DZIŚ STRONA ZDROWIA

NIEZNANE FAKTY O LEWORĘCZNOŚCI

NIEDAWNO BYŁA PIĘTNOWANA, TERAZ JUŻ NIKOGO NIE DZIWI

Nr ISSN 0137-9526
Nr indeksu 348-570

www.gp24.pl

Nr 186 (5944) | Nakład: 4.184 | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS POMORZA
DZIENNIK POMORZA
74 lata

Środa, 12.08.2026

ROZMOWA „GŁOSU"
Gen. rez. Jarosław Kraszewski, były dowódca Wojsk Rakietowych i Artylerii: Rosjanie dowiedzieli się, że systemy obrony cywilnej są w Polsce uśpione

KRAJ
„Rambo latałby Apache'em". Polska buduje największe centrum Apache w Europie

Relaks

Krzyżówki, prognoza pogody, informacje kulturalne

Region

Słupski szpital chce zatrudnić pracowników szpitala w Miastku

Wojewódzki Szpital Zespolony w Słupsku wystąpił z propozycją zatrudnienia personelu Szpitala Miejskiego w Miastku.
– Str. 3

Rozmowa

System ratownictwa nie jest przygotowany na katastrofy

Rozmowa ze st. kpt. w st. spocz. mgr inż. Marcinem Janikiem, wiceprezesem Krajowej Rady Ratowników Medycznych.
– Str. 4

Region

System kaucyjny. Opłata za puszki i butelki nie zawsze do nas wraca

Wojciech Lesner

System kaucyjny działa w Polsce od blisko roku i stał się elementem codziennych zakupów. Choć jego głównym celem jest zwiększenie poziomu recyklingu i ograniczenie ilości odpadów w przestrzeni publicznej, dla konsumentów oznacza także konieczność przechowywania zużytych opakowań i ich regularne zwracanie. Eksperci wyliczają, że przeciętny konsument może w ciągu roku wydać na kaucje około 160 zł. Pieniądze można odzyskać, ale tylko pod warunkiem, że opakowania trafią z powrotem do systemu.

FOT. KINGA FURTAK

Od niedawna częsty widok w wielu sklepach – kolejki do recyklomatu

Kaucja za pojedynczą plastikową butelkę (o odpowiedniej pojemności dostosowaną do systemu kaucyjnego) czy puszkę wynosi 50 groszy, dlatego podczas jednorazowych zakupów jej wysokość może wydawać się niewielka. W skali całego roku kwota robi się jednak znacznie bardziej odczuwalna. Z analizy ekspertów aplikacji paragon.pl, przygotowanej na podstawie danych dotyczących zakupów wprowadzanych przez konsumentów do aplikacji, wynika, że przeciętny konsument może wydać na kaucje nawet około 160 zł rocznie. To średnio 13,24 zł miesięcznie i 3,05 zł tygodniowo.

Choć do korzystania z butelkomatów – specjalnych maszyn, do których można oddać kaucyjne butelki – zdążyliśmy się już przyzwyczaić, te wciąż sprawiają problemy i zdecydowanie nie są rozwiązaniem idealnym.

– Ludzie chodzą do sklepów z całymi workami butelek. Byłem świadkiem sytuacji, kiedy pod supermarketem zaciął się butelkomat. Musiał interweniować pracownik sklepu. Wszystko trwało bardzo długo, bo maszyna była przepełniona. Współczuję kasjerkom, bo to dla nich tylko dodatkowy obowiązek – mówi nam mieszkaniec słupskiego Osiedla Niepodległości.

©℗

Więcej str. 5

Kolumbia. Rośnie liczba ofiar silnego trzęsienia ziemi. Władze ogłosiły w całym kraju stan wyjątkowy – **Str. 8**

Dentysta może może ci zadać bardzo dziwne pytania.
– Str. 11

FOT. MAGNIFIC

Rozmowa

Budujemy strategiczne bezpieczeństwo państwa

Robert Szulc

Rozmowa z Adamem Leszkiewiczem, prezesem Polskiej Grupy Zbrojeniowej.

Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i obsługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia. Przechodzimy od modelu produkcji dostosowanej do czasu pokoju do zdolności odpowiadających współczesnym realiom bezpieczeństwa. ©℗
– Str. 9

REKLAMA 0011565806

Usteckie Towarzystwo Budownictwa Społecznego Sp. z o.o. w Ustce

informuje, że ogłosiło przetarg

na sprzedaż lokali mieszkalnych w budynku przy ul. Marynarki Polskiej 42 w Ustce.

Szczegóły na: **www.utbs.pl**

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

POLECAMY

JUTRO Dla kogo tzw. emerytury matczyne? PIĄTEK Polacy latem remontują mieszkania

12.08.2026
Środa

Dziś imieniny: Joanny, Juliana, Klary, Wiktora
Telefon alarmowy: 112

GP24.pl GK24.pl GS24.pl

Redaktor naczelny Jarosław Jaz
Z-cy redaktora naczelnego Marcin Stefanowski, Wojciech Frelichowski, Ynona Husaim-Sobecka
Wydawca Ynona Husaim-Sobecka, Jarosław Jaz, Wojciech Frelichowski, Marcin Stefanowski, Piotr Polechoński
www.gp24.pl
www.gk24.pl
www.gs24.pl

Polska Press Makroregion Pomorze
Redakcja Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19, tel. 59 848 81 00, redakcja.gp24@polskapress.pl; Koszalin, ul. Partyzantów 17, tel. 94 347 35 52, redakcja.gk24@polskapress.pl; Szczecin, Al. Niepodległości 26/U1, tel. 91 481 33 00,redakcja.gs24@polskapress.pl,
Prezes Makroregionu Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy Ewa Żelazko
Druk Polska Press Oddział Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy Elżbieta Żuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

PBC

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.gp24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

HISTORIA

FOT. MARCIN BIELECKI / PAP

Dyrektor Muzeum Obrony Wybrzeża – Fort Gerharda Piotr Piwowarczyk prezentuje miejsce odnalezienia szczątków samolotu z II wojny światowej, w lesie niedaleko Fortu Gerharda w Świnoujściu. Znaleziono tu kilkadziesiąt elementów aluminiowej konstrukcji samolotu, możliwe, że jest to rozbity brytyjski Lancaster.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
„Głos Pomorza”
„Głos Koszaliński”
„Głos Szczeciński”

tel. 94 340 11 14
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gp24.pl

POGODA

dziś
22°C/11°C

jutro
23°C/12°C

ROZMOWA

Rosjanie dowiedzieli się, że systemy obrony cywilnej są w Polsce uśpione

Jacek Pawlicki (PAP)

W pobliżu miejscowości Tarnawa-Kolonia w województwie lubelskim 30 lipca spadła rosyjska rakieta manewrująca Ch-101. Niestety, nie w każdym przygranicznym powiecie zawyły syreny alarmujące ludność o zagrożeniu, a nawet jeśli syreny zawyły, to mieszkańcy nie reagowali prawidłowo. Sytuację ocenia gen. rez. Jarosław Kraszewski.

Jakie wnioski należałoby wyciągnąć z eksplozji rosyjskiej rakiety na Lubelszczyźnie?

Na pewno trzeba pracować nad systemem powiadamiania i alarmowania ludności cywilnej, bo nie zadział tak, jak powinien, a w przypadku 10 powiatów w ogóle nie zadział. Okazało się, że mamy do czynienia z poważną dysfunkcją tego systemu obrony cywilnej. Skoro z Rządowego Centrum Bezpieczeństwa Polacy dostają z wyprzedzeniem alerty o upałach czy burzach i wichurach, to tym bardziej mieszkańcy okolic, w których doszło do eksplozji, powinni byli zostać powiadomieni o zbliżającym się zagrożeniu.

