Dzięki temu pomaga organizmowi walczyć z rozpoczynającą się infekcją. Jak powinien przebiegać ten zabieg? Oczywiście wiesz, ale nie zapomnij do miski z gorącą wodą dodać soli z dodatkiem olejków eterycznych, która ma właściwości antyseptyczne, odkażające i oczyszczające. Zanurz stopy na 15-20 minut. Po takiej kąpieli osusz stopy i załóż na nie ciepłe skarpetki. Kiedy pojawia się uczucie zatkanego nosa albo zaczyna sączyć się z niego wydzielina, warto sięgnąć po kanapkę z dodatkiem rozdrobnionego czosnku lub cebuli albo przygotować aromaterapeutyczny gałganek – w gazę zawiń kilka zmiażdżonych ząbków czosnku z dodatkiem posiekanej cebuli i połóż na dobę przy łóżku chorego. Ale kiedy pojawia się ból zatok, warto w pierwszej kolejności sięgnąć po stary, sprawdzony sposób, jakim jest okład z soli. Ponieważ powoli uwalnia ciepło, zadziała rozgrzewająco i złagodzi dolegliwości bólowe. Wystarczy do płóciennego woreczka, ewentualnie do czystej, gładkiej bawełnianej skarpetki wsypać sól kuchenną, najlepiej gruboziarnistą, podgrzaną wcześniej przez kilka minut na patelni. Okład należy przyłożyć do nasady nosa i trzymać do wystygnięcia soli.

Czy majeranek też może pomóc? Nie znam tej metody

Majeranek jest popularnym ziołem używanym zarówno w naszych kuchniach, jak i w ziołolecznictwie. Wykazuje dobre właściwości przeciwdrobnoustrojowe, dzięki czemu może być skutecznie stosowany również w sytuacji, gdy chodzi o zmniejszenie łagodnych objawów infekcji górnych dróg oddechowych. W domowej terapii można wykorzystywać susz, jednak olejek eteryczny wykazuje lepsze działanie zwalczające drobnoustroje, a także ogranicza występowanie stanów zapalnych. Popularnym sposobem wykorzystania tego zioła jest inhalacja z użyciem olejku lub stosowanie gotowej maści majerankowej do smarowania okolic nosa. Można też zrobić parówkę z majeranku, a nawet po prostu z soli. Jej działanie sprowadza się do rozrzedzenia wydzieliny, oczyszczenia dróg oddechowych i ich nawilżenia. Do miski wystarczy wlać litr zagotowanej wody, wsypać 1-1,5 łyżki soli i wymieszać do rozpuszczenia.

Imbir to mistrz, wymiata i odkaża

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Niepozorny korzeń to skarbnica składników przeciwzapalnych i antybakteryjnych. Wspomaga odporność, spala tłuszcz i zabija zarazki.

Rozgrzewa, zabija wirusy i bakterie, redukuje ból. Ten aromatyczny i ostry w smaku korzeń rodem z Indii i Azji Południowo-Wschodniej coraz chętniej stosujemy także u nas, a zwłaszcza w okresie jesiennym, bo świetnie wspomaga odporność i działa przeciwzapalnie. Imbir swoje lecznicze właściwości zawdzięcza przede wszystkim obecności silnego przeciwutleniacza gingerola, który jest związkiem chemicznym, występującym głównie w imbirze. Ten właśnie składnik działa przeciwzapalnie, przeciwbakteryjnie, przeciwwirusowo i przeciwbólowo. Jemu też imbir zawdzięcza swój specyficzny ostry i palący smak.

FOT. PIXABAY.COM

Świeży korzeń imbiru łagodzi objawy zapalenia górnych dróg oddechowych, ból gardła, ma działanie rozgrzewające, napotne i przeciwgorączkowe. To znana od wieków i skuteczna roślina, wspomagająca leczenie przeziębienia, grypy i infekcji

Antybiotyk w kłączu

Codzienne jadanie imbiru jest korzystne zwłaszcza dla układu trawiennego, serca oraz w redukcji stanów zapalnych. W korzeniu znajdziemy witaminy A, C, E i K, z grupy B oraz fosfor, żelazo, potas i wapń. Warto jednak zachować umiar i obserwować, jak reaguje organizm na porcję egzotycznego kłącza, a w razie wątpliwości skonsultować się z lekarzem. Imbir nie jest całkiem niewinny i potrafi zaszkodzić.

Mieszkańcy Azji i Oceanii wiedzieli od wieków, że imbir znany dzisiaj jako lekarski, wspomaga produkcję enzymów trawiennych i zapobiega problemom z niestrawnością. Regularne jedzenie imbiru może również łagodzić nudności, na przykład związane z chorobą lokomocyjną.

Niepozorna roślina ma silne właściwości przeciwzapalne i przeciwutleniające, także dzięki zawartości związków bioaktywnych. Jest bogata w antyoksydanty, które pomagają w walce z wolnymi rodnikami. Chociaż Polacy raczej nie zjadają codziennie porcji imbiru, to taki zastrzyk energii jest polecany przez ekspertów. Imbir pomaga w zmniejszaniu stanów zapalnych w organizmie, co jest korzystne przy chorobach przewlekłych, takich jak zapalenie stawów i choroby zwyrodnieniowe stawów. Codzienne zjedzenie porcji imbiru wspiera układ odpornościowy, pomaga skuteczniej bronić się przed infekcjami. Imbir działa antybakteryjnie i antywirusowo oraz antyseptycznie. To skuteczny i naturalny antybiotyk, który zabija zarazki i odkaża układ pokarmowy.

Warto stosować go zwłaszcza w czasie przeziębienia, COVID-19, grypy i przy innych infekcjach, w których występuje ból gardła, katar, kaszel, a także ból głowy, mięśni czy stawów. Imbir uspokoi też zaburzenia jelitowe. Badania naukowe wykazały, że zawarty w imbirze gingerol zwalcza bakterie E. coli, Shigella i wirusa RSV. Wnioski sugerują również, że imbir pomaga w regulacji poziomu cukru we krwi, co jest szczególnie korzystne dla osób z cukrzycą typu 2. Ale w tym przypadku należy skonsultować się z lekarzem, żeby ustalić codzienną bezpieczną ilość imbiru, nie może być za duża.

Tajemnica w dawce

Imbir pomaga w odchudzaniu, wspiera utratę wagi, bo ma właściwości termogeniczne, które przyspieszają metabolizm i spalanie tłuszczu. Roślina zwiększa uczucie sytości, a więc zmniejsza apetyt i zapobiega podjadaniu pomiędzy posiłkami. To ułatwia utratę zbędnych kilogramów. Dzięki właściwościom przeciwbólowym imbir pomaga w łagodzeniu bólu mięśni i innych bólów, zwłaszcza jeśli wynikają z przewlekłego stanu zapalnego.

Kłącze ma też inne zalety; może obniżać poziom cholesterolu, ciśnienia krwi oraz wspierać krążenie, co korzystnie wpływa na zdrowie serca. Uważa się, że regularne jadanie imbiru zmniejsza ryzyko chorób sercowo-naczyniowych. Chociaż imbir jest ogólnie bezpieczny, to z porcjami należy uważać. Jego nadmierne spożycie, czyli powyżej 4-5 gramów dziennie może prowadzić do:

- Podrażnienia żołądka - zwłaszcza osoby z wrażliwym żołądkiem mogą odczuwać zgagę lub bóle brzucha.
- Rozrzedzenia krwi - imbir wpływa na zdolność krzepnięcia krwi, co jest ważne dla osób przyjmujących leki przeciwzakrzepowe.
- Zbyt dużego obniżenia poziomu cukru.

Typowe zalecane ilości imbiru w przypadku dolegliwości bólowych to dawka 100-250 mg trzy razy dziennie. Ale tak precyzyjnie można przyjmować tylko suplement. W przypadku imbiru świeżego lepiej nie przekraczać jednej łyżeczki dziennie po rozdrobnieniu. Warto jeść świeży imbir w różnych daniach, na przykład w paście kanapkowej czy w sosie do sałatki.

