

Już dziś specjalny dodatek **HIPOKRATES**

● A w nim prezentujemy zwycięzców we wszystkich kategoriach

JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny

n o w i n y 24.pl

Środa
28.01.2026

Nr 18 (21 725)

www.nowiny24.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

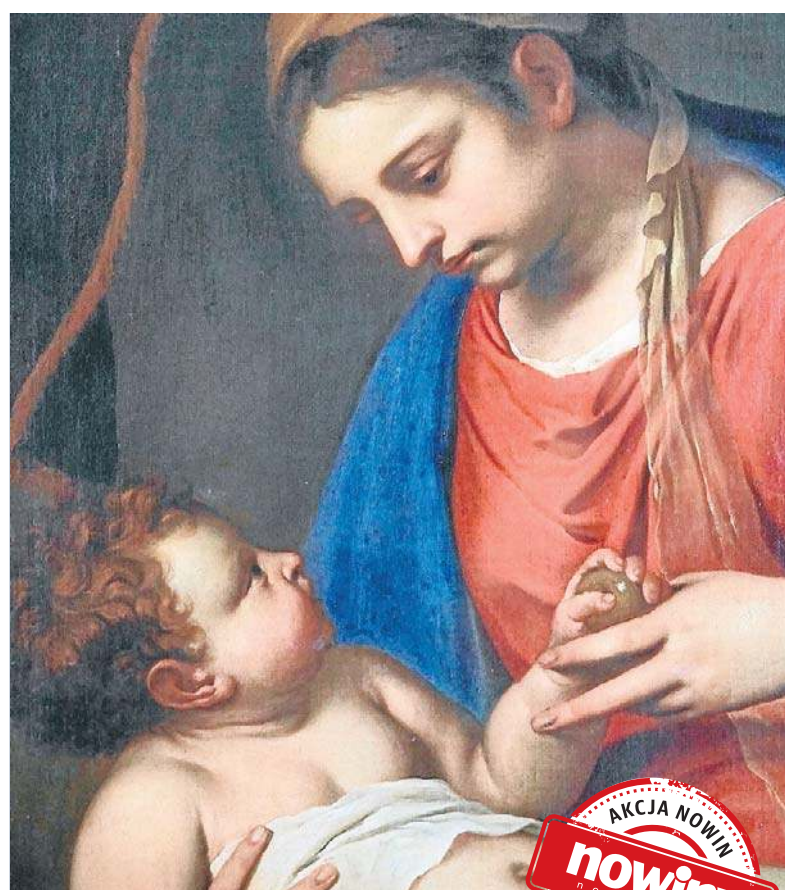
**Miasto chce
zamienić się terenem
z deweloperem.
Co zrobią kupcy
z „Balcerka”? str. 5**

**26-latka oblała
twarz innej kobiety
kwasem masłowym
str. 7**

**Radny krytykuje
prezydenta
w sprawie biletu
zintegrowanego
str. 6**

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 3503 62



REGION

Sejmik podkarpacki: „Madonna z Dzieciątkiem” powinna być na stałe eksponowana w Przeworsku str. 2

RZESZÓW

Drugi robot da Vinci w szpitalu



Szpital uniwersytecki w Rzeszowie ma drugiego robota chirurgicznego da Vinci, który będzie pracował na Oddziale Urologii i Onkologii Urologicznej. Czas oczekiwania na zabiegi ma się skrócić z trzech do dwóch miesięcy. W przeciwieństwie do pierwszego robota (model XI), nowe urządzenie to model X - mniejszy i lżejszy, co pozwoliło na uniknięcie kosztownych prac adaptacyjnych w budynku. Wszystkie operacje z użyciem robota finansuje NFZ.
Czytaj str. 5

POWIAT STRYŻÓWSKI PANI ANNA MA 111 LAT, A PAN TADEUSZ 109

Najstarsi mieszkańcy Polski są z Podkarpacia

Urszula Sobol, Barbara Galas
u.sobol@nowiny24.pl

Pani Anna Winiarska z Huty Gogołowskiej w tym roku będzie świętować 111. urodziny, a pan kpt. Tadeusz Lutak ze Strzyżowa ukończy 109 lat. Wczoraj ich odwiedziliśmy - są w dobrej formie, pogodni, pełni ciepła i radości życia.

Najstarsza żyjąca kobieta i najstarszy mężczyzna w Polsce mieszkają w naszym regionie, w powiecie strzyżowskim.

Pani Anna: sto lat pracy, rodziny i miłości do natury

Po śmierci Jadwigi Żak-Stewart, która zmarła 26 stycznia w Łodzi w wieku 113 lat, tytuł najstarszej Polki przypadł mieszkance Podkarpacia. Pani Anna Winiarska urodziła się 23 lutego 1915 r. w Hucie Gogołowskiej. Była świadkiem dwóch wojen światowych

oraz ogromnych przemian społecznych i ustrojowych w Polsce. Doczekała się czworga dzieci. Dziś żyje już tylko najmłodszy syn Kazimierz, który wraz z żoną opiekuje się seniorką. Pani Anna ma także 17 wnuków, 27 prawnuków i 14 praprawnuków. Przez całe życie pracowała na roli, zajmowała się domem i wychowywaniem dzieci. Jej pasją były kwiaty - pielęgnowała ogród i rośliny w domu, co sprawiało jej ogromną radość. Za niecały miesiąc, w lutym, seniorka skończy 111 lat. Kiedy weszliśmy do jej domu, przywitała nas uśmiechem i pytaniem, skąd jesteśmy. Seniorka bardzo ucieszyła się z wizyty. - Dziękuję za odwiedzinę, słabo słyszę, ale czuję się dobrze - wyznała, a jej mocny uścisk dłoni najlepiej świadczył o sile, jaką wciąż w niej drzemie. I chociaż syn Kazimierz zapewnia, że ostatnimi czasami trochę podupadła na zdrowiu, pani Anna zdradziła nam, że nie może doczekać się wiosny. Marzy o tym, by wyjść na zewnątrz i znów po-

dziwiać otaczającą ją przyrodę oraz rośliny, które przez całe życie kochała.

Kpt. Tadeusz Lutak „Pancerz”: bohater z Podkarpacia

Kapitan Tadeusz Lutak urodził się 29 sierpnia 1917 r. w Żarnowej. Jest nie tylko najstarszym mężczyzną na Podkarpaciu i w całej Polsce, ale także najstarszym żołnierzem w historii Wojska Polskiego. Jego niesłabnąca energia i wyjątkowe poczucie humoru budzą podziw. Zachwyca również swoją niezwykłą pamięcią. Senior nie tylko rozmawiał z nami, ale także śpiewał żołnierskie piosenki. - Tak bardzo się cieszę, że przyjechaliscie - mówił. - Ludzie o mnie nie zapominają, szanują mnie. Odwiedzają mnie nie tylko dzieci, wnuki i prawnuki, ale także żołnierze, wojewoda i samorządowcy.

Pan Tadeusz ma troje dzieci, dziesięcioro wnuków i piętnastoro prawnuków. ©©
Czytaj str. 2



Pan kpt. Tadeusz Lutak ze Strzyżowa w tym roku będzie świętował swoje 109. urodziny



Pani Anna Winiarska z Huty Gogołowskiej w lutym będzie obchodzić swój 111. jubileusz urodzin

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Józef Piłsudski nie bał się kontaktów z agentami Japonii i Austro-Węgier. Zasada była prosta: wróg jego wroga jest przecież jego przyjacielem.

Zamów prenumeratę

Nowiny ☎ 17 777 01 39

bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

Pogoda w regionie



Barometr
1002hPa
Wiatr
7 km/h
Uwaga
pochmurnie

Weekend zapowiada się mroźny

Podkarpacie domem najstarszych Polaków

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Pani Anna Winiarska z Huty Gogołowskiej skończy w tym roku 111 lat, a pan kpt. Tadeusz Lutak ze Strzyżowa 109. Oboje należą do najstarszych mieszkańców Podkarpacia.

Najstarsza żyjąca kobieta i najstarszy mężczyzna w Polsce mieszkają w powiecie strzyżowskim na Podkarpaciu. W regionie tym, w porównaniu z innymi województwami w kraju, żyje stosunkowo dużo stulatków.

Z danych przekazanych przez ZUS wynika, że w grudniu 2025 roku świadczenie honorowe z tytułu ukończenia 100 lat pobierało w całym kraju 4 057 osób. W naszym regionie takie wyróżnienie otrzymywało 172 mieszkańców, co plasuje Podkarpacie w środkowej części krajowego zestawienia województw.

Najwięcej beneficjentów odnotowano w województwach: mazowieckim (693 osoby), śląskim (422), dolnośląskim (385), małopolskim (380) oraz pomorskim (319).

Najmniej stulatków pobierających świadczenie honorowe było w województwach: opolskim (76 osób), lubuskim (84), podlaskim (109), warmińsko-mazurskim (123) oraz świętokrzyskim (135).

Na tym tle Podkarpacie wypada lepiej niż regiony z końca zestawienia, choć wyraźnie ustępuje województwom o najwyższej liczbie beneficjentów.

Od marca 2025 roku 6 589, 67 zł miesięcznie

Świadczenie honorowe z tytułu ukończenia 100 lat życia to pieniężne wyróżnienie przyznawane osobom, które osiągnęły wiek stu lat, jako forma uznania dla ich długowieczności. - Świadczenie honorowe można otrzymać z urzędu lub na wniosek. Z urzędu przysługuje ono osobom, które mają obywatelstwo polskie, ukończyły 100 lat i w ostatnim dniu miesiąca poprzedzającego setne urodziny pobierają jedno z określonych świadczeń emerytalno-rentowych, na przykład emeryturę, rentę z tytułu niezdolności do pracy lub rentę rodzinną. W takim przypadku nie trzeba składać żadnego wniosku - świadczenie jest przyznawane automatycznie od miesiąca ukończenia setnego roku życia - wyjaśnia Wojciech Dyląg, rzecznik prasowy ZUS na Podkarpaciu.

I dodaje, że osoby, które nie spełniają warunku posiadania świadczenia emerytalno-rentowego, mogą otrzymać świadczenie honorowe na wniosek.

- W tym celu muszą mieć obywatelstwo polskie, skończyć 100 lat oraz posiadać centrum interesów życiowych w Polsce przez co najmniej dziesięć lat po ukończeniu 16. roku życia. Wystarczy wówczas złożyć odpowiedni wniosek do ZUS - wyjaśnia rzecznik.

Od 1 marca 2025 roku kwota została podwyższona do 6 589,67 zł i będzie corocznie waloryzowana w marcu.

©©

Sejmik: „Madonna” powinna zostać na stałe w Przeworsku



Ewa Draus: Odzyskany obraz „Madonna z Dzieciątkiem” należy do skarbu państwa

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

Radni przez aklamację przyjęli uchwałę z wnioskiem do ministerstwa kultury o to, by stałym miejscem eksponowania obrazu było Muzeum Pałac Lubomirskich w Przeworsku.

Wniosek o podjęcie uchwały w sprawie „Madonny z Dzieciątkiem” złożył przewodniczący klubu radnych KO Krzysztof Kłak. Wnioskował, aby zaapelować do ministerstwa o zmianę decyzji ministra Piotra Glińskiego z 2023 roku o tylko czasowym użyczeniu obrazu Muzeum w Przeworsku na trwałą własność tej powiatowej instytucji.

Sprawę pilotował Antoni Adamski

Radny Kłak działał z inspiracji byłego wieloletniego dziennikarza „Nowin” i historyka sztuki Antoniego Adamskiego. Już w 2023 roku, po odzyskaniu przez polski rząd obrazu w Japonii, skradzionego i wywiezionego przez Niemców z pałacu Lubomirskich w Przeworsku, zauważył, że obraz powinien być własnością Muzeum w Przeworsku,

a nie Zakładu Narodowego im. Ossolińskich we Wrocławiu, jak to się dzieje obecnie.

Przed debatą radnych głos zabrał zaproszony na sesję red. Antoni Adamski. Podkreślił, że obraz powinien być własnością muzeum w Przeworsku, a nie tylko stałym depozytem, jak to zaproponowali radni. Dodał, że brakuje dokumentów na to, by obraz był wystawiany przed wojną w Muzeum Ossolińskich we Lwowie, którego prawnym spadkobiercą jest Zakład Narodowy im. Ossolińskich we Wrocławiu, natomiast jest pewne, że był w pałacu w Przeworsku.

Redaktor Adamski pytał, dlaczego prawo własności, które - jego zdaniem - było do 1939 roku w Przeworsku, zamieniać na prawo do depozytu? Przestrzegając, że jeśli teraz radni zgodzą się na taką formę prawną, to zgłoszą się z kraju następne podmioty, które będą chciały przejąć jakieś podkarpackie dzieła sztuki.

11 poprawek

Głos Antoniego Adamskiego został wysłuchany, ale nie uwzględniony. Radni prze głosowali projekt uchwały KO z 11 poprawkami wypracowanymi przez członków komisji

edukacji, kultury i kultury fizycznej sejmiku podkarpackiego. Najważniejsza poprawka głosi, że obraz „Madonna z Dzieciątkiem” powinien być eksponowany w Przeworsku jako depozyt trwały.

Własność skarbu państwa

Przewodnicząca komisji edukacji, kultury i kultury fizycznej Ewa Draus wyjaśniała przed sesją sejmiku, że odzyskany przez polski rząd w 2023 roku obraz „Madonna z Dzieciątkiem” należy do skarbu państwa, którego przedstawicielem jest ministerstwo kultury i dziedzictwa narodowego.

- Umowa użyczenia tego obrazu przeworskiemu muzeum jest zawarta do końca lipca 2027 roku. Po tym czasie minister może podjąć decyzję o przejęciu na własność obrazu przez Muzeum Książąt Lubomirskich, będącego integralną częścią Zakładu Narodowego im. Ossolińskich we Wrocławiu. Zakład Narodowy im. Ossolińskich we Wrocławiu podlega ministrowi kultury i dziedzictwa narodowego i jest spadkobiercą lwowskiego Ossolineum, założonego także przez książąt Lu-

bomirskich z Przeworska. Z rejestrowi wynika, że ten obraz widnieje jako własność Muzeum Ossolińskich. Natomiast regułą muzealną jest to, aby obraz był tam eksponowany, skąd został zabrany. I obraz ten może wrócić do Przeworska. Komisja edukacji, kultury i kultury fizycznej wnosi, aby sejmik zaapelował do ministra o pozostawienie tego obrazu jako stałego depozytu w Muzeum Zespołu Pałacowo-Parkowego w Przeworsku - tłumaczyła „Nowinom” zawiłości prawne Ewa Draus.

Zdaniem przewodniczącej komisji edukacji, kultury i kultury fizycznej sejmiku stały depozyt daje Muzeum w Przeworsku prawo nie tylko do eksponowania dzieła w tym miejscu, ale i uczestniczenia w wystawach krajowych i międzynarodowych.

Pragmatyczne stanowisko radnych

Członkowie komisji edukacji, kultury i kultury fizycznej nie wnosili o zmianę własności obrazu, gdyż - ich zdaniem - nie podlega ona dyskusji. Ich zdaniem wystarczy tylko zmienić obecną umowę terminowego użyczenia na bezterminowy depozyt, aby obraz był stale eksponowany w przeworskim muzeum.

Zdecydować też miał pragmatyczny argument: zdaniem komisji podejmowanie z ministerstwem sporu o to, kto jest właścicielem obrazu, utrudniłoby tylko jego przekazanie Muzeum w Przeworsku.

Nasza redakcja prowadzi akcję na rzecz pozostawienia „Madonny” w Muzeum w Przeworsku. Wierzymy, że dzięki poparciu mieszkańców wspólnie zrealizujemy ten cel. Każdy głos jest ważny.

FOT. MARCIN ZIMKOWSKI

nasz REGION

www.nowiny24.pl

KRÓTKO

REGION

Tu fotoradary błyskały najczęściej

Główny Inspektorat Transportu Drogowego przekazał nam raport dotyczący liczby wykroczeń zarejestrowanych w ubiegłym roku w woj. podkarpackim. Z danych wynika, że niektóre lokalizacje stały się prawdziwymi „rekordzistami” pod względem liczby wystawionych mandatów. Liderzy niechlubnego rankingu

Najwięcej pracy miało urządzenie w Boguchvale przy ulicy Suszyckich, które zarejestrowało aż 3824 przypadki przekroczenia prędko-

ści. Na podium znalazły się również fotoradary w miejscowościach Wyżne (2822 wykroczenia) oraz Kołaczyce (2155 wykroczeń przy ul. burmistrza Wiejowskiego).

Dalsze miejsca w zestawieniu zajmują urządzenia w Potoku (1755) Moderówce (15440, Trzcianie (1199). Nowej Sarzynie (1189) i Widelcu (1062).

Na dole listy znalazły się urządzenia w Dębicy (91), Parkoszu (184) oraz Bukowej i Tarnowskiej woli (po 306). Luks

PRZEMYSŁ

Emu spacerował po ul. św. Jana



FOT. URZĄD MIEJSKI W PRZEMYŚLU

Skąd się tam wziął? - Emu, który uciekł niepostrzeżenie z transportu i błąkał się nieco przestraszony po ulicach naszego miasta, został odłowiony przez Straż Miejską w Przemyślu i trafił w bezpieczne miejsce - zapewniają magistraccy urzędnicy. NZ

RZESZÓW

Wpuściła nieznajomą kobietę - straciła ponad 70 tysięcy złotych

Na ulicy Podwisłocze do drzwi mieszkania seniorki zapukała młoda kobieta. Przekonała ją, że jest siostrzenicą jej sąsiadki, której akurat nie ma w domu. Zapytała, czy może chwilę pocze-kać na nią w mieszkaniu 78-latk. Nieprzeczuwającego niczego złego seniorek zapro-

siła nieznajomą do siebie. Kiedy ta po kilkunastu minutach wyszła, seniorek zorientowała się, że coś jest nie tak. Stwierdziła brak pieniędzy i szkatułki z biżuterią. Wartość zrabowanego mienia oszacowała na ponad 72 tysiące złotych. opr. baj

POLICJANCI ZE STRAŻAKAMI URATOWALI KOTA

Mieszkanka Brzozowa szukała swojego kota od dwóch dni. Przebywając w rejonie spichlerza, usłyszała dochodzące z budynku głośne miauczenie. Zwierzę utknęło w pustostanie i nie mogło się z niego wydostać. W związku z tym właścicielka zwróciła się o pomoc do służb. Na miejsce skierowano policjantów oraz strażaków, którzy przeprowadzili akcję ratunkową. Kot o imieniu Burza został wydobyty z budynku i przekazany opiekunce.



FOT. FOT. KPP BRZÓZÓW

REGION

15-latek miał mefedron
15-latek z pow. tarnobrze-skiego odpowie za posiadanie substancji zabronionych. Został umieszczony w Policynnej Izbie Dziecka, a o konsekwencjach, jakie poniesie, zadecyduje sąd rodzinny.

Renesansowych dzieł sztuki w regionie mamy niewiele

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

Późnorenesansowy obraz „Madonna z Dzieciątkiem” nie jest jedynym cennym dziełem w podkarpackich zbiorach. Choć tych renesansowych nie jest tak wiele.

Ks. dr Paweł Batory, dyr. Muzeum Diecezjalnego w Rzeszowie potwierdza, że obraz jest unikatem, gdyż na Podkarpaciu jest bardzo mało dzieł renesansowych czy późnorenesansowych o włoskiej proveniencji tak jak „Madonna z Dzieciątkiem”.

Przeworskiemu obrazowi dorównuje jedynie wiszący w kolegiacie Bożego Ciała w Bieczu w diecezji rzeszowskiej obraz „Zdjęcie z krzyża” ze szkoły Michała Anioła, tyle że Biecz leży w województwie małopolskim. Zdaniem księdza dyrektora, z przeworskim obrazem można jeszcze porównywać bardzo cenne późnorenesansowe nagrobki rodziny Rzeszowskich w Farze w Rzeszowie.

Wszystko jest naszym dziedzictwem

Na Podkarpaciu mamy sporo gotyckiej rzeźby, czyli dzieł starszych od opisywanego obrazu, ale zdaniem ks. Batorego i tych dzieł sztuki nie można w prosty sposób porównywać.

- Nie jest tak, że możemy przyłożyć miarkę i powiedzieć, że jedno dzieło jest cenniejsze od drugiego. Oczywiście, są bardziej lub mniej wybitni artyści, oczywiście dzieło lokalnego artysty samouka nie będzie cenniejsze od dzieła z warsztatu Tycjana czy Michała Anioła. Trzeba pamiętać, że wszystko jest naszym dziedzictwem, historie stojące za tymi obiektami są równie cenne, bo sprawiają, że te dzieła sztuki są ważnymi świadkami przeszłości. Natomiast, gdy coś wystawi się na aukcji, to jedna rzecz osiągnie wyższą cenę, druga mniejszą. Trzeba pamiętać, że dzisiejszy rynek sztuki mniej sobie ceni sztukę religijną, sztukę dawną; wyższe ceny osiągają dzieła nowe, sztuka z XX w. albo zupełnie współczesna. Prawo rynku posługuje się innymi kryteriami - wyjaśnia ks. Paweł Batory.



FOT. MUZEUM ZAMEK W ŁAŃCUCIE

„Autoportret przy sztalugach” Sofonisby Anguissoli równie cenny jak „Madonna z Dzieciątkiem”

Zapytałem księdza, czy do obrazu „Madonna z Dzieciątkiem” można porównywać ikony, których jest sporo w podkarpackich zbiorach?

- Na pewno część z nich powstała w podobnym czasie, jak „Madonna z Dzieciątkiem”, mogą mieć nawet podobną tematykę. Natomiast jest to inny sposób malowania i inna tradycja ikonograficzna, tradycja malarstwa bizantyjskiego, dlatego te obrazy bardzo się od siebie różnią. Sam fakt, że ikon jest dużo więcej, sprawia, że „Madonna z Dzieciątkiem” jest niepowtarzalna. Pod tym względem można powiedzieć, że jest cenniejsza, choć pewnie ocena zależy od tego, z kim się rozmawia - mówi ks. Batory.

Porównań nie unika natomiast dyrektor Muzeum Zamek Tarnowskich w Tarnobrzegu, prof. Tadeusz Zych, który posiada słynną Zych, dzikowską kolekcję. - Mamy oryginalne dzieło Veronese z XVI wieku, dzieła obu braci Carracci i Salvatoro Rossi z XVII wieku. Myślę, że ranga tych dzieł, jeśli nie jest porównywalna, to trochę wyższa. Tym bardziej że dzieło, o którym rozmawiamy, jest anonimowe. Oczywiście, posiada ono dużą wartość artystyczną i historyczną, rzeczywistość jest to wybitnej klasy obraz, ale w naszej kolekcji mamy nie gorsze. Są to zarówno dzieła religijne, jak i świeckie. Posiadamy zupełnie genialne XVII-wieczne dzieło hiszpańskiego

twórcy Alonso Cano „Chrystus niosący krzyż”. Nie chcę, żeby to zabrzmiało „swoje chwalić”, ale staram się być obiektywny - mówi prof. Zych.

„Autoportret” buduje autorytet kolekcji

W Muzeum Zamku w Łańcucie znajduje się obraz renesansowej artystki Sofonisby Anguissoli „Autoportret przy sztalugach”. Rangą można go porównywać do „Madonny...”. „Autoportret” buduje autorytet łańcuckiej kolekcji, gdyż jest często wypożyczany do innych muzeów. W ubiegłym roku był eksponowany w Pradze na wystawie o artystkach od XIII do XIX wieku, teraz wisi w Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie na wystawie „Kwestia kobieca. 1550-2025”.

- Sofonisba była wystawiana w największych muzeach świata, m.in. w Rijksmuseum i w Prado. Jest to malarstwo o znaczeniu światowym. Sofonisba Anguissola była jedną z pierwszych kobiet artystek, które zrobiły karierę. Dobrze o niej wyrażał się Michał Anioł. Włoska artystka była portrecistką hiszpańskiej rodziny królewskiej, dlatego jest bardzo popularna w Hiszpanii. Co roku otrzymujemy kilka, jeśli nie kilkanaście zapytań od najbardziej prestiżowych miejsc na świecie o możliwość wypożyczenia tego dzieła. Ze względów konserwatorskich, większość z nich



spotyka się z naszą odmową - mówi dyr. Piotr Szopa.

W łańcuckich zbiorach znajduje się jeszcze kilka dzieł malarstwa o randze europejskiej. Na pewno trzeba zwrócić uwagę na „Sacra Conversazione” z XVI wieku, dzieło malarza z kręgu Bonifacio de Pitati, przedstawiające Madonnę z Dzieciątkiem i św. Józefem pomiędzy Janem Chrzcicielem a św. Katarzyną Aleksandryjską. Jednak obraz ten nie ma tej siły wyrazu, co przeworska Madonna.

Wartościowe dzieła sztuki ma Galeria Dąbskich w Rzeszowie. To stare kopie czołowych renesansowych i barokowych mistrzów, między innymi Rafaela, Tycjana, Tintoretta, Rubensa, Van Dycka, Van Ostade i innych. Nazwiska robią wrażenie, ale to jednak kopie. Jeśli chodzi o oryginały, rzeszowska kolekcja gromadzi głównie dzieła tzw. małych mistrzów szkół włoskiej, niemieckiej, austriackiej i francuskiej, w tym pewien procent obrazów tzw. północnych italianistów. Spośród nich wymienić można takie nazwiska, jak Frans Floris, Jan Asselyn, Christian Hilfgot Brand i Johann Christian Brand czy Giacomo Francesco Cipper zwany Todeschini. ©

NASZA AKCJA

Po raz kolejny piszemy o „Madonnie z Dzieciątkiem”, gdyż obraz tylko czasowo jest wystawiany w Muzeum w Przeworsku Zespół Pałacowo-Parkowy. W 2027 roku jako własność Skarbu Państwa może wrócić do Ossolineum we Wrocławiu. Podkarpacie czyni zabiegi w ministerstwie kultury i dziedzictwa narodowego, by „Madonna...” na stałe była eksponowana w Przeworsku. Nowiny popierają te zabiegi.

„Człowiek odchodzi, pamięć zostaje”

Panu

Januszowi Rożkiewicz

wyrazy najgłębszego współczucia
z powodu śmierci

Matki

składają

Właściciele, Zarząd i Współpracownicy
z firmy Inżynieria Rzeszów Spółka Akcyjna

0011469838

Z głębokim żalem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Sp.

Agnieszki Chlebuś

wieloletniego pracownika naszego Zakładu.

Rodzinie i Najbliższym

przekazujemy serdeczne wyrazy współczucia.

Dyrekcja oraz koleżanki i koledzy
z ZUS Oddział w Rzeszowie

0011469621

Pani
Alicji Kostrzab-Koniecznej

oraz

Rodzinie i Bliskim

najgłębsze wyrazy współczucia
oraz szczerze słowa otuchy i wsparcia
z powodu śmierci

Syna

składają

Dyrekcja, Orkiestra i Pracownicy Filharmonii
Podkarpackiej im. Artura Malawskiego
w Rzeszowie

0011469788

REKLAMA

0011457246

Zakład Usług
Pogrzebowych i Cmentarnych
MPGK Rzeszów Sp. z o.o.
35-323 Rzeszów ul. Cienista 3

CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE

☎ 601 402 991 ☎ 17 853 53 48

- Sprzedaż niezbędnych akcesoriów pogrzebowych
- Przewóz zwłok z miejsca zgonu do chłodni
- Przygotowanie ciała do pochówku
- Organizacja ceremonii pogrzebowej
- Organizacja kremacji
- Załatwienie formalności ZUS, KRUS, inne

Biuro czynne: pon.-pt. 7.00-16.00, sobota 8.00-14.00

www.zupic.pl

Krecony w Przemyślu film zobaczymy w TVP Historia

Norbert Zietał
n.zietal@nowiny24.pl

Amatorski, realizowany bez żadnego budżetu film „Zablokować most” opowiada o mało znanej historii ratowania Żydów w Przemyślu przez dwóch oficerów niemieckiego wojska.

„Zablokować most” to tytuł najnowszej filmu Roberta Młynarskiego, młodego, niezależnego twórcy filmowego z Przemyśla. Premiera odbyła się w kwietniu 2025 roku w Centrum Kulturalnym w Przemyślu.

Produkcja opowiada o wydarzeniach z 1942 roku w Przemyślu, gdy doszło do konfliktu pomiędzy żołnierzami niemieckiej armii okupacyjnej.

26 lipca 1942 roku SS planowało przeprowadzić akcję przesiedleńczą (likwidację) przemyskiego getta. Mjr Max Lidtkę i jego zastępcę por. Albert Battel rozkazali Wehrmachtowi zablokować most na Sanie, który był jedyną drogą prowadzącą do getta. Kiedy SS próbowało go przekroczyć, major pełniący służbę na moście zagroził otwarciem ognia w przypadku, gdy się nie wycofają. Jeszcze tego samego popołudnia oddział wojskowy pod dowództwem porucznika Battela wdarł się do otoczonego getta i przy użyciu ciężarówek wojskowych ewakuował do baraków wojskowych



5 i 6 lutego film „Zablokować most” będzie można obejrzeć na bezpłatnym kanale TVP Historia

Wehrmachtu ok. 100 Żydów pracujących dla niemieckiego wojska i ich rodziny. Żydzi zostali włączeni pod ochronę Wehrmachtu, co uniemożliwiało ich deportację do obozu zagłady w Bełżcu.

Po tej akcji mjr Lidtkę został zdymisjonowany i karnie wysłany na front wschodni. Zmarł w 1955 r. w sowieckiej niewoli. Por. Battel w 1944 r. został zwolniony z wojska z powodu choroby serca. Po wojnie mieszkał w Niemczech, zmarł w 1952 r. Dopiero po kilkudziesięciu latach obaj niemieccy oficerowie zostali

uhonorowani medalami Sprawiedliwy Wśród Narodów Świata, przyznawanymi przez Instytut Yad Vashem w Jerozolimie. Mjr Lidtkę to najwyższy stopniem Niemiec, który otrzymał ten tytuł.

Historia mjr. Lidtkęgo i por. Battela nie jest szerzej znana,

W filmie wystąpili przemyscy rekonstruktorzy i pasjonaci historii, ale również (za darmo) zawodowy aktor Mariusz Bonaszewski.

nawet w Przemyślu. Pomimo tego, że wcześniej były publikowane w prasie artykuły na jej temat. Historię odświeżył i pogłębił pasjonat historii Marek Niedźwiecki, obecnie jedna z osób zaangażowana w produkcję filmu.

Reżyserem oraz autorem scenariusza i zdjęć jest Robert Młynarski. Do tej pory film był wyświetlany na pokazach z ograniczoną liczbą widzów. 21 stycznia odbyła się pierwsza emisja w TVP Historia. Powtórki odbędą się: 5 lutego o 17.05 i 6 lutego o 8.45.