Służby wiedziały od wojska o możliwości naruszenia polskiej przestrzeni powietrznej przez rosyjskie rakiety i bezpilotowce. Miały świadomość, że jest duże prawdopodobieństwo, że obiekty te mogą wtargnąć na terytorium naszego kraju. Trzeba było więc wysłać z RCB powiadomienie o tym oraz poinformować, że kiedy zawyją syreny, należy stosować się do zaleceń z rządowego Poradnika Bezpieczeństwa, który trafił wcześniej do każdego domu. Oglądałem też nagrania z miejsc, gdzie syreny zawyły, a z nich wynikało, że reakcja ludności była znikoma. Tymczasem ludzie, słysząc sygnał alarmowy, powinni rzucać wszystko i jak najszybciej szukać schronienia.

FOT. JERZY MOSON/POLSKA PRESS GROUP

Gen. rez. Jarosław Kraszewski, były dowódca Wojsk Rakietowych i Artylerii : Wojsko zachowało się jak należy. Nie zadział system cywilny

System przeciwlotniczy został uruchomiony odpowiednio wcześniej. Wojsko zachowało się jak należy. Nie zadział system cywilny. I z tego trzeba wyciągnąć wnioski. Ukraińcy mają specjalną aplikację ostrzegającą o atakach. Gdy pojawia się zagrożenie ich smartfony zaczynają wyć, zaś odpowiednia ikonka pokazuje co to za alarm.

Może trzeba wprowadzić podobną aplikację w Polsce?

Najpierw trzeba nauczyć ludzi, jak się mają zachowywać w razie zagrożenia, a dopiero potem pomyśleć o odpowiedniej aplikacji. Próbując to wytłumaczyć, podaję zwykle taki przykład: jestem doktorem, ale od walki. Mogę przeczytać podręcznik o chirurgii, ale nie stanę się automatycznie chirurgiem. Do tego potrzebna jest praktyka. Podobnie jest z kwestiami bezpieczeństwa.

Rozumiem, że w Polsce mamy przepaść pomiędzy gotowością armii do stawienia czoła zagrożeniom a odpornością ludności cywilnej?

Dokładnie. Kiedyś w Polsce kluczowym elementem systemu obrony państwa było przygotowanie społeczeństwa do różnego rodzaju zagrożeń, w tym do wojny. W programach nauczania było przysposobienie obronne (PO). Być może należałoby do tego wrócić! Obawiam się, że gdybyśmy sprawdzili w praktyce, jaka jest wiedza Polaków na temat tego, jak powinni zachować po usłyszeniu syreny alarmowej, bylibyśmy niemile zaskoczeni. Nie wystarczy wysłać ludziom poradnik bezpieczeństwa w postaci broszurki czy linku do ściągnięcia go z internetu. Obywateli trzeba najpierw wyszkolić, a potem sprawdzić ich wiedzę i gotowość w praktyce. Odpowiednich zachowań trzeba uczyć od przedszkola.

Czy Polska nie powinna prowadzić bardziej asertywnej polityki wobec Rosji i np. odpowiednio wcześniej strzelać do pocisków lecących w kierunku naszego kraju?

Jako rakietowiec i artylerzysta jestem zwolennikiem strzelania do takich pocisków. Jeżeli istnieje duże prawdopodobieństwo, że lecą w kierunku naszego kraju. A jeśli mamy np. podstawy, aby sądzić, że jest to rakieta Ch-101, która służy również do przenoszenia głowic jądrowych, to należy zastrzelić ją jak najszybciej. Z tego typu nośnikami nie ma żartów.

I co zestrzelić je nad terytorium Ukrainy?

Gdziekolwiek, oczywiście najlepiej nad Ukrainą. Jeżeli taka rakieta zostanie strącona kinetycznie, istnieje duże prawdopodobieństwo, że głowica atomowa się nie uzbroi i nie dojdzie do wybuchu atomowego. W ten sposób minimalizujemy straty. Problem w tym, że Federacja Rosyjska może uznać fakt zestrzelenia swojej rakiety nad terytorium Ukrainy jako bezpośrednie zaangażowanie się Polski w wojnę. Kiedy strzelamy do rosyjskich rakiet na terytorium naszego kraju, wysyłamy jasny sygnał, że z nami się nie igra!

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

REGION

Słupski szpital chce zatrudnić pracowników szpitala w Miastku

Wojciech Frelichowski

Wojewódzki Szpital Zespolony w Słupsku wystąpił z propozycją zatrudnienia personelu Szpitala Miejskiego w Miastku. W czwartek, 13 sierpnia, w miasteckim Powiatowym Urzędzie Pracy odbędzie się spotkanie w tej sprawie.

FOT. WOJCIECH FRELICHOWSKI

Szpital Miejski w Miastku

Od kilku tygodni informujemy o beznadziejnej sytuacji Szpitala Miejskiego w Miastku Dotyczy to zarówno finansów, jak i kadry. Z tej przyczyny placówka pozamykała właściwie wszystkie oddziały.

W związku z zaprzestaniem prowadzenia działalności leczniczej przez Szpital Miejski w Miastku, od 1 sierpnia z mocy prawa wygasły umowy szpitala z NFZ na udzielanie świadczeń w ramach Systemu Podstawowego Szpitalnego Zabezpieczenia Świadczeń Opieki Zdrowotnej (PSZ) oraz fizjoterapii ambulatoryjnej (REH). Z tej samej przyczyny od 4 sierpnia wygasła umowa szpitala z NFZ na udzielanie świadczeń w ramach Ambulatoryjnej Opieki Specjalistycznej (AOS).

Miastecki szpital poinformował pisemnie Pomorski NFZ o zaprzestaniu działalności w wymienionych wyżej obszarach z powodu braku kadry medycznej.

Zadłużenie Szpitala Miejskiego w Miastku sięga 40 mln zł. Do tego doszła kara 13 mln zł, jaką na placówkę nałożył Narodowy Fundusz Zdrowia za współpracę z lekarską spółką Spine, która miała wystawiać wielomilionowe faktury za prowadzone w szpitalu zabiegi neurochirurgiczne.

Umowa między szpitalem a spółką Spine przewidywała, że aż 65 procent wyceny z NFZ trafiało bezpośrednio do lekarzy. Tymczasem rynkowym standardem jest maksymalnie 30-40 procent. Rozliczając na przykład 73 rzekome hospitalizacje jednego dnia po zawyżonej stawce, spółka mogła wystawić rachunek na ponad 300 tys. złotych za jeden dzień pracy jednego lekarza. Oznaczałoby to nawet 26 tys. zł za godzinę.

Sprawą zajmuje się Centralne Biuro Antykorupcyjne pod nadzorem Prokuratury Okręgowej w Słupsku.

Wszystkie te fakty powodują, że upadłość Szpitala Miejskiego w Miastku jest kwestią czasu, ale nadal zatrudniony jest tam personel, który z dnia na dzień może zostać pozbawiony pracy. Dodajmy, że część pracowników nie otrzymuje wynagrodzenia od dwóch miesięcy.

Z propozycją dla personelu miasteckiego szpitala wyszło kierownictwo Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku.

- Poruszony trudną sytuacją zawodową i bytową personelu Szpitala Miejskiego w Miastku zarząd Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku proponuje możliwość zatrudnienia w szpitalu w Słupsku – informuje Marcin Prusak, rzecznik prasowy Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku.