WAŻNE

Kłącze nie dla każdego
Zjedzenie nadmiernej ilości świeżego kłącza imbiru często wywołuje różne ostre dolegliwości. Imbiru nie należy podawać dzieciom w wieku poniżej dwóch lat. Kłącza nie mogą jeść osoby z alergią na imbir, które objawiają się dyskomfortem i podrażnieniem śluzówki jamy ustnej, przełyku lub żołądka. Imbir powinny unikać osoby z kamicą żółciową, bo według niektórych źródeł nadmiernie zwiększa produkcję kwasów żółciowych. Osoby zażywające aspirynę też muszą zrezygnować z imbiru. Podobnie jak pacjenci na dwa tygodnie przed planowanym zabiegiem chirurgicznym i tyle samo po nim.

eprasa.pl 26c71cf597

0010987111

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 800 472 852, 42 647 28 52
Przez internet: www.dzienniklodzki.pl
W Biurze Reklamy:

Kierownik działu ogłoszeń: Magdalena Śliwińska, m.sliwinska@dziennik.lodz.pl
tel. 502 499 114

ŁÓDŹ, ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 502 499 448, 502 499 127,

C.H. Nowa Górna (Carrefour): ul. Kolumny 6/36, tel. 502 499 119

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI
- mieszkania - sprzedam
- mieszkania - kupię
- mieszkania - do wynajęcia
- mieszkania - wynajmę
- mieszkania - zamienię
- domy - sprzedam
- domy - kupię
- domy - do wynajęcia
- domy - wynajmę
- domy - zamienię
- lokale użytkowe - sprzedam
- lokale użytkowe - kupię
- lokale użytkowe - do wynajęcia
- lokale użytkowe - wynajmę
- lokale użytkowe - zamienię
- działki, grunty - sprzedam
- działki, grunty - kupię
- gospodarstwa
- garaże
- pośrednictwo
- inne
- bank stancji

HANDLOWE
- AGD
- RTV
- elektronika, komputery
- telefony
- car audio
- antyki
- kolekcjonerstwo, sztuka
- jubilerstwo
- filmy, muzyka
- foto, książki
- instrumenty muzyczne
- lombardy
- sport i rekreacja
- maszyny urządzenia
- materiały budowlane
- materiały opałowe
- tekstylia, odzież
- dla dziecka
- meble
- inne

MOTORYZACJA
- samochody osobowe
- ciężarowe, dostawcze
- busy autobusy
- rolnicze
- przyczepy, naczepy
- zabytkowe
- uszkodzone, rozbite
- motocykle
- części i akcesoria
- zamienię
- motofinanse
- motousługi
- inne

FINANSE BIZNES
- kredyty, pożyczki
- usługi finansowe
- usługi prawne
- biura rachunkowe
- ubezpieczenia
- oferty
- inne

NAUKA
- szkoły
- kursy/szkolenia
- języki obce
- korepetycje
- inne

PRACA
- zatrudnię
- urzędy pracy
- szukam pracy
- inne

ZDROWIE
- apteki
- pomoc całodobowa
- chirurgia
- ginekologia
- interna
- neurologia
- pediatria
- psychologia
- psychiatria
- stomatologia
- urologia
- inne specjalizacje
- przychodnie, kliniki
- laboratoria
- zabiegi
- opieka
- sprzęt medyczny
- uroda
- inne

USŁUGI
- agd rtv foto
- budowlano-remontowe
- instalacyjne
- biurowo - projektowe
- komputerowe
- krawiectwo
- montażowe
- ogrodnicze
- porządkowe
- przeprowadzki
- reklamowe
- stolarskie
- radio taxi
- transportowe
- rozrywka
- uroczystości
- zabezpieczające
- inne

TURYSTYKA
- agroturystyka
- kraj
- świat
- biura podróży
- obozy i kolonie
- wycieczki
- przewozy
- inne

ZWIERZĘTA
- lecznice
- usługi
- inne

MATRYMONIALNE

RÓŻNE

KOMUNIKATY

ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA

GASTRONOMIA
- dania na telefon
- usługi
- inne

ROLNICZE
- maszyny rolnicze
- ogrodnictwo
- płody rolne
- zwierzęta hodowlane
- inne

TOWARZYSKIE

USŁUGI KAMIENIARSKIE

USŁUGI POGRZEBOWE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 783-652-395

Kupię mieszkanie. Garaż. Gotówka do 7 dni, 794-450-907

DOMY - SPRZEDAM

CZĘSTOCHOWA okolice, dom/leśniczówka 70 mkw., wyremontowany na wysoki poziom + poddasze + podpiwniczenie + budynek gosp. (część nadleśnictwa), otoczona lasem i 200-letnimi dębami, dz. 1100 mkw., blisko rzeka, zalew, cena 495.000 zł. Mogę dosłać zdjęcia, 660-220-855

ŁÓDŹ okolice, dom/leśniczówka ok. 80 mkw. + budynek gosp. ok. 80 mkw., wyremontowany na wysoki poziom, pod samym lasem, działka ok. 1200 mkw., piękne miejsce, cena 575.000 zł. Mogę dosłać zdjęcia, tel. 660-220-855

MIĘDZYBRODZIE Bialskie, chata górska + 3 ha działki, otoczona lasami, bez sąsiedztwa, piękne miejsce, wszystkie media - cud natury, cena 2.500.000 zł. Mogę dosłać zdjęcia, tel. 602-188-188

DZIAŁKI, GRUNTY KUPIĘ

KUPIĘ działkę w Łodzi.
Tel: 794 193 218

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTOSKUP każde - 24h. Płacimy do 30% więcej niż u konkurencji. Zwrot OC, 507-109-646

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

0 - 2h. Pożyczka. Lombard, 42-658-86-44

POŻYCZKA lombardowa do 2.000 zł, 795-871-222, 604-177-110

Praca

ZATRUDNIĘ

MURARZY, zbrojarzy, cieśli, pomocników budowlanych, podwykonawców 889-444-946

NIEMCY, cieśla, murarz, malarz, hydr., spawacz, op. kop., dźwig. 601-218-955

ZATRUDNIMY pracowników sprzątających do centrum logistycznego w Łodzi (okolice Szpitala Matki Polki)
Praca dwuzmianowa 6.30-17.00 i 18.30-5.00, od poniedziałku do piątku, umowa zlecenie.
Również osoby posiadające uprawnienia UDT.
Kontakt 510-015-347.

ZATRUDNIMY pracowników sprzątających do centrum logistycznego w Pawlikowicach k/Pabianic. Praca dwuzmianowa 6.00-16.30 i 18.00-4.30, umowa zlecenie.
Dowóz pracowników z Pabianic - gratis
Kontakt: 510-015-347

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

Odtruwanie, alkohol, kroplówki, 42-678-60-49, 602-691-580

INNE SPECJALIZACJE

Psychiatra, 604-406-067

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

0011066008

OGŁOSZENIA DROBNE na TELEFON
800 472 852
42 647 28 52

INSTALACYJNE

Elektryk awarie 24h, 661-388-606

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew, rębak, karczowanie, Rozbiórki, koparki, podnośnik, 502-061-012, 513-149-330

ZAKŁADANIE trawników, koszenie, hydrosiew, karczowanie działek, 502-061-012, 513-149-330

PRZEPROWADZKI

H 24/ 40zł, rozbiórki, 518-121-909

Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201

STOLARSKIE

24 zł, bezpyłowo, 2 x lakier, 881-693-377

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus Wielkanocny, 1100 zł, w górach koło Wadowic, tel.: 517-958-006.

PROMOCJA - pobyt - 85 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

AUTOPROMOCJA

Dziennik ŁÓDZKI

Czwartek
z dreszczykiem

Kup dziennik
z dodatkiem
„Pod paragrafem"

dzienniklodzki.pl

eprasa.pl 26c71cf597

Nasze dzieciaki biegają po piasku, brudne czasami, wymemłane, że tak powiem, i są najszczęśliwsze

Anna Lewandowska w podcaście Forbes Woman o życiu w Barcelonie Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Kasia Moś pocałowana w skroń
Piosenkarka, kompozytorka i aktywistka społeczna od kilku miesięcy jest zakochana i układa sobie życie u boku znanego neurochirurga. Choć raczej oboje strzegą prywatności, w sobotę 37-latka zrobiła wyjątek i wrzuciła na Instastories wspólne zdjęcie. Na fotografii widzimy, jak Łukasz Grabarczyk całuje wokalistkę w skroń.

Natasza Urbańska ubóstwia swego faceta
Ostatnio media rozpisywały się o rzekomym kryzysie w związku aktorki z mężem Januszem Józefowiczem. W rozmowie z Pomponikiem gwiazda rozwiała plotki: My po prostu lubimy ze sobą przebywać. Ja ubóstwiam tego faceta, bo jest zabawny, jest inteligentny, zaskakuje mnie i zachwyca cały czas sobą.

Joanna Opozda na poście przerywanym
Młoda aktorka obwieściła, że zaczęła stosować post przerywany. „Jem od rana do 16/17. Nie jest to proste, ale jakoś daję radę" – napisała na Instagramie. Zapytana przez fanki, co ją skłoniło do takiego poświęcenia, wyznała: „Bo przytyłam, a ciężko byłoby mi przejść na jakąś dietę. Okno żywieniowe nie jest łatwe, ale przynajmniej nie ma tutaj ograniczenia kalorii, mimo że w zasadzie i tak przyjmuje się ich mniej". I podsumowała: „Póki co schudłam dwa kilogramy. Dodam, że nie ćwiczyłam (...)". Fot. Sylwia Dąbrowa

W TELEWIZJI

Ocean ognia
TV Puls, 20:00
Amerykański okręt z napędem atomowym, dowodzony przez Joego Glassa (Gerard Butler), dociera na miejsce zatonięcia rosyjskiej łodzi podwodnej. Kapitan badający okoliczności katastrofy odkrywa, że był to zaplanowany akt terroru.