©P

W Sędziszowie Małopolskim sześć osób zatrulo się tlenkiem węgla

Marcin Trzyna
m.trzyna@nowiny24.pl

Do zdarzenia doszło w poniedziałek przy ul. Lipowej. Według relacji OSP sześć osób zostało przewiezionych do szpitala na dalsze badania.

Na miejsce zadysponowano jednostki z JRG Ropczyce oraz OSP KSRG Sędziszów Małopolski i OSP KSRG Krzywa. W działaniach brały też udział trzy zespoły ratownictwa medycznego i policja.

Jak informują policjanci z Ropczyc, przyczyną zdarzenia był najprawdopodobniej wadliwie działający piecyk gazowy. Będący na miejscu funkcjonariusze Straży Pożarnej, stwierdzili znacznie podwyższony poziom stężenia tlenku węgla.



Na miejscu pracowały jednostki z JRG Ropczyce oraz OSP KSRG Sędziszów Młp. i OSP KSRG Krzywa

Jest on bardzo niebezpiecznym dla zdrowia i życia gazem - nie ma zapachu, smaku i jest niewidoczny. Strażacy z OSP Krzywa wyliczyli charakterystyczne objawy zaciężenia,

które mogą być mylone z infekcją lub zatruciem pokarmowym: ból i zawroty głowy, nudności, wymioty, osłabienie, sennaść i dezorientacja, duszność czy kołatanie serca.

W cięższych przypadkach mogą wystąpić drgawki i utrata przytomności. Strażacy apelują o szybkie reagowanie przy podejrzeniu zatrucia CO i podają pięć podstawowych kroków pierwszej pomocy:

- Otwarcie okien i przewietrzenie pomieszczenia.
- Wyłączenie urządzenia grzewczego, jeśli można to zrobić bez ryzyka.
- Wyprowadzenie poszkodowanego na powietrze.
- Wezwanie pomocy przez numer 112.
- Rozpoczęcie resuscytacji, jeśli osoba nie oddycha, do czasu przyjazdu służb.

Rozwiązaniem, które może uchronić nas przed tragedią, jest zamontowanie czujki tlenku węgla oraz regularne serwisowanie urządzeń grzewczych i przewodów kominiowych. ©P

FOT. OSP KSRG W SĘDZISZOWIE MAŁOPOLSKIM

Miasto chce zamienić się terenem z deweloperem. Co zrobią kupcy z „Balcerka”?

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Wiele emocji wśród rzeszowskich radnych wzburzył na wtorkowej sesji obecny plan miasta zamiany terenów z deweloperem. Częścią umowy jest targowisko „Balcerka”.

Miasto chce ponownie mieć działkę o pow. 1,7 ha przy ul. Wypiańskiego, należąca do dewelopera. Ten z kolei chciałby tej, na której teraz odbywa się handel. Marcin Deręgowski, wiceprezydent Rzeszowa przekazał na sesji, że w ubiegłą środę spotkał się z kupcami z „Balcerka”, radnymi oraz przedstawicielami inwestora. - Działka przy ul. Wypiańskiego jest dla miasta niezbędna, ponieważ daje odech samemu stadionowi oraz pozwoli na to, aby po uchwaleniu planu miejscowego ulokować tam nowe obiekty okołosportowe - tłumaczył.

Co więcej, bez tej działki miasto może mieć problem



FOT. BARBARA GALAS

Na czas budowy targowisko ma zostać przeniesione na parking przy basenach ROSiR

z organizowaniem imprez masowych w PCLA.

Następnie wiceprezydent przeszedł do tematu uporządkowania placu targowego. - Warunki, które tam są, z godnymi warunkami do handlowania, nie mają nic wspólnego - ocenił.

Umowa z deweloperem zakładałaby wymianę działek

przy ul. Krakowskiej (teren parkingu przy CH Nowy Świat) i ul. Litewskiej (obok KSW nr 2), za 80 proc. terenu przy ul. Wypiańskiego. - Tak, aby wartość działek po jednej i po drugiej stronie była taka sama - mówił wiceprezydent.

Transakcja ma mieć formę aktu notarialnego. Inwestor ma być zobowiązany do wybudowania

tymczasowego targowiska na parkingu przy ul. Pułaskiego.

Na tym nie koniec, bo pozostało jeszcze 20 proc. terenu. Za tę część deweloper ma otrzymać ok. 44 ary, na których znajduje się „Balcerka”. - W ramach tej drugiej umowy może dojść do podpisania aktu notarialnego, ale pod dwoma warunkami. Inwestor uzyskuje pozwolenie na budowę na terenie „Balcerka” oraz tworzy nowe targowisko - zaznaczał wiceprezydent.

Ostatnim warunkiem jest zapewnienie kupcom 1000 m kw. na parterze budynku, który deweloper wybuduje przy ul. Moniuszki. - Będą mogli handlować w godnych warunkach - powtarzał wiceprezydent.

Konkretnie kwoty nie padły. Wiceprezydent podkreślał, że na tej transakcji miasto „zyskuje kilka dobrych milionów”.

Marcin Deręgowski zaznaczył, że ten plan wymaga zgody radnych. Jak przekazał, na spotkaniu z kupcami i inwestorem udało się dojść do porozumienia. Zaznaczył również, że

przy ul. Pułaskiego i ul. Sondejki zostanie wybudowany nowy parking.

Nie oddamy tego na piękne oczy

Radny Robert Kultys (PiS) chciał poznać więcej szczegółów tego, co miałyby powstać w miejscu targowiska. Ze złożonej WZ-ki wiadomo jedynie, że będzie to budynek mieszkalno-usługowy, do 25 m wysokości.

- To jest zbyt ważne miejsce w Śródmieściu, żebyśmy przekazywali te działki trochę na piękne oczy - apelował.

Dyskusja radnych trwała prawie dwie godziny. Wiceprezydenta za transparentność w temacie „Balcerka” chwalił Jacek Strojny (Razem dla Rzeszowa). Powiedział jednak, że według niego kupcy wcale nie wyszli zadowoleni ze spotkania. Zaniepokoiło go rozdzielenie transakcji de facto na dwa etapy.

- W jaki sposób zabezpieczamy miasto przed sytuacją, w której cały kontrakt zamyka się w pierwszym akcie? - pytał,

rozważając sytuację, że inwestor po realizacji pierwszego etapu odstąpi od planu.

Wiceprezydent odparł, że każdy z tych etapów jest zabezpieczony roszczeniem z hipoteki na działkach inwestora. Etap pierwszy na 2 mln zł.

Marta Niewczas (KO) oświadczyła, że ma ograniczone zaufanie do inwestora. - Miał budować nam lodowisko i do dzisiaj go nie widać - przypominała. - Nie wyobrażam sobie, aby ten deweloper dostał te trzy działki, dopóki nie przedstawi całego planu związanego z tą inwestycją.

Inwestora bronił radny Witold Walawender (Rozwój Rzeszowa). - Nie wnoszę żadnych uwag do pozwolenia na budowę PCLA, a mógł to zrobić - twierdził radny.

Informację o tym, że w PCLA nie będzie można organizować imprez masowych radny Aleksander Sala określił jako „szok i niedowierzanie”.

- Musimy teraz zrobić wiele, aby te działki pozyskać - skwitował.

©©

Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Rzeszowie ma drugiego robota da Vinci

opr. baj
wydawcy@nowiny24.pl

Robot będzie pracował na Oddziale Urologii i Onkologii Urologicznej. Czas oczekiwania na zabiegi ma się skrócić z trzech do dwóch miesięcy.

W przeciwieństwie do pierwszego robota (model XI), nowe urządzenie to model X - mniejszy i lżejszy, co pozwoliło na uniknięcie kosztownych prac adaptacyjnych w budynku.

- Ten robot w ponad 90 procentach wykonuje te same zadania, co jego większy poprzednik, ale jest bardziej mobilny. Nie musieliśmy rekonstruować stropu, co przy pierwszym urządzeniu kosztowało nas pół miliona złotych. Ten po prostu wjechał na salę operacyjną i jest gotowy do pracy - wyjaśnia dyrektor Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Rzeszowie Marcin Rusiniak.

W ubiegłym roku lekarze ze szpitala uniwersyteckiego wykonali 689 zabiegów robotycznych w zakresach urologii, ginekologii i chirurgii. - Jesteśmy najlepszym szpitalem w Polsce pod względem efektywności



FOT. USK W RZESZOWIE

Wszystkie operacje z użyciem robota finansuje Narodowy Fundusz Zdrowia

wykorzystania systemu robotycznego, osiągając jeden z najwyższych wyników w skali całej Europy - podkreśla dyrektor USK. - A teraz jesteśmy także jedynym szpitalem na Podkarpaciu, który ma dwa aktywne systemy robotyczne.

Uruchomienie drugiego systemu robotycznego ma pozwolić na skrócenie czasu oczekiwania na zabiegi z dwunastu do ośmiu tygodni.

W szpitalu uniwersyteckim operuje obecnie osiem certyfikowanych zespołów medycznych - cztery urologiczne oraz po dwa w zakresie chirurgii ogólnej i ginekologii. Dzięki

uruchomieniu drugiego systemu robotycznego placówka planuje wyszkolenie kolejnych dwóch zespołów lekarzy. Podwojenie bazy sprzętowej oraz wprowadzenie dwunastogodzinnego trybu pracy pozwala na wykonanie 15-16 zabiegów tygodniowo, co przyspiesza proces kształcenia kadr.

Dr Jakub Kempisty, pełnomocnik dyrektora ds. Podkarpackiego Centrum Chirurgii Robotycznej i trener chirurgii robotycznej podkreśla, że proces dydaktyczny jest wieloetapowy. Nauka rozpoczyna się od treningów na symulatorach, a dopiero po ich zaliczeniu le-

karz może asystować przy stole operacyjnym.

- Warunkiem uzyskania certyfikatu uprawniającego do samodzielnych operacji jest przeprowadzenie 50 zabiegów pod nadzorem. Nowa infrastruktura pozwala nam skrócić czas szkolenia operatora do dziesięciu tygodni, przy zachowaniu najwyższych standardów bezpieczeństwa pacjenta - podkreśla dr Kempisty.

Szpital nie kupił systemu, lecz go wydzierżawił. Po sześciu miesiącach negocjacji placówka zobowiązała się do wykonania określonej liczby zabiegów oraz opłacania serwisu i certyfikowania narzędzi.

- To obecnie najtańsza forma pozyskania tej technologii. Samo urządzenie mamy za darmo. Przy 700 operacjach koszt utrzymania robota wynosi ok. 5 mln zł, a przy planowanym tysiącu wzrośnie do ok. 7 mln zł - wyjaśnił Rusiniak.

Wszystkie operacje z użyciem robota finansuje NFZ. Dyrekcja planuje też rozszerzenie oferty medycznej. Do pracujących z systemem urologów, ginekologów i chirurgów mają dołączyć torakochirurdzy, specjalizujący się w operacjach klatki piersiowej. (al/PAP)

Dzięki zbiorce ocieplane budy trafiły do schroniska

Norbert Zietał
n.zietal@nowiny24.pl

Do miejskiego schroniska dla psów w Orzechowcach trafiły pierwsze ocieplane budy. Docelowo ma ich być 60.

- Dzięki ogromnemu wsparciu różnych osób udało się sfinansować pierwszy etap wielkiej zmiany. Pani kierownik schroniska dla psów Joanna Puchalska zamówiła 30 nowych bud, które zapewnią psiom ciepło i bezpieczeństwo podczas mrozów - mówi Marcin Kowalski, przewodniczący Rady Miejskiej w Przemyśle i inicjator akcji zakupu nowych, ocieplanych bud dla psów.

Jak dodaje: To ogromny krok naprzód dla komfortu naszych czworonożnych przyjaciół, za co z całego serca dziękujemy tym wszystkim, którzy się do tego przyczynili. Nasz cel to łącznie 60 bud. Brakuje nam jeszcze tylko 30, aby każdy psiak miał swój ciepły kąt.

Zbiórka pieniędzy na nowe budy dla bezdomnych psów znajduje się na portalu przutka.pl (Ocieplane budy dla psów w schronisku w Orzechowcach). Do tej pory 310 wspierających wpłaciło prawie 25 tys. złotych. Akcja potrwa jeszcze 74 dni.

- Jeśli ktoś może dorzucić choćby „symboliczny grosik”, to będziemy wdzięczni - zachęca M. Kowalski.



FOT. FOT. MARCIN KOWALSKI/FACEBOOK

Ocieplanych bud w schronisku dla psów w Orzechowcach w pow. przemyskim ma być 60

E-rejestracja a profilaktyka zdrowotna. Czy łatwiejszy dostęp zwiększy liczbę badań?

Ula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Centralna e-rejestracja to rozwiązanie, które ma uprościć pacjentom dostęp do badań i wizyt u lekarzy specjalistów.

Dzięki nowemu systemowi można zapisać się na wizytę lub badanie przez internet, bez konieczności wychodzenia z domu i dzwonienia do rejestracji. Centralna e-rejestracja obejmuje m.in. mammografię, cytologię i pierwszą wizytę u kardiologa.

- System pozwala sprawdzić dostępne terminy w wybranej placówce i wybrać ten najbardziej dogodny. W przypadku pierwszej wizyty trzeba posiadać czterocyfrowy kod e-skierowania. Co ważne, tradycyjne formy rejestracji - osobista oraz telefoniczna - nadal pozostają dostępne dla pacjentów - zapewnia Rafał Śliż, rzecznik Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ w Rzeszowie.

E-rejestracja obejmuje jednak nie tylko świadczenia reali-



FOT. GETTY IMAGES

Zapisać się do centralnej e-rejestracji można za pośrednictwem Internetowego Konta Pacjenta, aplikacji mobilnej mojejKP, a także bezpośrednio w przychodni lub telefonicznie

zowane na podstawie skierowania. - Także badania profilaktyczne, jak mammografia i cytologia, które można wykonać bez skierowania - zaznacza rzecznik.

Pilotaż systemu trwał do końca 2025 roku i obejmował

zapisy na mammografię, cytologię oraz pierwszą wizytę u kardiologa. Od stycznia 2026 roku centralna e-rejestracja stała się obowiązkowa dla placówek realizujących te trzy świadczenia w ramach umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia.

Każde badanie mammograficzne i cytologiczne oraz każda pierwszorzutowa wizyta u kardiologa mogą być umawiane przez internet

Oznacza to, że każde badanie mammograficzne i cytologiczne oraz każda pierwszorzutowa wizyta u kardiologa mogą być umawiane przez internet.

- Część placówek medycznych już wcześniej korzystała z własnych systemów rejestracji online - zapewnia Rafał Śliż. - Warto pamiętać, że przepisy dotyczące centralnej e-rejestracji obowiązują wszystkie podmioty, które mają podpisaną umowę z NFZ, niezależnie od stosowanych wcześniej rozwiązań.

Czy nowe narzędzie zwiększy udział pacjentów w profilaktyce?

- Wszystko na to wskazuje. Jedną z barier w korzystaniu z badań profilaktycznych była trudność w dodzwonieniu się do placówki lub brak informacji o dostępnych terminach. Teraz odpowiedzialność za zapis w dużej mierze przechodzi na pacjenta, który ma pełen wgląd w dostępne wizyty - mówi rzecznik NFZ.

Profilaktyka odgrywa kluczową rolę w systemie ochrony zdrowia.

- Zainteresowanie darmowymi badaniami wciąż nie jest wystarczające, e-rejestracja może stać się impulsem do zmiany tych statystyk - zaznacza Rafał Śliż. - Od sierpnia 2026 roku centralna e-rejestracja obejmie kolejne 12 świadczeń. Wśród nich m.in. poradnie chorób naczyni, chorób zakaźnych, endokrynologiczne oraz chorób płuc. Rozszerzenie systemu ma bardziej uporządkować dostęp do specjalistów, choć nowe poradnie zostaną włączone dopiero w drugiej połowie roku.

Ponadto pacjenci zyskują możliwość wygodnego umawiania wizyt i badań online, sprawdzania wolnych terminów w różnych placówkach oraz łatwego zmieniania lub odwoływania wizyt. Na uwagę zasługuje także tzw. poczekalnia. W sytuacji, gdy nie ma wolnego terminu, pacjent może zapisać się na listę oczekujących, a system automatycznie zaproponuje wizytę, gdy tylko pojawi się termin spełniający określone kryteria.

©EP

Czy będzie wreszcie zintegrowany bilet w Przemyślu? Radny krytykuje prezydenta

Norbert Ziętal
n.zietal@nowiny24.pl

Z propozycją wspólnego biletu na przejazdy autobusami w Przemyślu oraz pociągami Polregio do prezydenta miasta wystąpił radny Ryszard Kulej. Jest odpowiedź Wojciecha Bakuna.

- Jeden bilet okresowy na autobusy przemyskiej komunikacji miejskiej oraz pociągi Polregio. Dlaczego nasi mieszkańcy oraz osoby pracujące i studiujące w Przemyślu, ale nie mające tu meldunku, nie mogą korzystać z takiego udogodnienia? - w in-

terpelacji skierowanej do prezydenta Przemyśla zapytał radny Koalicji Obywatelskiej.

- Należy wdrożyć działania o szerszym zasięgu, polegające na wypracowaniu wspólnego biletu na przemyską komunikację miejską oraz pociągi Polregio, tym samym realnie poszerzając ofertę biletową - zaproponował radny.

Prezydent Przemyśla zareagował na propozycję radnego.

- Zagadnienie wprowadzenia wspólnego biletu od ubiegłego roku pozostaje przedmiotem analiz oraz prac koncepcyjnych. W pierwszym etapie rozważane jest wdrożenie wspól-

nego biletu typu „autobus autobus”, integrującego komunikację miejską z przewozami komercyjnymi realizowanymi na podstawie zezwoleń na wykonywanie regularnych przewozów osób w krajowym transporcie drogowym - informuje Wojciech Bakun.

Spora część osób dojeżdżających do szkół lub pracy w mieście korzysta z prywatnych przewoźników, popularnych „busów”. Dużo jest też dojeżdżających do Przemyśla pociągami, a następnie przejeżdżających się do miejskich autobusów.

- Prowadzone są już spotkania robocze pomiędzy pracownikami Wydziału Komunikacji, Transportu i Dróg a Zarządem oraz pracownikami MZK. Celem jest wypracowanie rozwiązań organizacyjnych i taryfowych umożliwiających spójną ofertę przewozową, w szczególności z myślą o mieszkańcach miejscowości ościennych, którzy na co dzień funkcjonują w mieście, dojeżdżają do pracy, szkół, placówek usługowych i instytucji publicznych - wyjaśnia prezydent miasta.

Jak dodaje Bakun: - Jednocześnie zakładanym efektem jest zwiększenie atrak-

cynności transportu zbiorowego oraz systematyczny wzrost liczby pasażerów korzystających z usług MZK.

Sprawę w social mediach skomentował radny Kulej.

- Po raz kolejny otrzymujemy informację, że „trwają analizy” oraz „prowadzone są prace koncepcyjne”. Tymczasem mieszkańcy nie potrzebują kolejnych analiz, lecz konkretnych decyzji i realnych wdrożeń. Od analizowania nie powstaje ani bilet zintegrowany, ani faktyczne ułatwienia w poruszaniu się po mieście i aglomeracji. Analizy nie jeżdżą, analizy nie dowożą ludzi do pracy, analizy nie rozwiązują problemów komunikacyjnych - służą jedynie jako wygodne alibi dla bezczynności.

Jak zauważa radny: - Odpowiedź prezydenta koncentruje się wyłącznie na wariacie „autobus - autobus”, całkowicie pomijając integrację autobus + pociąg, która była kluczowym elementem mojej interpelacji i realną potrzebą mieszkańców. Zamiast konkretnych - ogólniki i liczenie, że temat ucichnie. Skoro potrzeby są „znane”, tym bardziej niezrozumiałe jest, dlaczego brakuje realnych wdrożeń. ©EP

Sensacyjne odkrycie w Parku Miejskim

Marcin Radzimowski
marcin.radzimowski@polskapress.pl

Podczas poszukiwań w Parku Miejskim w Nisku członkowie Rudnickiego Stowarzyszenia Pasjonatów Historii „Tropiele Przeszłości” - Bogdan Łukasz i Bartek - dokonali niezwykle odkrycia.

Badacze natrafili na kilka depozytów związanych z dawnym pałacem rodziny Resseguiers de Miremont, w którym obecnie mieści się miejscowy szpital.

Znaleziska obejmują elementy dawnego oświetlenia oraz instalacji elektrycznej. Jednak zdecydowanie najcenniejszym i najbardziej efektownym obiektem okazał się bogato zdobiony żyrandol. Jego forma i detale wskazują na wysoką klasę artystyczną oraz reprezentacyjny charakter wnętrza pałacowych z początku XX wieku.

Według wstępnych ustaleń odnalezione przedmioty zostały najprawdopodobniej ukryte przez służbę pałacową w 1914 roku, w obawie przed nadchodzącymi działaniami wojennymi. Depozyty miały uchronić cenne wyposażenie przed zniszczeniem lub grabieżą w czasie I wojny światowej.

O odkryciu powiadomiono Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków w Tarnobrzegu.

Przedstawiciele WKZ byli obecni na miejscu i nadzorowali dalsze prace eksploracyjne, prowadzone pod kierunkiem Floriana Urbana - archeologa odpowiedzialnego za nadzór w stowarzyszeniu „Tropiele Przeszłości”.

Po zakończeniu badań WKZ oficjalnie przekazał odnalezione przedmioty do Muzeum Ziemi Rudnickiej. Dzięki wspólnym działaniom Marka Mierzwy, Mariana Mierzwy oraz Floriana Urbana obiekty zostały profesjonalnie oczyszczone, zakonserwowane i przygotowane do ekspozycji. Już wkrótce mieszkańcy Podkarpacia będą mogli zobaczyć te niezwykle zabytki.

©EP

Oficjalne otwarcie wystawy odbędzie się 6 lutego o godzinie 17 w Nizańskim Centrum Historii i Tradycji w Nisku (ul. Kościuszki 1)



FOT. ARCHIWUM

Z propozycją wspólnego biletu na przejazdy autobusami oraz pociągami wystąpił radny Ryszard Kulej

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

USTKA

Zaatakował nożem swoją rodzinę

44-letni funkcjonariusz Służby Ochrony Państwa zaatakował nożem w poniedziałek wieczorem swoją rodzinę w mieszkaniu w Ustce. W wyniku odniesionych ran zmarła 4-letnia dziewczynka - córka sprawcy.

Zgłoszenie o awanturze w jednym z mieszkań w nadmorskiej Ustce policjanci otrzymali w poniedziałek około godz. 21.30.

- Na miejscu obezwładnili agresywnego 44-latkę, który ranił nożem pięcioro członków swojej rodziny oraz siebie. Czteroletniej dziewczynki

mimo długiej reanimacji nie udało się uratować - powie-
dział podkom. Jakub Bagiński z ślupskiej policji.

Prokuratura Okręgowa w Ślupsku wszczęła śledztwo w sprawie 44-letniego funkcyj-
nariusza SOP. Szef tamtejszej
prokuratury zaznaczył, że
z aktualnie posiadanych przez
niego informacji nie wynika,
by stan zdrowia mężczyzny nie
pozwolił na jego doprowadzenie
do siedziby prokuratury.

Dzisiaj planuje się przedsta-
wienie mężczyźnie zarzutów.
PAP

OŚWIECIM

Ocalali przed Ścianą Straceń



Około 20 byłych więźniów niemieckiego obozu Auschwitz złożyło we wtorek rano wieńce i znicze przed Ścianą Straceń w byłym Auschwitz I. Główne uroczystości w rocznicę wyzwolenia obozu odbyły się po południu z udziałem m.in. prezydenta RP Karola Nawrockiego, przedstawicieli rządu i samorządów.

WARSZAWA

Schronisko pod lupą NIK

Najwyższa Izba Kontroli sprawdzi warunki, jakie pano-
wały w schronisku dla zwie-
rząt w Sobolewie na Mazow-
szu. Jak przekazał rzecznik
NIK Bartłomiej Pograniczny,
w poniedziałek zakończył się
pierwszy dzień kontroli
w Urzędzie Gminy w Sobole-
wie.

- Urzędnicy byli w urzędzie
do godziny 19 i zbierali doku-

menty. Wiem już, że na pewno
będą wchodzić do schroniska
niezależnie od postępowania
prokuratorskiego - powiedział
Pograniczny.

NIK planuje też kontrolę
w Powiatowym Inspektoracie
Weterynarii w Garwolinie,
który prowadził nadzór
nad schroniskiem w Sobole-
wie.
PAP

WARSZAWA

Znana jest ostateczna data powtórzenia drugiej tury wyborów w partii Polska 2050. Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz i Paulina Hennig-Kloska zawalczą o fotel przewodniczącej 31 stycznia. Głosowanie online. W partii wciąż wrze po tym, jak ujawniono, że wśród jej członków istniała grupa „2026”, która miała szykować przewrót i „wywalić” proces wyborczy, tak by na stanowisko szefa Polski 2050 mógł wrócić jej założyciel Szymon Hołownia.

”

Prezydencie Karolu Nawrocki,
na kolanach niczego pan dla Polski nie
załatwi”

Włodzimierz Czarzasty marszałek Sejmu

Rząd dyskutował założenia polityki zagranicznej Polski

oprac. Anna Nagel
Warszawa

Dzisiaj kwestia godności państwa polskiego, godności polskiego munduru stała się poważnym wyzwaniem też dyplomatycznym - powiedział przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk.

Nie milkną echa wypowiedzi Donalda Trumpa na temat postawy sojuszników Ameryki w Afganistanie. Prezydent USA w kilka dni temu powiedział, że Ameryka nigdy nie potrzebowała pomocy NATO, a wojska Sojuszu podczas misji w Afganistanie trzymały się „trochę z tyłu” i „trochę z dala od linii frontu”. Słowa wywołały oburzenie opinii publicznej i polskich władz.

Przed rozpoczęciem wtorkowego posiedzenia rządu premier powiedział, że Rada Ministrów, przedyskutuje m.in. założenia polskiej polityki zagranicznej i europejskiej na 2026 r., które przedstawi minister Sikorski.

Tusk przypomniał, że po przyjęciu założeń przez rząd, szefa MSZ czeka doroczne wystąpienie w Sejmie na temat założeń polityki zagranicznej w nowym roku i - jak dodał - „z całą pewnością” nie będzie ono rutynowe.

- Sytuacja jest - nie tylko wokół Polski, ale w wymiarze globalnym - bardzo dynamiczna i ta niepewność strategiczna, która towarzyszy nam od wielu, wielu



Premier powiedział, że wystąpienie szefa MSZ ws. założeń polityki zagranicznej na pewno nie będzie rutynowe

miesiące, wywołana wojną w Ukrainie, (...) także innymi dramatycznymi zdarzeniami, wymaga bardzo poważnej geopolitycznej refleksji i bardzo adekwatnego do rzeczywistych wyzwań myślenia o polskiej dyplomacji - powiedział premier.

Podkreślił, że nieprzypadkowo wszyscy w Polsce są obecnie skoncentrowani na naszych relacjach międzynarodowych, zarówno z państwami sojusznymi, jak i krajami stwarzającymi zagrożenie.

„Dzisiaj kwestia godności państwa polskiego, godności polskiego munduru stała się po-

ważnym wyzwaniem też dyplomatycznym. Będziemy działać w sposób bardzo przemyślany i odpowiedzialny, ale też stanowczy zawsze wtedy, kiedy czy polski interes narodowy czy honor polskiego żołnierza będzie w jakikolwiek sposób narażony na szwank - oświadczył Tusk.

Premier Tusk przed posiedzeniem rządu potwierdził, że Komisja Europejska zaakceptowała w poniedziałek polski plan narodowy, dotyczący wydatkowania pieniędzy na obronność z programu SAFE. Polska wnioskuje o dofinansowanie 139 projektów na kwotę 43,7 mld euro.

- Skala jest tutaj absolutnie bezprecedensowa; mówimy o blisko 200 mld zł, środków zorganizowanych przez Unię Europejską - dodał premier. Premier zadeklarował, że 80 proc. środków, do których dostęp uzyska Polska, zostanie spożytkowane w polskim przemyśle zbrojeniowym.

Do wypowiedzi Donalda Trumpa we wtorek rano odniósł się również szef MON.

Wicepremier Kosiniak-Kamysz ocenił w TVN24, że rząd i polska dyplomacja zadziałały odpowiednio po wypowiedzi Trumpa. - Działanie było na każdym etapie: i w parlamencie, i wystąpienia, i wpisy w mediach społecznościowych. Cały rząd się w to zaangażował, wszyscy za to odpowiedzialni. (...) My mówimy, jaka jest prawda - podkreślił szef MON. Dodał, że prezydent Nawrocki w relacjach z prezydentem Trumpem też to powinien robić. - Na pewno relacje prezydenta Nawrockiego z prezydentem Trumpem są bardzo dobre, więc to jest miejsce do tego, żeby zwrócić uwagę - powiedział.

Dopytywany, czy reakcja prezydenta na słowa Trumpa powinna być mocniejsza, wicepremier odparł: „jeżeli ma dobre relacje, to zawsze można przekazać tę informację przez współpracowników, którzy się kontaktują, jeżeli sam nie miał okazji od tego czasu rozmawiać; można zrobić więcej”. PAP

Oblała twarz innej kobiety kwasem masłowym

Marcin Radzimowski
marcin.radzimowski@polskapress.pl

Prokuratura Rejonowa w Stalowej Woli skierowała do Sądu Okręgowego w Tarnobrzegu akt oskarżenia w tej sprawie.

Opisane w akcie oskarżenia zdarzenia rozegrały się 24 lipca 2025 roku w Stalowej Woli.

- 49-letnia Anna K. oraz 26-letnia Wiktoria K. zostały oskarżone o to, że działając wspólnie i w porozumieniu zniszczyły samochód osobowy należący

do 30-letniej pokrzywdzonej Agnieszki R., w ten sposób, że Anna K. podstępem zwabiła ją do miejsca swojego zamieszkania, a następnie Wiktoria K., uprzednio przygotowaną substancję o działaniu drażniącym i zapachowym w postaci kwasu masłowego, oblała nią karoserię i wnętrze samochodu pokrzywdzonej, powodując zniszczenie pojazdu o wartości rynkowej niespełna 10 000 złotych - informuje prokurator Andrzej Dubiel, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Tarnobrzegu.

Dodatkowo Wiktoria K. została też oskarżona o usiłowanie spowodowania u pokrzywdzonej Agnieszki R. ciężkiego uszczerbku na zdrowiu w postaci pozbawienia jej wzroku poprzez dwukrotne oblanie pokrzywdzonej po twarzy i plecach stężonym kwasem masłowym. - W wyniku tego ataku poszkodowana doznała obrażeń ciała na okres powyżej 7 dni, jednakże zamierzonego skutku w postaci spowodowania ciężkiego uszczerbku na zdrowiu oskarżona nie osiągnęła z uwagi na udzieloną po-

krzywdzonej pomoc medyczną - dodaje prokurator Dubiel.