Spotkanie w tej sprawie zostanie zorganizowane w najbliższy czwartek, 13 sierpnia 2026 r. w Powiatowym Urzędzie Pracy w Miastku przy ul. Sikorskiego 1, o godz. 10.

Słupski szpital zaznacza, że oferuje wynagrodzenie zgodne z posiadanym wykształceniem, dowolną formę zatrudnienia oraz zapewnia jej trwałość.

REKLAMA 0111539480

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

0011566836

Pani
Malwinie Janta-Lipińskiej

składamy nasze najszczersze kondolencje
oraz wyrazy głębokiego współczucia
z powodu straty ukochanej

Mamy

W tych trudnych chwilach jesteśmy myślami i sercem
z Panią oraz Pani Bliskimi

Koleżanki i Koledzy z pracy oraz zarząd firmy Indeka

AUTOPROMOCJA

GŁOS DZIENNIK POMORZA

Nie przegap **piątku**

gp24.pl

REKLAMA 0011565811

Słupsk

WYBIERAM SŁUPSK!

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

**Prezydent Miasta Słupska ogłasza
przetarg na sprzedaż nieruchomości lokalowej
stanowiącej własność Miasta Słupska**

II nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 2 o pow. użytkowej 40,26 m², składającego się z 2 pokoi, kuchni i łazienki z w.c. wraz z pomieszczeniem przynależnym (piwnicą) o powierzchni 9,29 m² (KW nr SL1S/00133299/2) położonego na parterze w budynku przy ul. Henryka Pobożnego 18 w Słupsku wraz z udziałem **1023/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działek gruntu oznaczonych nr **245/3 i nr 245/7** o łącznej powierzchni **429 m²** w obrębie **nr 0013** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00084501/3.**

**Cena wywoławcza wynosi 90 000,00 zł
wadium 9 000,00 zł**

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775 ze zm.).

Nieruchomość Henryka Pobożnego 18 znajduje się na obszarze miasta, na którym obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Podgrodzie II" na terenie o funkcji: funkcja przeznaczenia podstawowego: adaptowana mieszkaniowa, funkcja towarzysząca: usługowa - 24.MW.UH(A). Budynek przy ul. Henryka Pobożnego 18 w Słupsku nie jest objęty ochroną konserwatorską. Wobec tego podlega zapisom obowiązującego na tym terenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Podgrodzie II".

**Przetarg odbędzie się w dniu 14.09.2026 r. o godz. 10⁰⁰ w sali nr 212
Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie **wadium do dnia 8.09.2026 r. n**a konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**.

Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 28.08.2026 r. o godz. 13:30

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel. 59 8488332

Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.

ROZMOWA

System ratownictwa nie jest przygotowany na katastrofy i wojnę

Mira Suchodolska

ze st. kpt. w st. spocz. mgr inż. Marcinem Janikiem, wiceprezesem Krajowej Rady Ratowników Medycznych.

Coraz częściej dyskutuje się o zagrożeniach, jakie niosą ze sobą zdarzenia masowe – katastrofy komunikacyjne, klęski żywiołowe czy działania wojenne. Jak z perspektywy ratownika wygląda różnica między codzienną pracą a działaniami w sytuacji kryzysowej?

To są w istocie dwa zupełnie różne światy. W codziennej medycynie ratunkowej działamy w warunkach względnego porządku: mamy ustalone procedury, jasno zdefiniowane priorytety, działamy na rzecz jednego pacjenta lub kilku pacjentów naraz, ale w granicach wydolności systemu. W zdarzeniu masowym ten porządek się załamuje. Zasoby – ludzkie, sprzętowe i czasowe – przestają być wystarczające. I wtedy cała filozofia działania musi się odwrócić.

Odwrócić, czyli?

W normalnych warunkach uczymy ratowników, że najciężej chory pacjent ma pierwszeństwo. W katastrofie albo w warunkach wojny takich najciężej chorych pacjentów możemy mieć kilku, kilkunastu czy nawet kilkudziesięciu. Wchodzimy w medycynę katastrof, gdzie celem jest uratowanie jak najwięcej osób, a niekoniecznie tej jednej, która jest w najcięższym stanie. To bardzo trudne etycznie i psychicznie, ale niezbędne.

Kluczowym pojęciem w takich sytuacjach jest triaż (fr.triage) – segregacja medyczna. Jak wygląda w praktyce?

Triaż to nic innego jak wyznaczanie priorytetów leczniczo-transportowych. Decydujemy jednocześnie, komu najpierw udzielimy pomocy i kogo w pierwszej kolejności transportujemy do szpitala. Klasyczne systemy segregacji, jak START czy JUMP-START, są nastawione na szybkie wykrycie objawów wstrząsu i identyfikację pacjentów, którzy bez natychmiastowej interwencji umrą. Problem zaczyna się później – kiedy tych pacjentów „czerwonych" jest kilku, a zasoby pozwalają pomóc tylko jednemu w danym momencie. Wtedy doświadczenie kliniczne i umiejętność podejmowania decyzji stają się kluczowe.

FOT. WUM

Marcin Janik: - W medycynie katastrof celem jest uratowanie jak najwięcej osób, a niekoniecznie tej jednej, która jest w najcięższym stanie

Na przykład?

Wyobraźmy sobie dwóch pacjentów z ranami postrzałowymi. Jeden ma masywny krwotok zewnętrzny z kończyny, który po pewnym czasie udało się opanować opaską uciskową. Drugi ma krwotok wewnętrzny do jamy brzusznej - na miejscu zdarzenia nie jesteśmy w stanie go zatrzymać. Obu poszkodowanym zostanie przydzielony kolor czerwony. Ale to ta druga osoba powinna trafić na stół operacyjny jako pierwsza. To są decyzje, które trudno jest sprowadzić do algorytmu.

Czy ratownicy są przygotowani do podejmowania takich decyzji?

Indywidualnie – bywa różnie. Systemowo – nie. Mamy świetnych ratowników z ogromnym doświadczeniem i intuicją kliniczną. Ale nie mamy systemu, który gwarantowałby, że w zdarzeniu masowym na kluczowych stanowiskach znajdą się osoby najlepiej do tego przygotowane. A bez przygotowania i ćwiczeń nawet najlepszy specjalista zostaje sam ze swoim doświadczeniem.

Co pan ma na myśli, mówiąc o systemowym przygotowaniu?

Państwowe Ratownictwo Medyczne w Polsce jest w dużej mierze oparte na jednoosobowych działalnościach gospodarczych. Mamy kilkuset dysponentów, 23 dyspozytornie medyczne i wojewodów odpowiedzialnych za organizację systemu na swoim terenie. Ale nie mamy jednej, pionowej struktury dowodzenia i zarządzania. Nie ma hierarchii, ścieżek awansu, gradacji kompetencji ani obowiązkowych szkoleń i ćwiczeń, które przygotowywałyby ratowników do zarządzania zdarzeniami masowymi.

A przecież w zdarzeniu masowym ktoś musi dowodzić.

Oczywiście. Formalnie dowodzi strażak – kierujący działaniem ratowniczym. Po stronie medycznej pojawia się kierujący akcją medyczną, wyznaczony przez dyspozytora medycznego. Problem w tym, że ustawa nie mówi, kogo dyspozytor ma wyznaczyć. Nie ma kryteriów doświadczenia, szkoleń czy kompetencji koordynacyjnych. To może być osoba świetna – albo zupełnie nieprzygotowana do zarządzania taką skalą zdarzenia.

Jak to wygląda na tle innych służb?