Europa z powietrza
National Geographic, 21:00
Tym razem odbywamy podniebną podróż do Laponii. Latające kamery pokażą imponujące przedsięwzięcie przenosin całego miasteczka Malmberget, ekscytujący rejs lodołamacza po Morzu Botnickim oraz bożonarodzeniowy jarmark w zabytkowym mieście Gammelstad i skansenie Hägnan.

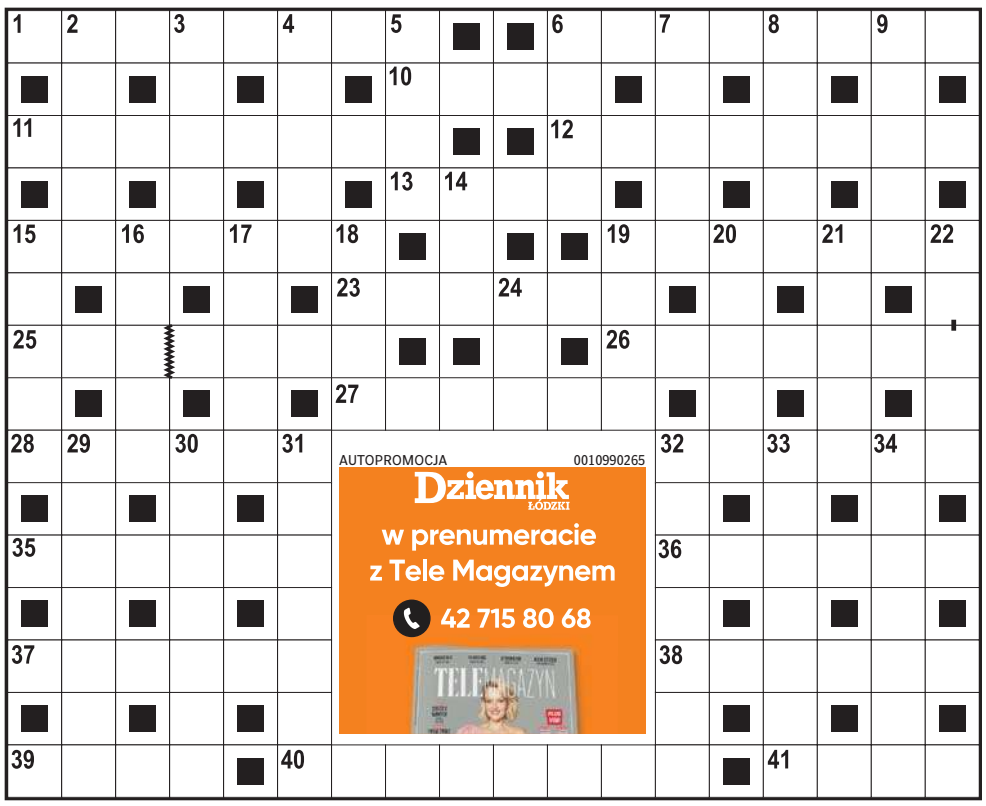
Dr Anna. Tajemnice prosektorium
CI POLSAT HD, 21:00
Serial ukazujący pracę dr Anny Kisiel, lekarza medycyny sądowej. Wraz z zespołem, dr Kisiel bada przypadki śmierci, które trafiają do niej na podstawie decyzji prokuratora. Nagłe zgony, samobójstwa lub podejrzenia o popełnienie przestępstwa – jej zadaniem jest ustalenie przyczyny zgonu.

Toalety przyszłości
Planete+ HD, 21:50
Choć mamy XXI wiek, kilka miliardów ludzi może tylko pomarzyć o toalecie spełniającej podstawowe standardy higieny. Jak rozwiązać ten problem w ubogich krajach, które nie mają sieci kanalizacyjnej?

KRZYŻÓWKA NR 145

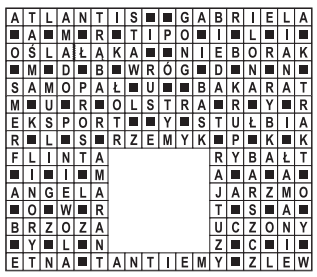
Poziomo:
1) osobliwa istota, odmieniec,
6) Janusz, reżyser filmu „Kameleon",
10) podwodna skała, groźna dla żeglugi,
11) roślina ozdobna o pachnących kwiatach,
12) miasto w landzie Nadrenia Północna-Westfalia,
13) zszyte skórki futerkowe,
15) grupa muzyczna Macieja Miecznikowskiego,
19) przyścienna lampa,
23) rodzaj plecionej bułki,
25) mieszkaniec piekła, szatan,
26) uśpienie przed operacją,
27) Wiesław, polski śpiewak operowy,
28) młoda, nielotna kaczka,
32) ułatwia pracę kucharzom,
35) spuścizna po przodkach,
36) miejscowe zaczerwienienie skóry,
37) Don …, rycerz z powieści Cervantesa,
38) skakanie z wysokości na elastycznej linie,
39) musical w reżyserii Milosa Formana,
40) opera Giacoma Pucciniego,
41) zakrywa dziurę w ubraniu.

Pionowo:
2) „… na kraterze" Malchiora Wańkowicza,
3) zestawienie danych, rejestr,
4) samosąd na Dzikim Zachodzie,
5) drzewo o szarej korze,
6) metal o liczbie atomowej 48,
7) kabaret z Zielonej Góry,
8) ćwiczenie na drążku,
9) biorą udział w gonitwie,
14) oznaka radości lub smutku,
15) atrybut porucznika Kojaka,
16) łączy głowę z tułowiem,
17) dawny pachołek obozowy,
18) odbita fala dźwiękowa,
19) Maria, autorka powieści „Błękitna planeta",
20) futro ze skórek niewielkich ssaków,
21) Jeremy, aktor z filmu „Rodzina Borgiów",
22) Ateneum w polskiej stolicy,
24) stalowy pręt włamywacza,
29) Polak z dawnych lat,
30) zdziera buty w marszu,
31) np. Grupa MoCarta lub ABBA,
32) duży ptak brodzący z Afryki,
33) oklepany zwrot, slogan,
34) część większej całości.



AUTOPROMOCJA 0010990265
Dziennik ŁÓDZKI
w prenumeracie z Tele Magazynem
42 715 80 68

ROZWIĄZANIE NR 144



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Nie wszystko będzie dzisiaj układać się po Twojej myśli. Horoskop dzienny zapowiada, że wywoła to u Ciebie spore poczucie frustracji.
Ryby (19.02 - 20.03)
Nie rzucaj słów na wiatr. Horoskop na dziś ostrzega przede wszystkim przed składaniem obietnic, z których nie będziesz w stanie się wywiązać.
Baran (21.03 - 19.04)
Będziesz oazą spokoju i opanowania. Horoskop dzienny na środę mówi, że nic nie będzie w stanie wyprowadzić Cię z równowagi.
Byk (20.04 - 20.05)
Ktoś będzie próbował wpływać na podejmowane przez Ciebie decyzje. Horoskop dzienny wyraźnie wróży, że dasz temu stanowczy odpór.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Nie oczekuj po ludziach zbyt wiele. Horoskop na dziś zapowiada, że większości zaplanowanych zadań trzeba będzie stawić czoła w pojedynkę.
Rak (22.06 - 22.07)
Ludzie będą dzisiaj liczyć się z Twoim zdaniem. Horoskop dzienny na środę mówi, że niektórzy poproszą Cię o radę w osobistej sprawie.
Lew (23.07 - 22.08)
Energia będzie Cię dzisiaj przez cały dzień wręcz rozpierać. Horoskop dzienny zapowiada, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć.
Panna (23.08 - 22.09)
Wyróżniać Cię będzie duży poziom zdecydowania. Horoskop na dziś wróży, że podejmując decyzje, nie zawahasz się ani przez chwilę.
Waga (23.09 - 22.10)
Zaangażujesz się w przedsięwzięcia realizowane przez inne osoby. Horoskop dzienny na środę mówi, że wspólny wysiłek da dobre efekty.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Będziesz dzisiaj ostatnią deską ratunku dla kogoś z grona znajomych. Horoskop dzienny mówi, że Twoja pomoc będzie nieodzowna.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Nie będzie Twojej zgody na jakiekolwiek niedoróbki. Może to dziwne, ale horoskop na dziś mówi, że nie wszystkim się to spodoba...
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Przez cały dzień będziesz w doskonałym nastroju. Horoskop dzienny na środę wróży, że uśmiech będzie Twoim nieodłącznym towarzyszem.