Wobec Wiktorii K., w okresie od 25 lipca 2025 roku do 13 listopada 2025 roku, stosowany był areszt tymczasowy.

Zarzucone oskarżonym przestępstwo zniszczenia mienia zagrożone jest karą od 3 miesięcy do 5 lat pozbawienia wolności, zaś usiłowanie spowodowania ciężkiego uszczerbku na zdrowiu stanowi zbrodnię, za którą sąd będzie mógł wymierzyć karę od 3 do 20 lat pozbawienia wolności.

©©

13-letnia Polka porwana przez morze. Akcja poszukiwawcza na Malcie

Marcin Koziestański
Valletta

Departament Sił Zbrojnych i Obrony Cywilnej Malty wznowił we wtorek rano poszukiwania 13-letniej polskiej dziewczynki, która w poniedziałek około godziny 18 została porwana przez morze.

Poszukiwania zostały wznowione o świcie, po tym jak poniedziałkową operację odwołano późnym wieczorem z powodu trudnych warunków.

„Niekorzystne warunki pogodowe, w tym wzburzone morze i silne wiatry, nadal stwarzają trudne warunki dla wszystkich zaangażowanych służb ratunkowych. Pomimo tych trudności, poszukiwania wznowiono” – napisano.

Departament Obrony Cywilnej poinformował, że wznowił również działania poszukiwawcze, a ratownicy pozostali

na miejscu zaginięcia dziewczynki i kontynuowali poszukiwania na łodzi przez całą noc.

Jak poinformowała policja w rozmowie z Times of Malta, w poszukiwania zaginionej dziewczynki użyto śmigłowców, łodzi i dronów. We wtorek rano kamera transmitowała na żywo wydarzenia z Południowego Nabrzeża Cirkewwy, pokazując ratowników na miejscu zdarzenia. Morze było silnie wzburzone, a pobliska turbina wiatrowa wskazywała na silny wiatr.

Dziennik „Times of Malta” potwierdził, że 13-letnia turystka z Polski udała się na południowe nabrzeże ze swoim ojcem i bratem, prawdopodobnie w celu zrobienia zdjęć wzburzonego morza, gdy nagle dzieci zostały wciągnięte do wody. Ojcu udało się uratować chłopca, lecz w trakcie akcji sam został ranny.



Ekstremalne warunki pogodowe utrudniają operację prowadzoną z użyciem śmigłowców, łodzi i dronów

Lotniskowiec Abraham Lincoln przybył na Bliski Wschód

oprac. Robert Szulc
Jerozolima

Lotniskowiec USS Abraham Lincoln z towarzyszącymi mu okrętami przybył na Bliski Wschód, co zwiększa możliwości ewentualnych działań przeciwko Iranowi – poinformowała agencja Reutersa.

Grupa lotniskowca USS Abraham Lincoln jest rozmieszczana na Bliskim Wschodzie, by wspierać regionalne bezpieczeństwo i stabilność – przekazało Dowództwo Centralne (CENTCOM), odpowiedzialne za amerykańskie siły w regionie.

Zespół, w skład którego oprócz lotniskowca wchodzi też trzy niszczyciele rakietowe, nie zajął jeszcze ostatecznej pozycji do przeprowadzenia operacji – dodała stacja CBS.

Prezydent USA Donald Trump w ostatnim czasie wielokrotnie groził reżimowi w Teheranie interwencją w odpowiedzi na krwawe tłumienie protestów, które na przełomie roku wybuchły w Iranie. Amerykański przywódca później złagodził swoje zapowiedzi, utrzymując, że otrzymał zapewnienia, że Iran nie będzie przeprowadzał egzekucji schwytanych demonstrantów.

W czwartek Trump ogłosił, że w stronę Iranu „na wszelki wypadek” zmierza potężna amerykańska armada, ale wołałby, gdyby nie musiała zostać użyta.



FOT. USS ABRAHAM LINCOLN

Grupa lotniskowca USS Abraham Lincoln jest rozmieszczana na Bliskim Wschodzie. Zespół nie zajął jeszcze ostatecznej pozycji przed ewentualnym atakiem na Iran

Nic nie wskazuje na to, by w sprawie ewentualnej interwencji zostały już podjęte jakieś decyzje – przekazała w poniedziałek telewizja CNN.

CENTCOM już wcześniej informował o wzmacnianiu sił na Bliskim Wschodzie, w tym o wysłaniu dodatkowych myśliwców F-15E. Temaszy mają pomóc w obronie amerykańskich baz w regionie i Izraelu. Iran już zapowiedział, że w wypadku interwencji USA zaatakuje amerykańskie instalacje na Bliskim Wschodzie.

Według mediów amerykańscy dowódcy, przygotowując plany interwencji przeciwko Iranowi, rozważali m.in. precyzyjne uderzenia na cele w tym państwie, ale także cyberataki.

Siły amerykańskie na Bliskim Wschodzie są jednak jak na razie wciąż mniejsze niż podczas poprzednich konfrontacji między wspomaganym przez USA Izraelem a Iranem w kwietniu 2024 roku i czerwcu 2025 r. – ocenił poniedziałek izraelski dziennik „Haarec”.

Gazeta zaznaczyła jednocześnie, że ewentualny nowy konflikt z Iranem, w którym brałby udział także Izrael, mógłby być

CENTCOM już wcześniej informował o wzmacnianiu sił na Bliskim Wschodzie, w tym o wysłaniu dodatkowych myśliwców F-15E

dla tego drugiego znacznie trudniejszy i kosztowniejszy, również pod względem ofiar.

Według mediów szef izraelskiego urzędu lotnictwa cywilnego ostrzegł zagraniczne linie, że Bliski Wschód może wejść w końcu tygodnia we „wrażliwszy okres”. Kilka zachodnich linii już wcześniej czasowo ograniczyło loty z powodu napięć wokół Iranu.

Ministerstwo Spraw Zagranicznych Zjednoczonych Emiratów Arabskich oświadczyło w poniedziałek, że nie pozwoli na użycie terytorium, przestrzeni powietrznej i wód terytorialnych swojego państwa do jakichkolwiek operacji przeciwko Iranowi.

PAP

Krokodyle i hipopotamy pojawiły się na ulicach

Marcin Koziestański
Mozambik

Co najmniej trzy osoby zginęły w wyniku ataku krokodyli i hipopotamów w miastach na południu Mozambiku. Zwierzęta pojawiły się na ulicach po tym, jak w wyniku powodzi wylała się z koryt rzek.

Na południu Afryki, w Mozambiku, Republice Południowej Afryki i Zimbabwie od tygodni nieprzerwanie padają ulewne deszcze, wywołując najgorsze powodzie od zimy, w których zginęło już ponad 100 osób, a setki tysięcy zostało przesiedlonych.

Tylko w Mozambiku od początku stycznia zginęło 13 osób, z czego co najmniej trzy w wyniku ataków krokodyli, które poważnie zraniły też kilka osób.

Henriques Bongece, sekretarz prowincji Maputo w Mozambiku, powiedział, że krokodyle przypłynęły z sąsiedniej RPA, wykorzystując olbrzymie rozlewiska utworzone przez rzekę Limpopo i jej dopływy.

„Apelujemy do wszystkich, aby nie zbliżali się do stojących wód, ponieważ dryfują w nich krokodyle. Rzeki połączyły się ze wszystkimi obszarami, gdzie jest woda” – powiedział Bongece, cytowany w poniedziałek przez mozambicką agencję informacyjną Aimnews.

Również władze Parku Narodowego Limpopo w południowej prowincji Gaza zaapelowały do mieszkańców dystryktów, przez które przepływają rzeki Elephant i Limpopo, o ostrożność w związku z krokodylami i hipopotamami, które rozprzestrzeniły się w regionie w wyniku powodzi.

Cena złota przebiła kolejny próg, drożeje również srebro. Co się kryje za tą hossą?

Grzegorz Kuczyński
Londyn

Ceny metali szlachetnych dzień po dniu biją rekordy, osiągając niewyobrażalne maksima: złoto po raz pierwszy w historii przekroczyło próg 5000 dolarów za uncję.

W marcu 2025 roku, kiedy Donald Trump dopiero rozpoczął swoje wojny celne, cena złota po raz pierwszy w historii przekroczyła poziom 3000 dolarów za uncję. W październiku, w kontekście miesięcznego shutdownu w USA, przekroczyła poziom 4000 dolarów, a kolejny tysiąc dolarów pokonała w ciągu zaledwie trzech miesięcy: w poniedziałek wieczorem uncja złota kosztowała już 5100 dolarów. W całym 2025 roku złoto podrożało o 61%, a w niepeł-



FOT. EAST NEWS

Cena złota za uncję przebiła próg 5000 dolarów

nym styczniu 2026 roku o kolejne 18%.

Srebro drożeje jeszcze szybciej: w 2025 roku wzrosło o 161%, a w ciągu pierwszych 26 dni 2026 roku o kolejne 54%. Poniedziałkowy dzienny skok ceny o 13,6% był największy

od czasu kryzysu w 2008 roku. Wraz ze srebrem drożeją również pozostałe metale szlachetne: platyna (+39% od początku roku) i pallad (+36%).

Trump głównym powodem?

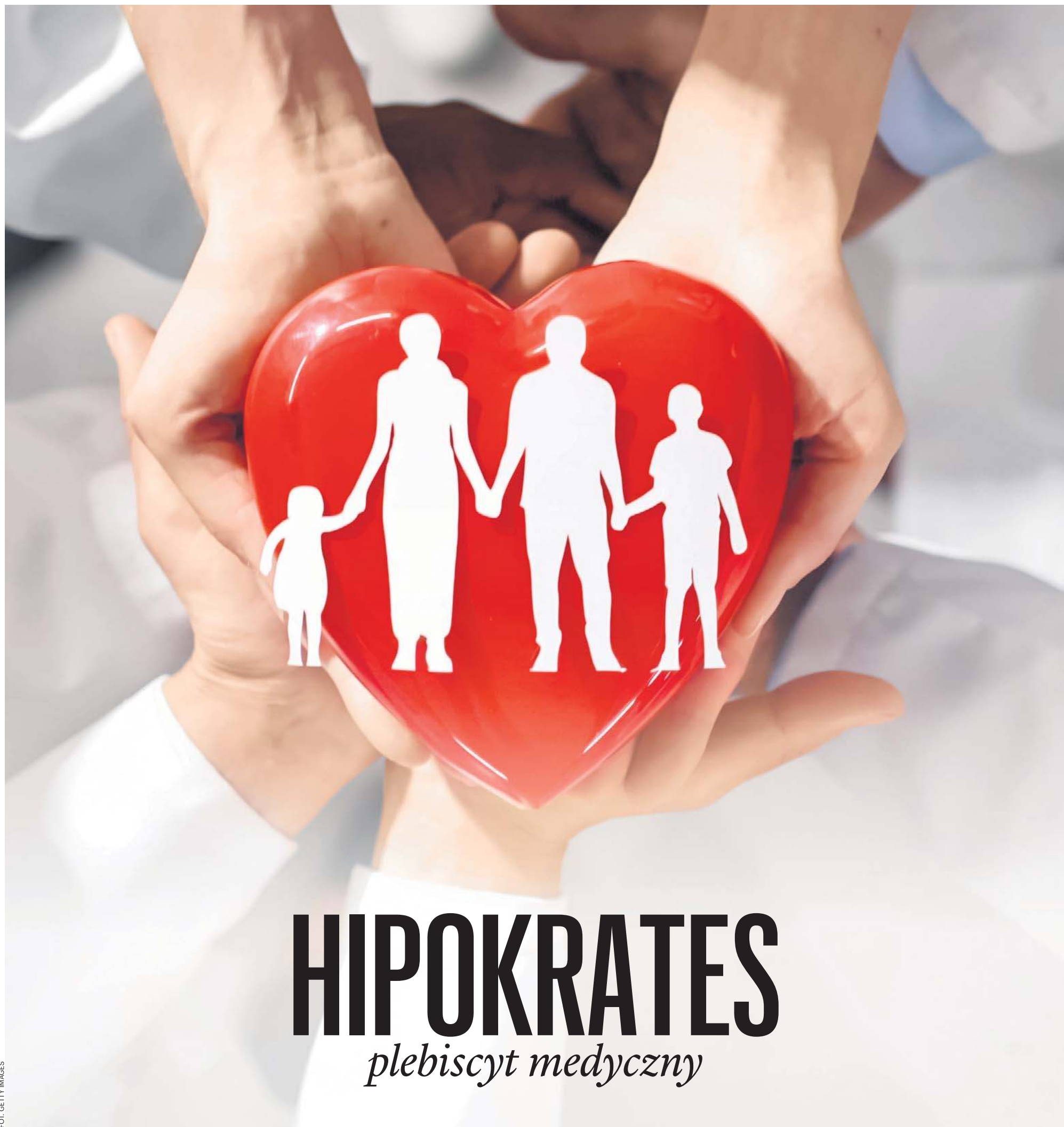
U podstaw wzrostu cen metali szlachetnych leży masowa gra inwestorów na osłabienie głównych światowych walut, przede wszystkim dolara, której towarzyszy przenoszenie pieniędzy z walut i obligacji państwowych krajów rozwiniętych do metali szlachetnych.

Wiare inwestorów w dolara osłabiły działania Donalda Trumpa w pierwszych miesiącach jego kadencji – wojna celna z partnerami handlowymi, presja na Fed z żądaniem obniżenia stóp procentowych bez względu na poziom inflacji, wyraźna intencja

zwiększenia deficytu budżetowego i długu publicznego (dotyczy to jednak nie tylko Stanów Zjednoczonych) oraz ciągle niespodzianki geopolityczne. W 2025 roku dolar stracił 9%.

Istnieją również inne przyczyny wzrostu cen złota. W szczególności w ciągu ostatnich 15 lat światowe banki centralne kupowały złoto do rezerw, a po 2022 roku tempo tego procesu przyspieszyło dwukrotnie. Dodatkowo na tradycyjny wzrost popytu inwestycyjnego wraz ze złotem tym razem nałożył się na wzrost popytu przemysłowego: srebro jest ważnym surowcem dla energetyki słonecznej, elektryfikacji transportu i budowy infrastruktury łączności 5G.

Banki inwestycyjne uważają, że ceny metali szlachetnych w 2026 roku będą nadal rosły.



FOT. GETTY IMAGES

HIPOKRATES

plebiscyt medyczny

PARTNER GŁÓWNY PLEBISYTU



PATRON PLEBISYTU

strona **zdrowia**

UROCZyste PODSUMOWANIE MIELIŚMY ZASZCZYT GOŚCIC OGÓLNOPOLSKICH LAUREATÓW AKCJI

Gala finałowa Plebiscytu Medycznego HIPOKRATES



Ewelina Żuberek
ewelina.zuberek@polskapress.pl

Na Zamku Królewskim w Warszawie odbyła się uroczysta gala Plebiscytu Medycznego HIPOKRATES 2025 - na cześć ogólnokrajowych zwycięzców ubiegłorocznej edycji akcji.

Plebiscyt HIPOKRATES to ogólnopolski konkurs, którego patronem medialnym jest nasz serwis stronazdrowia.pl. Celem akcji jest uhonorowanie pracowników ochrony zdrowia, którzy cieszą się największym uznaniem i sympatią pacjentów.

I to właśnie pacjenci - poprzez głosowanie najpierw na poziomie miast i powiatów, potem województw, a wreszcie całego kraju - wyłonili zwycięzców. Wskazali swoich ulubionych specjalistów aż w 24 dziedzinach! Wśród nagrodzonych kategorii znalazły się między innymi takie, jak: najlepszy lekarz rodzinny, pielęgniarka, położna, stomatolog, najlepszy ratownik medyczny, fizjoterapeuta i farmaceuta, najlepsza przychodnia, gabinet lekarski, szpital i najlepszy menadżer placówki medycznej. W 2025 roku po raz pierwszy uhonorowano także cieszących się największym uznaniem głosujących psychologów, psychiatrów i onkologów. Łącznie w całym

kraju pacjenci zgłosili do nagród aż 51 tys. osób!

6 grudnia 2025 roku w Sali Wielkiej Zamku Królewskiego w Warszawie odbyła się uroczysta gala, w czasie której laureatom plebiscytu HIPOKRATES 2025 (którzy zajęli pierwsze trzy miejsca w każdej z kategorii na szczelbie ogólnokrajowym) wręczone zostały nagrody, dyplomy i statuetki. Rozstrzygnięty został także konkurs Recepta na Zdrowie, zorganizowany przez Synoptis Pharma, właściciela marki AP-TEO, oraz Polska Press Grupę, organizatora plebiscytu.

Za systemem ochrony zdrowia stoją ludzie

Elżbieta Żuraw, członkini zarządu Grupy Polska Press, otwierając uroczystą galę, powiedziała: - Za systemem ochrony zdrowia stoją ludzie. Dziś jest ten dzień, w którym chcemy państwu podziękować za codzienną walkę i wysiłek o zdrowie Polaków, które podejmują państwo mimo różnych przeciwności. Doceniają to ludzie, którzy zagłosowali, byśmy mogli dziś przyznać państwu statuetki.

Daria Jankiewicz-Kaczmarek, reprezentantka Polska Press Grupy, organizująca od lat plebiscyt HIPOKRATES, opowiedziała zebranym osobistą historię, która zmieniała jej życie i jej postrzeganie

ochrony zdrowia. Otóż tuż po gali HIPOKRATES w 2024 roku jej mąż trafił do szpitala z rozpoznaniem sepsy. Na szczęście szybko wrócił do zdrowia, ale zaraz potem na sepsę zapadła też jej córka. Tu już nie było tak łatwo, bo nie reagowała na leki odpowiednio szybko. Po dwóch tygodniach na szczęście i ona przysłała do siebie. - Jestem wdzięczna lekarzom za ich niezmordowane wysiłki i cierpliwość w tłumaczeniu nam, rodzinie, co się dzieje z naszymi bliskimi. Jestem wdzięczna pielęgniarkom za zmuszanie mojej nastoletniej córki do codziennych treningów, które przyspieszyły jej wyjście z choroby. Dziękuję paniom sprzątaczkom, które z uwagi na pacjentów starały się wykonywać swoje obowiązki możliwie cicho. Takich historii jak moja, które zweryfikowały całe życie i spojrzenie na zdrowie, chyba każdy z nas mógłby opowiedzieć wiele - mówiła Daria Jankiewicz-Kaczmarek. W imieniu własnym, naszych czytelników i internautów serdecznie dziękując przedstawicielom świata medycyny za wiedzę, doświadczenie, empatię. Za odwagę w podejmowaniu trudnych decyzji.

Ingrid Hintz-Nowosad, redaktor naczelna Strony Zdrowia, podkreśliła znaczenie ple-

biscytu i jego misji, a także samej gali. Określiła ją jako niesamowite wydarzenie, dzięki któremu możemy dziękować, docenić codzienny wkład w ochronę zdrowia.

Zwycięzcy plebiscytu nie kryli wzruszenia

A co mówili laureaci plebiscytu HIPOKRATES 2025, odbierając nagrody?

Chirurg roku Bodha Raj Subedi z Europejskiego Centrum Zdrowia w Otwocku złożył podziękowania: - Przede wszystkim chciałbym podziękować pacjentom, którzy zagłosowali na mnie. To wielkie wyróżnienie dla mnie i mojej rodziny. Chciałbym podziękować także organizatorom tego Plebiscytu medycznego HIPOKRATES, bo to ważna pomoc dla naszej zemienia inspirują nas i nadają nam siłę do dalszego działania. Chciałbym też podziękować rodzinie, szczególnie mojej małżonce, za udzielenie mi wsparcia i umożliwienie tego sukcesu. Również dziękuję moim dzieciom za znoszenie nieobecności ojca, czasem w chwilach świątecznych, rodzinnych. Dziękuję moim mentorom.

Dr Bodha Raj Subedi podzielił się z uczestnikami gali ciekawymi uwagami ze swego życia: - Chciałbym podziękować moim rodzicom za wykształcenie mnie, za wysłanie za gra-

nicę. Pochodzę z Nepalu, z dalekiego kraju. Chciałbym zaznaczyć, że aby być tu, gdzie teraz jestem, musiałem ciężko pracować, bo kto jest dobry, a przyjedzie do obcego kraju, musi być podwójnie dobry. Raz jeszcze dziękuję wszystkim moim pacjentom za zaufanie i oddanie głosów.

Onkolog roku, dr Izolda Mrochen-Domin z Katowickiego Centrum Onkologii, powiedziała: - Przede wszystkim dziękuję mojemu mężowi za 30 lat wsparcia, i moim dzieciom. Rodzina i pacjenci zawsze byli z nami na dobre i na złe. Dziękuję też mojej dyrekcyi. Dyrektor centrum zawsze mnie wspierał i pozwalał mojemu zespołowi na pozytywne szaleństwo w dziedzinie onkologicznej. Dziękuję, że mogę tu być. Gratuluję wszystkim nagrodzonym.

Psychiatra roku, Anna Skiepmo-Grigorjew ze Szpitala Psychiatrycznego św. Antoniego Wielkiego we Fromborku, wygłosiła krótką, ale pomysłową mowę: - To wielki zaszczyt tutaj gościć. My, psychiatrzy, głównie słuchamy, a nie mówimy, więc przemówienia są dla nas problematyczne. Chciałabym jednak bardzo podziękować pacjentom, obecnym i dawnym, z którymi mam stały kontakt. Także moim córkom, które kocham najbardziej. Wyrazy wdzięczności składam też dyrektorowi naszego szpi-

tala, jego personelowi, wszystkim naszym podopiecznym.

Poznaj wszystkich ogólnopolskich laureatów, zobacz zdjęcia

Pełną listę laureatów Plebiscytu HIPOKRATES 2025 znajdziesz pod adresem stronazdrowia.pl/gala-hipokrates. Zamieszczamy tam wykaz najlepszych z najlepszych we wszystkich kategoriach tegorocznej edycji akcji.

W czasie uroczystej gali na Zamku Królewskim w Warszawie ogłoszono też wyniki konkursu „Recepta Na Dobro”. Nagradzani są w nim farmaceuci za działalność pozazawodową - wpieranie pacjentów i lokalnych społeczności w ich codziennym życiu, edukowanie w zakresie roli farmaceuty, propagowanie pozytywnego wizerunku zawodu. Zwycięzcami tego konkursu zostali: miejsce I (nagroda 10.000 zł) - Ewa Jancarczyk za jej popularne wykłady i prelekcje, dzięki którym zmienia świadomość zdrowotną Polek i Polaków; II miejsce (nagroda 5.000 zł) - Agnieszka Malissa za promocję zawodu farmaceuty w mediach i fascynujące prelekcje dla seniorów, III miejsce (nagroda 3.000 zł) - Barbara Żolna za niewyczerpaną empatię, bezinteresowne niesienie pomocy, propagowanie zdrowia i aktywizację seniorów.

LEKARZ RODZINNY/POZ MIEJSCE I

Andrzej Jamro

Bycie częścią świata medycyny to dla Niego przede wszystkim odpowiedzialność za zdrowie i dobrostan drugiego człowieka. Jako lekarz rodzinny towarzyszy pacjentom na różnych etapach życia - od dzieciństwa, przez dorosłość, aż po wiek senioralny. To daje Mu wyjątkową możliwość budowania długoterminowych relacji, poznania pacjenta nie tylko przez pryzmat choroby, ale także jego środowiska, stylu życia, potrzeb i obaw. - Czuję, że moja praca ma realne znaczenie - mogę działać profilaktycznie, edukować, wspierać w podejmowaniu właściwych decyzji zdrowotnych i reagować, zanim pojawią się poważniejsze problemy. Medycyna rodzinna uczy pokory, cierpliwości i zaufania do procesu leczenia. Wymaga patrzenia szeroko, całościowo - na człowieka, nie tylko jego objawy - tłu-



maczy Andrzej Jamro (SP ZOZ MSWiA, Rzeszów). Jego praca to także nieustanny rozwój zarówno lekarza, jak i człowieka.

MIEJSCE II

Ewa Olewniczak

Wybrałam właśnie tę drogę zawodową, aby pomagać ludziom. Dzięki studiom medycznym mogłam zdobyć potrzebną wiedzę, aby leczyć pacjentów, dlatego podkreśla, że lekarz to nie tylko zawód, ale misja i służba drugiemu człowiekowi. - Największą satysfakcję w codziennej pracy przynosi mi radość pacjentów, których mogłam wyleczyć. Ważne są też dla mnie pozytywne relacje z pacjentami i zaufanie, jakim mnie obdarzają - wyznaje pani Ewa (Przychodnia Rejonowa, Błażowa), dla której bycie częścią świata medycyny oznacza zaangażowanie w szeroką dziedzinę, która łączy naukę i praktykę kliniczną w celu zapobiegania, diagnozowania, leczenia chorób i promowania zdrowia.



MIEJSCE III

Irena Szram-Łoś

Bycie lekarzem rodzinnym to coś naprawdę „więcej”, gdyż to właśnie do niego przychodzi pacjent jako pierwszego w linii pomocy chorym. Co ważne, owych pacjentów nierzadko prowadzi od dziecka, przez lata nastoletnie aż wchodzi z nimi w dorosłość, kiedy to przyjmują również ich pociechy. Buduje to atmosferę zaufania, przyjaźni i prawdziwego poznania drugiego człowieka, o czym wie doskonale nasza laureatka III miejsca w kategorii Lekarz Rodzinny/POZ Roku województwa podkarpackiego - Irena Szram-Łoś, która od lat przyjmuje pacjentów w ramach Przychodni Pierwszej Pomocy Zdrowotnej „Medmar” w Jarosławiu.



PEDIATRA MIEJSCE I

Ewa Fijałkowska-Nowak

W przypadku Pediatri Roku (Luxmed, Mielec) decyzja o wyborze medycznej drogi zawodowej nie była przypadkowa, była efektem inspiracji otoczeniem, w którym byli ludzie potrafiący nieść pomoc, niezależnie od trudności i odpowiedzialności. - Obserwacja pracy i poświęcenia mojego taty i babci sprawiło, że zrozumiałam jako dziecko, kim chcę być w przyszłości. Moja decyzja nigdy nie była zachwiana. Dodatkowo moja empatia również ciągnęła mnie w stronę medycyny, gdzie wrażliwość na potrzeby drugiego człowieka nie jest słabością, ale fundamentem profesjonalizmu - podkreśla zwycięzczyni, dodając, że jednym z najbardziej poruszających momentów w pracy związanej z dziećmi jest chwila, gdy zamiast strachu, na twarzy małego



pacjenta pojawia się szczery uśmiech, który jest wyrazem zaufania, które udało się Jej z nim zbudować.

MIEJSCE II

Mieczysława Cynarska

Praca pediatry oznacza dla Niej codzienne aktywne działanie w środowisku medycznym poprzez bycie blisko swoich małych pacjentów i ich rodzin poprzez leczenie ich chorób i niesienie ulgi w dolegliwościach. - Codziennie jestem świadkiem postępów w medycynie i sama ten postęp propaguję poprzez częste uczestnictwo w konferencjach naukowych i ciągłe doskonalenie swojej wiedzy medycznej - zaznacza Mieczysława Cynarska (Szpital Powiatowy, Strzyżów), która zawodową satysfakcję odczuwa wtedy, gdy widzi efekty wprowadzonego przez nią leczenia, radość i uśmiech małych pacjentów oraz zadowolenie rodziców.



MIEJSCE III

Lucyna Mikrut

- Dla mnie medycyna to nie tylko zawód, ale powołanie. To codzienna gotowość niesienia pomocy, nawet gdy jest trudno. To radość, kiedy pacjent wraca do zdrowia, i odpowiedzialność, kiedy trzeba mierzyć się z ludzkim cierpieniem. To praca, która uczy pokory i wdzięczności - wyznaje Lucyna Mikrut (NZOZ Medyk, Jasło). Od zawsze czuła, że chce pracować z ludźmi i dla ludzi. Z czasem ta myśl dojrzała, aż stała się świadomą decyzją - wyborem zawodu, który pozwala Jej realnie pomagać innym i mieć wpływ na ich życie. Najwięcej radości dają Jej sytuacje, w których pacjent czuje się naprawdę zauważony i zrozumiany.



PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ MIEJSCE I

Marta Maziarka

Nie od dziś wiemy, że praca pielęgniarek jest jedną z trudniejszych zawodów w ramach systemu ochrony zdrowia. Nierzadko będąc pierwszą linią pomocy i ratunku dla pacjentów, pośredniczą także między chorymi a lekarzami. Tworząc akcję Hipokrates, pragnęliśmy docenić fatyw tych bohaterek i w tegorocznej edycji w kategorii Pielęgniarka/Pielęgniarz wygrała Marta Maziarka, która na co dzień pracuje w Zespole Opieki Zdrowotnej w Dębicy. Nasza zwycięzczyni od 35 lat wykonuje zawód pielęgniarki, a w swojej pracy kieruje się profesjonalizmem, etyką zawodową oraz troską o najwyższy standard opieki nad pacjentem. - Moim priorytetem było i pozostaje dobro pacjenta - komentowała w trakcie trwania plebiscytu. Marta Maziarka podkreślała również, że już sama nominacja



była dla Niej wyjątkowym wyróżnieniem i motywacją do dalszej pracy na rzecz pacjentów.

MIEJSCE II

Maria Bałuta

- Moja praca to niesienie pomocy potrzebującej osobie. Oparta jest na życzliwości, przyjaźni i służbie drugiemu człowiekowi. Priorytetem było i jest dobro pacjenta. Głęboko wierzę w to, że to właśnie jest sensem mojej pracy - pomoc i wsparcie. Pacjenci to moja wielka rodzina z którą codziennie dzielimy się problemami, radościami i smutkami. Cieszę się, że przez tyle lat pracy mogę robić to co kocham - wyznaje Maria Bałuta (NZOZ Przychodnia, Kobylany). Od dzieciństwa bycie pielęgniarką było Jej marzeniem. Nosi w sobie potrzebę pomocy ludziom, a o swoim zawodzie nie mówi w kategoriach zwykłej pracy, traktuje go raczej jak powołanie, które stara się wypełniać z wielką starannością od 48 lat



MIEJSCE III

Bożena Guściora

Głosy naszych Czytelników wyróżniły także Bożenę Guściorę, laureatkę III miejsca w kategorii Pielęgniarka/Pielęgniarz Roku, która na co dzień pracuje w Powiatowym Szpitalu Specjalistycznym w Stalowej Woli, gdzie pomaga pacjentom chorym na cukrzycę. Podczas akcji Hipokrates 2025 pani Bożena cytowała Jana Pawła II, podkreślając, że pielęgniarstwo to nauka i sztuka, źródło inspiracji w trosce i służbie drugiemu człowiekowi, oparte na życzliwości, przyjaźni, lojalności i zwykłej ludzkiej dobroci. - Tym właśnie dla mnie jest moja praca. Bardzo lubię pomagać drugiemu człowiekowi - mówiła nasza laureatka, jednocześnie dziękując za wyróżnienie, którym była dla Niej nominacja.