Straż pożarna czy policja mają pionową strukturę dowodzenia, obowiązkowe ćwiczenia, zapas zasobów w skali kraju. Strażacy regularnie ćwiczą w trakcie służby. W ratownictwie medycznym tego nie ma. Co więcej – ratownicy w zasadzie nie ćwiczą zdarzeń masowych, bo system prawnie i finansowo im to uniemożliwia. W Warszawie jest to szczególnie widoczne: stołeczne pogotowie od lat praktycznie nie uczestniczy w dużych ćwiczeniach. W kraju, jeśli dysponent wystawia karetkę na jakieś ćwiczenia, jest to przeważnie jego dobra wola. System tego nie wymaga.

Jak ważne jest bezpieczeństwo ratowników podczas takich kryzysowych wydarzeń, zwłaszcza w kontekście wojny?

To absolutny priorytet. Martwy ratownik nikomu nie pomoże. Medycy są zasobem niezwykle kosztownym. Przykłady z Ukrainy pokazują, że brak systemowych procedur bezpieczeństwa prowadzi do śmierci ratowników, którzy wjeżdżali na miejsca nalotów, zanim ostrzał się zakończył. Sprzęt ochronny nie wystarczy, jeśli system źle zarządza ryzykiem.

Czy polskie szpitale są przygotowane na masowy napływ rannych?

Nie. I nie tylko dlatego, że nie chcą (chociaż, niestety, nie wszyscy chcą), tylko dlatego, że nikt tego realnie od nich nie wymaga. Procedury są, ale najczęściej martwe – bo niećwiczone w sposób realny. Bez obowiązku realnych ćwiczeń i bez wsparcia systemowego szpitale tkwią w złudnym wrażeniu gotowości.

Jakie zmiany byłyby konieczne, by system był gotowy na kryzys?

Potrzebujemy prawdziwego systemu ratownictwa medycznego z jedną centralną strukturą, pionową organizacją, obowiązkowymi szkoleniami oraz odpowiedzialnością przełożonych za ludzi i sprzęt. To wymaga odważnej decyzji politycznej i osoby, która weźmie tę reformę na siebie – kogoś na miarę prof. Zbigniewa Religi. Nie twierdzę, że ratownictwo powinno być służbą mundurową, choć jako były strażak nie miałbym nic przeciwko temu. Jednak powinno być choćby służbą cywilną, ze swoim etosem, hierarchią, systemem dowodzenia.

Bez takiej decyzji obecny system będzie działał tylko w dobrych czasach. Kryzys – wojna, pandemia czy katastrofa – obnaża jego słabości w ciągu godzin.

©℗

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

REGION

System kaucyjny. Opłata za puszki i butelki nie zawsze wraca do naszego portfela

Wojciech Lesner

Choć głównym celem systemu kaucyjnego jest zwiększenie poziomu recyklingu i ograniczenie ilości odpadów w przestrzeni publicznej, dla konsumentów oznacza to konieczność przechowywania zużytych opakowań i ich regularne zwracanie. Eksperci wyliczają, że przeciętny konsument może w ciągu roku wydać na kaucje około 160 zł.

Dość szybko po uruchomieniu systemu kaucyjnego okazało się, że jego piętą achillesową są recyklomaty, które szybko zapychają się opakowaniami.

Problemem może być także sposób wypłaty kaucji.

– W większości sklepów po zwrocie butelek lub puszek klient otrzymuje papierowy voucher, który może wykorzystać podczas kolejnych zakupów. Problem polega na tym, że taki wydruk łatwo zgubić, zapomnieć zabrać do sklepu albo zwyczajnie nie zdążyć wykorzystać na czas. W wielu przypadkach vouchery mają bowiem ograniczony termin ważności, który najczęściej wynosi 30 dni. Po jego upływie możliwość odzyskania pieniędzy przepada – wskazują eksperci z portalu paragon.pl

Duża liczba kaucyjnych butelek i puszek wciąż zamiast w butelkomatach ląduje – jak dawniej – w żółtych kontenerach na plastikowe odpady. Część konsumentów rezygnuje z gromadzenia opakowań głównie ze względu na wygodę.

– Ja kaucyjnych butelek nie zwracam, nie mam ich gdzie trzymać. Ale faktycznie, gdy ktoś kupuje dużo napojów, kilkadziesiąt złotych na pewno się z tych kaucji uzbiera. A za to już można zrobić zakupy, albo zjeść obiad na mieście – mówi pan Adam, mieszkaniec Słupska.

FOT. MATEUSZ MAJNUSZ

Jednym z problemów systemu kaucyjnego są szybko zapełniające się recyklomaty

Według najnowszych danych przedstawionych przez resort środowiska, na koniec czerwca 2026 roku w systemie kaucyjnym zebrano blisko 2,3 miliarda opakowań.

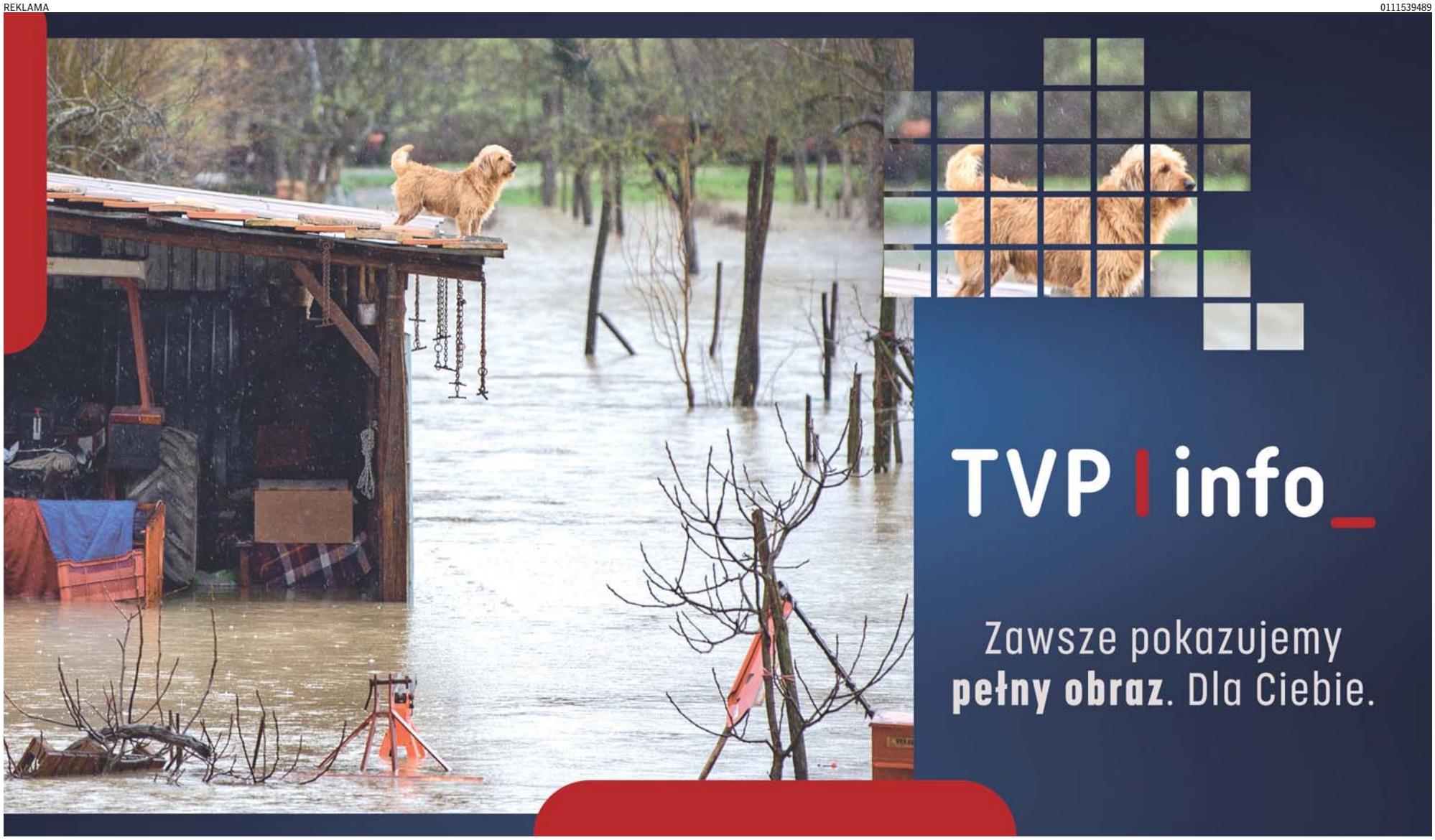
– Polki i Polacy dostrzegają wyraźną poprawę czystości ulic, parków i lasów, a te obserwacje potwierdzają również organizacje pozarządowe. Między innymi Waste Free Oceans oraz inicjatywa Czysta Odra wskazały, że dziś w środowisku jest zauważalnie mniej opakowań objętych systemem kaucyjnym, co przekłada się na realny spadek zanieczyszczania przestrzeni miejskiej – mówiła w lipcu wiceminister klimatu i środowiska Anita Sowińska podczas Komisji Ochrony Środowiska, Zasobów Naturalnych i Leśnictwa.