Dziennik ŁÓDZKI
www.dzienniklodzki.pl
Redaktor naczelny **Marek Krzciuk**
Prezes Makroregionu **Aneta Sarga-Burtan**
Dyrektora sprzedaży makroregionu **Tomasz Sendek**
Dyrektor sprzedaży oddziału **Kamila Łuczyńska**
Redakcja ul. ks. I. Skorupki 17/19, 90-532 Łódź, **tel. 42 66 59 300, dziennik@dziennik.lodz.pl**
Druk Drukarnia ZPR Media S.A., 04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10
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**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Biuro Prasowe: **biuroprasowe@polskapress.pl**
Dyrektor kolportażu **Karol Wlazło**, Agencja AIP **kontakt@aip24.pl**
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.dzienniklodzki.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 26c71cf597

Robert Lewandowski dostał koszulkę z numerem 100

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Robert Lewandowski ma za sobą sto meczów w Barcelonie.

Zdobył w nich 63 gole i miał 19 asyst. To jubileuszowe spotkanie polski piłkarz rozegrał w niedzielę, gdy jego zespół rozbił na wyjeździe Gironę 4:1 w derbach Katalonii.

Na oficjalnym profilu klubu w serwisie X pokazano nagranie z szatni, na którym niemiecki bramkarz Marc-Andre ter Stegen, jego koledzy i trener Hansi Flick wręczają 36-letniemu napastnikowi koszulkę z numerem 100 i gratulują jubileuszu.

„Mam nadzieję na jeszcze więcej takich meczów, nie tylko w La Lidze, ale też w Lidze Mistrzów" - powiedział kapitan reprezentacji Polski.

Lewandowski przeniósł się do Barcelony z Bayernu Monachium przed sezonem 2022/23. Zadebiutował w spotkaniu z Rayo Vallecano (0:0) 13 sierpnia 2022.

W swoim pierwszym sezonie został królem strzelców ekstraklasy, zdobywając 23 gole. Wliczając też inne rozgrywki miał 33 trafienia i osiem asyst. Kolejny sezon zakończył z 26 bramkami i dziewięcioma asystami, a w obecnym ma cztery gole (wszystkie w lidze, prowadzi w klasyfikacji strzelców) i dwie asysty. Jedną z nich zaliczył w niedzielę w Gironie.

FOT. PAP/EPA/ALEJANDRO GARCIA

Trener Hansi Flick rozmawia z Robertem Lewandowskim oraz z Danim Olmo

Ze 100 rozegranych spotkań 74 odbyły się w ekstraklasie, 14 w Lidze Mistrzów, sześć w Pucharze Hiszpanii, cztery w Superpucharze Hiszpanii i dwa w Lidze Europy. Bilans Barcelony, gdy Polak był w składzie, to 65 zwycięstw, 14 remisów i 21 porażek.

W niedzielę w centrum uwagi znalazł się jednak nie Lewandowski, a 17-letni Lamine Yamal, który zdobył dwie bramki, w tym jedną po podaniu Polaka. „On jest bardzo młody, ale jest niesamowity, ma tak ogromny wpływ w tak młodym wieku. Łączy w sobie talent i odporność na stres, a to dla nas bardzo ważne" - chwalił Hiszpana Flick.

Kolejne spotkanie Barcelona rozegra w czwartek - na wyjeździe z AS Monaco w 1. kolejce fazy ligowej Ligi Mistrzów. Trzy dni później zmierzy się z niepokonanym dotychczas Villarrealem w ekstraklasie.

Robert Lewandowski z 94 golami zajmuje trzecie miejsce w strzeleckiej klasyfikacji wszech czasów Ligi Mistrzów. Spośród piłkarzy, którzy w rozpoczynającym się we wtorek sezonie mogą poprawić dorobek, Polak jest najskuteczniejszy.

Częściej w tych rozgrywkach trafiali tylko Portugalczyk Cristiano Ronaldo - 140 bramek oraz Argentyńczyk Lionel Messi - 129. Pierwszy z nich występuje obecnie w Arabii Saudyjskiej, drugi - w USA.

W poprzednim sezonie do czołówki dołączył Kylian Mbappe z 48 golami dla AS Monaco i Paris Saint-Germain. Latem utalentowany Francuz, który w grudniu skończy 26 lat, przeniósł się do Realu Madryt.

O siedem goli mniej ma niezwykle skuteczny, 24-letni Norweg Erling Haaland z Manchesteru City, który prawdopodobnie dołączy w najbliższych tygodniach do czołowej „10" klasyfikacji.

Szansę na to ma również Egipcjanin Mohamed Salah z Liverpoolu, który strzelił w Lidze Mistrzów 44 gole.

©℗

Siedmiu kandydadtów na przewodniczącego MKOl. Kto zastąpi Thomasa Bacha?

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Siedem osób zgłosiło swoje kandydatury przed wyborami przewodniczącego Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego.

Taką informację przekazał w poniedziałek MKOl. Następca odchodzącego po 12 latach Niemca Thomasa Bacha zostanie wyłoniony w marcu 2025 roku.

W gronie kandydatów są: kierujący World Athletics Brytyjczyk Sebastian Coe, była reprezentantka Zimbabwe w pływaniu, a obecnie minister sportu Kirsty Coventry, prezes Międzynarodowej Federacji Kolarskiej Francuz David Lappartient, wiceprzewodniczący MKOl Hiszpan Juan Antonio Samaranch jr., którego ojciec kierował MKOl przez 21 lat do 2001 roku, przewodniczący Międzynarodowej Federacji Gimnastycznej Japończyk Morinari Watanabe, książę Jordanii Feisal al Hussein i przewodniczący Międzynarodowej Federacji Narciarskiej Szwed Johan Eliasch.

Wybory odbędą się podczas kongresu 18-21 marca w Grecji.

W 130-letniej historii było dotychczas dziewięciu przewodniczących. Wszyscy byli mężczyznami i żaden z nich nie pochodził z Afryki, Azji ani Ameryki Łacińskiej.

Oto nazwiska przewodniczących MKOl: Dimitrios Wikielas (1894-1896), Pierre de Coubertin (1896-1925), Godefroy de Blonay (p.o., 1916-1919), Henri de Baillet-Latour (1925-1942), Sigfrid Edström (p.o., 1942-1952), Avery Brundage (1952-1972), Michael Killanin (1972-1980), Juan Antonio Samaranch (1980-2001), Jacques Rogge (2001-2013), Thomas Bach (od 2013). ©℗

FOT. PAP/EPA/MOHAMMED BADRA

Szef MKOl Thomas Bach odchodzi po dwunastu latach sprawowania funkcji przewodniczącego

W obliczu tragicznych wydarzeń ludzie sportu okazują powodzianom wielkie serce

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

W obliczu tragicznych wydarzeń, jakie mają miejsce na Dolnym Śląsku, ludzie sportu nie pozostają bierni.

Fundacja Ludzki Gest byłego piłkarza reprezentacji Polski Jakuba Błaszczykowskiego przekazała 250 tys. złotych ofiarom powodzi.

„W związku z tragicznymi wydarzeniami, jakie miały miejsce w ostatnich dniach w naszym kraju, Fundacja Ludzki Gest przekazuje wsparcie finansowe w postaci ćwierć miliona złotych (250 000 zł) na pomoc w walce ze skutkami powodzi. Każdy kataklizm ma swoje tragiczne skutki, każdy najmniejszy gest ma wielką moc. Wspólnymi siłami możemy wesprzeć odbudowę i przywrócić nadzieję tym, którzy doświadczyli tak wielkich strat..." - poinformowała fundacja na swoim profilu na Facebooku.

Dzień wcześniej prezes Polskiego Związku Piłki Nożnej Cezary Kulesza ogłosił, że PZPN przekaże na ten cel 200 tys. złotych. Kulesza wezwał również związki i kluby do włączenia się do akcji pomocowej.

W Łodzi w zbiórkę darów dla powodzian mogli włączyć się kibice ŁKS. Można to było zrobić przed wtorkowym meczem piłkarskiej 1. ligi z Wisłą Kraków, zostawiając przed kasami stadionu przy al. Unii m.in. żywność z długim terminem ważności, środki czystości i higieny osobistej, karmę dla zwierząt oraz koce i inne przydatne rzeczy.