Jak szybko rozpuścisz swój ból?



Paramig Fast

rozpuszcza się już na języku

na ból i gorączkę

cytrynowy smak

bez popijania

granulat w podręcznej saszetce

PARAMIG Fast, 500 mg, granulat w saszetce. Jedna saszetka zawiera 500 mg paracetamolu (Paracetamol). Wskazania do stosowania: Produkt leczniczy Paramig Fast stosuje się w objawowym leczeniu łagodnego do umiarkowanego bólu oraz gorączki. Podmiot odpowiedzialny: Synoptis Pharma Sp. z o.o. ul. Krakowiaków 65, 02-255 Warszawa. Charakterystyka Produktu Leczniczego PARAMIG Fast 04.07.2025 r.

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania. Zwróć uwagę na przeciwwskazania. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą

PAR/07/2025/27

Nie tylko leczyć objawy, ale też zapobiegać. Rozmowa z Ewą Jancarczyk

Farmaceutka z powołania, działaczka z krwi i kości. W czasie wolnym Ewa Jancarczyk prowadzi Fundację Słoneczny Promień i uczy, jak dbać o zdrowie skóry. Właśnie za te działania została doceniona we współorganizowanym przez markę Apteo konkursie „Recepta na dobro”.

RECEPTA NA *dobro*



Dlaczego zdrowie skóry jest tak ważne?

To nasz największy organ! U dorosłego człowieka skóra ma powierzchnię prawie dwóch metrów kwadratowych i waży do pięciu kilogramów. Pełni też szereg ważnych funkcji - chroni przed czynnikami zewnętrznymi, reguluje temperaturę, produkuje witaminę D i pozwala nam odczuwać świat. Działa przy tym niczym swoisty probierz albo papierek lakmusowy. Wiele schorzeń wewnętrznych w pierwszej kolejności objawia się przez różnego rodzaju zmiany skór-

ne. Obserwując kondycję skóry, często możemy wcześniej wykryć np. problemy z tarczycą, nerkami czy wątrobą. Niekiedy zmiany skórne poprzedzają rozwój białaczki i innych nowotworów. Mimo to w programach edukacji zdrowotnej o skórze mówi się niewiele albo wcale. Postanowiłam to zmienić.

Od czego pani zaczęła?

Od uruchomienia centrum dermokosmetycznego w aptece. Cieszyło się olbrzymią popularnością, ale miało swoje ograniczenia, także prawne. Szybko więc uświa-

domiłam sobie, że jeżeli chcę działać szerzej, muszę całkiem dosłownie wyjść z załady. W tym celu razem z mężem, również farmaceutą, założyłam Fundację Słoneczny Promień oraz funkcjonującą w jej ramach Akademię Zdrowej Skóry. Nasze działania koncentrują się przede wszystkim na holistycznie rozumianej profilaktyce zdrowotnej, poradnictwie dermokosmetycznym oraz edukacji w zakresie właściwej pielęgnacji skóry. Chcemy nie tylko leczyć objawy, ale też zapobiegać, działać u podstaw. Prowadzi-

liśmy m.in. szeroko zakrojone kampanie społeczne, wykłady, warsztaty oraz konsultacje dla pacjentów z różnych grup wiekowych.

Szczególnie jednak skupiacie się na dzieciach i młodzieży.

Rzeczywiście praca z młodymi ludźmi to bardzo ważny aspekt naszej działalności, dla mnie może nawet najważniejszy. Jestem mamą dwójki wspianiałych, odważnych, mądrych dzieci, właściwie już nastolatków. Towarzyszę im w dorastaniu i widzę, z jak wielką presją się mierzą, zwłaszcza w kontekście nierealistycznych kanonów piękna. Dzisiejszy świat wymaga od młodych ludzi, żeby byli w każdym calu perfekcyjni, zawsze szczupli, z nieskazitelną cerą. Tymczasem ich ciała wciąż się zmieniają, pojawia się trądzik młodzieńczy, który może być przyczyną stygmatyzacji, a nawet wykluczenia z grupy rówieśniczej. Brakuje za to solidnej edukacji w zakresie zdrowia skóry, łatwo więc wpaść w sidła reklam cudownych kosmetyków czy zabiegów.

Jaki jest efekt?

Przerażający. Z badań wynika, że już dziesięcioletki kupują kremy przeciwzmarszczkowe! To zjawisko na tyle powszechne, że doczekało się nazwy - „Dzieci Sephory”. Zaliczamy do nich głównie dziewczynki z pokolenia Alfa, czyli urodzone po 2010 roku, obecnie nastolatki czy właśnie dziewięcio- i dziesięcioletki. Zafascynowane pielęgnacją skóry, chętnie kupują drogie kosmetyki polecane przez influencerów w mediach społecznościowych. Oczywiście w samym zainteresowaniu kosmetykami nie ma nic złego, to naturalne zjawisko. Dzieci obserwują i kopiują zachowania dorosłych.

W takim razie w czym tkwi problem?

W skali i konsekwencjach. Stosownie przez dzieci kosmetyków nieodpowiednich do wieku może prowadzić do

różnego rodzaju wysypek, podrażnień, reakcji alergicznych oraz niebezpiecznych oparzeń. Produkty, po które chętnie sięga pokolenie Alfa, często bazują bowiem na silnych składnikach aktywnych - retinolu, witaminie C czy kwasach złuszczeniowych. Nawet dorośli powinni stosować je odpowiedzialnie, z kolei w przypadku młodych ludzi są zupełnie zbędne, wręcz mogą być szkodliwe. Tylko skąd dzieci miałyby o tym wiedzieć? Jak do nich dotrzeć? Uznałam, że najlepszym sposobem będzie prowadzenie wykładów bezpośrednio w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych. Tak powstały programy edukacyjno-zdrowotne „Dermokosmos” oraz „Skóra - twój wróg czy przyjaciel”.

Co najbardziej panią zaskoczyło w pracy z dziećmi?

Pamiętam, jak po jednym z wykładów podeszła do mnie nieśmiała dziewczynka. Powiedziała, że w zeszłym roku jej ukochana babcia umarła na czerniaka. Nowotwór został zdiagnozowany zbyt późno i leczenie okazało się nieskuteczne. Dziewczynka była przerażona, bo zauważyła na swoim ramieniu ciemną kropkę. Bała się, że umrze. Zapewniłam, że nie każde znamię oznacza czerniaka, zachęciłam do rozmowy z rodzicami i konsultacji z dermatologiem. Nadal jednak pamiętam jej strach, bezbronność, poczucie osamotnienia. Z podobnymi emocjami stykam się często. W czasie wykładów dzieci pytały np. „czy miałabym przyjaciół, gdybym pozbył się trądziku”, „czy byłabym bardziej lubiana, gdybym była ładniejsza”, „czy mogę zarażać się trądzikiem od kolegi z ławki”. Każde takie pytanie łamie serce - ale jednocześnie uświadamia, że moje działania mają sens, że mogę coś zmienić na lepsze.

Za taką postawę została pani dostrzeżona w konkursie „Recepta

na dobro”. Jakie emocje towarzyszyły wygranej?

Kiedy podczas gali prowadząca wyczytała moje nazwisko, nie wierzyłam, że to się dzieje naprawdę. Byłam zaskoczona, dumna, szczęśliwa, wzruszona - wszystko naraz. Nie pomagam dla nagród, miło jednak zostać docenioną, zwłaszcza w tak doborowym gronie. „Recepta na dobro” pokazuje, jak wiele jest wśród nas zaangażowanych farmaceutek i farmaceutów, którzy w swoim czasie wolnym, z czystej dobroci serca działają na rzecz zdrowia pacjentów.

A czym jest dla pani „Recepta na dobro”? Jak rozumie pani to hasło?

Pozwolę sobie odpowiedzieć słowami Stanisława Sojki: „Na miły Bóg, życie nie tylko po to jest, by brać, życie nie po to, by beczynnie trwać i aby żyć siebie samego trzeba dać”. Takie myślenie jest mi bardzo bliskie. Dlatego wybrałam zawód, u podstaw którego leży bezinteresowna troska o drugiego człowieka. Lubię pomagać. Co więcej, sama też polegam na pomocy innych - głównie mojego męża Mariusza, córki Magdaleny i syna Ksawerego. Zawsze mogę liczyć na ich wsparcie, obecność, motywację do dalszych działań.

I jakie będą te dalsze działania?

Chciałabym się jeszcze bardziej skupić na nagłaśnianiu problemu „Dzieci Sephory” oraz związanych z nim zagrożeń. Moim marzeniem jest, żeby we wszystkich szkołach podstawowych i ponadpodstawowych w Polsce odbywały się programy edukacyjno-zdrowotne takie jak wspomniane wcześniej „Dermokosmos” oraz „Skóra - twój wróg czy przyjaciel”. W trakcie takich zajęć dzieci i młodzież mogłyby zdobywać wiedzę z zakresu zdrowia skóry, odpowiedniej pielęgnacji, składu kosmetyków, psychodermatologii oraz wpływu wyglądu na relacje rówieśnicze. Proszę trzymać kciuki, żeby się udało!

STOMATOLOG/ORTODONTA MIEJSCE I

Mateusz Dymek

Zwycięzca zdobywał doświadczenie w najlepszych ośrodkach w kraju i za granicą, a dziś sam dzieli się wiedzą jako wykładowca i mentor dla młodych lekarzy. Specjalizuje się w najbardziej wymagających technikach implantologicznych i rekonstrukcyjnych, które dają szansę pacjentom w trudnych, często beznadziejnych sytuacjach. Stomatolog Roku odbywał szkolenie specjalizacyjne w zakresie chirurgii szczękowo-twarzowej w Klinice Chirurgii Szczękowo-Twarzowej Wojewódzkiego Szpitala im. F. Chopina w Rzeszowie, a w trakcie specjalizacji rozwijał swoje umiejętności podczas licznych i prestiżowych staży zagranicznych. Satisfakcją dla dr n. med. Mateusza Dymka (Face Dental, Rzeszów) nie są jednak tytuły czy publikacje, lecz moment, gdy pacjent po raz pierwszy uśmiecha się bez



wstydu. Wówczas wie, że odzyskał coś bezcennego - zdrowie, pewność siebie i radość życia.

MIEJSCE II

Paweł Pogorzelec

Paweł Pogorzelec (Prywatny Gabinet Paweł Pogorzelec, Przemyśl) wyznaje, że bycie częścią świata medycyny to dla Niego zarówno zaszczyt, jak i przywilej. A pomaganie pacjentom sprawia Mu



ogromną satysfakcję. Dlaczego wybrał ten zawód? - Stomatologia nie była moim pierwszym wyborem, jednak losy życiowe oraz wpływ innych ludzi pokierowały mnie ku tej decyzji, za co jestem im bardzo wdzięczny - wyznaje wyróżniony stomatolog. Z czego czerpie największą zawodową radość? - Największą satysfakcję przynosi mi przywracanie zdrowego uśmiechu, co wiąże się z poprawą komfortu życia, a także stanu zdrowia moich pacjentów - odpowiada pan Paweł.

MIEJSCE III

Joanna Pieniążek

-To cudowne uczucie, że mogę komuś pomóc spełnić marzenie o pięknym uśmiechu. Zawsze lubiłam pomagać innym - wyznaje zdobywczyni trzeciego miejsca w kategorii Stomatolog/Ortodonta Roku, Joanna Pieniążek (Feniks Clinic, Przeworsk). Inspiracją do wyboru tej ścieżki zawodowej była mama Jej koleżanki, a pani Joanna, no cóż... chciała być taka jak ona - lubiana i szanowana. Poza tym lubi estetykę i piękno. Ogromną satysfakcję dają Jej momenty, w których na twarzy pacjenta pojawiają się łzy. Łzy szczęścia, wzruszenia, wdzięczności, wtedy też samej pani stomatolog po prostu chce się płakać: - I cieszę się, że uczestniczę w takich momentach w ich życiu.



PRZYCHODNIA/GABINET MIEJSCE I

Feniks Clinic

Jak dowiadujemy się z oficjalnej strony internetowej Feniks Clinic, jest to pierwsza taka w Polsce południowo-wschodniej placówka fizjoterapeutyczno-stomatologiczna. Właściciele i specjaliści zapewniają tu pacjentowi kompleksową opiekę z zakresu medycyny, fizjoterapii, stomatologii, psychologii, logopedii, kosmologii i podologii. Feniks Clinic znajduje się w Przeworsku, przy ul. Łańcucka 59, gdzie oferują pacjentom i klientom nie tylko chwilową poprawę stanu zdrowia, pozbycie się bólu, ale i dogłębną diagnostykę złożonych problemów. Szefostwo Feniks Clinic inwestuje w swój zespół, doszkalcenie go i rozwój możliwości placówki poprzez zakup coraz to nowocześniejszego sprzętu medycznego. Uwagę przykładają również do swojej strefy spa,



gdyż doświadczenie pokazało im, że duża część problemów zdrowotnych ma swoje źródło w stresie.

MIEJSCE II

NZOZ CDOP Libra

NZOZ CDOP „Libra” (Jasło, Grunwaldzka 45) od 25 lat z troską i zaangażowaniem niesie pomoc osobom starszym, przewlekłe chorym oraz niepełnosprawnym. Ośrodek specjalizuje się w pielęgniarstwie długoterminowej domowej, opiece paliatywno-hospicyjnej oraz w rehabilitacji ambulatoryjnej i domowej. Jak mówi Teresa Witusik, ich misją jest nie tylko profesjonalna opieka nad pacjentem, ale także wsparcie jego bliskich w codziennych wyzwaniach związanych z chorobą. W przychodni pracuje zespół wysoko wykwalifikowanych specjalistów, którzy każdego dnia dbają o komfort, bezpieczeństwo i godność swoich pacjentów.



MIEJSCE III

NZOZ Przychodnia (Kobyłany, Kobyłany 300)



POŁOŻNA/POŁOŻNY MIEJSCE I

Barbara Kycia

- Uważam, że szczęśliwa mama to szczęśliwe dziecko. A szczęśliwe dziecko, to szczęśliwa mama. Matka i dziecko są ze sobą połączone specjalną więzią. Oboje wpływają na siebie i potrzebują siebie. Każdy maluszek pojawiający się na świecie, wywołuje ogrom radości i miłości zarówno rodzica jak i bliskich, co za każdym razem utwierdza mnie w przekonaniu o wyjątkowości mojego zawodu - przekazuje Barbara Kycia (ZOZ Dębica - Oddział Noworodków i Wcześnieńców, Dębica). Uwielbia pracę z ludźmi. A w tym zawodzie nie może narzekać na samotność. Zawsze chciała także opiekować się tymi najmniejszymi pacjentami. Kolejnym czynnikiem, który sprawia, że czuje się dobrze w tym zawodzie, jest możliwość uczestnictwa w cudzie narodzin, który za każdym razem jest piękny i wyjątkowy. A udział i wygrana w Hipokratesie dostarczyło Jej mnóstwo pozytywnych emocji.



kowy. A udział i wygrana w Hipokratesie dostarczyło Jej mnóstwo pozytywnych emocji.

MIEJSCE II

Joanna Trawińska

- Jeśli w życiu robi się to, co się lubi, to wtedy to ma sens. - przekonuje zdobywczyni drugiego miejsca w kategorii Położna Roku. Największą satysfakcję czerpie z widoku zadowolonego pacjenta. A co było powodem wyboru tej profesji? Mówi, że to bez wątpienia przeznaczenie. - Urodziłam się 12 maja, to jest Międzynarodowy Dzień Pielęgniarek i Położnych, a także Światowy Dzień Ptaków Wędrownych. Tak jak one wróciłam do miejsca swoich narodzin i jako położna pracuje w Klinice Ginekologii do tej pory - wyjaśnia Joanna Trawińska (Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Fryderyka Chopina, Rzeszów). Ceni sobie to, że ma ogromne wsparcie od bliskich, które motywują ją do pracy.



MIEJSCE III

Patrycja Kosiek

Wierzy w sens tego, co robi, ponieważ widzi w swojej pracy, jak kobiety potrzebują drugiego człowieka w ważnych lub najtrudniejszych dla nich życiowych momentach. Szukają wtedy nie autorytetu, nie specjalisty, ale człowieka, który będzie przy niej, kiedy jest najbardziej bezbronna, najbardziej prawdziwa. W chwilach, gdy Patrycja Kosiek (Wojewódzki Szpital Podkarpacki im. Jana Pawła II, Krosno) patrzy w oczy rodzącej kobiety i widzi jej strach zmieszany z nadzieją, czuje, że Jej obecność naprawdę coś znaczy. Wierzy w sens tej pracy również dzięki momentom, kiedy w powietrzu pojawia się pierwszy płacz dziecka: - Jest w tym coś, co za każdym razem porusza mnie tak samo, choć widziałam to już wiele razy.



GINEKOLOG MIEJSCE I

Ewa Juda

Zawód ginekologa jest wyjątkowy, łączy bowiem w sobie bogatą wiedzę medyczną z niezwykle wrażliwością na potrzeby kobiet. To lekarz, który towarzyszy im na każdym etapie życia - od pierwszej wizyty, przez prowadzenie ciąży, aż po wsparcie w dojrzałości. Ginekolog nie „tylko” leczy, ale także daje poczucie bezpieczeństwa, intymności i zrozumienia w sytuacjach często bardzo delikatnych, a jego praca wymaga empatii, taktu i umiejętności budowania zaufania. O tym doskonale wie nasza zwyciężczyni - Ewa Juda, która przyjmuje pacjentki w ramach prywatnego gabinetu w Tarnobrzegu, a także w poradni ginekologicznej Gminnego Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej im. prof. Klemensa Skóry w Borowej. Władze gminy Borowa były niezwykle dumne



z sukcesu Ginekolog Roku, co pokazały poprzez publikację posta na oficjalnym fanpage'u na Facebooku.

MIEJSCE II

Krzysztof Szpejankowski

Od zawsze chciał pracować z ludźmi i mieć poczucie, że Jego praca naprawdę ma znaczenie. - Ginekologia i położnictwo od początku wydawały mi się wyjątkowe, to jedna z tych dziedzin medycyny, w których można towarzyszyć pacjentkom na bardzo ważnych etapach życia. To nie tylko leczenie chorób, ale też wspieranie w czasie ciąży, porodu i macierzyństwa - zauważa pan Krzysztof (Primagin, Rzeszów), dodając, że wybrał zawód lekarza, bo chciał nieść pomoc i poczucie bezpieczeństwa. Mówi również, że w ginekologii i położnictwie każdy dzień jest inny, a relacja z pacjentką opiera się na zaufaniu. - To daje ogromną motywację - komentuje lekarz dbający o atmosferę w gabinecie.



MIEJSCE III

Dariusz Dębek

Dariusz Dębek to laureat III miejsca w kategorii Ginekolog Roku i przyjmuje swoje pacjentki m.in. w ramach Poradni położniczo-ginekologicznej Samodzielnego Publicznego Zespołu Opieki Zdrowotnej w Ustrzykach Dolnych. Pacjentki naszego laureata bardzo Go chwala, podkreślając w swoich licznych opiniach, że dr Dębek to doświadczony, rzeczowy, bezpośredni, ale jednocześnie empatyczny i cierpliwy lekarz. Co ważne, dodają również, że ma bardzo bogatą wiedzę i pomaga pacjentkom z wieloma, nierzadko różnicowanymi i skomplikowanymi schorzeniami, włączając odpowiednie i skuteczne leczenie, jednocześnie edukując je na temat danego zagadnienia i profilaktyki.



CHIRURG MIEJSCE I

Jakub Litak

Jakub Litak, specjalista w dziedzinie neurochirurgii i chirurgii kręgosłupa, kieruje Oddziałem Neurochirurgii w Powiatowym Szpitalu Specjalistycznym (Stalowa Wola). Nasz zwycięzca specjalizuje się w małoinwazyjnych operacjach z użyciem implantów i endoskopii. To autor licznych publikacji w czasopiśmie polskich i zagranicznych z zakresu neurochirurgii onkologicznej, chirurgii kręgosłupa i chirurgii nerwów obwodowych, a także uczestnik konferencji naukowych krajowych i zagranicznych. Jakub Litak zdobywał wiedzę i doświadczenie na kursach i szkoleniach krajowych i zagranicznych, również jako słuchacz studiów doktoranckich UM w Lublinie we współpracy z Katedrą Immunologii. Chirurg Roku prowadzi także badania w zakresie im-



munologii glejaka wielopostaciowego i jest członkiem Polskiego Towarzystwa Neurochirurgicznego.

MIEJSCE II

Arkadiusz Sokołowski

Nasz laureat po raz drugi z rzędu staje na podium Plebiscytu Medycznego Hipokrates - w poprzedniej edycji zdobył tytuł Chirurga Roku, w tym zaś zajął wspaniałe, II miejsce w całym województwie podkarpackim. Pan Arkadiusz (Szpital Miejski im. Jana Pawła II, Rzeszów) mówił nam w trakcie poprzedniej edycji, dlaczego został lekarzem. - Całe życie wiedziałem, że cokolwiek bym nie robił, będę chciał pomagać ludziom. Medycyną zainteresowałem się dopiero w liceum, na zajęciach z biologii - przywoływał, dodając, że wybranie przez Niego medycznej kariery w niemałym stopniu było zasługą nauczycielki biologii.



MIEJSCE III

Rafał Ryłski

Wyróżnienie w plebiscyście traktuje jak powód do radości i do dumy. To także ogromna dawka motywacji. - Chirurgiem chciałem zostać już od szkoły podstawowej. Chciałem być zależny od pracy swoich rąk i dodatkowo czerpać z tego radość pomagając innym - wyjaśnia Rafał Ryłski (Wojewódzki Zespół Specjalistyczny w Rzeszowie, Rzeszów). - Bardzo często pacjenci mówią mi, że jestem podobny do mojego ojca, chirurga dziecięcego, który ich leczył i niejednokrotnie uratował życie. Podobne wspomnienia dotyczą też mojej mamy, która była pediatrą. Jestem godnym następcą ich lekarskiego rzemiosła, czuję się przy mnie bezpiecznie i dobrze zaopiekowani - dodaje.



ORTOPEDA MIEJSCE I

Wojciech Rocznik

Ortopedą Roku został dr hab. n. med. Wojciech Rocznik, który przyjmuje pacjentów w ramach prywatnego gabinetu w Ustrzykach Dolnych. Nasz zwycięzca to nie „tylko” lekarz, gdyż jest aktywnym naukowcem w swojej dziedzinie. Znając tajniki ortopedii, fizjoterapii i chirurgii naucza studentów w ramach Uczelni Państwowa im. Jana Grodka w Sanoku, na której pełni funkcję profesora i prorektora. Prowadzi na UP takie przedmioty jak Ortopedia i traumatologia narządu ruchu, Chirurgia i pielęgniarstwo chirurgiczne, Diagnostyka funkcjonalna w dysfunkcjach układu ruchu, czy Kliniczne podstawy fizjoterapii w ortopedii i traumatologii. Warto również wspomnieć, że dr hab. n. med. Wojciech Rocznik jest autorem i współautorem publikacji naukowych, których przykładem może być,



choćby „Poziom akceptacji choroby i jej związek z jakością życia pacjentów z daczką”.

MIEJSCE II

Bogusław Piersiak

Laureatem II miejsca w kategorii Ortopeda Roku 2025 województwa podkarpackiego został Bogusław Piersiak, który pracuje w Samodzielnym Publicznym Zespole Opieki Zdrowotnej w Leżajsku. W ramach owej placówki funkcjonuje Poradnia Urazowo-Ortopedyczna, w której nasz laureat przyjmuje pacjentów. Bogusław Piersiak umożliwia także zapisanie się do Niego prywatnie, gdyż prowadzi Specjalistyczny Gabinet Ortopedyczno-Urazowy w Leżajsku. Co ważne, wśród pacjentów cieszy się bardzo dobrą opinią bazującą na Jego profesjonalizmie, przyjaznym i życzliwym podejściu, rzetelności, dokładności, umiejętności stawiania trafnych diagnoz i zrozumiałego ich omówienia.



MIEJSCE III

Robert Stelmach

Decyzja o wejściu na medyczną drogę kariery nie należy do łatwych... Jeśli nie bierze się z pasji! Robert Stelmach (Szpital Specjalistyczny Sanus, Stalowa Wola) od najmłodszych lat dzieciństwa marzył o tym, by zostać lekarzem. - Nie widziałem siebie w innej pracy, którą mógłbym wykonywać - wyznaje nasz laureat III miejsca w kategorii Ortopeda Roku Podkarpacia. Robert Stelmach przyznaje, że po latach w zawodzie wciąż czuje, że robi coś, co ma znaczenie i realny wpływ na czyjeś życie i zdrowie. W takim razie co jeszcze dostarcza mu codziennej dawki satysfakcji z własnej pracy? - Największa satysfakcja to szczerzy uśmiech i zadowolenie wdzięcznego pacjenta - odpowiada laureat.



WIELKI FINAL WIĘCEJ ZDJĘĆ I VIDEO Z GALI NA WWW.STRONAZDROWIA.PL/GALA-HIPOKRATES

Wielka gala w Sali Wielkiej Zamku



u Królewskiego w Warszawie



FIZJOTERAPEUTA MIEJSCE I

Agnieszka
Wiśniowska-Szurlej

Największą radość w niesieniu pomocy innym daje Fizjoterapeucie Roku możliwość uczestniczenia, zarówno z pacjentem, jak i jego rodziną w procesie rehabilitacji mającej na celu odzyskanie zdrowia. - Podczas mojej codziennej pracy w ośrodku rehabilitacyjnym Donum Corde Centrum Rehabilitacji i Opieki Medycznej spotykam wiele poruszających, często bardzo trudnych historii. Możliwość współpracy w interdyscyplinarnym zespole oraz realizacja misji, jaką jest niesienie pomocy innym, stanowią dla mnie najcenniejszą wartość, na którą mogę na co dzień pracować - wyznaje dr Wiśniowska-Szurlej (Donum Corde, Głogów Małopolski), dodając, że siłę czerpie przede wszystkim z chęci pomagania innym. Widok nawet niewielkich postępów u pacjentów utwierdza ją zaś w przekonaniu, że warto tworzyć nową rzeczywistość w rehabilitacji, w której każdy ma szansę odzyskać sprawność.



naniu, że warto tworzyć nową rzeczywistość w rehabilitacji, w której każdy ma szansę odzyskać sprawność.

MIEJSCE II

Agata
Kuźniar

W kategorii Fizjoterapeuta Roku Agata Kuźniar zajęła II miejsce. Nasza laureatka przyjmuje pacjentów w ramach rzeszowskiego NZOZ Rehabilitant. - Z całego serca dziękuję za nominację mojej osoby w Plebiscybie Hipokrates 2025. To dla mnie ogromne wyróżnienie i źródło motywacji do dalszej pracy na rzecz zdrowia i sprawności moich pacjentów - podkreślała w trakcie trwania akcji. Co ważne, dla pani Agaty każdy dzień w zawodzie fizjoterapeuty jest spotkaniem z ludźmi, którym może pomóc wrócić do aktywności, a także ulżyć w bólu. - Wasze zaufanie i wdzięczność są dla mnie największą nagrodą - zwracała się do wspierających ją osób, dziękując im za zgłoszenie do plebiscytu.



MIEJSCE III

Ewa
Maziarz

- Najbardziej cieszy mnie to, że pracuję z człowiekiem, a nie z dokumentami. Jest ruch, kontakt, energia. Nie umiałabym siedzieć za biurkiem i odbijać pieczętek. Lubię, kiedy coś się dzieje. To, że każdy pacjent jest inny, dodaje mojej pracy życia. Nie działam według szablonu. Każda twarz, każdy pacjent jest dla mnie inny. Ode mnie zależy, jak połączę wiedzę, techniki, intuicję, żeby pomóc konkretnej osobie. To trzyma mnie w pełnej gotowości i nigdy nie pozwala popaść w rutynę - wyznaje Ewa Maziarz (Podkarpackie Centrum Rehabilitacji i Leczenia Obrzęku Amazonka, Rzeszów) i właśnie z tego wszystkiego czerpie siłę. Z bliskości, ze wsparcia i z zaufania ludzi, którzy są obok. Dzięki temu może dawać z siebie to, co najlepsze.



KARDIOLOG MIEJSCE I

Marcin
Urbańczuk

W epoce szybkiego tempa życia i wysokiego współczynnika chorób serca i układu krążenia, kardiologowie są dziś szczególnie potrzebni. Coraz więcej osób zmaga się z nadciśnieniem, miażdżycą czy zawałami już w młodym wieku, i to dzięki pracy kardiologów możliwe jest szybkie ratowanie życia, wczesna diagnostyka i zapobieganie poważnym powikłaniom. O wadze swojej pracy doskonale wie dr n. med. Marcin Urbańczuk (Centrum Medyczne Medyk, Rzeszów), czyli Kardiolog Roku. Jest wielce ceniony przez swoich pacjentów, a w codziennej pracy stawia na profilaktykę, diagnostykę nieinwazyjną oraz rehabilitację chorób kardiologicznych. Fakt ten jest chwalony i podkreślany jako pozytywny w opiniach pacjentów, którzy zwracają również



uwagę na empatię, cierpliwość, fachowość, profesjonalizm i bogatą wiedzę dr Urbańczuka, którą chętnie się dzieli.

MIEJSCE II

Małgorzata
Jamro

- Bycie częścią świata medycyny to dla mnie przede wszystkim świadomość odpowiedzialności za ludzkie życie i zdrowie. Każdego dnia staję w obliczu decyzji, które mają realny wpływ na los pacjentów - ich bezpieczeństwo, rokowania i jakość życia. To zobowiązuje, ale jednocześnie daje wyjątkowe poczucie sensu - tłumaczy Małgorzata Jamro (SP ZOZ MSWiA, Rzeszów). Medycyna to dla Niej połączenie nauki, odpowiedzialności i człowieczeństwa. To przywilej, który wymaga codziennej pracy nad sobą i nieustannego rozwoju. W codziennej pracy najwięcej satysfakcji przynoszą Jej momenty, w których widzi realną poprawę stanu zdrowia pacjenta.



MIEJSCE III

Wojciech
Tarala

Wojciech Tarala ma specjalizację z pediatrii i kardiologii dziecięcej. Na co dzień pracuje w Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim nr 2 im. św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie, a konkretnie w ramach Pododdziału Kardiologii Dziecięcej, którego jest kierownikiem. Nasz laureat niejednokrotnie odnosi sukcesy ze swoim zespołem, przykładowo 2 lipca 2025 roku, wraz dr n. med. Oksaną Trębacz, lek. med. Katarzyną Szafarz i dr n. med. Piotrem Weryńskim, przeprowadził zabieg implantacji stentgraftu do aorty. Co ważne, był on pierwszym tego typu zabiegiem przeprowadzonym u dziecka w historii Podkarpacia.