Od wprowadzenia systemu kaucyjnego w Polsce utworzono już 64 tys. miejsc zbiórki butelek kaucyjnych. W blisko 14 tys. punktów zbiórki funkcjonują automaty, które odpowiadają za zbiórkę większości oddawanych opakowań, czyli 87 procent.

System kaucyjny ma także swoich zagorzałych przeciwników – nie tylko wśród zwykłych konsumentów, ale także polityków. Do sejmu trafił poselski projekt zgłoszony, który zakłada likwidację wprowadzonego blisko przed rokiem systemu kaucyjnego. Projekt poparty został podpisami posłów Konfederacji. Zdaniem pomysłodawców system kaucyjny dyskryminuje mieszkańców mniejszych miejscowości, gdzie punktów zbiórki butelek jest mniej czy uderza finansowo w budżety biedniejszych rodzin.

©℗

REKLAMA 0111539489



eprasa.pl 6ba8bb5ebd

FOKUS

• **Przeciętne wynagrodzenie** w II kwartale 2026 roku wzrosło o 5,5 proc. rdr i wyniosło 9 233,13 zł – podał GUS

BEZPIECZEŃSTWO

„Rambo latałby Apache'em". Polska buduje największe centrum Apache w Europie

WZL-1 w Łodzi, WCBKT S.A. i Boeing podpisały offsetowe umowy wykonawcze, które pozwolą utworzyć w Łodzi centrum serwisowe dla śmigłowców Apache

Piotr Celej

Boeing Company oraz Wojskowe Zakłady Lotnicze Nr 1 i Wojskowe Centralne Biuro Konstrukcyjno-Technologiczne podpisały we wtorek umowy wykonawcze do wcześniej zawartych umów offsetowych związanych z programem śmigłowców bojowych AH-64E Guardian Apache. Najważniejszym elementem programu będzie utworzenie w kraju największego w Europie Autoryzowanego Centrum Serwisowego dla śmigłowców AH-64E Guardian.

Planowany ośrodek ma uzyskać zdolności pozwalające na obsługę co najmniej 96 śmigłowców AH-64E Guardian. To liczba odpowiadająca całej planowanej polskiej flocie Apache.

Dla Wojska Polskiego oznacza to stworzenie krajowego zaplecza technicznego dla jednej z najbardziej zaawansowanych konstrukcji śmigłowców bojowych. Centrum ma odpowiadać za szeroki zakres prac związanych z utrzymaniem maszyn w gotowości operacyjnej.

– To skok w bezpieczną przyszłość dla polskiego przemysłu obronnego. Tu nie ma klientów i wykonawców, ale są pełnoprawni partnerzy, którzy budują polskie, europejskie i atlantyckie bezpieczeństwo – powiedział Donald Tusk.

FOT. PAP/MARIAN ZUBRZYCKI

Premier Donald Tusk na terenie Wojskowych Zakładów Lotniczych Nr 1 S.A. w Łodzi podczas podpisania umów offsetowych

Premier dodał, że podpisany w 2024 r. kontrakt na Apache jest „kluczowym i przełomowym kontraktem, największym w historii Polski", opiewającym na ok. 10 mld dolarów, a istotą projektu jest polskie bezpieczeństwo, rozwój, ale i skok technologiczny krajowego przemysłu obronnego.

Tusk podkreślił wagę umów WZL1 z Boeingiem dla Łodzi i Regionu Łódzkiego – dzięki nim mieszkańcy znajdą w WZL-1 dobre, perspektywniczne miejsca pracy, a umowy z Boeingiem pozwolą na podwojenie zatrudnienia.

Z kolei Cezary Tomczyk, sekretarz stanu w Ministerstwie Obrony Narodowej, nazwał zakup Apache'ów i umowy offsetowe zmianą generacyjną dla Wojska Polskiego.

Podpisane umowy gwarantują na kilkadziesiąt lat zatrudnienie, a nawet jego dwukrotny wzrost w Wojskowych Zakładach Lotniczych w Łodzi i Dęblinie – powiedział Tomczyk. Dodał, że gdyby Rambo mógł latać śmigłowcem, a nie z nim walczyć, to latałby oczywiście Apache'em.

Znaczenie programu wykracza bowiem poza samą obsługę śmigłowców. W ramach offsetu polskie przedsiębiorstwa mają rozwijać kompetencje technologiczne i serwisowe związane z eksploatacją Apache'ów. Oznacza to możliwość budowania w kraju specjalistycznego know-how, które będzie potrzebne przez cały cykl życia floty.

96 śmigłowców za około 40 mld zł

Polska zdecydowała się na zakup 96 śmigłowców AH-64E Apache. Umowa została podpisana w sierpniu 2024 roku, a jej wartość wynosi około 10 mld dolarów, czyli blisko 40 mld zł. Tym samym Polska stanie się jednym z największych użytkowników Apache na świecie i największym użytkownikiem tej konstrukcji poza Stanami Zjednoczonymi. Co więcej, podczas podpisania umowy ambasador USA, Thomas Rose określił Polskę najważniejszym sojusznikiem USA w NATO.

Apache jest konstrukcją przeznaczoną przede wszystkim do zwalczania celów naziemnych. Jego możliwości zwiększają zaawansowane systemy obserwacji, rozpoznania i kierowania ogniem oraz możliwość wymiany danych z innymi elementami pola walki.

POLITYKA

Donald Tusk ogłosił zmianę w rządzie

oprac. Karolina Wrońska

– Maciej Berek przestaje być ministrem ds. nadzoru nad wdrażaniem polityki rządu – ogłosił premier Donald Tusk.

Przed wtorkowym posiedzeniem rządu premier powiadomił, że wspólnie z ministrem Berkiem ustalił jego przejście do innych zadań. – Minister) zwrócił się do mnie o zwolnienie go z obowiązków, jakie pełnił do tej pory. Jak wiecie, był moją prawą ręką – powiedział.