Natomiast w Bełchatowie akcja odbędzie się podczas najbliższych meczów ekstraklasy siatkarzy w Hali Energia, czyli w niedzielę z Cuprum Stilon Gorzów oraz 27 września - z Treflem Gdańsk. Jednocześnie klub poinformował, że dary, np. wodę do picia, koce, śpiwory czy apteczki pierwszej pomocy, można dostarczać także w ciągu tygodnia do hali bądź Muzeum Skry Bełchatów w Galerii Bawełnianka.

FOT. ANDRZEJ PADEWSKI/FACEBOOK

Tak wygląda boisko na stadionie GLKS Pogoń Wleń, niedawno było remontowane...

Fundacja Polska Siatkówka, przy wsparciu Polskiego Związku Piłki Siatkowej (PZPS) i Polskiej Ligi Siatkówki S.A. (PLS), uruchomiła specjalne subkonto dedykowane dotkniętym żywiołem. Środki pieniężne można wpłacać na wskazane na stronach internetowych tych organizacji konto z dopiskiem „dla powodzian".

W najbliższych dniach Fundacja Polska Siatkówka będzie też prowadzić zbiórki podczas meczów o Superpuchary kobiet (21 września w Ostrowcu Św.) i mężczyzn (25 września w Katowicach), a całość środków zostanie przeznaczone na rzecz powodzian.

Górnik Zabrze dołączył do pomocy ofiarom powodzi ogromnej powodzi w południowo-zachodniej Polsce. Klub PKO Ekstraklasy zdecydował się przekazać 100 tys. zł oraz 20% zysku z meczu 1. rundy Pucharu Polski na zbiórkę w portalu Siępomaga.pl.

Piłkarski Śląsk Wrocław włączył się do walki z powodzią. Zawodnicy, jak również trener Jacek Magiera ładowali piasek do worków, które mają umocnić wały rzek przepływających przez stolicę Dolnego Śląska. W poniedziałek piłkarze Śląska mieli zmierzyć się na własnym stadionie ze Stalą Mielec w spotkaniu 8. kolejki ekstraklasy. Mecz ze względu na powódź został jednak odwołany.

Zawodnicy wicemistrza Polski zamiast biegać po zielonej murawie, włączyli się do przygotowań Wrocławia do nadejścia największej fali powodziowej.

Trener występujących w ekstraklasie siatkarzy PSG Stali Nysa Daniel Pliński, prezes klubu Robert Prygiel oraz niektórzy zawodnicy, np. Jakub Abramowicz, Patryk Szczurek, Wojciech Włodarczyk, pomagają w ratowaniu przez zalaniem centrum miasta.

Ze względu na trudną sytuację w poniedziałek władze PlusLigi podjęły decyzję o przełożeniu meczu ekstraklasy siatkarzy PSG Stali z PGE GiEK Skrą Bełchatów. Miał on być rozegrany w czwartek. Nowy termin to 12 listopada. ©℗

eprasa.pl 26c71cf597

Turniej w Sport Arenie w Łodzi i prezentacja koszykarzy ŁKS Coolpack

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Przed nami koszykarski turniej przedsezonowy ŁKS Coolpack, który odbędzie się w najbliższy weekend w Sport Arenie przy al. Unii w Łodzi - informuje Szczepan Prasol z ŁKS Coolpack.

Koszykarze ŁKS Coolpack są beniaminkiem pierwszej ligi. Pierwszy mecz rozegrają na wyjeździe z HydroTruck Radom 2 października o godz. 19. Radomski zespół wystąpi też na najbliższym turnieju w Łodzi, ale do bezpośredniej konfrontacji pierwszych rywali z wiadomych względów nie dojdzie.

Pierwszy mecz zespół ŁKS Coolpack, prowadzony przez trenera Jarosława Krysiewicza, przed własną publicznością zagra 6 października o godz. 20. Tego dnia podejmować będzie KSK Qemetica Noteć Inowrocław. Działacze klubu liczą na wysoką frekwencją w Sport Arenie w Łodzi. Wszak to hala im. Józefa Żylińskiego, a więc wybitnego koszykarza i trenera ŁKS.

Plan turnieju

21.09 - sobota

15:30 konferencja prasowa z udziałem przedstawiciela zarządu, trenera oraz członka drużyny

16:30 prezentacja zespołu

mecz 1/ 17:00 ŁKS Coolpack - Enea Abramczyk Astoria Bydgoszcz

mecz 2/ 19:30 HydroTruck Radom - Enea Basket Poznań.

22.09 - niedziela

mecz 1/ 11:15 HydroTruck Radom - Enea Abramczyk Astoria Bydgoszcz

mecz 2/ 13:45 ŁKS Coolpack Łódź - Enea Basket Poznań.).

©℗

FOT. ŁKS COOLPACK

Koszykarze ŁKS Coolpack są beniaminkiem I ligi, awans wywalczyli w Zatoce Sportu

Konrad Barcz z KS Hurtap Łęczyca brązowym medalistą

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

15 września w Barłominie odbyły się Mistrzostwa Polski XCM w Kolarstwie Górskim.

Ogromny sukces w zawodach odniósł zawodnik Klubu Sportowego Hurtap Łęczyca Konrad Barcz, który zdobył brązowy medal. Na starcie mistrzostw stanęli najlepsi juniorzy w Polsce, którzy w ciężkich warunkach pogodowych rywalizowali na bardzo trudniej trasie z licznymi technicznymi podjazdami oraz zjazdami, które jeszcze zwiększyły swój stopień trudności z uwagi na silne opady i bardzo dużą ilość błota - informuje Karolina Sobczak, dyrektor marketingu Hurtap SA.

FOT. HURTAP ŁĘCZYCA

Konrad Barcz na niezwykle trudnej i wymagającej trasie mistrzostw Polski

Konrad Barcz, który w tym roku był również uczestnikiem Mistrzostw Europy i Pucharów Świata w Cross Country w formule Olimpijskiej, pokonał dystans 36 km i 1200 metrów przewyższeń w czasie 1:40:26 tracąc do srebra 6 sekund i minutę 39 sekund do złota. Brąz na tegorocznych Mistrzostwach Polski to niewątpliwie bardzo dobry wynik tego zawodnika, będący efektem konsekwentnie realizowanego planu treningowego i startowego oraz dobry prognostyk na przyszły sezon 2025 r.

W 2023 roku Konrad Barcz wygrał głosowanie w kategorii Talent Roku w plebiscycie Sportowiec Roku Dziennika Łódzkiego. Pisaliśmy wtedy: Przygoda życia Konrada Barcza zaczęła się kilka lat temu. Dziadek, Wiktor Napióra, szef firmy Hurtap w Łęczycy, zakochany w sporcie po uszy, zaangażowany w Widzew i piłkę nożną, sprezentował wnuczkowi profesjonalny rower. Ten prezent to był strzał w dziesiątkę.

Rodzina państwa Napiórów jest obciążona genetycznie w dobrym tego słowa znaczeniu. - Najpierw tata miał związki z łucznictwem, piłką nożną i kolarstwem górskim, ja reprezentowałam Polskę na mistrzostwach świata w długodystansowych wyścigach konnych i jestem honorowym ambasadorem sportu - mówi mama Alicja Napióra. - Konrad najpierw kontynuował zamiłowanie dziadka do piłki nożnej. Zaczął trenować już w wieku 6 lat w Widzewie i Górniku Łęczyca.

Problemy zdrowotne spowodowały, że Konrad musiał przerwać aktywność fizyczną. Na szczęście nie trwało to długo i nasz Talent Roku wrócił do sportu i dziś życia bez tej pasji sobie nie wyobraża.

Konrad zaczął jeździć na rowerze. Najpierw na zwykłym, później tym profesjonalnym, sprezentowanym właśnie przez dziadka. Już l start w zawodach zakończył się zwycięstwem w maratonie. Wszyscy byli zaskoczeni, ale wielu przepowiadało Konradowi wielką przyszłość. Startował w maratonach i zdradzał wielki talent. Jakim zawodnikiem jest Konrad? - Jest bardzo wytrzymałym zawodnikiem, ma bardzo dobrą wydolność - dodaje Alicja Napióra. - Trzyma wagę 60 kg, ale potrafi wygenerować wielką moc. Po badaniach wydolnościowych specjaliści opisują wyniki Konrada jako wybitne.

Nasz Talent Roku przejął geny od dziadka i mamy, jak nam udało się ustalić, tata sportu nie uprawiał, ale trzyma kciuki za udaną karierę syna. Dziadek, mama i syn startują nieraz razem w wyścigach rodzinnych i trzeba przyznać, że udaje się takie wyścigi tej niezwykłej trójce wygrywać.

©℗

Mistrzostwa Ziemi Łódzkiej na polu golfowym Arkadia Pabianice

Dariusz Kuczmera
d.kuczmeera@dziennik.lodz.pl

Za nami XVII Mistrzostwa Łodzi i Województwa Łódzkiego w golfa 2024 na polu golfowym Arkadia w Pabianicach, jedynym polu golfowym w województwie łódzkim.