NEUROLOG MIEJSCE I

Mariusz
Głuszak

Neurologiem Roku całego Podkarpacia został dr n. med. Mariusz Głuszak, który na co dzień przyjmuje swoich pacjentów w ramach Przychodni Specjalistycznej w miejscowości Nisko. Zapytany o to, jak to jest być częścią ta istotnego świata medycyny, odpowiada, że najważniejszą kwestią jest możliwość niesienia pomocy innym poprzez pracę w szpitalu, pogotowiu ratunkowym i poradniach. Ale... Czy nasz zwycięzca zawsze chciał iść właśnie tą drogą? - Realizuję moje marzenie jeszcze z czasów licealnych, od zawsze chciałem nieść pomoc innym - odpowiada lekarz z powołania. Dziś przyznaje, że największą satysfakcję daje mu zadowolenie pacjentów oraz prawidłowa ścieżka diagnostyczno-terapeutyczna przeprowadzona w szybkim czasie. Co więcej, naszego wojewódzkiego zwycięzcę bar-



dzo cieszy moment, kiedy widzi zadowolenie i uśmiech na twarzy swoich pacjentów.

MIEJSCE II

Artur
Fussek

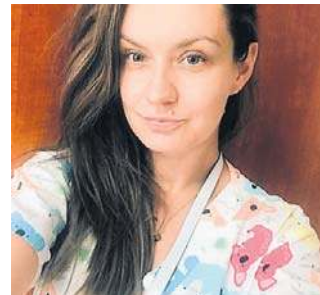
Nasz laureat II miejsca w kategorii Neurolog Roku województwa podkarpackiego - Artur Fussek - na co dzień pracuje m.in. w rzeszowskich palpówkach Centrum Medycznego Medyk, w Centrum Medycznym SABAMED przy ul. Siemiradzkiego 6. W ramach konsultacji neurologicznych Artur Fussek pomaga swoim pacjentom z takimi przypadłościami, jak przewlekłe bóle głowy i kręgosłupa, padaczka, zawroty głowy, udar mózgu, migrena i szeroko rozumiane choroby neurologiczne. Warto również wspomnieć w tym miejscu, że nasz laureat przyjmuje w przychodniach oferujących badania medycyny pracy.



MIEJSCE III

Anna
Frączek-Szczepkowska

- Cieszę się, że mam zawód, który wymaga ode mnie rozwoju, poszerzania kwalifikacji i daje, coraz trudniej w dzisiejszych czasach osiągalne, poczucie spełnienia - tłumaczy Anna Frączek-Szczepkowska (SPZOZ, Sanok). Zdecydowała się na studia medyczne kierowaną zainteresowaniami oraz potrzebą wykonywania pracy, która ma sens. Największą satysfakcją są dla Niej trafne diagnozy, zwłaszcza w skomplikowanych przypadkach: - Im dłużej pracuję, tym dostrzegam, że nie mniej ważne jest przyznanie się do braku pewności i skierowanie pacjenta do zaufanych koleżanek i kolegów, pracujących w ośrodkach bardziej wyspecjalizowanych. Na szczęście mam ten komfort i wsparcie, co bardzo cenię.



UROLOG/NEFROLOG MIEJSCE I

Kacper Białota

Na szczycie podium stanął Kacper Białota. Nasz zwycięzca realizuje szkolenie specjalizacyjne z dziedziny urologii jako lekarz po stażu podyplomowym w ramach rzeszowskiego Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego im. Fryderyka Chopina, a konkretnie Kliniki Urologii i Urologii Onkologicznej. Kacper Białota przyjmuje pacjentów również w jednej z placówek Centrum Medycznego LUX MED znajdującej się przy al. Kopisto 1 w Rzeszowie. Bez względu na lokalizację odbytej wizyty, pacjenci wielce chwalą Urologa Roku. W swoich pozytywnych opiniach zwracają uwagę na to, że jest bardzo kompetentny i empatyczny, do każdego przypadku chorobowego podchodzi z pełnym szacunkiem, ale i otwartością na potrzeby pacjenta. Pan Kacper chętnie i zrozumiale tłumaczy skompli-



kowane terminy medyczne, ma umiejętność stawiania trafnych diagnoz, a także doboru skutecznego leczenia.

MIEJSCE II

Maciej Sługocki

Maciej Sługocki (Specjalistyczny Gabinet Nefrologiczny DANMED, Przemysł) mówi, że bycie częścią medycyny to misja polegająca na profesjonalnym niesieniu pomocy, podejmowaniu odpowiedzialności za ludzkie życie i zdrowie, co obejmuje leczenie, zapobieganie chorobom oraz łagodzenie cierpienia połączona z koniecznością ciągłego rozwoju i przestrzegania wysokich standardów etycznych. - Największą satysfakcję w pracy lekarza przynoszą momenty, w których pacjenci wracają do zdrowia, to otrzymywanie od pacjentów pozytywnych opinii na temat swojej pracy, to widok zadowolonego, szczęśliwego i uśmiechniętego pacjenta, który czuje się lepiej po podjętym leczeniu - mówi.



MIEJSCE III

Monika Starzec-Baran

Początki drogi zawodowej pani Moniki (Feniks Clinic, Przeworsk) sięgają lat, w których obserwowała pracę swojego taty - urologa. - Jego profesjonalizm i zaangażowanie ukształtowały moje podejście do medycyny i wyznaczyły kierunek, w którym postanowiłam się rozwijać - przywołuje laureatka. Z kolei zapytana o to, co przynosi Jej najwięcej zawodowej satysfakcji, odpowiada, że są to drobne, ciche momenty. - Kiedy widzę ulgę w oczach pacjenta, kiedy mogę powiedzieć, że wyniki są lepsze, albo gdy ktoś po prostu szczerze dziękuje. To właśnie wtedy przypominam sobie, że medycyna to nie tylko procedury i decyzje, ale realna obecność przy drugim człowieku - zwraca uwagę.



OKULISTA MIEJSCE I

Justyna Mazur-Samela

Specjalista Chorób Oczu Justyna-Mazur Samela (plac Głowackiego 19, Tarnobrzeg) to prywatny gabinet Okulisty Roku. Nasza zwyciężczyni jest również Kierownikiem Medycyny OCHO Rzeszów i ma cenne doświadczenie - jest absolwentką I Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Warszawie i od ponad 10 lat leczy pacjentów jako specjalista okulistyki. - W trakcie swojej pracy zawodowej zgłębiałam wiedzę okulistyczną, uczestnicząc w kursach, szkoleniach i konferencjach w kraju i za granicą - czytamy na oficjalnej stronie internetowej gabinetu dr Mazur-Sameli. Dowiadujemy się stamtąd również, że Jej zainteresowania obejmują m.in. choroby siatkówki i plamki żółte, zespół suchego oka i okulistyczne zabiegi plastyczne. Ekspertyza



Okulisty Roku jest doceniana przez pacjentów, którzy wyrażają w opiniach zadowolenie z odbytych wizyt i badań.

MIEJSCE II

Katarzyna Wojtaś-Korzeniec

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie swoje doświadczenie zawodowe i szkolenie specjalizacyjne odbywała w Wojskowym Instytucie Medycznym oraz na Oddziale Okulistyki Dziecięcej Szpitala Dziecięcego im. prof. J. Bogdanowicza w Warszawie. - To właśnie tu narodziła się moja pasja do okulistyki dziecięcej oraz chirurgii zęza - mówiła pani Katarzyna, będąca współzałożycielką Centrum Medycznego Cormedica w Stalowej Woli, gdzie funkcjonuje Poradnia Okulistyki Dziecięcej, Poradnia Leczenia Zeza, Ortoptyka oraz salon optyczny OKolandia dedykowany dla najmłodszych pacjentów.



MIEJSCE III

Mirella Szupelak

Właścicielka TJP Gabinet Okulistyczno-Optyczny w Przemysłu i jest ceniona przez pacjentów. W swoich opiniach chwalą naszą laureatkę za zaangażowanie, życzliwość, fachowość, oraz fakt, że do badań podchodzi poważnie i nie przyspiesza ich, w pełni oddając się trafnemu diagnozowaniu nawet drobnych przypadłości. Pacjenci podkreślają również, że pani Mirella jest godna zaufania i przez to często przyprowadzają do Niej swoje rodziny. Co ważne, zespół TJP podziękował na Facebooku za nominację dr Szupelak do plebiscytu. - To wyjątkowe wyróżnienie, które jest możliwe dzięki zaufaniu i sympatii naszych Pacjentów - pisali.



DERMATOLOG MIEJSCE I

Barbara Łopacka

Pierwsze miejsce w plebiscycie medycznym Hipokrates w kategorii Dermatolog Roku zdobywa Barbara Łopacka (Prywatny Gabinet Lekarski Barbara Łopacka, Sanok). Jej codziennej praktyce przyświecają słowa św. Teresy z Kalkuty: „Jestem kropla wody w morzu potrzeb, ale to krople tworzą oceany”. Właśnie tak widzi swoją pracę. Każda dobra diagnoza, właściwie dobrane leczenie i każde słowo wdzięczności za okazaną pomoc jest tą kroplą, potrafi zmienić tak dużo. - Zodiakalnym rybem przypisanym jest niesienie pomocy... Widać los tak chciał - dodaje zwyciężczyni, wyjaśniając powody wyboru tej ścieżki zawodowej.

Najpiękniejsze chwile w Jej zawodzie to te, kiedy słyszy szczerze „dziękuję”. Wtedy wie, że udało się komuś



pomóc, a to prawdziwa satysfakcja, bo w końcu przecież o to chodzi w pracy lekarza.

MIEJSCE II

Elżbieta Szmacińska

Dermatolodzy są dziś szczególnie potrzebni - coraz więcej osób zmagających się z chorobami skóry, alergiami, trądzikiem czy nowotworami skóry. Zanieczyszczenie środowiska, stres i niewłaściwa pielęgnacja dodatkowo pogarszają stan skóry u dzieci i dorosłych. Dzięki specjalistom możliwe jest szybkie rozpoznanie groźnych zmian, skuteczne leczenie oraz poprawa komfortu i zdrowia pacjentów. O tym doskonale wie Elżbieta Szmacińska, czyli nasza laureatka II miejsca w kategorii Dermatolog Roku.

Pani Elżbieta przyjmuje pacjentów w ramach prywatnej praktyki oraz Powiatowego Szpitala Specjalistycznego w Stalowej Woli.



MIEJSCE III

Małgorzata Krasoń (Specjalistyczny Gabinet Dermatologiczny, Dębica)



LARYNGOLOG MIEJSCE I

Katarzyna
Ura-Sabat

- To wyjątkowe wyróżnienie trafia w ręce osoby, która każdego dnia udowadnia, że medycyna to jej prawdziwe powołanie. Pani Doktor jest znana z empatii, otwartości i niezwykle oddania swoim pacjentom - czytamy w poście Wojewódzkiego Szpitala im. Zofii z Zamoyskich Tarnowskiej w Tarnobrzegu. To właśnie w ramach tej placówki funkcjonuje Oddział Otolaryngologiczny z Pododdziałem Chirurgii Szczerkowo-Twarzowej oraz Pododdziałem Otolaryngologii Dziecięcej, któremu przewodzi Katarzyna Ura-Sabat. Nasza zwyciężczyni zdobyła tytuł Laryngologa Roku już po raz kolejny z rzędu i... Nikogo to nie dziwi! Doktor Ura-Sabat ma wspaniałe opinie od swoich pacjentów, których przyjmuje także w Prywatnym Gabinetnie Laryngologicznym w Tarnobrzegu. Zwracają oni uwagę



na profesjonalizm zwyciężczyni. Jej bogatą wiedzę i doświadczenie, ale również ciepło i atmosferę zaufania w gabinecie.

MIEJSCE II

Konrad
Gilek

- Na co dzień staram się pomagać pacjentom w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym im. Fryderyka Chopina w Rzeszowie oraz Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim nr 2 im. św. Józefa w Krakowie, a także Przychodni Specjalistycznej Nr 3 w Rzeszowie - przedstawiał się Konrad Gilek podczas poprzedniej edycji plebiscytu. Nasz laureat od lat skupia się na pomocy potrzebującym, zajmując się pacjentami zarówno onkologicznymi, jak i tymi najmłodszymi, którzy bardzo często stawiają wysoko poprzeczkę zespołom lekarskim w KSW Nr 2. W swoim wieloletnim stażu pracy pozostaje wierny najwyższym wartościom, dzięki czemu każdy potrzebujący pomocy może zapisać się do Niego w ramach NFZ.



MIEJSCE III

Sylwia
Warzybok-Bajda

Sylwia Warzybok-Bajda pracuje w ramach kilku rzeszowskich placówek, w tym Zespole Opieki Zdrowotnej Nr 2, Centrum Słuchu i Mowy MEDINCUS, czy Prywatnego Gabinetu Laryngologicznego przy ul. Stefana Batorego 18/9. Główny obszar porad naszej laureatki to otolaryngologia, a zwłaszcza takie przypadłości jak zapalenie ucha, migdałków, gardła i krtani, zawroty głowy, polipy nosa, ból zatok, a także szum w uszach. Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie jest ceniona przez pacjentów, którzy w swoich licznych opiniach wspominają o Jej profesjonalizmie, wzorowym podejściu do chorego, skrupulatności, bogatej wiedzy i umiejętności stawiania trafnych diagnoz.



RATOWNIK MEDYCZNY/PRZEDMED. MIEJSCE I

Sebastian
Radzik

Nasz zwycięzca prowadzi własną działalność w obszarze medycznym (Transport sanitarny Pogotowie Medyczne - Sebastian Radzik, Dębica), która zabezpiecza wiele wydarzeń sportowych jak zawody konne, rowerowe, czy mecze piłkarskie, a także eventy kulturalne, choćby dożynki. Ponadto pan Sebastian oferuje transport medyczny, kursy pierwszej pomocy i organizuje pokazy ratownictwa medycznego. Jednocześnie współpracuje z przychodniami w Dębicy, Tarnowie i Mielcu, dzięki czemu mogą, przykładowo przewozić pacjentów na dializy i z powrotem do domu. Sebastian Radzik ucieszył się z wygranej i dziękował na Facebooku za wsparcie i zaangażowanie bliskich. - To dla mnie nie tylko wielki zaszczyt, ale przede wszystkim motywacja



do dalszej pracy i rozwoju - pisał w poście, pod którym posypały się gratulacje i zapewnienia o zasłużonym zwycięstwie.

MIEJSCE II

Maciej
Zięba

Maciej Zięba (Bieszczadzkie Pogotowie Ratunkowe, Sanok) czuje satysfakcję z dobrze wykonanej pracy: kiedy pacjenci wracają do zdrowia i lepszego samopoczucia i zdaje sobie wówczas sprawę, że w małym procencie przyczynił się do tego. Siłą do działania daje Mu rodzina, ale także wieloletnie doświadczenie i liczne spotkania z różnymi sytuacjami życiowymi. - Nie tylko bolesnymi i tragicznymi, ale i czasem śmiesznymi i bawiącymi. Każdy wyjazd jest inny, każdy pacjent ma swoje dobre i złe strony, ale najważniejsze to nie zatracić siebie być dla ludzi dobrym i służyć pomocą, dobrym zdaniem czasem nie wielki gest potrafi czynić cuda - mówi.



MIEJSCE III

Henryk
Warenica

- Radość w tym zawodzie daje przede wszystkim możliwość niesienia pomocy innym, ratowania ludzkiego życia, rozwiązywanie problemów pacjentów, poczucie, że jest się potrzebnym drugiej osobie - przekazuje Henryk Warenica (Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej, Leżajsk). Siłą czerpie z wieloletniego doświadczenia zawodowego, wiedzy, umiejętności, odporności psychicznej w trudnych sytuacjach, ze wsparcia najbliższej rodziny. Największą satysfakcję daje z kolei możliwość ratowania ludzkiego życia i zdrowia, dobrze wykonana praca ze świadomością i poczuciem wpływu na stan pacjenta.



FARMACEUTA/TECHNIK FARM. MIEJSCE I

Iwona
Visor

Farmaceuta to niejednokrotnie pierwsza osoba, do której zwracają się o pomoc pacjenci, szukając odpowiedzi na nurtujące pytania. - Każdy z nas, farmaceutów, nie tylko stara się zawsze pomóc w ramach swojej starannie zdobytej wiedzy i doświadczenia, ale często ukierunkowuje dalsze postępowanie pacjenta - wyjaśnia Iwona Visor (Apteka Świat Zdrowia, Zaczernie). Zapytana o najpiękniejszy moment w tej pracy, odpowiada, że to te, gdy widzi szczerzy uśmiech pacjenta, to także te chwile, kiedy wracają i mówią po prostu „dziękuję”. - Każdy dzień w naszej pracy jest inny i przynosi szereg niespodziewanych sytuacji. Ale najważniejsza jest rozmowa i otwartość na potrzeby drugiego człowieka - zapewnia pani Iwona. Cieszy się, że apteka, w której pracuje, jest przyjaznym miejscem: - Uwielbiam, jak odwie-



dzają nas ze swoimi pupilami. Cudowne chwile, niezapomniane opowieści i wspólne zdjęcia.

MIEJSCE II

Katarzyna
Jagiello

Głosy naszych Czytelników zdecydowały! Zaszczytne II miejsce w całym województwie podkarpackim w kategorii Farmaceuta/Technik Farmacji Roku zajęła Katarzyna Jagiello, która na co dzień pomaga pacjentom w Aptece Słonecznej w Dębicy. A jak nasza laureatka przyjęła wiadomość o samym uczestnictwie w akcji? - Nominacja w Plebiscybie Hipokrates jest dla mnie ogromnym wyróżnieniem, za co bardzo dziękuję - zwracała się Katarzyna Jagiello do osób ją wspierających.



MIEJSCE III

Justyna
Bar-Koźlak

- W czasie 18-letniej pracy wiele historii było wzruszających, wiele zapadło mi w pamięć i zachowałam je w sercu. Myślę, że najcenniejsze są chwile, kiedy pacjenci dzielą się ze mną swoim szczęściem, i dają mi odczuć, że jestem w dobrym miejscu i tworzę razem z nimi cudowną społeczność - wyjaśnia Justyna Bar-Koźlak (Punkt Apteczny Familijny, Łączki Kucharskie). Traktuje aptekę, nie tylko jak miejsce, gdzie wykupuje się recepty, ale również przestrzeń do niesienia pomocy chorym, wysłuchania i dostrzeżenia problemów oraz udzielenia fachowej porady: - Tym, co lubię w codziennej pracy, to różnorodność wśród pacjentów. Każdy z nich przychodzi z innego powodu, w różnym wieku i z różnymi potrzebami.



RADIOLOG/ELEKTORADIOLOG MIEJSCE I

Hubert Polak

- Bycie częścią świata medycyny oznacza dla mnie wkład w ochronę zdrowia zarówno w Polsce jak i w moim województwie oraz w szpitalach, w których pracuję. Oznacza ciągle pogłębianie swojej wiedzy nie tylko teoretycznej, ale praktycznej jakże potrzebnej w dziedzinie medycyny, która ciągle ewoluuje, jaką jest radiologia i diagnostyka obrazowa. To także współpraca ze specjalistami, a także z pielęgniarkami i ratownikami medycznymi. Kluczowe jest tu budowanie relacji z pacjentami, słuchanie ich potrzeb - mówi Hubert Polak (Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej, Rzeszów). Decyzję o wyborze swojej drogi zawodowej podjął prawie 30 lat temu. Wpłynęły na to częste wizyty u cioci, która pracowała ponad 40 lat w szpitalu. Tam widział pracę lekarzy,



pielęgniarek oraz elektoradiologów. I wówczas pojawił się pomysł, aby stać się częścią świata medycyny.

MIEJSCE II

Celina Uzar

Zespół mieleckiej Alfa Medica Clinic, w której pracuje nasza laureatka, był bardzo dumny z wiadomości o nominacji dr Uzar w tegorocznej edycji naszej akcji i zachęcał obserwatorów na Facebooku



do głosowania na nią i... Udało się! Celina Uzar jest specjalistą radiologii i diagnostyki ultrasonograficznej i, jak dowiadujemy się z oficjalnej strony internetowej kliniki, ma za sobą aż 20-letnie doświadczenie w swoim zawodzie. Ta praktyka pozwala naszej laureatce na kompleksowe podejście do swoich pacjentów, co znacznie ułatwia i nierzadko usprawnia proces diagnostyczny. Na uwagę zasługuje także fakt, że Celina Uzar ma doświadczenie w diagnostyce obrazowej dzieci.

MIEJSCE III

Joanna Rusin

Joanna Rusin (Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Fryderyka Chopina, Rzeszów) mówi, że bycie częścią świata medycyny to ogromna odpowiedzialność, ale przede wszystkim



zaskoczyć. Jako technik elektoradiologii ma świadomość, że każdy wykonany przez nią obraz, każdy pomiar i każde badanie mogą stać się kluczowym elementem procesu diagnostycznego. To właśnie w tym - w cichej, często niedostrzeganej, ale niezwykle ważnej pracy - widzi sens swojej zawodowej drogi: - Pomaganie pacjentom oznacza dla mnie nie tylko wykonywanie badań z najwyższą starannością i dbałością o jakość, ale także budowanie poczucia bezpieczeństwa w sytuacji, która dla wielu osób jest stresująca czy niepewna.

ONKOLOG MIEJSCE I

Ewa Sadecka-Roman

- Współczesna onkologia oferuje coraz większe możliwości pomocy naszym pacjentom, ale wymusza na lekarzu ciągły rozwój zawodowy, nieustanne szkolenie, odwagę w podejmowaniu decyzji. Bycie onkologiem w małym mieście niesie ze sobą dodatkowe wyzwania. Jestem dumna, gdy wielokrotnie możemy zaoferować naszym pacjentom to samo, co w najlepszych klinikach świata - przekazuje Ewa Sadecka-Roman (Wojewódzki Szpital im. Zofii z Zamoyskich Tarnowskiej, Tarnobrzeg). Każdy pacjent, który zaufa onkologowi w małym szpitalu, w małym mieście jest w jakimś sensie bohaterem. - Jestem najszczęśliwsza, kiedy mogę zaoferować moim pacjentom najlepsze leczenie w kameralnych warunkach blisko domu. Proste słowa podziękowania, które bardzo czę-



sto słyszymy z ust naszych pacjentów, potwierdzają sens naszej pracy - dodaje Onkolog Roku.

MIEJSCE II

Oleg Socha

Nasz laureat na co dzień pracuje w Wojewódzkim Szpitalu im. św. Ojca Pio w Przemyślu, a konkretnie na Oddziale Onkologicznym, którego jest koordynatorem. Oleg Socha tym samym przyczynia się do sprawnego i skutecznego funkcjonowania oddziału, który, jak dowiadujemy się ze strony internetowej szpitala, prowadzi leczenie systemowe (chemioterapia, immunoterapia i leczenie ukierunkowane molekularnie) w zakresie nowotworów złośliwych. Co ważne dla Jego specjalizacji, dr Socha jest osobą pozytywną, doświadczoną, empatyczną i, co najważniejsze, posiadającą ogromną wiedzę, a tym piszą sami pacjenci w swoich opiniach.



MIEJSCE III

Kamil Kuć

- Bycie lekarzem nie oznacza jedynie wykonywania zawodu, ale jest czymś więcej, jest misją i realizacją powołania. Dla większości lekarzy, w tym też i dla mnie, praca, którą wykonujemy, nie kończy się po wyjściu ze szpitala, poradni - zaznacza Kamil Kuć (Wojewódzki Szpital im. św. Ojca Pio, Przemyśl), dodając, że pomoc osobom, które mu zaufały, powierzając swoje zdrowie, a czasem i życie, w wielu sytuacjach wymaga ponad standardowego poświęcenia siebie, osobistych relacji czy czasu dla osób najbliższych. Nasz laureat podkreśla także, że źródłem skutecznego leczenia jest m.in. poczucie misji, profesjonalizm, szacunek i zrozumienie.



PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA MIEJSCE I

Hubert Podgórny

- Odkąd pamiętam, moja działalność zawodowa i społeczna była ściśle związana z ludźmi oraz ich potrzebami. Aktywnie angażowałem się w inicjatywy prospołeczne realizowane przez różne organizacje pozarządowe, co pozwoliło mi zrozumieć znaczenie odpowiedzialności i wsparcia w lokalnych społecznościach - wspomina Hubert Podgórny (Gabinet Zdrowia Psychicznego i Psychoterapii Hubert Podgórny, Rzeszów). Początkowo szczególnie istotnym doświadczeniem była Jego praktyka w ośrodkach psychiatrycznych i psychoterapeutycznych, gdzie zetknął się z osobami w kryzysie psychicznym. Wiele sytuacji uświadomiło Mu, jak ogromny wpływ na proces zdrowienia może mieć zaangażowany specjalista. - Nierzadko od mojej postawy zależał dalszy los drugiego człowieka. To



właśnie wtedy utwierdziłem się w przekonaniu, że nie ma piękniejszego zawodu - wyznaje nasz zwycięzca.

MIEJSCE II

Edyta Wojtowicz

Edycie Wojtowicz z Podkarpackiego Ośrodka Seksuologii i Psychoterapii w Rzeszowie zdecydowanie największą satysfakcję przynosi moment, gdy do gabinetu przychodzi osoba. - Nie ważne czy jest skierowana przez innego specjalistę, czy mierzy się z trudnościami, czy po prostu ma potrzebę o coś zapytać, czegoś się dowiedzieć - precyzuje, mówiąc, że o ile wizyty u lekarzy psychiatrów są już czymś powszechnym, to niestety podjęcie procesów terapeutycznych czy diagnostycznych wciąż spotyka się z pewnym sceptycyzmem i tabuizacją. - Dlatego odczuwam naprawdę dużą radość, gdy ktoś się do mnie zgłasza - wyjaśnia laureatka II miejsca w kategorii Psycholog/Psychoterapeuta Roku.



MIEJSCE III

Magdalena Bukała-Ziaja

Wspiera ludzi w ich drodze do lepszego samopoczucia i większej świadomości, jednocześnie wierząc, że każda historia zasługuje na uważne wysłuchanie i szacunek. Magdalena Bukała-Ziaja (My Therapy Clinic, Rzeszów) w swojej praktyce integruje różnorodne podejścia terapeutyczne, dostosowując metodę do unikalnych potrzeb każdej osoby. Korzysta z terapii poznawczo-behawioralnej, terapii schematów, ACT, terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach, EMDR oraz Brainspottingu. - Fundamentem mojego podejścia jest przekonanie, że każdy człowiek ma w sobie potencjał do zmiany - komentowała w trakcie akcji, podkreślając wagę relacji terapeutycznej opartej na szacunku.



PSYCHIATRA MIEJSCE I

Teresa
Adamczyk

O tym, abym została lekarzem, marzyli Jej rodzice. - Moja mama była pielęgniarką, tato był starszym felczerem medycyny, mój starszy o rok brat jest lekarzem chorób wewnętrznych, ja byłam sportowcem - mówi. Psychiatrią zainteresowała się w klasie maturalnej. Ciekawił Ją człowiek, a ta specjalizacja wydawała się nauką najbliższą człowiekowi. - Praca z ludźmi daje mi ogromną radość i satysfakcję. Spotkania z pacjentami są najpiękniejszą częścią mojej pracy. Każdy moment, kiedy widzę, że współpraca z pacjentem przynosi efekt, jest dla mnie ogromnie poruszający i daje poczucie głębokiego sensu tego, co robię - podkreśla Teresa Adamczyk (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny, Jarosław). Podkreśla, że ważne jest nie tylko leczenie osób chorych, ale również zapobieganie zaburzeniom psychicznym. Ważna jest edu-



kacja pacjenta i jego rodziny, rozmowy, budowanie świadomości na temat zdrowia psychicznego.

MIEJSCE II

Aleksandra
Mazur

Lekarzem została, kontynuując rodzinne tradycje. Jej ojciec był lekarzem i od dziecka widziała, jak ogromny wpływ może mieć medycyna na życie ludzi. Początkowo rozważała specjalizację z neurologii lub pediatrii, bo obie fascynowały Ją na swój sposób. - Jednak spotkanie z wybitnym przemyskim psychiatrą, Jackiem Barketem, ówczesnym dyrektorem Szpitala Psychiatrycznego w Żurawicy, zupełnie zmieniło moje plany. To właśnie jego podejście, wiedza i pasja sprawiły, że odkryłam w psychiatrii swoją prawdziwą drogę - wspomina Aleksandra Mazur (Prywatny Gabinet Psychiatryczny, Sanok). Największą satysfakcją w pracy przynoszą chwile, kiedy widzi realną poprawę w stanie pacjenta.



MIEJSCE III

Iwona
Gawron-Haduch

Iwona Gawron-Haduch (Specjalistyczna Praktyka Lekarska Lek. Iwona Gawron-Haduch, Brzozów) to specjalista psychiatrii, która przyjmuje zarówno dorosłych, jak młodzież i dzieci. Obszary schorzeń, z którymi nasza laureatka pracuje od kilkunastu lat, obejmują m.in. takie choroby, jak depresja, mania, zaburzenia lękowe, hipochondria, fobie, autyzm, zespół Aspergera, nerwica, bezsenność, choroba afektywna dwubiegunowa, uzależnienia, schizofrenia i nerwice. Oprócz tego dr Gawron-Haduch pomaga pacjentom w licznych rodzajach zaburzeń, jak te emocjonalne, psychiczne, nastroju, osobowości, koncentracji, depresyjne, rozwojowe, czy psychotyczne.



MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ MIEJSCE I

Dorota
Kolano

Niewątpliwym jest, że odpowiednia osoba na stanowisku menedżera placówki medycznej to jeden z kluczowych elementów jej sprawnego i skutecznego funkcjonowania. Z tą świadomością podchodzi do swojej pracy nasza wojewódzka zwyciężczyni - mgr Dorota Kolano. Menedżer Placówki Medycznej Roku 2025 jest dyrektorką Wojskowej Specjalistycznej Przychodni Lekarskiej funkcjonującej w ramach Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Rzeszowie. Pod bacznym i doświadczonym okiem Doroty Kolano placówka świadczy bezpłatne usługi medyczne dla pacjentów ubezpieczonych w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Wśród owych świadczeń znajdują się m.in. takie usługi jak spirometria, diagnostyka



obrazowa, badania videonystagmografii i otoemisji, czy autorefraktometria oraz rinomanometria.

MIEJSCE II

Jakub
Dzik

- Aktualne wyzwania, które stoją przed osobami zarządzającymi szpitalami, sprawiają, że faktycznie możemy mówić wyłącznie o pewnych momentach w pracy, które mogą sprawić satysfakcję - zauważa Jakub Dzik (SPZZOZ, Nowa Dęba). Ogromnie cieszy Go, gdy widzi realne efekty zespołowych działań, w tym poprawę jakości świadczeń, wdrożenie nowych procedur czy realizację inwestycji, które zmieniają funkcjonowanie szpitala. - Każdy taki konkretny rezultat potwierdza, że podejmowane decyzje mają sens i realnie wpływają na zdrowie oraz bezpieczeństwo naszych pacjentów - zaznacza, podkreślając wagę potencjału ludzkiego.