Tusk podziękował Berkowi za jego dotychczasową pracę, a szczególnie za wkład w proces deregulacji przepisów. Dodał, że niedługo będzie wiadomo, „w jakich państwowych, publicznych rolach Maciej Berek być może wystąpi".

Premier poinformował, że dotychczasowe zadania Macieja Berka przejmie Joanna Knapińska, prezes Rządowego Centrum Legislacji.

Knapińska została powołana na sekretarza Rady Ministrów 13 grudnia 2023 roku, a 19 stycznia 2024 r. na funkcję prezesa RCL.

PROKURATURA

Wyciekły nagrania z przesłuchania Kaczyńskiego

oprac. Karolina Wrońska

Prokuratura wszczęła śledztwo ws. publikacji nagrania z przesłuchania Jarosława Kaczyńskiego w śledztwie w sprawie „dwóch wież".

Pod koniec lipca portal goniec.pl opublikował w serwisie YouTube nagrania wideo przedstawiające fragmenty kilkugodzinnego przesłuchania Kaczyńskiego w warszawskiej Prokuraturze Okręgowej. Śledztwo dotyczy rozpowszechniania bez zezwolenia materiałów z postępowania przygotowawczego.

Rzeczniczka Prokuratury Okręgowej Warszawa-Praga, prok. Kiełek-Łopińska, podkreśliła, że z uwagi na wagę sprawy postępowanie jest prowadzone w formie śledztwa. Jego przedmiotem jest bowiem – jak wskazała – czyn związany z publicznym rozpowszechnianiem materiałów postępowania pozostającego w powszechnym zainteresowaniu społecznym. Grozi za to kara pozbawienia wolności do lat dwóch.

KRÓTKO

Warszawa

Utrudnienia w ruchu lotniczym

W związku z aktywnością wulkaniczną Etny występują utrudnienia w ruchu lotniczym na Sycylii, w tym odwołania i zmiany połączeń z lotniska w Katanii. Zakłócenia mogą również wpływać na funkcjonowanie innych portów lotniczych w regionie - ostrzegło we wtorek Ministerstwo Spraw Zagranicznych. Resort na Odyseuszu (aplikacja MSZ) podkreślił, że osobom podróżującym z Sycylii zalecane jest m.in. bieżące sprawdzanie statusu lotu bezpośrednio na stronie internetowej lub w aplikacji mobilnej przewoźnika.

Warszawa

W szkolnych jadłospisach więcej ryb i strączków

Resort zdrowia przypomniał, że od 1 września zaczną obowiązywać zmiany w zasadach żywienia przedszkolaków i uczniów. W ich jadłospisach obok mięsa będą musiały regularnie pojawiać się m.in. ryby i strączki, a ograniczane będą cukier i sól. Zmiany mają pomóc w przeciwdziałaniu otyłości wśród dzieci.

Opinogóra

Burza wyrządziła szkody w Muzeum Romantyzmu

Nocna burza, która przeszła w nocy nad Mazowszem, spowodowała wiele zniszczeń, m.in. powalonych drzew. Nie oszczędziła również parku na terenie Muzeum Romantyzmu w Opinogórze (pow. ciechanowski), które w związku z tym zostało zamknięte. „ Obecnie trwa usuwanie skutków nawałnicy i szacowanie strat. O ponownym otwarciu poinformujemy w osobnym komunikacie" - poinformowało w mediach społecznościowych muzeum.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Wejście Ukrainy do UE będzie wymagało od Ukraińców przemyślenia wszystkich aspektów swoich dziejów. (...) UE to przecież wartości, to nie jest sam bankomat

WŁODZIMIERZ CZARZASTY
Marszałek Sejmu

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

AKCJA CHARYTATYWNA 0311545627

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

BIAŁORUŚ

Alaksandr Milinkiewicz nie żyje. Działacz białoruskiej opozycji miał 79 lat

oprac. Anna Nagel

Alaksandr Milinkiewicz, działacz białoruskiej opozycji demokratycznej i były kandydat w wyborach prezydenckich na Białorusi, zmarł we wtorek rano w wieku 79 lat.

O śmierci Milinkiewicza poinformowały białoruskie media niezależne: portale Zierkało, Nasza Niwa i Biełsat.

Rodzina polityka podawała wcześniej, że Milinkiewicz zmagał się z problemami zdrowotnymi. W listopadzie ub.r. przeszedł poważną operację – przypomniało Zierkało.

Milinkiewicz był ważną postacią białoruskiej opozycji demokratycznej. W 2006 roku startował w wyborach prezydenckich na Białorusi. Jak przekazało Zierkało, od 2020 r. stale przebywał na emigracji.

Polityk był wspólnym kandydatem sił demokratycznych w wyborach prezydenckich na Białorusi w 2006 r., w których zmierzył się z Alaksandrem Łukaszenką. Po wyborach, które opozycja uznała za sfałszowane, uczestniczył w protestach w Mińsku, brutalnie rozpędzonych przez służby.

W latach 2007-2016 kierował opozycyjnym ruchem społecznym „O Wolność", działając na rzecz demokratyzacji Białorusi i rozwoju społeczeństwa obywatelskiego. Po fali represji, która nastąpiła po wyborach prezydenckich w 2020 roku, wyjechał z kraju. W kolejnych latach angażował się w działalność białoruskiej opozycji na emigracji. Był m.in. społecznym doradcą liderki opozycji Swiatłany Cichanouskiej, a także jednym z inicjatorów utworzenia Wolnego Uniwersytetu Białoruskiego w Polsce.

Milinkiewicz był laureatem Nagrody im. Sacharowa za wolność myśli, przyznawanej przez Parlament Europejski, oraz Nagrody im. Kazimierza Pułaskiego „Rycerz Wolności" za promowanie wolności, sprawiedliwości i demokracji. Z wykształcenia był fizykiem.

PAP

FOT. PAP/BARTŁOMIEJ ZBOROWSKI

Alaksandr Milinkiewicz był honorowym członkiem Związku Polaków na Białorusi

BOGOTA

Rośnie liczba ofiar silnego trzęsienia ziemi w Kolumbii

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 132 osoby zginęły, a około 700 zostało rannych w wyniku trzęsienia ziemi, które nawiedziło w poniedziałek zachodnią część Kolumbii.

Władze kraju ogłosiły w całym kraju stan wyjątkowy ze względu na kataklizm. Prezydent kraju Abelardo de la Espriella powiedział, że tylko w mieście Cali obrażenia odniosło około 700 osób, a 188 jest zaginionych. Uszkodzonych zostało około 5 tys. domów, zawaliły się trzy szpitale, a w 18 innych odnotowano zniszczenia, podobnie jak na miejscowym lotnisku – dodał.

Trzęsienie ziemi o magnitudzie 7,4 nawiedziło zachodnią Kolumbię w poniedziałek rano czasu miejscowego. Kolumbijska służba geologiczna (SGC) poinformowała, że do wieczora w poniedziałek odnotowano 47 wstrząsów wtórnych, z których najsilniejszy miał magnitudę 4,8.

W Cali, stolicy departamentu Valle del Cauca, miejscowe władze wprowadziły godzinę policyjną, by ułatwić akcje ratunkowe i zapobiec grabieżom. Burmistrz Alejandro Eder zarządził „militaryzację niektórych części Cali, szczególnie w społecznościach i sektorach dotkniętych trzęsieniem".

Tymczasem SGC poinformowała o wykryciu wzrostu emisji pyłów i gazów wulkanicznych z wulkanu Purace. Z tego powodu kolumbijski urząd lotnictwa cywilnego zarządził tymczasowe zamknięcie lotniska w położonym 27 km od wulkanu mieście Popayan, stolicy departamentu Cauca. SGC wykluczyła przy tym, by emisje z wulkanu były bezpośrednio związane z trzęsieniem ziemi – podkreśliła agencja EFE.