FOT. ARKADIA PABIANICE

Organizatorzy XVII Mistrzostwa Łodzi i Województwa Łódzkiego przygotowali atrakcyjne nagrody

FOT. ARKADIA PABIANICE

Najlepsi zawodnicy w poszczególnych kategoriach turnieju odebrali puchary

Arcyciekawe zawody odbyły się w dniach 14-15 września. Około 30 golfistów rywalizowało przez dwa dni pomimo zmiennej pogody. Na mistrzostwach dominowała wspaniała spokojna atmosfera, wysoki poziom sportowy i towarzyski, doskonale przygotowane, a zarazem bardzo techniczne pole dawało radość z gry.

Mistrzem Łodzi i Województwa Łódzkiego w golfie 2024 został Arkadiusz Majsterek.

Organizatorzy: Piotr Majer przewodniczący Komisji Rozwoju i Etyki Klubu A&A Golf Club oraz Jerzy Bielawski przewodniczący Komisji Sportowej Klubu A&A Golf Club, bardzo dziękują wszystkim golfistom, którzy przybyli na mistrzostwa oraz partnerom i sponsorom nagród: Woda Primavera, Zamek Niemodlin, CO- SPOT Łódź, Termy Uniejów, Zamek Uniejów, Tkalnia Pabianice.

XXVII Mistrzostwa Łodzi i Ziemi Łódzkiej

Pole golfowe Arkadia Pabianice 14-15 Wrzenia 2024

Wyniki w poszczególnych kategoriach:

Kategoria BRUTTO:
1. Arkadiusz Majsterek,
2. Jerzy Bielawski,
3. Dariusz Jędrzejewski,

Kategoria NETTO:
1. Dariusz Oset,
2. Jarosław Kusideł
3. Ewelina Łuc,

Kategoria Netto Kobieta:
1. Dorota Tomaszewska,
2. Kinga Pietrasik-Kulińska,
3. Ewelina Łuc,

Kategoria Netto Junior:
1. Filip Kuliński,

Kategoria NETTO grupa 36,1 - 54:
1. Paweł Garncarek,
2. Lechosław Kowalczyk,
3. Rafał Szcześniak,

Kolejny turniej golfowy już 22 września. Wtedy zo na polu przy ul. Grota Roweckiego w Pabianicach odbędzie się turniej dla golfistów - 9 dołków.

W programie m.in.: pokazy tańca towarzyskiego prezentowane przez Mistrzów Polski, degustacja win, poczęstunek, aukcja, konkursy golfowe z nagrodami.

Jak czytamy na stronie klubu https://aagolf.pl/, od 2012 do dyspozycji golfistów została otwarta inwestycja w Pabianicach a mianowicie 9 - cio dołkowe pole golfowe Arkadia. To jedno z piękniejszych miejsc, jakie możesz zobaczyć w centrum miasta. Spokój i enklawa jaka tu panuje zachwyci największego przeciwnika wypoczynku w centrum miasta! Arkadia to idealne miejsce do spędzenia czasu z przyjaciółmi, rodziną i bliskimi na świeżym powietrzu, ale również spotkań biznesowych oraz dzierżawy powierzchni reklamowych.

Trzeba przyznać, że tytuł mistrza Ziemi Łódzkiej dostał się w godne ręce. Arkadiusz Majsterek to propagator tego sportu, który wraz z rodziną założył A&A Golf Club. Wygrał więc w domu. Gratulujemy.

©℗

eprasa.pl 26c71cf597

Niepokonana Termalika rywalem ŁKS. Rezerwy grają z Polonią

Dariusz Piekarczyk
d.piekarczyk@dziennik.lodz.pl

PIŁKA NOŻNA. **W najbliższą sobotę ŁKS Łódź czeka starcie wagi ciężkiej. Podopieczni trenera Jakuba Dziółki zmierzą się na wyjeździe z Bruk-Bet Termaliką Nieciecza.**

Gospodarze tego meczu są liderem pierwszoligowej tabeli. Dotychczas są prawie bezbłędni. Prawie, bo z dziewięciu meczów, wygrali osiem i jeden zremisowali. Dodajmy, że jako jedyni na zapleczu PKO Ekstraklasy nie zaznali goryczy porażki. Podopieczni trenera Marcina Brosza są najskuteczniejszą ekipą w lidze - strzelili 24 gole, a stracili zaledwie pięć. Na swoim stadionie „Słoniki", bo taki przydomek na Termalika, zdobyła 14 bramek, a straciła trzy. Ełkaesiacy na boiskach rywali dwa mecze wygrali, a dwa przegrali, bilans bramkowy to 6-5. Gwiazdką zespołu z Niecieczy jest doskonale znany kibicom naszego regionu Kacper Karasek, który pięciokrotnie pokonał bramkarzy drużyn przeciwnych. Lider klasyfikacji skutecznych Damian Warchoł z Górnika Łęczna ma na koncie siedem goli. Wróćmy jednak do Kacpra Karaska. To wychowanek skierniewickiej Unii, który w połowie 2021 roku trafił do pierwszoligowego wówczas Widzewa. Zaliczył w zespole 11 meczów ligowych i strzelił gola. Rok później zacumował w Niecieczy i tu znalazł swoje piłkarskie miejsce na ziemi. W minionym sezonie zapisał na swoim koncie sześć goli w meczach o punkty. Dodajmy, że kadrze Termaliki mamy byłych ełkaesiaków. Jakub Wróbel w obecnym sezonie zaliczył dwa mecze. Z kolei Maciej Wolski wystąpił we wszystkich dziewięciu potyczkach. Przypomnijmy, ze w sezonie 2019/2020 zaliczył 27 meczów w ŁKS. Drużyna z alei Unii występowała wówczas w ekstraklasie.

Drugoligowe rezerwy czeka z kolei ciężkie wyjazdowe starcie z Polonia Bytom.©℗

FOT. BRUK BET TERMALICA NIECIECZA

Urodzony w Łowiczu Kacper Karasek jest liderem Niecieczy

I LIGA

10. kolejka. Piątek (20 września): Odra Opole - Znicz Pruszków. Wisła Płock - Stal Rzeszów. **Sobota (21 września):** Kotwica Kołobrzeg - Górnik Łęczna, Warta Poznań - Arka Gdynia, Bruk-Bet Termalika Nieciecza - ŁKS Łódź (17.30). **Niedziela (22 września):** Chrobry Głogów - Wisła Kraków, Pogoń Siedlce - Polonia Warszawa, Tychy - Stalowa Wola, Miedź Legnica - Ruch Chorzów.

II LIGA

10. kolejka. Sobota (21 września): Polonia Bytom - ŁKS II Łódź (12), KKS Kalisz - Zagłębie II Lubin (19), Olimpia Elbląg - Rekord Bielsko-Biała (16), Pogoń Grodzisk Mazowiecki - Olimpia Grudziądz (15), Skra Częstochowa - Wisła Puławy (18). **Niedziela (22 września):** Hutnik Kraków - Resovia (12), GKS Jastrzębie - Chojniczanka Chojnice (19.40), Świt Szczecin Wieczysta Kraków (14.45), Podbeskidzie Bielsko-Biała - Zagłębie Sosnowiec (19.35).

Klasa A: 10 goli w meczu Sazana z Jutrzenką Bychlew

Dariusz Piekarczyk
d.piekarczyk@dziennik.lodz.pl

PIŁKA NOŻNA. **W miniony weekend rywalizowało o punkty większość drużyn występujących w Klasie A.**

Ze względu na fatalne warunki atmosferyczne nie udało się rozegrać wszystkich meczów. ©℗