MIEJSCE III

Teresa
Witusik

Jak mówi pani Teresa (NZOZ CDOP Libra, Jasło), prowadząc placówkę medyczną zajmującą się przewlekłymi i ciężkimi chorymi pacjentami, nie jest łatwo umieć znaleźć balans między pracą zawodową a życiem prywatnym, szczególnie jeśli praca jest dla człowieka przyjemnością, a w przypadku naszej laureatki właśnie tak jest. - Owszem, czasem bywa ciężko, pojawiają się różne problemy, z którymi trzeba się zmierzyć i je rozwiązać, ale mimo to energię i siłę do działania daje mi zespół wspaniałych ludzi, z którymi pracuję i z którymi rozumiemy się w pół słowa oraz satysfakcja naszych pacjentów i ich rodzin - wyznaje Teresa Witusik.



SZPITAL MIEJSCE I

Wojewódzki Szpital
im. św. Ojca Pio

Bardzo często możemy usłyszeć, że to nie mury leczą, ale ludzie - bardzo dobrzy specjaliści. Personelowi zwycięskiego szpitala udało się stworzyć zespół ludzi zaangażowanych i oddanych swojej pracy - tych z poczuciem misji, którym leży na sercu dobro pacjenta i którzy wspierają dyrektora w jego działaniach i pomysłach. - Dzięki nim można realizować naprawdę wielkie projekty. A takie podejmujemy w tej placówce. Zarówno pod względem inwestycyjnym, jak i medycznym - komentuje Paweł Bugira, mówiąc, że bez zapалу i otwartości Ich specjalistów lekarzy, szpital nie wprowadziłby nowych metod leczenia, zabiegów, a zespół nie uczestniczyłby w programach lekowych i badaniach klinicznych. - Dzięki nim otwieramy przed pacjentami zupełnie nowe możliwości le-



czenia - zaznacza, dodając, że placówka może pochwalić się świetną organizacją i zaangażowaniem swoich pracowników.

MIEJSCE II

Szpital Chorób Płuc
i Opieka Długoterminowa

Szpital Chorób Płuc i Opieka Długoterminowa im. św. Jana Pawła II (Górno, Rzeszowska 5) to specjalistyczna placówka, która oprócz leczenia chorób układu oddechowego, świadczy również długoterminową opiekę medyczną. W skład struktury szpitala wchodzi dwa kluczowe oddziały, które są niezwykle ważne dla pacjentów wymagających stałego wsparcia: Zakład Opiekuńczo-Leczniczy (przeznaczony dla pacjentów, którzy z powodu przewlekłych chorób lub zaawansowanego wieku nie są w stanie funkcjonować samodzielnie w warunkach domowych) oraz Oddział Opieki Paliatywnej (hospicjum przeznaczone dla pacjentów z nieuleczalnymi chorobami).



MIEJSCE III

Zespół Opieki Zdrowotnej

Wyróżniony Zespół Opieki Zdrowotnej (Dębica, Krakowska 91) to placówka o niezwykle szerokim polu działania. Dowodem na to aż 22 poradnie specjalistyczne, a także wiele większych jednostek organizacyjnych, jak Stacja Dializ, czy Zakład Opiekuńczo-Leczniczy, oraz liczne oddziały, w tym Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii, Oddział Chirurgii Ogólnej z Pododdziałem Gastroenterologii i Pododdziałem Urologii Ogólnej i Onkologicznej, Oddział Chorób Wewnętrznych, Oddział Dziecięcy, Oddział Ginekologiczno-Położniczy i Ginekologii Onkologicznej, Oddział Neurologii z Pododdziałem Udarowym, Oddział Noworodków i Wcześnieńców, czy Oddział Kardiologiczny.



WSZYSCY LAUREACI PLEBISCYTU HIPOKRATES 2025

LEKARZ RODZINNY I POZ ROKU	
Krosno	Piotr Stopkowicz , Specmed Przychodnia nr 2, Krosno
Przemyśl i powiat przemyski	Bernadeta Amarowicz , Laumed, Przemyśl
Rzeszów	Andrzej Jamro , SP ZOZ MSWiA, Rzeszów
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzski	Zofia Milarska , Przychodnia Puls, Tarnobrzeg
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzski	Barbara Frańczak , Centrum Medyczne Puls, Tarnobrzeg
powiat brzozowski	Janina Czurczak , Przychodnia Rejonowa, Brzozów
powiat dębicki	Marta Jurkowska , GSPZOZ, Żyraków
powiat jarosławski	Irena Szram-Łoś , Medmar, Jarosław
powiat jasielski	Krzysztof Fudalej , Kemed, Jasło
powiat kolbuszowski	Jacek Jaskot , ZOZ, Kolbuszowa
powiat krośnieński	Aneta Kamińska , Viva, Dukla
powiat leski	Beata Brzezowska-Weimer , Vita-Familia Medycyna Rodzinna Monika Gaszczyk, Baligród
powiat leżajski	Maria Paluch , NZOZ Medyk, Piskorowice
powiat lubaczowski	Jacek Korzeniowski , Centrum Medyczne Kormed, Lubaczów
powiat łańcucki	Aneta Kłodowska-Ruda , Centrum Medyczne, Łańcut
powiat mielecki	Antonios Czapiga , Przychodnia MediMed, Mielec
powiat niżański	Teresa Królikowska , NZOZ Jeżowe, Jeżowe
powiat przeworski	Magdalena Czepiel , NZOZ Almus, Białoboki
powiat ropczycko-sędziszowski	Magdalena Bodziany , Piomar, Ropczyce
powiat rzeszowski	Ewa Olewniczak , Przychodnia Rejonowa, Błażowa
powiat sanocki	Monika Gaszczyk , Vita-Familia Medycyna Rodzinna Monika Gaszczyk, Tarnawa Górna
powiat stalowowolski	Justyna Szyszkowska , NZOZ Medyk, Stalowa Wola
powiat strzyżowski	Jacek Cynarski , Niepubliczny Ośrodek Zdrowia, Strzyżów

PEDIATRA ROKU	
Krosno	Beata Steliga , Specmed, Krosno
Przemyśl i powiat przemyski	Roman Socha , Centrum Medyczne Rodzinna, Przemyśl
Rzeszów	Ewelina Pyra-Twarowska , Lux Med, Rzeszów
powiat bieszczadzki	Robert Grzegorz Rocznia k, Gabinet Lekarza POZ, Ustrzyki Dolne
powiat brzozowski	Marian Mac , Promed, Brzozów
powiat jarosławski	Alicja Mazur-Kopacz , Danfarm Med Centrum Medyczne, Szówsko
powiat jasielski	Lucyna Mikrut , NZOZ Medyk, Jasło
powiat kolbuszowski	Jakub Haracz , NZOZ ESS-Med, Kolbuszowa
powiat krośnieński	Joanna Sanocka , Medikor, Jedlicze
powiat lubaczowski	Renata Korzeniowska , Centrum Medyczne Kormed, Lubaczów
powiat łańcucki	Magdalena Baliga-Dacyna , Centrum Medyczne Ant-Med, Żołyńia
powiat mielecki	Ewa Fijałkowska-Nowak , Luxmed, Mielec
powiat przeworski	Lidia Kowalik-Motyka , SPZOZ, Przeworsk
powiat ropczycko-sędziszowski	Ewa Kuczek , ZOZ, Ropczyce
powiat rzeszowski	Marta Szczygieł-Łyko , GOZ, Hyżne
powiat stalowowolski	Piotr Raganowski , Aqua-med, Stalowa Wola
powiat strzyżowski	Mieczysława Cynarska , Szpital Powiatowy, Strzyżów

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU	
Krosno	Kamil Libuszewski , Wojewódzki Szpital Podkarpacki im. Jana Pawła II, Krosno
Przemyśl i powiat przemyski	Anna Bukalska , Wojewódzki Szpital im. św. Ojca Pio, Przemyśl
Rzeszów	Gabriela Wiercioch , Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej, Rzeszów
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzski	Klaudia Witek , Wojewódzki Szpital im. Zofii z Zamoyskich Tarnowskiej, Tarnobrzeg
powiat brzozowski	Teresa Maliwiecka , Szpital Specjalistyczny w Brzozowie Podkarpacki Ośrodek Onkologiczny im. ks. B. Markiewicza, Brzozów
powiat dębicki	Marta Maziarka , ZOZ, Dębica
powiat jarosławski	Beata Wilczyńska-Kiwacka , Centrum Opieki Medycznej, Jarosław
powiat jasielski	Teresa Drechny , SPZOZ Brzyska - Filia Błażkowa, Błażkowa
powiat kolbuszowski	Józefa Kopeć , Wiejski Ośrodek Zdrowia, Wilcza Wola
powiat krośnieński	Maria Bałuta , NZOZ Przychodnia, Kobylany
powiat leski	Krystyna Rzecznik , NZOZ SU AMER-POL, Polańczyk
powiat leżajski	Katarzyna Bednarska , SPZOZ, Leżajsk
powiat lubaczowski	Halina Gliński a, CRR KRUS Kresowiak, Horyniec-Zdrój
powiat łańcucki	Monika Panas-Rogała , ROG MED Indywidualna Praktyka Pielęgniarki Środowiskowo-Rodzinnej, Łańcut
powiat mielecki	Patrycja Jodłowska , Szpital Specjalistyczny im. E. Biernackiego, Mielec
powiat niżański	Małgorzata Skoczylas , SPZOZ im. Polskiego Czerwonego Krzyża, Nisko
powiat przeworski	Małgorzata Szczepańska , Ośrodek Zdrowia, Żurawiczki
powiat ropczycko-sędziszowski	Klaudia Skóra , Szpital Powiatowy, Sędziszów Małopolski

powiat rzeszowski	Gabriela Drapała-Wilk , Szpital Specjalistyczny im. Świętej Rodziny, Rudna Mała
powiat sanocki	Małgorzata Oblawska-Latusek , Clinic Flebo, Sanok
powiat stalowowolski	Bożena Guściora , Powiatowy Szpital Specjalistyczny, Stalowa Wola
powiat strzyżowski	Anna Opoń , ZOZ, Strzyżów

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU	
Krosno	Piotr Świergul , Krosdental Stomatologia, Krosno
Przemyśl i powiat przemyski	Paweł Pogorzelec , Prywatny Gabinet Paweł Pogorzelec, Przemyśl
Rzeszów	dr n. med. Mateusz Dymek , Face Dental, Rzeszów
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzski	Anna Olszak , Dental Roots, Tarnobrzeg
powiat dębicki	Bartłomiej Gruszczyński , Gabinet Stomatologiczny, Piłżno
powiat jasielski	lek. dent. Wojciech Skocz , Precident - Centrum Implantologii, Stomatologii Mikroskopowej i Medycyny Estetycznej, Jasło
powiat kolbuszowski	Karolina Tomaka , Vivadent Stomatologia, Kolbuszowa
powiat krośnieński	Joanna Makiel-Hunia , Artmed, Świerzowa Polska
powiat leżajski	Małgorzata Zawilska , Prywatny Gabinet Stomatologiczny Zawilska Małgorzata, Leżajsk
powiat lubaczowski	Daria Czarnacka , DentMed, Oleszyce
powiat mielecki	lek. dent. Cezary Dryniak , OrtoSmile - Ortodoncja & Stomatologia Mikroskopowa, Mielec
powiat przeworski	Joanna Pieniążek , Feniks Clinic, Przeworsk
powiat ropczycko-sędziszowski	Jadwiga Żołobajluk , Gabinet Lekarski, Ropczyce
powiat rzeszowski	Gabriela Paulo , Praktyka Stomatologiczna, Pałikówka
powiat sanocki	Mateusz Stach , Stach Dent, Sanok
powiat stalowowolski	Maciej Łokaj , Gabinet Stomatologia implantologia Maciej Łokaj, Stalowa Wola
powiat strzyżowski	Iwona Materna , Ortoglam Ortodoncja i Medycyna Estetyczna, Czudec

PRZYCHODNIA/GABINET ROKU	
Przemyśl i powiat przemyski	NZOZ Przychodnia dla Dzieci i Młodzieży Pediatra , Przemyśl, Nepomucena 32
Rzeszów	Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska , Rzeszów, Langiewicza 5
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzski	Dental Roots stomatologia mikroskopowa , Tarnobrzeg, Konfederacji Dzikowskiej 14/20
powiat brzozowski	NZOZ Dar-Med , Brzozów, 3 Maja 41
powiat dębicki	Elmed , Nagawczyna, Nagawczyna 24 A
powiat jarosławski	Danfarm Med Centrum Medyczne , Szówsko, Sportowa 7
powiat jasielski	NZOZ CDOP Libra , Jasło, Grunwaldzka 45
powiat kolbuszowski	Wiejski Ośrodek Zdrowia , Wola Raniżowska, Wilcza Wola 229A
powiat krośnieński	NZOZ Przychodnia , Kobylany, Kobylany 300
powiat leski	Vita-Familia Medycyna Rodzinna Monika Gaszczyk , Baligród, Kazimierza Wielkiego 16
powiat leżajski	Przychodnia Pod Klasztorem , Leżajsk, pl. Mariacki 9
powiat lubaczowski	Centrum Medyczne Kormed , Lubaczów, Kościuszki 141/7
powiat łańcucki	NZOZ Novi-Med , Łańcut, Piłsudskiego 4
powiat mielecki	Gminny SPZOZ im. prof. Klemensa Skóry , Borowa, Borowa 333A
powiat przeworski	Feniks Clinic , Przeworsk, Łańcucka 59
powiat ropczycko-sędziszowski	NZOZ Piomar , Ropczyce, Siewierskiego 6
powiat rzeszowski	GOZ , Hyżne, Hyżne 104
powiat stalowowolski	Centrum Medyczne Cormedica , Stalowa Wola, Szkolna 46
powiat strzyżowski	Ban-Med , Dobrzechów, Dobrzechów 466A

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU	
1 miejsce	Barbara Kycia , ZOZ Dębica - Oddział Noworodków i Wcześnieiaków, Dębica
2 miejsce	Joanna Trawińska , Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Fryderyka Chopina, Rzeszów
3 miejsce	Patrycja Kosiek , Wojewódzki Szpital Podkarpacki im. Jana Pawła II, Krosno

GINEKOLOG ROKU	
1 miejsce	Ewa Juda , Gabinet prywatny, Tarnobrzeg
2 miejsce	Krzysztof Szpejankowski , Primagin, Rzeszów
3 miejsce	Dariusz Dębek , Poradnia położniczo-ginekologiczna, Ustrzyki Dolne

CHIRURG ROKU	
1 miejsce	Jakub Litak , Powiatowy Szpital Specjalistyczny, Stalowa Wola
2 miejsce	Arkadiusz Sokołowski , Szpital Miejski im. Jana Pawła II, Rzeszów
3 miejsce	Rafał Ryłski , Wojewódzki Zespół Specjalistyczny w Rzeszowie, Rzeszów

ORTOPEDA ROKU	
1 miejsce	dr hab. n. med. Wojciech Rocznia k, Gabinet Prywatny, Ustrzyki Dolne
2 miejsce	Bogusław Piersiak , SPZOZ, Leżajsk
3 miejsce	Robert Stelmach , Szpital Specjalistyczny Sanus, Stalowa Wola

FIZJOTERAPEUTA ROKU	
1 miejsce	dr n. o zdr. Agnieszka Wiśniowska-Szurlej , Donum Corde, Głogów Małopolski
2 miejsce	Agata Kuźniar , NZOZ Rehabilitant, Rzeszów
3 miejsce	Ewa Maziarz , Podkarpackie Centrum Rehabilitacji i Leczenia Obrzęku Amazonka, Rzeszów
KARDIOLOG ROKU	
1 miejsce	dr n. med. Marcin Urbańczuk , Centrum Medyczne Medyk, Rzeszów
2 miejsce	Małgorzata Jamro , SP ZOZ MSWiA, Rzeszów
3 miejsce	Wojciech Tarała , Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej, Rzeszów
NEUROLOG ROKU	
1 miejsce	dr n. med. Mariusz Gluszek , Przychodnia specjalistyczna, Nisko
2 miejsce	Artur Fussek , Centrum Medyczne Medyk, Rzeszów
3 miejsce	Anna Frączek-Szczepkowska , SPZOZ, Sanok
UROLOG/NEFROLOG ROKU	
1 miejsce	Kacper Białota , Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Fryderyka Chopina, Rzeszów
2 miejsce	Maciej Sługocki , Specjalistyczny Gabinet Nefrologiczny DANMED, Przemyśl
3 miejsce	Monika Starzec-Baran , Feniks Clinic, Przeworsk
OKULISTA ROKU	
1 miejsce	Justyna Mazur-Samela , Specjalista Chorób Oczu Justyna Mazur Samela, Tarnobrzeg
2 miejsce	Katarzyna Wojtaś-Korzeniec , Centrum Medyczne Cormedica, Stalowa Wola
3 miejsce	Mirella Szupelak , Gabinet Okulistyczno-Optyczny, Przemyśl
ONKOLOG ROKU	
1 miejsce	Ewa Sadecka-Roman , Wojewódzki Szpital im. Zofii z Zamoyskich Tarnowskiej, Tarnobrzeg
2 miejsce	Oleg Socha , Wojewódzki Szpital im. Św Ojca Pio, Przemyśl
3 miejsce	Kamil Kuć , Wojewódzki Szpital im. św. Ojca Pio, Przemyśl
DERMATOLOG ROKU	
1 miejsce	Barbara Łopacka , Prywatny Gabinet Lekarski Barbara Łopacka, Sanok
2 miejsce	Elżbieta Szmacińska , Powiatowy Szpital Specjalistyczny, Stalowa Wola
3 miejsce	Małgorzata Krasoń , Specjalistyczny Gabinet Dermatologiczny, Dębica
LARYNGOLOG ROKU	
1 miejsce	Katarzyna Ura-Sabat , Prywatny Gabinet Laryngologiczny, Tarnobrzeg

2 miejsce	Konrad Gilek , Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej, Rzeszów
3 miejsce	Sylwia Warzybok-Bajda , ZOZ nr 2, Rzeszów
PSYCHIATRA ROKU	
1 miejsce	Teresa Adamczyk , Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny, Jarosław
2 miejsce	Aleksandra Mazur , Prywatny Gabinet Psychiatryczny, Sanok
3 miejsce	Iwona Gawron-Haduch , Specjalistyczna Praktyka Lekarska Lek. Iwona Gawron-Haduch, Brzozów
PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU	
1 miejsce	Hubert Podgórnny , Gabinet Zdrowia Psychicznego i Psychoterapii Hubert Podgórnny, Rzeszów
2 miejsce	Edyta Wojtowicz , Podkarpacki Ośrodek Seksuologii i Psychoterapii, Rzeszów
3 miejsce	Magdalena Bukała-Ziaja , My Therapy Clinic, Rzeszów
RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU	
1 miejsce	Sebastian Radzik , Transport sanitarny Pogotowie Medyczne - Sebastian Radzik, Dębica
2 miejsce	Maciej Zięba , Bieszczadzkie Pogotowie Ratunkowe, Sanok
3 miejsce	Henryk Warenic , Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej, Leżajsk
FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU	
1 miejsce	Iwona Visor , Apteka Świat Zdrowia, Zaczernie
2 miejsce	Katarzyna Jagiełło , Apteka Słoneczna, Dębica
3 miejsce	Justyna Bar-Koźlak , Punkt Apteczny Familijny, Łączki Kucharskie
RADIOLOG/TECHNIK ELEKTROADIOLOG ROKU	
1 miejsce	Hubert Polak , Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej, Rzeszów
2 miejsce	Celina Uzar , Alfa Medica Clinic, Mielec
3 miejsce	Joanna Rusin , Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Fryderyka Chopina, Rzeszów
MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU	
1 miejsce	Dorota Kolano , Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska, Rzeszów
2 miejsce	Jakub Dzik , SPZZOZ, Nowa Dęba
3 miejsce	Teresa Witusik , NZOZ CDOP Libra, Jasło
SZPITAL ROKU	
1 miejsce	Wojewódzki Szpital im. św. Ojca Pio , Przemyśl, Monte Cassino 18
2 miejsce	Szpital Chorób Płuc i Opieka Długoterminowa im. św. Jana Pawła II , Górnó, Rzeszowska 5
3 miejsce	Zespół Opieki Zdrowotnej , Dębica, Krakowska 91

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl



strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Rak szyjki macicy

Na ten nowotwór co roku zapada blisko 3 tysiące Polek, a umiera prawie 1,5 tysiąca. Pierwsze objawy tego schorzenia bywają niespecyficzne, dlatego łatwo pomylić

je z symptomami zaburzeń hormonalnych, infekcji intymnej lub napięcia przedmiesiączkowego. Profilaktyka opiera się na regularnym wykonywaniu cytologii, która pozwala wcześniej wykryć nieprawidłowe komórki.

ZA TYDZIEŃ:

- Czy istnieje zdrowa pizza, a jeśli tak, to która jest najzdrowsza i ile ma kalorii?
- Ten rak rozwija się latami. Chirurg onkolog wskazuje, które badania mogą uratować życie.



W co pakować żywność, żeby nie szkodzić zdrowiu i środowisku?

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Z plastikowych opakowań i foliowych torebek korzystamy na co dzień. Nie zdajemy sobie jednak sprawy, że razem z kanapką zapakowaną w folię zjadamy miliony drobinek mikroplastiku.

Plastik, czyli syntetyczne tworzywa sztuczne, nazywane tworzywami polimerowymi, powstaje z paliw kopalnych, a przede wszystkim z ropy naftowej. W wyniku jej rozkładu powstają węglowodory takie jak m.in. etylen, propylen i butylen, a z nich produkowany jest politereftalan etylenu (PET), polipropylen (PP) czy polietylen (PE). Z tych tworzyw powstają nie tylko torebki foliowe i plastikowe butelki czy pojemniki na żywność, ale też sztućce, ubrania, zabawki dla dzieci czy sprzęty domowe.

Wyprodukowanie jednej foliowej torebki trwa zaledwie kilka sekund, użytkowanie jej zwykle ogranicza się do 20-30 minut, bo jest ona potrzebna tylko po to, aby przynieść zakupy do domu. Jednak taka foliowa reklamówka rozkłada się nawet 400 lat. W tym czasie zalega na wysypiskach śmieci lub trafia do gleby, rzek i mórz, gdzie zagraża nie tylko zwierzętom, ale też ludziom.

Używanie plastiku nie jest dla nas obojętne

Szczególnie pakowanie żywności w foliowe reklamówki czy plastikowe lub styropianowe pojemniki sprawia, że drobine mikroplastiku przedostają się do jedzenia, a więc zjadamy je wraz z naszym daniem.

Cząsteczki te są bardzo małe, dzięki czemu swobodnie przedostają się do krwi, wraz z którą trafiają do każdej komórki w naszym ciele oraz do wszystkich narządów. Badanie opublikowane w 2022 roku pozwoliło wykryć obecność cząstek o wielkości zaledwie 0,0007 mm w ludzkiej krwi. W badanych próbkach znaleziono plastik PET, powszechnie



Na zakupy warto zabierać ze sobą opakowania z materiałów naturalnych i biodegradowalnych

używany do produkcji butelek na wodę i napoje, a także polistyren, czyli popularny styropian, oraz polietylen, z którego wykonane są plastikowe torby na zakupy.

Do tej pory odkryto, że krążące w organizmie cząsteczki plastiku negatywnie oddziałują na jego funkcje.

Jedno z badań wykazało, że mikroplastiki mogą łączyć się z czerwonymi krwinkami i ograniczać ich zdolność do transportu tlenu.

Krążąc w organizmie i prawdopodobnie kumulując się w organach, powodują szereg negatywnych skutków, takich jak: stany zapalne, nowotwory, alergie, zaburzenie równowagi hormonalnej, problemy z płodnością, spadek odporności organizmu, choroby układu nerwowego, zaburzenia pracy serca, otyłość czy cukrzyca.

Nie jesteśmy w stanie pozbyć się plastiku całkowicie, ale możemy znacznie ograniczyć używanie go, zamieniając plastikowe opakowania na te z materiałów naturalnych i biodegradowalnych wielokrotnie go użytku.

Torby papierowe

Taka torba zwykle wykonana jest z papieru z recyklingu, łatwo ją więc zutylizować, a także wykorzystać kolejny raz nie tylko w tej samej postaci, ale również już po jej zużyciu. Torby papierowe do-

stępne są już niemal w każdym sklepie i supermarkecie, warto jednak raz kupionej torby używać wielokrotnie i zabierać ją ze sobą na zakupy.

Można ją również wykorzystać do przechowywania suchych produktów, takich jak orzechy lub kasze.

Kartonowe pudełka

W supermarkecie można również skorzystać z kartonowych pudełek, w których na sklepowych półkach wystawiane są drobne produkty, takie jak np. masło, jogurty czy kasze.

Pudełka wykonane z papieru świetnie sprawdzają się jako pojemnik na zakupy, zwłaszcza gdy jeździmy po nie samochodem. Są one sztywne, dzięki czemu produkty się nie pogniotą i nie rozsypią w bagażniku auta.

Torby materiałowe

Można je kupić lub uszyć samodzielnie z bluzki czy poszewki na pościel. Dzięki temu nie tylko uchronisz się przed szkodliwym wpływem plastiku na zdrowie, ale też będziesz jeszcze bardziej ekologicznie (zero marnowania). Torbę można prać i używać wielokrotnie. Należy tylko pamiętać, żeby nosić ją zawsze przy sobie.

Woreczki na warzywa i owoce

Warto zaopatrzyć się w woreczki na owoce i warzywa wykonane z naturalnych materiałów, takich jak bawełna, juta, len czy włókna bambusowe. Często są one wykonane w formie przezroczystej siatki, dzięki czemu widać, co zostało w nich umieszczone. To ułat-

wia zważenie produktu na kasie bez konieczności wyjmowania go z siatki. Worki mogą również służyć do przechowywania produktów w domu, a nawet być wykorzystywane np. do prania.

Koszyki wiklinowe

Wiklina jest naturalnym materiałem, który bez trudu rozkłada się w środowisku. Jest trwała, a kosz wiklinowy także stylowo się prezentuje.

Pomieści on spore zakupy i ochroni je przed uszkodzeniem czy zgnieceniem, ponieważ w przeciwieństwie do zwykłej foliówki jest sztywny i wytrzymały. Kosz wiklinowy wykorzystasz wielokrotnie na różne sposoby, ponieważ oprócz zakupów możesz go również zabrać do lasu na grzyby czy na piknik na łonie natury.

Nie tylko bóle brzucha. Pierwsze objawy raka szyjki macicy są bardzo dyskretne

Agata Siemaszko
agata.siemaszko@polskapress.pl

Rak szyjki macicy to częsty kobiecy nowotwór, atakujący coraz młodsze osoby. Profilaktyka tego schorzenia opiera się na regularnym wykonywaniu cytologii.

Rak szyjki macicy to złośliwy nowotwór, który dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodszych pacjentek.

Pierwsze objawy tego schorzenia bywają niespecyficzne, dlatego łatwo pomylić je z symptomami zaburzeń hormonalnych, infekcji intymnej lub napięcia przedmiesiączkowego.

Jak rozwija się rak szyjki macicy?

To złośliwy nowotwór, który dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodszych pacjentek. Co roku zapada na niego blisko 3 tys. Polek, a umiera prawie 1,5 tysiąca.

Nowotwór ten najczęściej rozwija się wskutek zakażenia wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV). Atakuje on komórki nabłonka szyjki macicy, a następnie uszkadza je i powoduje bardzo szybki oraz niekontrolowany rozrost komórek o nieprawidłowej budowie.

Zanim dojdzie do rozwoju raka szyjki macicy, można zaobserwować wewnątrzna-błonkową dysplazję, czyli nieprawidłowość w budowie ko-



Rak szyjki macicy dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia

mórek wyścielających szyjkę. Szacuje się, że od momentu wykrycia dysplazji a pojawienia się nowotworu upływa od trzech do dziesięciu lat. Dlatego bardzo ważne jest regularne wykonywanie badań profilaktycznych, w tym badania cytologicznego, które stanowi najdokładniejszą metodę diagnostyczną w kierunku raka szyjki macicy.

Główne czynniki rozwoju raka szyjki macicy

Ginekologdy i onkolodzy sugerują, że największy wpływ na pojawienie się tego typu nowotworu mają:

- zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV),
- wczesne rozpoczęcie współżycia,
- duża liczba partnerów seksualnych,
- długoletnie stosowanie antykoncepcji hormonalnej,
- choroby weneryczne, w tym zakażenie chłamydią, rzęsistkiem pochwowym czy kiłą.

Nie ma jednego i skutecznego sposobu zapobiegania rozwojowi złośliwego nowotworu szyjki macicy, jednak najważniejszym elementem profilaktyki jest regularne wykonywanie cytologii. Takie badanie warto wykonywać przynajmniej raz na trzy lata, a najlepiej co roku. Wykrycie raka w I stopniu daje 98 proc. szansę na pełne wyleczenie - informuje Ministerstwo Zdrowia.

Kolejnym elementem profilaktyki są szczepienia przeciwko HPV, które należy wykonać u dziewczynek między 11. a 12. rokiem życia. Szczepionka nie leczy istniejącego już zakażenia, jednak z dużą skutecznością zmniejsza ryzyko zakażenia wirusem HPV, co dodatkowo obniża ryzyko rozwoju raka szyjki macicy.

Te symptomy mogą oznaczać nowotwór kobiecy

Pierwszym objawem raka szyjki macicy są zaburzenia cyklu miesiączkowego. Kobiety z tym rodzajem nowotworu najczęściej skarżą się na przedłużające się, a także bardziej obfite krwawienia. Dodatkowo niekiedy kobiety mogą zaobserwować drobne skrzepy we krwi miesiączkowej. Jednak ten objaw nie musi oznaczać od razu raka, ponieważ może sugerować zaburzenia hormonalne, endometriozę lub mięśniaki macicy.

Kolejnym niecharakterystycznym objawem złośliwego nowotworu szyjki macicy są krwawienia śródcykliczne.

Takie plamienie trwa zazwyczaj 1-2 dni, a kolor krwi jest czerwony, rzadziej brązowy. Niepokojącym objawem, który powinien skłonić do bezzwłocznej wizyty u ginekologa, jest krwawienie u kobiet po menopauzie.

Niepokojącym objawem, który może sugerować rozwój

raka szyjki macicy, jest silny ból podczas współżycia. Jednak ta dolegliwość może świadczyć również o innych schorzeniach, w tym wadach anatomicznych układu rodniczego, endometriozie, stanach zapalnych pochwy i zakażeniach bakteryjnych. Dodatkowo ból podczas współżycia może pojawiać się wskutek stresu lub zaburzeń psychicznych.