FOT. JAIME SALDARRIAGA/AFP/EAST NEWS

Mężczyzna z psem na rękach przechodzi obok gruzów zawalonego budynku po trzęsieniu ziemi w Pereirze w Kolumbii

Ratownikom udało się w poniedziałek wydostać matkę i jej sześciomiesięczne dziecko spod gruzów zawalonego budynku w kolumbijskim mieście Cali po trzęsieniu ziemi – podała telewizja Caracol TV, powołując się na członka ekipy ratowniczej Carlosa Ortiza.

– Szczęśliwie znaleźliśmy sześciomiesięczne dziecko razem z jego mamą, co dało nam wielką nadzieję przed dalszą pracą. Łącznie uratowaliśmy już siedem osób i wciąż szukamy, para staruszków i ich siedmioletni wnuk dają nam znaki życia – powiedział Ortiz.

Na nagraniu zamieszczonym w sieci przez Archidiecezję Manizales widać moment, w którym zaczynają się wstrząsy, a ksiądz przerywa odprawianie mszy i podpiera się o jeden z filarów katedry.

W sieciach społecznościowych pojawiły się również nagrania przedstawiające świątynię z zewnątrz. Widać na nich, jak jedna z bocznych wież katedry chwieje się podczas trzęsienia, a następnie przewraca.

Neogotycka Bazylika Katedralna Matki Bożej Różańcowej w Manizales została ukończona w 1939 roku i jest uznawana za jedną z ikon architektury w regionie. Jej mierząca ponad 100 metrów główna wieża czyni ją jedną z najwyższych katedr w Ameryce Łacińskiej.

Ognisko trzęsienia znajdowało się około 100 km pod ziemią w miejscowości San Jose del Palmar, w departamencie Choco, około 280 km na zachód od stolicy kraju, Bogoty. Do wstrząsów doszło o godz. 7.34 czasu lokalnego (godz. 14.34 w Polsce). Według SGC było to najsilniejsze trzęsienie ziemi w Kolumbii w XXI wieku.

PAP

WIELKA BRYTANIA

Przełom w walce z otyłością. Jest zgoda na tabletkę odchudzającą

Marcin Koziestański

Brytyjska agencja ds. leków MHRA jako pierwsza w Europie zatwierdziła w poniedziałek do użytku tabletkę odchudzającą Foundayo, którą zażywa się codziennie. Ma pomóc w utracie wagi, ale też ułatwić walkę z cukrzycą typu 2.

Producentem Foundayo jest firma Eli Lilly, znana z preparatu Mounjaro, który ma formę zastrzyków. Substancją czynną tabletki jest orforglipron, który podobnie jak Mounjaro oddziałuje na mechanizmy regulujące apetyt.

Julian Beach, dyrektor wykonawczy w MHRA, podkreślił, że przed wydaniem zgody środek poddano „rygorystycznej ocenie bezpieczeństwa, jakości i skuteczności".

Nie jest jeszcze znana cena, ale produkcja preparatów odchudzających w formie tabletek jest zwykle mniej kosztowna niż produkcja zastrzyków, co oznacza, że w USA te pierwsze często są tańsze.

Nowy lek może trafić do NHS

Foundayo początkowo będzie dostępny prywatnie, na receptę, ale producent potwierdził, że zamierza się starać, by preparat jako lek odchudzający można było stosować także w NHS – brytyjskiej opiece zdrowia.

Opublikowane w maju w piśmie „Nature Medicine" duże badanie wykazało, że orforglipron może być stosowany jako długoterminowe leczenie podtrzymujące, pomagające utrzymanie prawidłową masę ciała po zakończeniu terapii zastrzykami odchudzającymi.

KINSZASA

Ebola zbiera śmiertelne żniwo. Już dwa tysiące ofiar

oprac. Anna Nagel

Władze Demokratycznej Republiki Konga poinformowały we wtorek, że liczba potwierdzonych zgonów w związku z epidemią wirusa ebola wzrosła do 2011.

W pięciu prowincjach odnotowano dotychczas 4381 potwierdzonych przypadków zakażenia.

Według danych rządu w Kinszasie 704 pacjentów jest obecnie hospitalizowanych i przebywa w izolacji.

Jak zauważyła agencja Associated Press, obecna epidemia różni się od większości poprzednich, ponieważ wywołuje ją rzadki wirus Bundibugyo. Nie ma obecnie zatwierdzonych szczepionek ani leków przeznaczonych do walki z tym wirusem.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) poinformowała w poniedziałek, że faktyczna epidemia rozpoczęła się w lutym, na długo przed wykryciem jej przez władze. Ognisko pojawiło się w jednym z najbardziej odległych i narażonych na zakażenia regionów kraju.

Dyrektor regionalny WHO w Afryce dr Mohamed Yakub Janabi poinformował, że na wcześniejszy, bo lutowy wybuch epidemii wskazało sekwencjonowanie wirusa. Wyjaśnił, że wczesne przypadki gorączki krwotocznej eboli zostały błędnie zakwalifikowane jako tyfus lub malaria.

Pierwszy przypadek wirusa ebola zidentyfikowano w 1976 roku w pobliżu rzeki Ebola, na terytorium Demokratycznej Republiki Konga (wówczas pod nazwą Zair). Obecna epidemia jest już 17. w historii kraju.

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

ROZMOWA

PGZ przyśpiesza. „Budujemy strategiczne bezpieczeństwo państwa”

Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i obsługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia – mówi Adam Leszkiewicz, prezes Polskiej Grupy Zbrojeniowej.

Robert Szulc

Wodowanie pierwszej fregaty programu Miecznik było ważnym momentem dla polskiego przemysłu stoczniowego. Jakie etapy programu pozostaną jeszcze do wykonania?

Wodowanie „Wichra” to wydarzenie przełomowe, które rozpoczyna kolejny, wymagający etap. To prace wyposażeniowe, integracja systemów bojowych, sensorów, łączności i uzbrojenia, próby portowe i morskie. Największym wyzwaniem będzie integracja systemów. Na okręcie znajdą się systemy Babcocka, Thalesa, MBDA, Lockheeda, Kongsberga, Leonardo oraz spółek Grupy PGZ. Integracja w płynnie działający system to największe wyzwanie i etap wymagający najwyższych kompetencji inżynierskich oraz doskonałej współpracy pomiędzy.

Okręty, które buduje PGZ, zaliczają swoje etapy konstrukcji o czasie, a często nawet przed czasem. Czyja to zasługa?

Największe wyzwania dotyczą globalnych łańcuchów dostaw, terminowej dostępności niektórych komponentów oraz integracji systemów. Budowa okrętu tej klasy z konieczności musi się opierać na precyzyjnym harmonogramie. To, że budowa trzech jednostek postępuje zgodnie z planem, to dla nas wielki powód do satysfakcji z zespołu PGZ Stoczni Wojennej. Program Miecznik to przedsięwzięcie bez precedensu w historii polskiego przemysłu stoczniowego. ORP Wicher jest największym okrętem, jaki kiedykolwiek powstał w polskiej stoczni. To rekord wyporności, wymiarów, wyposażenia i skok technologiczny, który buduje kompetencje krajowego przemysłu.

Jakie kompetencje PGZ będzie mogła wykorzystać przy budowie kolejnych okrętów?