KLASA A

Grupa I. 4. kolejka: Sokół II Aleksandrów - Kotan Ozorków 6:0, Magnat Sierpów - Malina Piątek 4:2, Sarnów - Boruta II Zgierz 1:1, Górnik Łęczyca - MKS Mianów 2:3, Bzura Ozorków - Kobra Leźnica Wielka 0:0, Salos Róża Kutno - Świnice Warckie 1:3, Rosa Rosanów - Ostrowia Ostrowy 0:2.
Liderem tabeli jest Solos (9), przed Bzurą, Borutą II, Świnicami Warckimim, Ostrowią, Sarnowem - po 7.
Grupa II. 4. kolejka: Sokół Lutomiersk - Orzeł Piątkowisko 2:3, Sazan Pęczniew - Jutrzenka Bychlew 2:8, PTC Pabianice - Orzeł Kazimeirz 1:4, PSV Łódź - Victoria Łódź 2:2, Ner Łódzki - Włókniarz II Pabianice 2:2, Dłutów - Jagiellonia Tuszyn - przełożony, Zawisza II Rzgów - Kolejarz Łódź - przełożny.
Liderem tabeli jest Włókniarz II Łódź (10), który wyprzedza PSV Łódź oraz Ner Łódzki - po 8.
Grupa III. 3. kolejka: Rzeczyca - Pionier Baby 1:2, Włókniarz Moszczenica - Lubochnia 5:3, Białaczów - Przygłów 3:1, Koluszki II - Radzice 4:1, Lechia II Tomaszów - Wola Załężna 5:0, Inowłódz - Czarnocin 1:0. Pauza: Skalnik II Sulejów.
Tabelę otwiera Lechia II (9), przed Moszczenicą, Skalnikiem II, Przygłowem, Inowłodzem - po 7.
Grupa IV. 3. kolejka: Świt Kamieńsk - Motor Bujniczki 4:1, Czarni Rozprza - Radomsko II 1:3, Gorzkowice - Start Niechcice 6:0, VIS Gidle - Piast Lgota Wielka 4:0, Granica - Zapał Krzetów 5:2, Astoria Szczerców - Gomunice 1:0.
Na czele tabeli Gorzkowice, przed Astorią oraz Świtem Kamieńsk - po 9.
Grupa V. 4. kolejka: Kobierzycko - Orzeł Wola Wiązowa 0:1, Victoria Szadek - Korab II Łask 3:6, Sokół Goszczanów - Iskra Stolec - przełożony, Inter Sieradz-Woźniki - Gruszczyce 2:4, Pogoń II Zduńska Wola - Zapole - przełożony, Bałucz - Jaga Lututów 5:1, Centra Walichnowy - KS Osiek - przełożony.
Liderem tabeli jest Bałucz (12), przed Korabiem II, Sokołem Goszczanów, Gruszczycami (po 9).
Grupa VI. 4. kolejka: Wierzchlas - Kraszkowice 1:0, Widawia - Orion Olewin 1:3. Przełożone: Warta Osjaków - Siemkowice, Staw - Makowiska, Victoria Skomlin - Czastary, Kurów - Masłowice, Kiełczygłów - Biała.
Grupa VII. 4. kolejka: Czarni Smardzew - Zjednoczeni II Stryków 0:6, Victoria Bielawy - Fenix Boczki 6:2, Dar Placencja - Astra Zduny 3:4, Start Złaków Borowy - Pelikan II Łowicz 0:1. Przełożone: Zryw II Wygoda - Korona Łaguszew, Huragan Swędów - Naprzód Jamno. Pauza: Czarni Bednary.
Lideruje Zryw II Wygoda, przed Pelikanem II i Naprzodem Jamno - po 9.
Grupa VIII. 3. kolejka: Olympic Słupia - Macovia Maków 1:5, KP Byszewy - Sokół Regnów 1:8, Pogoń Rogów - Głuchów 3:1, Korona Stary Dwór - Start Pukinin 1:3, Sierakowice - Olimpia Jeżów 1:2, Orlęta Ciełądz - AMII Łódź 1:1.
Tabelę otwiera Sokół Regnów (9), przed Orlętami Ciełądz i Pogonią Rogów - po 7.

Piłkarskie Orły. Kamil Sabiłło goni lidera III ligi

Dariusz Piekarczyk
d.piekarczyk@dziennik.lodz.pl

PIŁKA NOŻNA. **Nabiera rumieńców rywalizacja o tytuł króla strzelców grupy pierwszej III ligi oraz Betcris IV ligi. Zdobywcy bramek punktują w naszym rankingu Piłkarskie Orły.**

Weekendowe mecze nie wprowadziły większych zmian w klasyfikacji skutecznych wymienionych lig. W grupie pierwszej III ligi nadal na czele Hubert Antkowiak z ŁKS Łomża, który strzelił dwa gole dla swojego zespołu w remisowym (4:4) meczu z Lechią Tomaszów Mazowiecki. Zapewnił zresztą ekipie trenera Marcina Płuski punkt, dzięki golowi w doliczonym czasie gry. Piłkarz ma na koncie dziewięc bramek. Drugi w klasyfikacji Kamil Sabiłło z Unii Skierniewice popisał się jednym trafieniem w wygranym meczu z GKS Bełchatów (2:1) i ma już siedem strzelonych goli. Pięciokrotnie bramkarzy drużyn przeciwnych zmusił do kapitulacji Patryk Czarnowski z Pelikana Łowicz. W grupie piłkarzy mających na koncie cztery gole mamy Bartłomieja Bartosiaka z GKS Bełchatów. Wśród tych, którzy trzy razy strzelali gole są między innymi Marcin Pieńkowski (Lechia Tomaszów Mazowiecki), Szymon Sołtysiński (Unia Skierniewice) oraz Artur Sójka (Warta Sieradz).

W IV lidze szaleje 17-latek z Widzewa Daniel Gryzio, który popisał się hat-trickiem w wygranym przez swój zespół meczu z KS Kutno (7:1). Młodzian, który zaliczył już trening z pierwszym zespołem Daniela Myśliwca jest zdecydowanym liderem klasyfikacji skutecznych - ma na koncie już 14 goli! Druie miejsce w tej prestiżowej klasyfikacji zajmuje Kacper Drzazga z Zawiszy Rzgów - dziewięć bramek. Jego zespół, przegrał w pojedynku beniaminków IV ligi z Orłem Nieborów (4:5), ale piłkarz dwukrotnie umieścił piłkę w siatce. Trzecie miejsce zajmuje Jakub Szlaski ze Skalnika Sulejów, legitymujący się siedmioma bramkami. On nie miał okazji do poprawienia dorobku, bo spotkanie w Działoszynie z Wartą odwołano. Przemysław Kot z AKS SMS Łódź strzelił sześć goli, a po pięć Bartłomiej Trzeboński (Omega Kleszczów), Filip Przybułek (Widzew II Łódź) oraz Jakub Jasiński (Orzeł Nieborów). Ten ostatni ma w swoim CV występy w juniorskich drużynach Widzewa oraz rezerwach. Do składu pierwszej ekipy z Piłsudskiego nie zdołał się przebić. W sezonie 2021/2022 zaliczył 30 meczów w trzecioligowej Unii Skierniewice, ale bramki nie zdobył. Z kolei w sezonie 2020/2021 wystąpił w 14 meczach III ligi okraszonych dwoma bramkami. Od niedawna jest w Orle.

FOT. TOMASZ KOWALCZYK/UNIA SKIERNIEWICE/FB

Jest gol, jest i radość. Kamil Sabiłło z trzecioligowej Unii Skierniewice zdobył już siedem bramek w lidze

Przypominamy, ze nasz ranking wyłania najlepszych strzelców piłkarskich w kategorii męskiej i kobiecej, biorąc pod uwagę sumę goli zdobytych przez zawodników/zawodniczki klubów biorących udział w krajowych, zawodowych rozgrywkach ligowych na poziomie: ekstraklasy/ekstraligi, I, II I III, IV ligi oraz w Pucharze Polski, a także bramek zdobytych w europejskich pucharach.

Podajemy współczynniki, przez które mnożymy liczbę goli przyznając miejsca w naszym rankingu: dla ekstraklasy/ekstraligi - 2; dla I ligi - 1,75; dla II ligi - 1,5; dla III ligi - 1; dla IV ligi - 0,625; dla Pucharu Polski - 2; dla europejskich pucharów - 2,5. ©℗

RANKING
Piłkarskie ORŁY'24

PATRONAT HONOROWY
Ministerstwo Sportu i Turystyki

PARTNER MERYTORYCZNY
PZPN

eprasa.pl 26c71cf597

SPORT

www.sportowy24.pl

WIDZEW W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 204 W ŁODZI

Z kibicami w Szkole Podstawowej nr 204 na łódzkim Olechowie spotkała się delegacja Widzewa. W jej skład wchodzili: trener Daniel Myśliwiec oraz Antoni Klimek i Jan Krzywański. Około trzystu dzieci, w większości przyodzianych w barwy łódzkiego Klubu, przywitało Widzewiaków w szkolnej sali gimnastycznej. Nie zabrakło autografów i wspólnych zdjęć. Każdy uczeń otrzymał karty z podpisami gości. **DK**

FOT. WIDZEW ŁÓDŹ

MISIE NA WIDZEWIE
Sponsorem Meczu Widzew – Piast została firma STS. W trakcie sobotniego starcia należąca do oficjalnego bukmachera Fundacja Sport Twoją Szansą przeprowadzi akcję „Dorzuć Misie", która wesprze Bruna Osłowskiego.

Syn piłkarza Widzewa Sebastiana Kerka zagra w reprezentacji Polski?