Nawracający ból, a także krwawienie po stosunku powinno skłonić kobiety do wizyty u ginekologa w celu poszerzenia diagnostyki.

Parcie na pęcherz i częste oddawanie moczu to kolejne symptomy, które pojawiają się u kobiet z nowotworem szyjki macicy. Dodatkowo można zaobserwować ból podczas mikcji, a w zaawansowanym stadium choroby niekiedy pojawia się krew w moczu.

Częsta potrzeba korzystania z ubikacji nie musi od razu oznaczać raka, ponieważ to również powszechny objaw zapalenia dróg moczowych.

Kobiety z rakiem szyjki macicy często skarżą się również na dyskomfort brzucha i okolicy lędźwiowej, który przypomina objawy napięcia przedmiesiączkowego.

Ten symptom pojawia się również w wyniku endometriozy, dlatego w przypadku nawracających dolegliwości, które uniemożliwiają codzienne funkcjonowanie, warto skonsultować się z ginekologiem.



Objawy problemów oddechowych można łagodzić za pomocą ziół

Łagodzą kaszel. Pomogą przy alergiach i infekcjach

Anna Rokicja-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Jak naturalnie oczyścić zatoki, płuca i oskrzela, by je wzmocnić i zmniejszyć stan zapalny? Te rośliny sprawią, że odetchniesz z ulgą.

1. Hyzop

Ziele hyzopu lekarskiego (*Hyssopus officinalis*), czyli kwitnące szczyty pędów, zawiera substancje o działaniu przeciwzapalnym i wykrztuśnym, a także antyseptycznie i ściągająco. Roślina jest polecana przy przewlekłym zapaleniu oskrzeli oraz astmie oskrzelowej, choć również stosowana w kuchni jako przyprawa. Warto pamiętać, że sięganie po niego nie jest wskazane w ciąży i w przypadku epilepsji, a także alergii na jasnotowate.

2. Ślęzy

Rośliny ślázowate (ślazy), takie jak śláz dziki (*Malva sylvestris*, na zdjęciu), prawośláz lekarski (*Althaea officinalis*) czy malwa czarna, inaczej ogrodowa - czyli prawośláz różowy (*Althaea rosa*) łączy jedna ważna cecha: obfitują w substancje śluzowe, zawarte w kwiatach, korzeniu i/lub liściach. Działają one osłaniająco i powlekająco na śluzówkę, łag-

godząc podrażnienia i suchość, a przez to odruch kaszlu, a także wspomagając gojenie stanów zapalnych jamy gardła, krtani i oskrzeli.

3. Eukaliptus

Liście eukaliptusa gałkowego (*Eucalyptus globulus*), czyli jego ziele, obfitują w lotny olejek o działaniu na oskrzela, które polega na zmniejszaniu wydzielania śluzu i jego lepkości. Upłynnia wydzielinę i działa rozkurczowo, ułatwiając jej odprowadzanie. Właściwości przeciwkaszlowe w połączeniu z tymi antyseptycznymi i przeciwzapalnymi czynią eukaliptusowy olejek eteryczny szczególnie skutecznym w leczeniu chorób oddechowych, zwłaszcza dotyczących oskrzeli, gardła i nosa. Ziele i olejek poleca się w krótkotrwałych kuracjach.

4. Miodunka

Ziele miodunki plamistej (*Pulmonaria officinalis*) zawiera składniki o działaniu wykrztuśnym, osłaniającym i słabo ściągającym, czyli ograniczającym przekrwienie błon śluzowych. Natomiast związki krzemu wzmacniają tkanki płuci i wspierają regenerację ich uszkodzeń. Zaleca się, by stosować ją u osób dorosłych jako składnik mieszanek.



Liść babki lancetowatej zawiera cenne antyoksydanty o działaniu przeciwzapalnym i rozkurczającym oskrzela

WARTO WIEDZIEĆ

Czym jest cytologia?

Cytologia jest procedurą przesiewową w kierunku raka szyjki macicy. Sprawdza obecność komórek przedrakowych lub rakowych z tarczy i kanału szyjki macicy. Podczas badania komórki z szyjki macicy są delikatnie zdrapywane, a następnie badane pod kątem „nienormalnego wzrostu” - karcynogenezy. Procedurę przeprowadza się w gabinecie ginekologicznym. Może to być niekomfortowe badanie, ale zwykle nie powoduje większego bólu.

W przychodniach rośnie problem, o którym mało się mówi. 143 dni wstydu



W Polsce średni czas oczekiwania na wizytę u psychologa na NFZ wynosi obecnie niemal pięć miesięcy. W przypadku psychoterapii kolejki bywają jeszcze dłuższe – od kilku miesięcy do kilku lat

Barbara Wesola
barbara.wesola@polskapress.pl

Coraz lepiej rozumiemy, że zdrowie psychiczne jest równie ważne jak fizyczne – że każdy z nas je posiada, choć bywa w lepszej lub gorszej kondycji.

Wymaga profilaktyki, diagnostyki, czasem leczenia na ostrym dyżurze, a czasem leczenia przez całe życie. Problem polega na tym, że choć społeczna świadomość rośnie, dostęp do specjalistycznej pomocy w publicznym systemie ochrony zdrowia wciąż pozostaje mocno ograniczony. Skala wyzwania jest duża.

Niemal połowa dorosłych Polek i Polaków doświadczyła w swoim życiu objawów obniżonego nastroju, a 23 proc. badanych deklaruje takie objawy w momencie badania – wynika z raportu „Dobrostan psychiczny w Polsce”, przygotowanego przez Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk.

To pokazuje, że problemy ze zdrowiem psychicznym nie są zjawiskiem marginalnym, lecz dotyczą znacznej części społeczeństwa.

Psycholog, psychoterapeuta czy psychiatra stanowią ważny, ale wciąż niedoceniany element systemu zdrowia.

W poradniach działających w ramach NFZ gabinet psychologa lub psychoterapeuty nie jest standardem, a kolejki do po-

radni zdrowia psychicznego potrafią trwać miesiącami. W efekcie coraz więcej osób decyduje się na prywatną pomoc, gdzie o termin jest łatwiej. Wielu jednak zrezygnuje z niej ze względu na koszty.

Psycholog, psychoterapeuta, psychiatra

Choć te role często się przenikają, różnice między nimi są istotne, zwłaszcza na początku drogi po pomoc.

Psycholog zajmuje się przede wszystkim diagnozą i oferuje konsultacje psychologiczne, doradcze. Nie przepisuje leków ani nie wystawia zwolnień lekarskich. Często to pierwszy specjalista, do którego trafiają osoby z pogorszeniem samopoczucia.

Psychoterapeuta prowadzi regularną terapię – zwykle długoterminową – ukierunkowaną na zmiany utrwalonych wzorców myślenia, emocji i zachowań. Jest wiele nurtów terapeutycznych, a zarówno psychologowie, jak i terapeuci chętnie sięgają po dodatkowe szkolenia i badania, aby jak najbardziej holistycznie wspierać swoich klientów i pacjentów.

Psychiatra jest lekarzem, diagnozuje medycznie zaburzenia psychiczne, przepisuje leki, może wystawić L4 lub skierować na hospitalizację.

W praktyce leczenie często łączy kilka form pomocy: farmakoterapię, psychoterapię i wsparcie psychologiczne.

Coraz częściej spotyka się także psychoterapeutów z wykształceniem psychologicznym, którzy w swojej praktyce łączą wiedzę i metodykę z obu dziedzin.

Jak długo czeka się na wizytę?

W Polsce nie istnieje rejestr liczby psychologów i psychote-

rapeutów pracujących w ramach NFZ. Szacunki wskazują, że choć ogółem działa kilkanaście tysięcy specjalistów, w publicznym systemie jest ich zdecydowanie za mało, a luka terapeutyczna obejmuje znaczną część potrzebujących.

Średni czas oczekiwania na wizytę u psychologa na NFZ wynosi obecnie około 143 dni, czyli niemal pięć miesięcy. Różnice regionalne są ogromne: od kilkudziesięciu dni w niektórych województwach do ponad 200 dni w innych. W przypadku psychoterapii kolejki bywają jeszcze dłuższe: od kilku miesięcy do nawet dwóch lat.

Dostęp do psychiatrii bywa nieco lepszy niż do psychoterapii, ale też nierówny.

W części regionów możliwe są wizyty w ciągu kilku, kilkunastu dni, w dużych miastach terminy sięgają jednak kilku miesięcy.

Szczególnie trudna jest sytuacja dzieci i młodzieży. Choć w niektórych poradniach terminy są dostępne w ciągu kilku dni, w dużych aglomeracjach rodzice słyszą o oczekiwaniu licznym w miesiącach, a nawet ponad rok.

Jednocześnie badania pokazują, że najwyższe nasilenie objawów depresyjnych dotyczy osób w wieku od 18 do 24 lat.

Polska należy do krajów z najniższą liczbą psychiatrów i psychologów na 100 tysięcy mieszkańców w Europie.

Kamica nerkowa powiązana z rakiem nerki? Sprawdź, czy masz powody do obaw

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

Kamienie nerkowe to problem znany lekarzom od dawna, ale w ostatnich latach coraz częściej pojawia się w kontekście chorób nowotworowych.

Powód jest prosty: kamica zwykle wymaga regularnych kontroli i badań obrazowych, dlatego łatwiej zauważyć inne nieprawidłowości w obrębie nerek.

Kamica nerkowa pod lupą badaczy

W najnowszym przeglądzie systematycznym i metaanalizie autorzy dokonali kompleksowego przeszukania baz danych MEDLINE, EMBASE oraz CENTRAL, obejmującego publikacje dostępne do grudnia 2024 roku.

Do analizy włączono 13 badań obserwacyjnych, w których porównywano osoby z przebytą kamicą nerkową z osobami bez takiego wywiadu. W większości badań stwierdzono wyższe ryzyko raka nerki u pacjentów z kamicą nerkową, przy czym zależność tę potwierdzono w 11 z 13 analiz.

Związek ten był widoczny zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn, oraz w różnych grupach wiekowych. Co istotne, utrzymywał się niezależnie od rodzaju badania czy kraju, w którym było prowadzone.

Rola tomografii komputerowej a rak nerki

Największe różnice dotyczyły badań opublikowanych w ostatnich latach. W nowszych analizach związek kamicy z rakiem nerki był znacznie silniejszy niż w starszych.

Jednym z możliwych wyjaśnień jest coraz częstsze stosowanie tomografii komputerowej. To badanie pozwala bardzo dokładnie ocenić nerki i często ujawnia niewielkie guzy, które wcześniej pozostałyby niezauważone. U osób z kamicą takie badania wykonuje się znacznie częściej niż w populacji ogólnej.

Autorzy badań zwracają uwagę, że osoby pozostające pod czynną obserwacją z powodu kamicy nerkowej są znacznie częściej poddawane badaniom tomografii komputerowej – nawet dziesięciokrotnie częściej niż osoby, które nie borykają się z tym problemem zdrowotnym.

Czułość zamiast strachu

Ponieważ promieniowanie jonizujące jest uznanym czynnikiem rakotwórczym, nie można wykluczyć, że obserwowany wzrost ryzyka raka nerki jest częściowo związany z intensywniejszą diagnostyką obrazową. Jednocześnie podkreślono, że zależność ta wymaga dalszych badań, które pozwolą odróżnić wpływ ekspozycji na promieniowanie od możliwych mechanizmów biologicznych łączących kamicę nerkową z rozwojem nowotworu.

Autorzy podkreślają, że uzyskane wyniki nie uzasadniają rutynowych badań przesiewowych u wszystkich pacjentów z kamicą nerkową. Wskazują raczej na potrzebę zwiększonej czułości klinicznej i dokładniejszego monitorowania chorych, tak aby w razie podejrzenia nowotworu szybciej rozpocząć diagnostykę.

Zwracają również uwagę, że dalsze badania są konieczne, by lepiej wyjaśnić źródło tej zależności i ustalić optymalne postępowanie.



Kamica wymaga od pacjentów regularnych kontroli i badań obrazowych

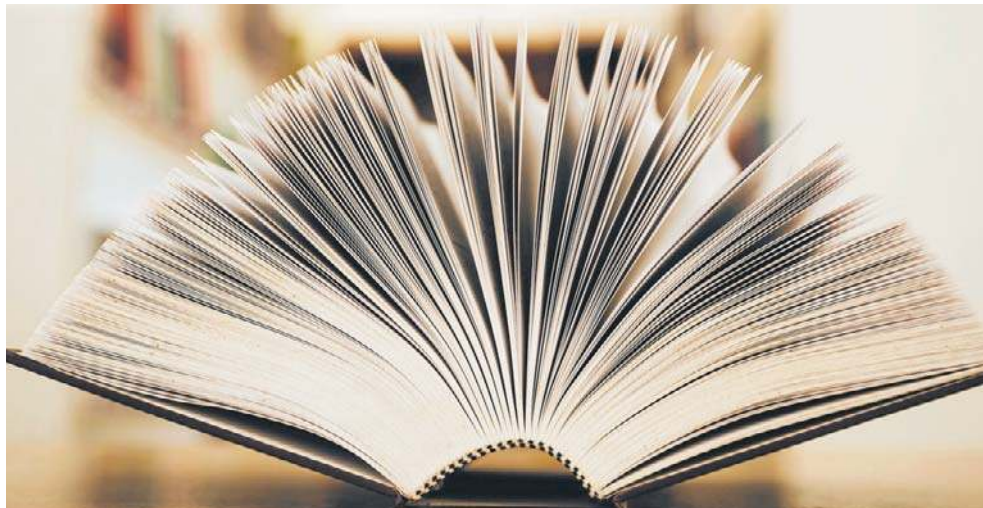
Nowe zasady pisowni. Bezpłatna pomoc ma ułatwić przyjęcie reformy

opr. Katarzyna Mazur
wydawcy@nowiny24.pl

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego zapowiada udostępnienie pod koniec roku dużego, bezpłatnego słownika ortograficznego uwzględniającego nowe zasady pisowni.

Publikacja ma być jednym z głównych elementów domknięcia reformy ortografii, która weszła w życie z początkiem roku i objęła kilkanaście zmian istotnych dla wszystkich użytkowników języka polskiego. Jak wskazują językoznawcy, to największa zmiana zasad pisowni w języku polskim od ponad 90 lat i jedna z bardziej rozległych reform ortograficznych w ostatnich latach w krajach słowiańskich.

Jak poinformowała wiceminister nauki i szkolnictwa wyższego Karolina Ziolo-Pużuk, w maju ubiegłego roku Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego zleciło Instytutowi Języka Polskiego PAN realizację projektu „Zmiana zasad pisowni polskiej w 2026



Bezpłatny słownik ortograficzny z nowymi zasadami ma powstać do końca roku

roku - Opracowanie dużego słownika ortograficznego języka polskiego zgodnie z nowymi zasadami pisowni i upowszechnianie informacji o zmianach w szerokich kręgach społecznych”. Na jego realizację przeznaczono 1,3 mln zł. - Nasze finansowanie poszło na realizację tego projektu, to dokończenie tej reformy pod względem naukowym, czyli zarówno badania

naukowe związane właśnie z tą reformą, jak i na jej upowszechnianie (...). Jeśli wprowadza się tak dużą i ważną zmianę dla każdego użytkownika języka, ta zmiana musi być dla każdego powszechnie dostępna. Dlatego te informacje oraz słownik, który ukaże się pod koniec tego roku, będzie darmowy. Nie będzie żadnej bariery w tym, żeby dokładnie poznać te zasady - po-

wiedziała Karolina Ziolo-Pużuk.

Słownik obejmie ponad 100 tysięcy haseł i będzie dostępny online, w aplikacji mobilnej oraz w wersji drukowanej. Prace prowadzi zespół ekspertów, w którym znaleźli się m.in. przewodnicząca Rady Języka Polskiego prof. Katarzyna Kłosińska, prof. Iwona Burkacka oraz prof. Piotr Żmigrodzki.

Jedną z najbardziej widocznych zmian jest nowy zapis nazw mieszkańców miast, dzielnic, osiedli i wsi. Od 1 stycznia pisze się je wielką literą, analogicznie do nazw mieszkańców regionów i państw. Poprawne są więc formy: Warszawianin, Krakowianin, Rzeszowianin.

Zmodyfikowano także zasady zapisu nazw marek i wyrobów przemysłowych. Wielką literą zapisuje się nie tylko nazwy firm i modeli, ale również nazwy pojedynczych egzemplarzy, np. „Pod oknem zaparkował czerwony Ford”.

Nowe reguły obejmują również przymiotniki tworzone od nazw osobowych. Piśze się je małą literą niezależnie od tego, czy mają znaczenie dzierżawcze, czy jakościowe, np. dramat szekspirowski, epoka zygmuntońska, koncert chopinowski. Zmiana dotyczy także pisowni cząstki „nie” z przymiotnikami i przysłówkami odprzymiotnikowymi. Zgodnie z nowymi zasadami zapis łączny obowiązuje we wszystkich stopniach, np. niemilszy, nienajmilszy,

nielepiej, nienajlepiej, nienajstaranniej.

Od 1 stycznia zmieniono zakres użycia wielkich liter w nazwach obiektów przestrzeni publicznej. Wielką literą zapisuje się m.in. wyrazy: aleja, brama, plac, park, kościół, pałac, zamek, most czy cmentarz. Małą literą pozostaje jedynie „ulica”. Poprawne są więc zapisy: ulica Piłsudskiego, Aleja Róż, Plac Zbawiciela, Park Kościuszki, Kościół Mariacki, Pałac Staszica czy Cmentarz Rakowicki. Zmiany objęły również wielowyznawcze nazwy lokali usługowych i gastronomicznych. Wielką literą zapisuje się wszystkie człony nazw, z wyjątkiem przymków i spójników, np. Kawiarnia Literacka, Apteka pod Orłem, Hotel pod Różą.

Wprowadzono także jednolitą pisownię cząstek niby- i quasi-. Z wyrazami pisanymi małą literą stosuje się zapis łączny, np. nibyartysta czy quasinauka. Przed wyrazami zapisywanymi wielką literą zachowana została pisownia z łącznikiem, np. niby-Polak, quasi-Anglia.

Źródło: PAP

REKLAMA

0011463727



Rekrutacja do klasy pierwszej

Szkoły Podstawowej

im. św. Jana Pawła II Sióstr Prezentek w Rzeszowie
na rok 2026/27

- Wychowujemy w duchu chrześcijańskim
- Wspomagamy zainteresowania
- Uczymy efektywnie



ZAPRASZAMY

Szczegóły na stronie szkoły

www.prezentek.edu.pl



REKLAMA

0011466847



Oddział w Rzeszowie
ul. Legionów 20
35-959 Rzeszów



ul. Jana Niemier-
skiego 4
35-307 Rzeszów

OGŁOSZENIE

BUDOWA DROGI ŁĄCZĄCEJ OBWODNICĘ NOWEJ DĘBY Z OBWODNICĄ KOLBUSZOWEJ W CIĄGU DK9, ODCINEK: KOMORÓW – CMOLAS

Promost Consulting działając w imieniu Inwestora:

Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych

i Autostrad Oddział w Rzeszowie, informuje, że zakończona została Akcja Informacyjna dla społeczeństwa przeprowadzona w dniach 26 sierpnia – 25 września 2025 r. w ramach opracowywanej dokumentacji projektowej pn. Wykonanie Studium Techniczno-Ekonomiczno-Środowiskowego (STEŚ) oraz Materiałów do wniosku o wydanie Decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach (DŚU) dla zadania pn.: Budowa drogi łączącej obwodnicę Nowej Dęby z obwodnicą Kolbuszowej w ciągu DK9 (odc. Komorów Cmolas)

- Etap I Wstępna analiza przebiegu

W wyniku przeprowadzonej Akcji Informacyjnej, tj. spotkań informacyjnych przeprowadzonych w dniach 10-11.09.2025 r. oraz otrzymanej korespondencji od społeczeństwa, a także zainteresowanych instytucji oraz jednostek samorządowych, sporządzony został Raport z Akcji Informacyjnej, który jest dostępny do wglądu w siedzibach Urzędów Gmin Majdan Królewski, Cmolas oraz Kolbuszowa, a także na stronie internetowej GDDKiA Oddział w Rzeszowie pod adresem:

<https://www.gov.pl/web/gddkia-rzeszow/budowa-drogi-laczacej-obwodnice-nowej-deby-z-obwodnica-kolbuszowej>

ZAPRASZAMY DO ZAPOZNANIA SIĘ Z RAPORTEM

REKLAMA

0011469572

OGŁOSZENIE O SPRZEDAŻY DZIAŁEK NIEZABUDOWANYCH

Syndyk masy upadłości w postępowaniu upadłościowym INSTALBUD-RZESZÓW Sp. z o.o. z s. w Rzeszowie ogłasza przetarg na sprzedaż nieruchomości niezabudowanych położonych w obrębie Rudna Mała, gmina Głogów Małopolski, woj. podkarpackie, dla których prowadzona jest KW nr RZ1Z/00143982/7, tj.:

- Nieruchomość nr 1** składająca się z działek nr 3364 o pow. 0,1594 ha, nr 3370 o pow. 0,2079 ha, nr 3371 o pow. 0,1185 ha, **których łączna cena wywołania wynosi 250.000,00 zł**
- Nieruchomość nr 2** składająca się z działek nr 3383 o pow. 0,1144 ha, nr 3384 o pow. 0,1175 ha, **których łączna cena wywołania wynosi 225.000,00 zł**
- Nieruchomość nr 3** składająca się z działki nr 3385 o pow. 0,1290 ha, **której cena wywołania wynosi 125.000,00 zł**
- Nieruchomość nr 4** składająca się z działek nr 3389 o pow. 0,1006 ha, nr 3390 o pow. 0,1006 ha, **których łączna cena wywołania wynosi 175.000,00 zł**
- Nieruchomość nr 5** składająca się z działki nr 3391 o pow. 0,1108 ha, **której cena wywołania wynosi 100.000,00 zł**

Regulamin przetargu dostępny jest w biurze Syndyka, ul. Geodetów 1, pok. 228, 35-328 Rzeszów, oraz na stronie internetowej www.restrukturyzacje.rzeszow.pl w zakładce Przetargi INSTALBUD-RZESZÓW.

Oferty na zakup można składać w zapieczętowanej kopercie z napisem: „Przetarg – RZ1Z/GUp/13/2022 – Działki – INSTALBUD-Rzeszów Sp. z o.o. w Rzeszowie – NIE OTWIERAĆ” do Biura Syndyka, ul. Geodetów 1, pok. 228, 35-328 Rzeszów, w terminie do 16 lutego 2026 r. (decyduje data nadania wg stempla pocztowego).

Bliższe informacje można uzyskać pod nr tel. 601 367 208. Oględzin przedmiotu sprzedaży można dokonać po wcześniejszym uzgodnieniu terminu pod nr. tel. 607 625 236.

AUTOREKLAMA

REKLAMA

0011469441

OBWIESZCZENIE

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (t. j. Dz. U. z 2025r. poz. 1691) w związku z art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t. j. Dz. U. z 2024 r. poz. 311),

STAROSTA JASIELSKI

ZAWIADAMIA

o wszczęciu postępowania administracyjnego

znak: **AB.6740.1.87.2025**

na wniosek Burmistrza Miasta Jasła z/s 38-200 Jasło, ul. Rynek 12, z dnia 19.12.2025 r. w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Budowa ul. Lawendowej w Jaśle”, na działkach ewid.:

1. DZIAŁKI WCHODZĄCE BEZ PODZIAŁU POD INWESTYCJĘ DROGOWĄ: (położone w liniach rozgraniczających teren)

nr ewid. **50/3, 50/4** w obr. ewid. **0013 Wądoły**, jedn. ewid. Jasło - miasto.

2. DZIAŁKI DZIELONE POD INWESTYCJĘ DROGOWĄ:

(położone częściowo w liniach rozgraniczających teren)

L.p.	Działki przed podziałem	Działki po podziale	Działki przeznaczone pod pas drogowy
1.	nr ewid. 49/1	49/5, 49/6	49/6
2.	nr ewid. 52/1	52/3, 52/4	52/4
3.	nr ewid. 52/2	52/5, 52/6	52/6
4.	nr ewid. 51/29	51/37, 51/38	51/38
5.	nr ewid. 51/8	51/31, 51/32	51/32
6.	nr ewid. 50/5	50/14, 50/15	50/15
7.	nr ewid. 50/11	50/20, 50/21	50/21
8.	nr ewid. 50/12	50/22, 50/23	50/23
9.	nr ewid. 50/13	50/24, 50/25	50/25
10.	nr ewid. 51/28	51/35, 51/36	51/36

położone w obr. ewid. **0013 Wądoły**, jedn. ewid. Jasło - miasto.

3. DZIAŁKI W TERENIE NIEZBĘDNYM DLA OBIEKTÓW BUDOWLANYCH:

nr ewid. **51/35 (51/28), 50/2, 49/4, 49/3, 49/2, 50/8, 50/7, 51/37 (51/29), 52/3 (52/1), 79/3, 1337/1** obr. ewid. **0013 Wądoły**, jedn. ewid. Jasło - miasto.

Zainteresowani mogą w terminie 21 dni od daty ogłoszenia obwieszczenia zapoznać się z aktami sprawy w lokalu Starostwa Powiatowego w Jaśle, ul. Rynek 18, po wcześniejszym telefonicznym umówieniu terminu, tel. **13 47 420 76** w godzinach pracy Urzędu i w tym terminie złożyć wnioski i zastrzeżenia w sprawie.

Publiczne obwieszczenie nastąpiło w dniu **28.01.2026 r.** Zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie.

REKLAMA

0011469384

OBWIESZCZENIE STAROSTY STAŁOWOWOLSKIEGO o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Działając na podstawie art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 roku – Kodeks postępowania administracyjnego (*tekst jednolity Dz. U. z 2025 roku, poz. 1691*) oraz zgodnie z art. 11d, ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 roku o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (*tekst jednolity Dz. U. z 2025 roku poz. 418*)

z a w i a d a m i a,
że na wniosek: Prezydenta Miasta Stalowej Woli,
ul. Wolności 7, 37-450 Stalowa Wola

w dniu 28 stycznia 2026 roku zostało wszczęte postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na: „**Przebudowie i rozbudowie drogi gminnej ul. Sandomierskiej na terenie Gminy Stalowa Wola**” na działkach nr ewidencyjny: **1559, 1450/3 (1450/10, 1450/11), 1450/6 (1450/12, 1450/13), 1533 (1533/1, 1533/2), 1558 (1558/1, 1558/2), 1577 (1577/1, 1577/2), 1552 (1552/1, 1552/2), 1548/2 (1548/3, 1548/4), 1520 (1520/1, 1520/2), 1560/2 (1560/3, 1560/4), 1580, 1578/1, 1574, 1534/2, 1569/2, 1551/2, 1554/2, 1450/8** obręb 0001 Charzewice w jednostce ewidencyjnej 181801_1 Stalowa Wola.

oznaczenie: (*przed nawiasem podano nr działki ulegającej podziałowi; w nawiasie numery działek po podziale; tłustym drukiem zaznaczono działki przeznaczone pod inwestycję do trwałego zajęcia pod projektowany pas drogowy, podkreśleniem zaznaczono działki przeznaczone do czasowego zajęcia jako teren niezbędny*).

W związku z powyższym informuje się strony, iż w terminie 7 dni od dokonania zawiadomienia o wszczęciu postępowania administracyjnego mogą zapoznać się z aktami sprawy, uzyskać wyjaśnienia w sprawie oraz złożyć ewentualne uwagi i zastrzeżenia w Wydziale Architektoniczno-Budowlanym Starostwa Powiatowego w Stalowej Woli przy ul. Podleśnej 15 (pokój 410) w godzinach urzędowania.

Zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie 14 dni od daty publicznego ogłoszenia.

Z up. Starosty
-/Stanisław Sobieraj
Wicestarosta

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń NOWIN, Rzeszów, ul. Unii Lubelskiej 3,
tel. 17 86 72 330, fax 17, 86-72-343,
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl,
biuro czynne pon.-pt. 8.00 -16.00

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

w Twojej
gazecie
zlecisz bez
wychodzenia
z domu
przez
Internetowe
Biuro
Ogłoszeń

ibo.polskapress.pl

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów
montaż wkładów i nasad - 17 8623831

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

Usługi pogrzebowe

MEMORY, Rzeszów, Jagiellońska 21,
całodobowo 601491271, 17-853-29-22

AUTOPROMOCJA

nowiny
n o w i n y 24.pl

Czwartek
z dreszczykiem

nowiny24.pl

REKLAMA

0011469792

OBWIESZCZENIE

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz. U. z 2025 r. poz. 1691) w związku z art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r.poz. 311)

STAROSTA ŁAŃCUCKI

zawiadamia

o wydaniu decyzji Nr 1/26

z dnia 27.01.2026 r., znak **AB-II.6740.114.2025**

o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: **Rozbudowa drogi powiatowej nr 1542R Albigowa - Sonina od km 2+050,50 do km 2+127,00 wraz z budową i przebudową infrastruktury technicznej w ramach zadania „Rozbudowa drogi powiatowej nr 1542R Albigowa - Sonina od km 2+050,50 do km 2+127,00 w związku z rozbiórka istniejącego i budową nowego obiektu inżynierskiego w miejscowości Wysoka w km 2+091,00”** na terenie działek nr ewid. gr.: **2530/1, 1269/1, 1275/1, 2489/1, 1281/4, 1281/1, 1417, 2492/5, 2529, 1275/3 (1275/2), 1279/1 (1279), 1276/1 (1276)** położonych w obrębie ewidencyjnym Wysoka, jednostka ewidencyjna Gmina Łańcut (pogrubioną czcionką wskazano działki powstałe w wyniku podziału stanowiące projektowany pas drogowy, zaś w nawiasie wskazano numer działki przed podziałem) wraz z określeniem działki lub jej części, z której korzystanie będzie ograniczone: **1281/3** położonej w obrębie ewidencyjnym Wysoka, jednostka ewidencyjna Gmina Łańcut **dla Zarządu Powiatu Łańcuckiego, Łańcut, ul. Mickiewicza 2.**

Z treścią ww. decyzji strony mogą zapoznać się w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Łańcutcie, Łańcut ul. Piłsudskiego 9, pokój nr 43, II piętro, w godzinach 7⁰⁰ - 15⁰⁰.

Pouczenie o przysługujących środkach odwoławczych zawarte jest w ww. decyzji.

strona **zdrowia**



Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

Jest szereg badań, które potwierdzają, że kontakt bosej stopy z ziemią to darmowe lekarstwo na wiele bolączek

Klaudia El Dursi na InstaStories Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Viki Gabor uśmiecha się delikatnie

18-letnia wokalistka zaskoczyła fanów, publikując krótkie nagranie z romantycznej kolacji z ukochanym Giovannim Trojankiem. Widzimy na filmiku delikatnie uśmiechniętą Viki, a potem Giovanniego, który również się uśmiecha, nagrywa partnerkę i... żuje gumę. Piosenkarka ozdobiła wpis białym serduszkami.

Roksana Węgiel spędziła girls day

Piosenkarka zaprosiła swą mamę do Warszawy, aby wzięła udział w jej spocie reklamowym. „Odwiedziła mnie mama, z którą spędziłam girls day. To był super czas! Wybrałyśmy się na spacer, do fryzjera i na kawę” – napisała Roksana pod filmikiem. „Wygłądacie jak dwie krople wody” – zawyrokowali internauci.

Agnieszka Kaczorowska miała kilka dni spokoju

Celebrytka wybrała się na ferie do Karpacza, gdzie towarzyszył jej Marcin Rogacewicz z gromadką swoich dzieci. Kadrami z wypadu podzieliła się z obserwującymi jej Instagrama. Pod fotografiami napisała: „Piękne ferie za nami! Karkonosze skradły nasze serca. Może dlatego, że trafiliśmy na bardzo małą ilość ludzi, a lubimy w spokoju... i może dlatego, że przez 5 dni z 7 było pełne słońce w dzień, a nocą niebo pełne gwiazd. To był dobry czas”. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Sposób na świętego TV Puls, 20:00

Gdy Billy zamiast wymarzonego prezentu znajduje w gwiazdkowej skarpecie bryłę węgla, jego rozczarowanie jest ogromne. Święty Mikołaj, który w ten sposób traktuje dzieci, zasługuje na ukaranie. Nastolatek decyduje się wynająć płatnego mordercę, by ten wytropił Gwiazdora i odplacił mu pięknym za nadobne.

Chrzcziny TVP Kultura, 20:00

Marianna (Katarzyna Figura), gorliwa katoliczka, postanawia wykorzystać chrzcziny najmłodszego wnuka do pojednania skłóconych od lat dzieci. Nieoczekiwanie przeszkodzi jej w tym generał Jaruzelski, który ogłasza tego dnia stan wojenny...

Zielona miła TVN, 20:55

Rozgrywająca się w 1935 r. historia niezwykle więzi strażnika w pawilonie skazanych na śmierć (Tom Hanks) z jednym z osadzonych (Michael Clarke Duncan)... Adaptacja powieści Stephena Kinga o tym samym tytule.

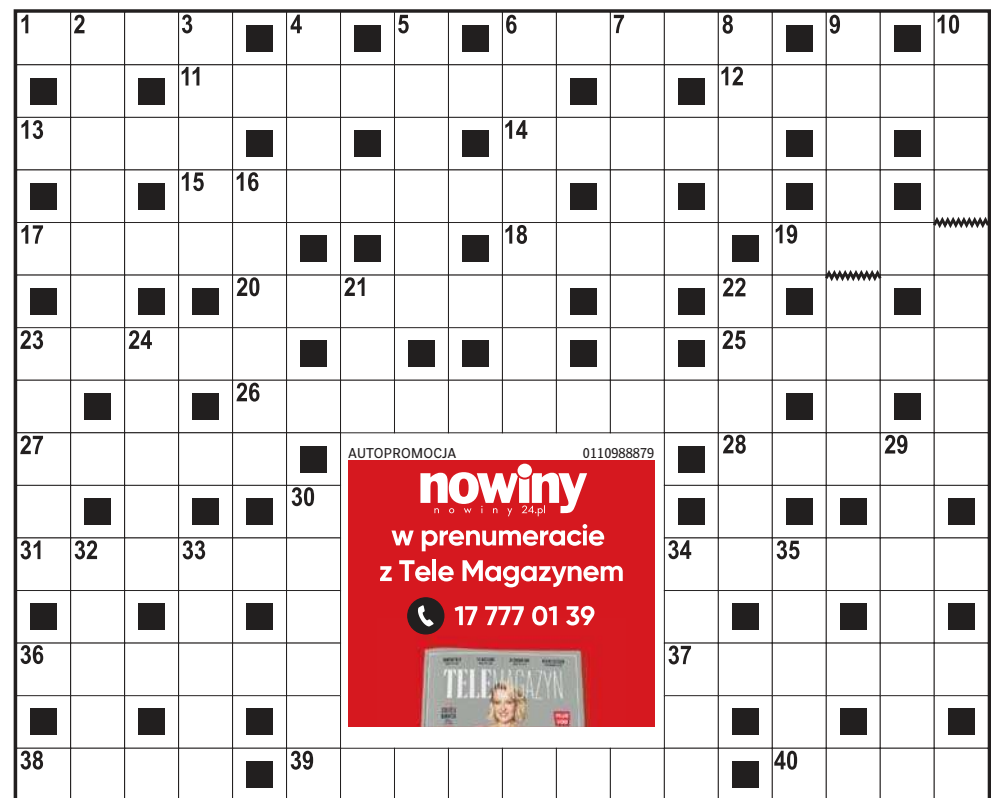
Elon Musk: czy będzie rządził światem? BBC Brit, 22:00

Jakie plany ma Elon Musk? Czy planuje on kształtować przyszłość Stanów Zjednoczonych i zachodnich społeczeństw? Dlaczego zainteresował się Wielką Brytanią i czy, oraz jak, może wpływać na strukturę polityczną państw?

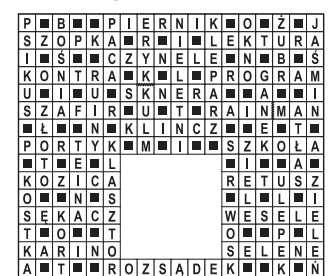
KRZYŻÓWKA NR 14

Poziomo:

- uderza z jasnego nieba,
 - oferowanie towarów na sprzedaż,
 - ozdobna chustka na szyję,
 - początkujący w jakimś zawodzie,
 - roślina do majenia, tatarak,
 - duże wiadro z drewnianych klepek,
 - wysokie obuwie do jazdy konnej,
 - broń Wilhelma Tella,
 - boisko dla Huberta Hurkacza,
 - dokuczliwe zimno, chłód,
 - Małgorzata...-Błońska, marszałek senatu,
 - pieniąca się kostka,
 - pustynia pokryta otoczkami skalnymi,
 - Olaf, aktor z filmu „Zabić Sekala”,
 - dawna miara długości i powierzchni,
 - woreczek na miedziaki,
 - rosyjski taniec ludowy,
 - płytki lub głęboki w zastawie,
 - przełożony zakonu krzyżackiego,
 - barwi lakmus na niebiesko,
 - Piotr, skoczek narciarski,
 - przedmiot przynoszący szczęście,
 - rasa królików futerkowych.
- ### Pionowo:
- grube, wełniane rajstopy,
 - wojskowy, utwór muzyczny,
 - pomyślna okoliczność, powodzenie,
 - niezły numer, ancymonek,
 - twórca niezbyt wartościowych obrazów,
 - rasa psa obronnego,
 - opowiadka z dowcipną punentą,
 - mało dokuczliwy chłód,
 - wykonawca przeboju „Jaskółka uwięziona”,
 - zakręt rzeki, meander,
 - drzewo liściaste z żółędziami,
 - dowcipna odmiana krzyżówki,
 - wysoki słup z flagą,
 - okrągłe, twarde cukierki,
 - centrum gospodarcze,
 - baśniowy dobry duszek domowy,
 - resztki średniowieczny budowlany,
 - figura akrobacji lotniczej,
 - piąta część kopy,
 - precyzyjniejszy od skalpela chirurga.



ROZWIĄZANIE NR 13



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Energia sprzyja działaniu i szybkim decyzjom. Horoskop dzienny stanowczo radzi jednak zachować umiar w słowach oraz reakcjach.

Ryby (19.02 - 20.03)

Stabilność daje poczucie bezpieczeństwa. Horoskop na dziś mówi, że sprawy finansowe ruszą naprzód, jeśli zachowasz cierpliwość. **Baran (21.03 - 19.04)** Rozmowy inspirują, ale łatwo będzie można Cię rozprościć. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by skupić się na jednym celu.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje będą dzisiaj silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny radzi zaufać intuicji, lecz nie brać na siebie cudzych problemów. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Charyzma będzie działać na Twoją korzyść. Horoskop na dziś zapowiada, że to dobry moment na pokazanie talentu i pewności siebie.

Rak (22.06 - 22.07)

Porządkowanie spraw przyniesie ulgę. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by zadbać o detale, bo jeden z nich okaże się kluczowy.

Lew (23.07 - 22.08)

Relacje wymagają szczerości i równowagi. Horoskop dzienny wyraźnie wróży, że krótka rozmowa może zmienić więcej, niż myślisz.

Panna (23.08 - 22.09)

Determinacja pomoże osiągnąć cel. Horoskop na dziś radzi jednak uważać na napięcia i nie wdawać się w niepotrzebne dyskusje. **Waga (23.09 - 22.10)** Optymizm i ciekawość świata sprzyjają nowym planom. Horoskop dzienny na środę wróży, że przed Tobą dobry dzień na naukę lub podróż.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Wszystko pójdzie sprawnie, jeśli będziesz trzymać się przyjętego planu. Horoskop dzienny radzi również pamiętać o odpoczynku.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność i oryginalność przynoszą rozwiązania. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się pomysłem, zostanie doceniony. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Wrażliwość będzie Twoją siłą. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że twórcza chwila poprawi nastrój i zbliży Cię do kogoś ważnego.

Wojna w polskim sporcie. PZN w ogniu krytyki PKOl

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

IGRZYSKA OLIMPIJSKIE. Prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego Radosław Piesiewicz skrytykował Polski Związek Narciarski w sprawie powołania reprezentantów kraju na igrzyska w Mediolanie.

Szef PKOl nie zostawił suchej nitki na Adamie Małysz i zarządzanym przez niego PZN.

- Polski Komitet Olimpijski stanął po stronie zawodników. Zarząd PKOl jednogłośnie postanowił zmienić decyzję Polskiego Związku Narciarskiego - zamiast Nikoli Komorowskiej jedzie Aniela Sawicka, a zamiast Piotra Habdasa - Michał Jasiczek. To, co się wydarzyło, to w naszej ocenie brak transparentności. Określenie zasad, które później nie są przestrzegane, to - jak sięgam pamięcią - nie pamiętam, żeby aż taka historia się kiedykolwiek wydarzyła - powiedział Radosław Piesiewicz podczas briefingu w Centrum Olimpijskim w Warszawie.

Pierwotnie w składzie PZN znalazła się Komorowska, mimo że druga pod względem wyników FIS zawodniczką była Sawicka. Związek tłumaczył decyzję tym, że Sawicka może wystartować tylko w jednej konkurencji, natomiast Komorowska otrzymała kwalifikację do wszystkich. Później zarząd PZN zmienił pierwotną decyzję,



Prezes PKOl Radosław Piesiewicz podczas prezentacji chorążych reprezentacji Polski na ZIO Milan/Cortina 2026

ale jej publicznie nie ogłosił, a zanim to nastąpiło Komorowska wysłała do mediów oświadczenie, że wobec fali hejtu rezygnuje z udziału w igrzyskach.

Z kolei w kwestii rywalizacji Jasiczka z Habdasem problemem było finansowanie.

- Jest do niedopuszczalne i skandaliczne. Niestety, to tylko wierzchołek góry lodowej. Historie opisane przez sportowców są bardziej niż niepokojące. Kwestia naszych alpejczyków - jednego z nich związek w ogóle pominął w finansowaniu przygotowań, mimo że środki z Mi-

nisterstwa Sportu i Turystyki na jego przygotowania zostały przekazane - stwierdził prezes Piesiewicz.

Sprawę wyjaśnić miał sekretarz generalny PZN, Tomasz Grzywacz. Miał, ale nie wyjaśnił, bo... nie został na zarząd PKOl wpuszczony.

- PKOl powołał się na nasze wytyczne, w nich jest, że zawodnik musi spełnić wymagania kwalifikacyjne FIS. Jasiczek ich nie spełnił - mówił Grzywacz.

Jasiczek, choć miał więcej punktów od Habdasa (18 do 8),

przez ostatnie dwa lata nie przechodził testów medycznych pod kuratelą PZN i nie miał ważnych badań antydotyngowych.

Ojciec narciarza Dariusz Jasiczek przesłał do PZN wiadomość, że jego syn pojawił się w Centralnym Ośrodku Medycyny Sportowej na przełomie maja i czerwca, próbując uwiarygodnić wykonane na warszawskim AWF-ie testy i badania, ale, według sekretarza Grzywacza, nic takiego nie miało miejsca. Co więcej, Michał Jasiczek był wielokrotnie ponaglany do wykonania takich badań w COMS.

Ojciec narciarza domagał się od PZN wyjaśnień, dlaczego związek nie skierował syna na badania. Zdaniem Dariusza Jasiczka, Michał przejdzie badania przed igrzyskami, ale będzie musiał za nie zapłacić PZN.

Prezes PKOl ogłosił, że skoczek narciarski Kamil Stoch i panczenistka Natalia Czerwonka będą chorążymi 60-osobowej olimpijskiej reprezentacji Polski podczas ceremonii otwarcia igrzysk olimpijskich Mediolan-Cortina d'Ampezzo.

Stoch, który już wcześniej zapowiedział, że to jego ostatni sezon w karierze, wystąpi w najważniejszej zimowej imprezie czterolecia po raz szósty. Jest trzykrotnym złotym medalistą tej imprezy. Z kolei Czerwonka pojedzie na piąte igrzyska. ©

Ostatki fazy ligowej. Tylko cztery zespoły są bez szans i jest dwójka pewniaków

JC, DK
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Wieczorem odbędzie się ósma, czyli ostatnia kolejka fazy ligowej Ligi Mistrzów. Na wszystkich 18 stadionach pierwszy gwizdek zabrzmi o godz. 21. Wszystkie mecze w Canal+ Extra.

Około godz. 23 będzie wiadomo jakie zespoły wystąpią w 1/8 finału, a które będą musiały grać dwa dodatkowe spotkania, by się w nim znaleźć.

Przed finałową kolejką dwa zespoły są pewne udziału w 1/8 finału rozgrywek. To liderujący Arsenal z kompletem zwycięstw i Bayern Monachium, który uległ tylko właśnie jemu. O pozostałych sześć miejsc walczyć będzie aż 16 zespołów, a to gwarantuje kapitalne emocje. Już wiemy, że co najmniej jednego z przegranych poznamy po hicie na Signal Iduna Park. Tam zagrają bowiem szesnasta Borussia Dortmund (11 pkt.) z czternastym Interem Mediolan (12). Włoski gigant z dobrze grającym ostatnio Piotrem Zielińskim notuje serię trzech porażek z rzędu w LM. Musi wygrać i jeszcze liczyć na potknięcie innych, żeby znaleźć się w upragnionej fazie. Mecz dodatkowo pokaże TVP 1 i TVP Sport.

Podobnie będzie w parze Paris Saint-Germain i Newcastle (obie drużyny mają po 13 pkt.)

Pewna w miejsca w ósemce nie jest Barcelona (9. miejsce/13 pkt.), która podejmie FC Kopenhaga (26./8). Jeśli Duma Katalonii wygra znajdzie się wśród rozstawionych ekip. Robert Lewandowski i spółka powinni poradzić sobie z duńskim zespołem.

Niepewny awansu bezpośredniego jest też Manchester City (11./13), którzy zmierzą się

z Galatasaray Stambuł (17./10). Łatwo nie będzie, bo zespół z Turcji nie jest pewny pozostania w czołowej 24 i grania o 1/8 finału.

Real Madryt (3./15) jest prawie pewny miejsca w ósemce. Królewskim będzie potrzebny punkt w rywalizacji wyjazdowej z Benfiką Lizbona (29./6), która zrobi wszystko, by wygrać i awansować do czołowej 24.

W podobnej sytuacji co Real jest Liverpool (4./15), który podejmie Karabach Agdam (18./10). Mistrzowie Azerbejdżanu z Mateuszem Kochalskim w bramce zrobią wszystko, by wywieźć punkty z Anfield i zapewnić sobie prawo gry o 1/8 finału. W miniony weekend w meczu ligowym wszyscy podstawowi piłkarze odpoczywali, by byli jak najlepiej przygotowani do rywalizacji z mistrzami Anglii, którzy w Premier League ciągle zawodzą i ostatnio przegrali z Bournemouth.

Szans na awans do fazy barażowej nie mają już Eintracht Frankfurt, Slavia Praga, Villarreal i Kajrat Ałmaty.

Wszystkie mecze pokazuje Canal+ Extra na swoich antenach. Dodatkowo na Canal+ Extra 1 Multiliga, na której będą pokazywane wszystkie mecze i gole oraz aktualna tabela. Emocje gwarantowane, nudy na pewno nie będzie.

Zestaw par: PSG - Newcastle, Borussia - Inter, Manchester City - Galatasaray Stambuł, Liverpool - Karabach Agdam, Barcelona - FC Kopenhaga, Ajax Amsterdam - Olympiakos Pireus, Arsenal - Kajrat Ałmaty, Atletico Madryt - Bodoglimt, Bayer Leverkusen - Villarreal, Benfica Lizbona - Real Madryt, Club Brugge - Olympique Marsylia, Eintracht Frankfurt - Tottenham, PSV Eindhoven - Bayern Monachium, Napoli - Chelsea, Monaco - Juventus Turyn, Union Saint-Gilloise - Atalanta Bergamo, Athletic Bilbao - Sporting Lizbona, Pafos - Slavia Praga. ©

Julia Szeremeta: Były różne myśli w głowie, ale zostaje w boksie olimpijskim

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

BOKS. Wicemistrzyni olimpijska z Paryża Julia Szeremeta podjęła decyzję co do swojej przyszłości. W rozmowie z Polska Press zdradza najbliższe plany.

Szeremeta walczy w wadze piórkowej (do 57 kg). We wrześniu 2025 roku zdobyła srebro mistrzostw świata w Liverpoolu, w pierwszym turnieju tej rangi pod egidą nowej federacji World Boxing przegrała w finale z Jaismine Lamboria z Indii. Wzięła też udział w Pucharze Świata w Brazylii, gdzie również była druga.

W 2025 roku Szeremeta przebywała na zgrupowaniach i zawodach przez ok. 260 dni, a w domu spędziła tylko 100.

- Ubiegły rok miał być dla mnie trochę luźniejszy, ale nic z tego nie wyszło. Cieszę się jednak, bo było intensywnie, przeszliśmy do nowej federacji i udało się stoczyć dużo ciekawych walk w zawodach Pucharu Świata. Bardzo cieszę się także ze srebra mistrzostw świata, choć oczywiście marzyłam o złotym medalu. Bardzo doceniam także młodzieżowe mistrzostwo Europy, a był to ostatni rok dla mnie w tej kategorii - mówi nam Julia Szeremeta.

Największy sukces jej dziełem był jednak w 2024 roku, gdy w Paryżu zdobyła srebrny medal olimpijski. Był to pierwszy finał igrzysk w boksie z udziałem reprezentanta Polski od czasu srebrnego medalu Pawła Skrzecza w 1980 roku oraz pierwsze olimpijskie podium Biało-Czerwonych od brą-

zu Wojciecha Bartnika w 1992 roku.

- Moje życie po igrzyskach bardzo się zmieniło. Jestem rozpoznawalną osobą, ale też mogę skupić się w stu procentach na treningach i zawodach, bo o stronę finansową nie muszę się martwić. Polski Związek Bokserski oraz Centralny Wojskowy Zespół Sportowy zapewniają nam jak najlepsze z możliwych warunki do treningu - dodaje wicemistrzyni świata.

Polka w styczniu przebywała na zgrupowaniu w Wałczu.

- To mój pierwszy okres przygotowawczy do nowego sezonu. Miałam trochę więcej akrobatyki, sprinty, siłownię, boks było mniej - mówi Julia Szeremeta.

Najważniejszą imprezą dla polskich pięściarek w 2026 roku

będą mistrzostwa Europy, które we wrześniu odbędą się w stolicy Bułgarii - Sofii.

- Na pewno ten rok będzie intensywny, ale chciałabym trochę odpocząć przed 2027 rokiem, gdy zaczną się kwalifikacje do igrzysk olimpijskich w Los Angeles, a ja całą uwagę chcę właśnie skupić na tym, aby na igrzyska w 2028 roku się zakwalifikować - podkreśla w rozmowie z Polska Press Szeremeta.

Wicemistrzyni olimpijska z Paryża przekazała nam właśnie, że do igrzysk w Los Angeles w 2028 roku nie zamierza przechodzić na boks zawodowy.

- Były w głowie takie pomysły, ale na razie zostaje przy boksie olimpijskim, który też jest boksem zawodowym. Co będzie po igrzyskach? Zobaczmy - podsumowała pięściarka. ©



Raphinha i Robert Lewandowski postarają się zapewnić Barcelonie bezpośredni awans do fazy pucharowej LM

SPORT

www.sportowy24.pl

Wkrótce młodzież i starsi panowie powalczą o tytuły najlepszych na Podkarpaciu

Grzegorz Kostka
sport@nowiny24.pl

FUTSAL. Poznaliśmy komplet finalistów Młodzieżowych Mistrzostw Podkarpacia w futsalu oraz Mistrzostw Podkarpacia Oldbojów w futsalu

Oldboje rywalizować będą 7 lutego w halach w Sanoku i w Nowosielskach (13. edycja). Wczoraj w Mielcu odbyło się losowanie grup.

W tym roku wystąpi w nich 18 drużyn z zawodnikami powyżej 40 roku w składzie. Wyniki losowania Mistrzostw Podkarpacia Oldbojów: Grupa A: Guzikówka Stara Gwardia - Oldboys Krosno, Serwatka Futsal Team Żabno-Stalowa Wola, Stal Sanok Oldboys, GKS Futsal Zarzecze Oldboys, SPEC Stal Łańcut. Grupa B: Old Boys Dynów, Oldboys KAZIKI Kolbuszowa, Oldboje LKS Dromader Chrząstów, Mark-Bud Iskra Zgłobień. Grupa C: Wisłok Strzyżów, Oldbois Jarosław, Emeryci Rzeszów, JKS Jarosław Oldboys, Oldboys KS Przybyszówka. Grupa D: Sanoia Lesko, KKS Kolbuszowianka Oldboys, Orzeł Przeworsk Oldboys, Oldboys Brzozovia MOSiR Brzozów. Grupy A i B zagrają w hali w Sanoku, grupy C i D w Nowosielskach. Następnie po dwie najlepsze drużyny z wszystkich grup spotkają się w fazie play-off,

a najważniejsze rozstrzygnięcia zobaczymy już w hali w Sanoku. W zawodach mogą brać udział zawodnicy z roczników +40 (urodzeni w 1986 roku lub starsi) oraz maksymalnie dwóch zawodników +35 (roczniki 1987-1991).

Młodzieżowe Mistrzostwa Podkarpacia rozegrane zostaną 8 lutego w hali MOSiR w Mielcu. W turnieju zagra 24 drużyny po osiem z każdej kategorii wiekowej. Rywalizacja toczyć się będzie w trzech kategoriach U10, U11 i U12. Aby wyłonić finalistów we wszystkich Podokręgach Podkarpaciego ZPN rozgrywano eliminacje, w których wzięło udział 114 drużyn z województwa podkarpackiego. Turnieje rozgrywano w kilkunastu halach.

U10 (rocznik 2016 i młodszy):

Grupa A: Przelomek Besko, SMS Przemysł, AP FKS Stal Mielec, AP Hetman Laszki.

Grupa B: Lech Future Nowa Dęba, AP Diamonds Rzeszów, SMS Igloopol Dębica, AP Iskierka Iskrzynia.

U11 (rocznik 2015 i młodszy):

Grupa A: Akademia Futbolu Nisko, Beniaminek Krosno, JKS SMS Jarosław, SMS Igloopol Dębica.

Grupa B: FKS Stal Mielec, AP Sokół Sieniawa, Bingo Wiśniowa/AP Strzyżów, Resovia Rzeszów.

Podział grup U12 (rocznik 2014 i młodszy):

Grupa A: AP Stalowa Wola, AP Sanok, AP Sokół Sieniawa, Izolator Boguchwała.

Grupa B: JKS SMS Jarosław, AP Szóstka Jasło, Stal Rzeszów, Igloopol Dębica.

Po dwie najlepsze drużyny z każdej grupy awansuje do fazy play-off. ©©



Do rywalizacji w najmłodszych kategoriach wiekowych staje coraz więcej futsalowych ekip z Podkarpacia

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC 1. LIGA

Patryk Warczak przejdzie do Górnika Zabrze

Patryk Warczak nie przedłuży wygasającego kontraktu ze Stalą Rzeszów. Klub z Hetmańskiej oficjalnie poinformował, że 22-letni boczny obrońca po zakończeniu sezonu dołączy do Górnika Zabrze, obecnie wicelidera PKO BP Ekstraklasy. Patryk trafił do Stali w lipcu 2023 roku z Wisły Kraków. Przez dwa i pół roku rozegrał w biało-niebieskich barwach imponującą liczbę 92 meczów. Prawie wszystkie w pełnym wymiarze.



FOT. STALRZESZOW.PL

BIEGI NARCIARSKIE

Iza w kadrze na IO

25-letnia Izabela Marcisz z SS Prądky Ski Korczyzna znalazła się w kadrze narodowej na Igrzyska Olimpijskie w biegach narciarskich. To jej drugie igrzyska w karierze, debiutowała 4 lata temu.

Oliwer Wdowik pokonał Jamajczyków i pobił rekord

Tomasz Ryzner
sport@nowiny24.pl

LEKKOATLETYKA. Oliwer Wdowik (Resovia) wygrał bieg na 60 m podczas mityngu Orlen Cup, bijąc przy tym rekord życiowy. Czwarta w biegu na 60 m przez płotki w Łodzi była Klaudia Wojtunik.

W łódzkiej Atlas Arenie resoviak już w serii eliminacyjnej uzyskał wartościowe 6.60, przegrywając jedynie setne sekundy z Jamajczykiem Odaine McPhersonem. W finale podopieczny trenera Mazura jeszcze mocniej nacisnął na gaz i jako pierwszy przekroczył linię mety.

Wynikiem 6.59 pobił rekord życiowy, przesuwając się na ósme miejsce w polskich tabelach historycznych. Resoviak wyprzedził McPhersona (6.61) i Adasa Dambruskasa (Litwa, 6.64). Kolejne miejsca zajęli: 4. Travis Williams (Jamajka, 6.65), 5. Guliem Crespi (Hiszpania, 6.65), 6. Dominik Kopeć (Agros Zamość, 6.67), 7. Samuele Ceccarelli (Włochy, 6.70), 8. Mateusz Siuda (AZS Poznań, 6.72).

Pierwsze starty w roku zawsze są trochę niewiadomą, ale czułem, że forma jest okej i wizualizowałem sobie nawet lepszy bieg i wynik - ocenił Oliwer. - Fajnie wygrać z Jamajczykami. Nie są to oczywiście czołowi zawodnicy stamtąd, ale McPherson zaliczył już w tym sezonie 6.53, więc nie są to też



FOT. PZLA.PL/TOMASZ KASJANUK

Oliwer Wdowik pokazał moc na początku sezonu halowego. W Łodzi wygrał bieg na 60 m i uzyskał minimum na Halowe Mistrzostwa Świata, które w marcu odbędą się w Toruniu

biegacze z pierwszej łapanki. Do swojego rekordu się nie przyzwyczajam. Liczę, że niedługo go poprawię - uśmiecha się sprinter Resovii.

Rezultat osiągnięty w Łodzi dał resoviakowi bezpośrednią kwalifikację na Halowe Mistrzostwa Świata, które w dniach 22-24 marca odbędą się w Toruniu. - Lubię tam startować. Liczę, że kibice zrobią w hali atmosferę, która da nam kopa. Chciałbym pobiec w finale - dodał Oliwer.

W Łodzi w sprincie wystartował także Rafał Rembisz, klubowy kolega Oliwera, który w swoim biegu eliminacyjnym zajął piąte miejsce i wyrównał rekord życiowy (6.80).

Klaudia Wojtunik, która po okresie startów w barwach AZS-u Łódź wróciła do Resovii, zajęła w Atlas Arenie 4. miejsce w biegu na 60 m przez płotki, a rezultatem 8.06, także pobiła „życiówkę”. Wygrała Słowenka Nika Glojnaric (8.03), druga była Alicja Sielska (AZS AKF

Kraków, 8.04), trzecia Finka Sara Kesitalo (8.05).

Alicja Wysocka, skoczkini wzwyż Resovii, uzyskała w Łodzi wynik 180 cm, co pozwoliło jej zająć ósme miejsce. Triumfowała Angelina Topić, która wynikiem 198 cm pobiła rekord Serbii, trzecie miejsce zajęła Maria Żodzick. Wicemistrzyni świata na otwartym stadionie skoczyła w Atlas Arenie 1.87 i bez powodzenia atakowała poprzeczkę zawieszoną na wysokości 1.90. ©©

Ze Śląska do Lubaczowa, z Sokola do Wisłoka

G. Kostka, T. Paryś
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA. Trzeciroligowa Pogoń-Sokół Lubaczów ogłosiła nazwisko kolejnego zimowego wzmocnienia. Niezłego napastnika ściąga Wisłok Wiśniowa.

Tym razem do ekipy z Lubaczowa (3. liga) dołączy 18-letni pomocnik Oliwier Pawlik ze Śląska Wrocław. Na poziomie Betclit 3. Ligi (rezerwy Śląska) zanotował 4 występy, zdobywając przy tym jedną bramkę.

W CV posiada tytuł Mistrza Polski do 17 lat wywalczony w 2024 roku.

4-ligowy Wisłok Wiśniowa będzie na wiosnę mocniejszy w ofensywie. Czwartoligowiec wypożyczył napastnika Sokola Kolbuszowa Dolna. Patryk Szczurek przygodę z piłką rozpoczynał w Grodzisku Wietrzno. Kolejne przystanki to Beniaminek Krosno oraz Akademia Piłkarskie Nadzieje Mielec. Do Sokola Kolbuszowa Dolna trafił w styczniu 2022 roku. Przy sporym udziale w awansie do 3. ligi, ale

na wyższym szczeblu grał już mniej, Niezłe umiejętności strzeleckie zaprezentował w sobotnim sparingu z LKS Stara Jastrzębka-Róża, zdobywając w końcówce dwie bramki. W Wiśniowej będzie występował razem ze swoim bratem, Mikołajem.

ŚRODOWE SPARINGI PODKARPACKICH DRUŻYN: Stal Rzeszów - Hutnik Kraków (śr. 12.30, w Tuszowie Narodowym), Siarka Tarnobrzeg - Star Starachowice (śr. 16 w Tarnobrzegu), Legion Piłzno - LKS Jasionka (śr. 18.30 w Nowej Wsi) ©©



FOT. ARCHIWUM KLUBOWE

Oliwier Pawlik zamienia Dolny Śląsk na Podkarpacie