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Na oficjalnej stronie Widzewa ukazał się ciekawy wywiad Mateusza Jabłońskiego z Sebastianem Kerkiem. Oto fragmenty tej rozmowy:

Łódź przypadła ci do gustu. Jak się w niej odnalazłeś? Masz jakieś ulubione miejsca?
- Oczywiście jest nim Serce Łodzi. Razem z rodziną lubimy też dobrze zjeść, a na Piotrkowskiej masz wszystko. Restauracje oferują zróżnicowane menu i naprawdę bardzo je lubimy. Naszym faworytem jest jednak Lada Dzień w Monopolis. Generalnie na początku naszego pobytu nieco się obawialiśmy, jak nasza córka zniesie przeprowadzkę do innego kraju, ale świetnie sobie poradziła. Żłobek, w którym była, był niezwykle profesjonalny i bardzo dobrze się w nim czuła. Rozumie trochę po polsku i angielsku, co oczywiście jest dla niej korzystne. Niedawno poszła do przedszkola, nawiązuje nowe przyjaźnie. Mój syn urodził się w Łodzi, co było trudnym tematem, bo poród z dala od domu zawsze jest wyzwaniem, ponieważ rodzina nie jest w stanie dotrzeć na miejsce w ciągu kilku godzin. Podziwiam za to moją żonę. Swoją drogą, mój syn może w przyszłości grać dla... reprezentacji Polski.

Wróćmy do sportu. Jak porównałbyś PKO PB Ekstraklasę do 2. Bundesligi pod względem piłkarskim?
- W Niemczech zwraca się uwagę na o wiele więcej detali, pod względem organizacyjnym jest to bardziej uporządkowane. Kilka zespołów PKO BP Ekstraklasy mogłoby walczyć o miejsce w czołówce, ale niektóre drużyny grałyby raczej w 3. Bundeslidze. Podobieństwem jest to, że obie ligi są bardzo wyrównane. Zawsze trzeba wznieść się na wyżyny, bo w większości meczów nie ma wyraźnego faworyta.

● ● ●

Sebastian Kerk i pozostali piłkarze Widzewa pilnie trenują przed sobotnim meczem z Piastem w Łodzi. Na środę zaplanowano zajęcia na boisku głównym przy al. Piłsudskiego. W czwartek i w piątek natomiast treningi odbędą się przy Małachowskiego.

W sobotę rozegrany zostanie mecz 9. kolejki PKO Bank Ekstraklasy. W Sercu Łodzi Widzewiacy zmierzą się z Piastem Gliwice. Początek o 17:30.

Piast jest trudnym rywalem, zajmuje trzecie miejsce w tabeli PKO Ekstraklasy. Widzew jest siódmy i ma trzy punkty mniej. ©℗

FOT. KRZYSZTOF SZYMCZAK

Widzewiak Sebastian Kerk (od prawej) walczy o piłkę z Janim Atanasovem z Cracovii

Widzew i ministerstwo sportu budują ośrodek treningowy

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Bardzo radosna informacja dotarła do kibiców Widzewa Łódź. Dotyczy ośrodka szkoleniowego w Bukowcu.

FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

Goście Kongresu „Samorząd a Klub Sportowy":Joanna Skrzydlewska, Remigiusz Brzeziński, Tomasz Andrzejewski, Marek Mazur, Ireneusz Raś

Zarząd Widzewa Łódź i Sekretarz Stanu w Ministerstwie Sportu i Turystyki Ireneusz Raś poinformowali w trakcie klubowego III Kongresu „Samorząd a Klub Sportowy" o podpisaniu umowy na dotację, która umożliwi rozpoczęcie budowy ośrodka szkoleniowego dla Widzewa Łódź.

Koszt inwestycji to ponad 20 mln złotych, a dofinansowanie Ministerstwa Sportu i Turystyki wyniesie 10 mln zł.

Na Kongresie „Samorząd a Klub Sportowy" obecni byli również: Joanna Skrzydlewska - marszałek województwa łódzkiego, Małgorzata Niemczyk - posłanka, Krzysztof Kwiatkowski - senator. W finansowanie infrastruktury sportowej zaangażowane będzie województwo łódzkie, które ma w budżecie zagwarantowane na ten cel 12 mln zł, ale te środki zostaną zwiększone - powiedziała marszałek województwa łódzkiego Joanna Skrzydlewska. Zebrała oklaski...

Planowane od połowy 2022 roku powstanie Widzew Training Center zbliża się do etapu realizacji. Przez ostatnie miesiące Klub we współpracy z władzami Gminy Brójce i Ministerstwem Sportu i Turystyki pracował nad detalami niezbędnymi do realizacji inwestycji, która wpłynie na przyszłość Widzewa Łódź.

Koncepcja budowy ośrodka WTC była tworzona od początku w oparciu o dofinansowanie z budżetu centralnego. W ciągu ostatnich dwóch lat władze Klubu ubiegały się o pozyskanie środków z programów ministerialnych. Z uwagi na różne wyniki konkursów dotacji plany budowy ośrodka ulegały zmianie.

Powstanie ośrodka treningowego w Bukowcu jest jednak kluczowym elementem realizacji strategii rozwoju Widzewa Łódź. Dlatego po modyfikacji funkcjonalnej oraz zagwarantowaniu środków własnych na realizację inwestycji Ministerstwo wyraziło zgodę na zmianę zakresu rzeczowego umowy, dzięki czemu budowa Widzew Training Center będzie możliwa etapami. Pierwsze z nich będą realizowane właśnie w ramach Programu o szczególnym znaczeniu dla sportu - edycja 2023, w tym między innymi boisko naturalne z trybuną oraz budynek klubowy z zapleczem.

Powstanie Widzew Training Center będzie możliwe dzięki gwarancji wkładu własnego złożonej przez właściciela Widzewa Łódź Tomasza Stamirowskiego. Jednocześnie jako Klub czekamy na rozstrzygnięcie wyników „Programu rozwoju infrastruktury akademii piłkarskich - edycja 2024". Szczegóły kwot przyznanych z budżetu centralnego podamy podczas jesiennej konferencji, na której przedstawimy szczegóły harmonogramu budowy WTC.

Rozpoczęcie budowy inwestycji ośrodka treningowego ma się rozpocząć wiosną 2025, a w roku 2026 planowane jest powstanie boiska naturalnego dla pierwszej drużyny wraz z budynkiem oraz mini stadionem i powstanie boiska naturalnego dla drużyn Akademii wraz z zapleczem technicznym. ©℗

Pogrzeb byłego piłkarza ŁKS i Startu Łódź

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

14 września w wieku 81 lat zmarł były piłkarz ŁKS, zawodnik i trener Startu Bogdan Charbicki.

Pogrzeb zasłużonego zawodnika odbędzie się w piątek 20 września o godz. 12.15 na cmentarzu katolickim przy ul. Szczecińskiej 96/100 w Łodzi.

Kibice ŁKS pamiętają, jak Bogdan Charbicki w sezonie 1961 w meczu z Legią na stadionie przy al. Unii strzelił pierwszego gola w 46 minucie. W bramce Legii stał wtedy reprezentant Polski Stanisław Fołtyn, a w obronie stołecznej drużyny grał Jacek Gmoch. ŁKS wygrał ten mecz 3:1.

Skład ŁKS: Ligocki - Walczak, Wlazły, Kowalski, Miłosz, Suski, Kowalec, Charbicki, Szymborski, Sass, Wieteski.

Rok później też strzelił gola Legii w meczu na stadionie przy ul. Łazienkowskiej w Warszawie. Z Bogdanem Charbickim rywalizowali wtedy na boisku piłkarze Legii m.in. Lucjan Brychczy i Antoni Piechniczek.

W 1962 roku strzelił gola w meczu ŁKS - Górnik Zabrze (3:2), pokonując grającego w bramce zabrzan Huberta Kostkę. Na listę strzelców wpisał się wtedy też słynny Ernest Pohl.

Mało kto wie, ale Bogdan Charbicki grał też w drużynie Czarnych Żagań, która w 1965 roku stała się sprawcą największej sensacji w rozgrywkach Pucharu Polski. W drodze do finału Czarni z Bogdanem Charbickim pokonali m.in. dzięki szczęśliwemu losowaniu Start Łódź i ŁKS. W finale Pucharu Polski Czarni dopiero znaleźli pogromcę w postaci słynnego Górnika Zabrze.

Po odejściu z ŁKS grał z powodzeniem w Starcie.

Syn Bogdana Charbickiego Paweł był bramkarzem ChKS Łódź. W połowie lat 80. wyjechał do Kętrzyna w celu odbycia służby wojskowej. Rozpoczął również występy w miejscowej Granicy. W listopadzie 1987 roku Charbickiego zatrudnili działacze Stomilu Olsztyn. Z klubem tym 7 lat później awansował do ekstraklasy. ©℗

eprasa.pl 26c71cf597