Jednym z założeń programu była rozbudowa kompetencji stoczniowych. W PGZ Stoczni Wojennej pozostaje wiedza, technologie i doświadczenie. To kapitał, który będzie mógł zostać wykorzystany przy kolejnych programach morskich. Chcemy, aby w pierwszej kolejności te kompetencje wykorzystać do serwisowania okrętów podwodnych A26. Umowę polski rząd podpisał ze stroną szwedzką w czerwcu 2026 r. My z kolei podpisaliśmy już z Saabem, czyli producentem A26, pierwsze porozumienia otwierające drogę do przyszłego MRO tych jednostek.

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Adam Leszkiewicz, prezes Polskiej Grupy Zbrojeniowej

Podczas Święta Wojska Polskiego zobaczymy wiele systemów produkcji PGZ. Które z nich uważa Pan za najbardziej dojrzałe i gotowe do zwiększenia wolumenu produkcji?

Mamy dziś wiele produktów, które osiągnęły pełną dojrzałość produkcyjną. To m.in. zestawy przeciwlotnicze Piorun, samobieżne haubice Krab, transportery Rosomak, systemy radiolokacyjne PIT-RADWAR czy samobieżne moździerze Rak. W wielu domenach produktowych intensywnie zwiększamy moce produkcyjne. Najlepiej widać to w przypadku amunicji 155mm i Piorunów – rośnie liczba produkowanych egzemplarzy, mamy bardzo zaawansowane prace nad Piorunem nowej generacji. W służbie w WP są też pierwsze bojowe wozy piechoty Borsuk, a pozytywne opinie żołnierzy są potwierdzeniem kompetencji Huty Stalowa Wola i podmiotów zaangażowanych w realizację.

Gdzie znajdują się największe ograniczenia produkcyjne Grupy?

Największym wyzwaniem jest tempo rozbudowy mocy produkcyjnych odpowiadające najwyższemu od dekad popytowi na nasz sprzęt. Dotyczy to przede wszystkim amunicji artyleryjskiej, systemów rakietowych, pojazdów pancernych, systemów minowych. Tylko w ostatnim roku zatrudniliśmy 1600 nowych pracowników. Musimy o nich, jak każda firma, konkurować. Dlatego podejmujemy działania wyprzedzające – nasze spółki współpracują ze szkołami średnimi i uczelniami wyższymi, tę współpracę rozszerzamy, włączając się w projekt klas przemysłowych. Ale wracając do kwestii zatrudnienia – obecnie rekrutujemy w m.in. w PIT-RADWAR, w Jelczu czy PGZ Stoczni Wojennej. Nasze oferty pracy są skierowane do kadry inżynierskiej i programistów, technologów produkcyjnych, logistyków, operatorów maszyn, spawaczy, lakierników, elektryków, laborantów. Aktualnie liczba ofert pracy w Grupie PGZ wynosi ponad 230 i wynika z faktu, że realizujemy duże inwestycje – budujemy nowe hale produkcyjne, linie technologiczne. Przechodzimy od modelu produkcji dostosowanej do czasu pokoju do zdolności odpowiadających współczesnym realiom bezpieczeństwa.

Jak duża część obsługi takich systemów jak Abrams, Patriot czy F-16 może docelowo zostać przeniesiona do Polski?

Zdolności serwisowe posiadamy już dziś i rozwijamy ich skalę. W Wojskowych Zakładach Motoryzacyjnych w Poznaniu mamy moce obsługowe do czołgów Abrams, w Wojskowych Zakładach Lotniczych nr 2 w Bydgoszczy serwisowane są F-16. Wkrótce flota polskich F-16 zostanie tam zmodernizowana do najnowszego standardu. W Dęblinie rusza budowa jedynego w Europie centrum obsług silników AGT-1500 czyli napędów Abramsów, a w Wojskowych Zakładach Lotniczych nr 1 w Łodzi powstaje największe w Europie Autoryzowane Centrum Serwisowe Śmigłowców AH-64E Guardian Apache. Wojskowe Zakłady Elektroniczne w Zielonce posiadają kompetencje serwisowe do rakiet przeciwokrętowych NSM. Ta sama spółka buduje Centrum Serwisowo-Produkcyjnego pocisków rakietowych CAMM-ER dla systemu Narew. Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i obsługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia. Wystarczy popatrzeć, jak rozwinęły się dzięki temu przemysły obronne Turcji, Korei Płd. czy Japonii. Produkcja w kraju i kontrola łańcucha dostaw to nie kwestia bezpieczeństwa i olbrzymi impuls rozwojowy dla naszych spółek, sieci kooperantów i krajowej gospodarki.

Jedną z najważniejszych premier PGZ na tegoroczny Międzynarodowy Salon Przemysłu Obronnego w Kielcach jest ciężki bojowy wóz piechoty. Jaką rolę ma on pełnić obok Borsuka?

Borsuk pozostaje podstawowym, nowoczesnym bojowym wozem piechoty do działania w szerokim spektrum warunków, z zachowaniem zdolności pływania. Jednak współczesne pole walki wymaga również platform o wyższym poziomie ochrony balistycznej i przeciwminowej – to możliwe w konstrukcjach cięższych, pozbawionych wymogu pływalności. Taki pojazd mógłby operować z czołgami w najtrudniejszych warunkach, zapewniając załodze wyższy poziom ochrony. Premiera demonstratora będzie miała miejsce 8 września na MSPO.

Możemy spodziewać się też innych nowości?

Zdecydowanie. Uchylę rąbka tajemnicy: kolejna z premier także będzie miała charakter opancerzony, a inna przeciwlotniczy. Zapraszamy na nasze stoiska na MSPO. Od tej edycji nasza ekspozycja mieścić się będzie w nowej hali. Naszej wystawie towarzyszyć będą debaty eksperckie, będziemy podpisywać kluczowe umowy z partnerami. Nowością będzie też układ stoisk – zorganizowany w ramach domen produktowych, co odpowiada naszej nowej strukturze działającej od 1 lipca.

Jakie systemy PGZ budzą dziś największe zainteresowanie zagranicznych odbiorców?

Największą rozpoznawalność zdobył Piorun. To wizytówka polskiego przemysłu obronnego. Sprawdził się w warunkach bojowych na Ukrainie. Zakupiły go m.in. Norwegia, Estonia, Łotwa, Ukraina, Belgia, Mołdawia, Szwecja. Widzimy też duże zainteresowanie ze strony państw Zatoki Perskiej znanym z Borsuka podwoziem UMPG, które oferujemy z różnymi systemami wieżowymi. Mamy też zainteresowanie zagranicznych klientów systemem bezzałogowym Wizjer z WZL nr 2 w Bydgoszczy. No i wreszcie wisienka na torcie – strona szwedzka wyraziła zainteresowanie programem „Ratownik”. Pierwsza jednostka powstaje dla naszej Marynarki Wojennej, ale liczymy, że będą zamówienia dla klientów zagranicznych. Widzimy dziś bardzo silny popyt krajowy i zagraniczny. Naszym priorytetem pozostaje zapewnienie bezpieczeństwa Polsce i realizacja potrzeb Sił Zbrojnych RP. Rozwój eksportu pozwala zwiększać skalę produkcji, obniżać koszty jednostkowe, inwestować w nowe technologie i budować pozycję Polski jako ważnego ośrodka przemysłu obronnego w Europie.

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Syndrom SMS-owej szyi może naprawdę boleć. Skąd się bierze, jak go wyleczyć i jak mu zapobiegać?

NEUROLOGIA

Wyjątkowi czy tylko inni? Zaskakujące fakty o leworęczności, o których nie miałeś pojęcia

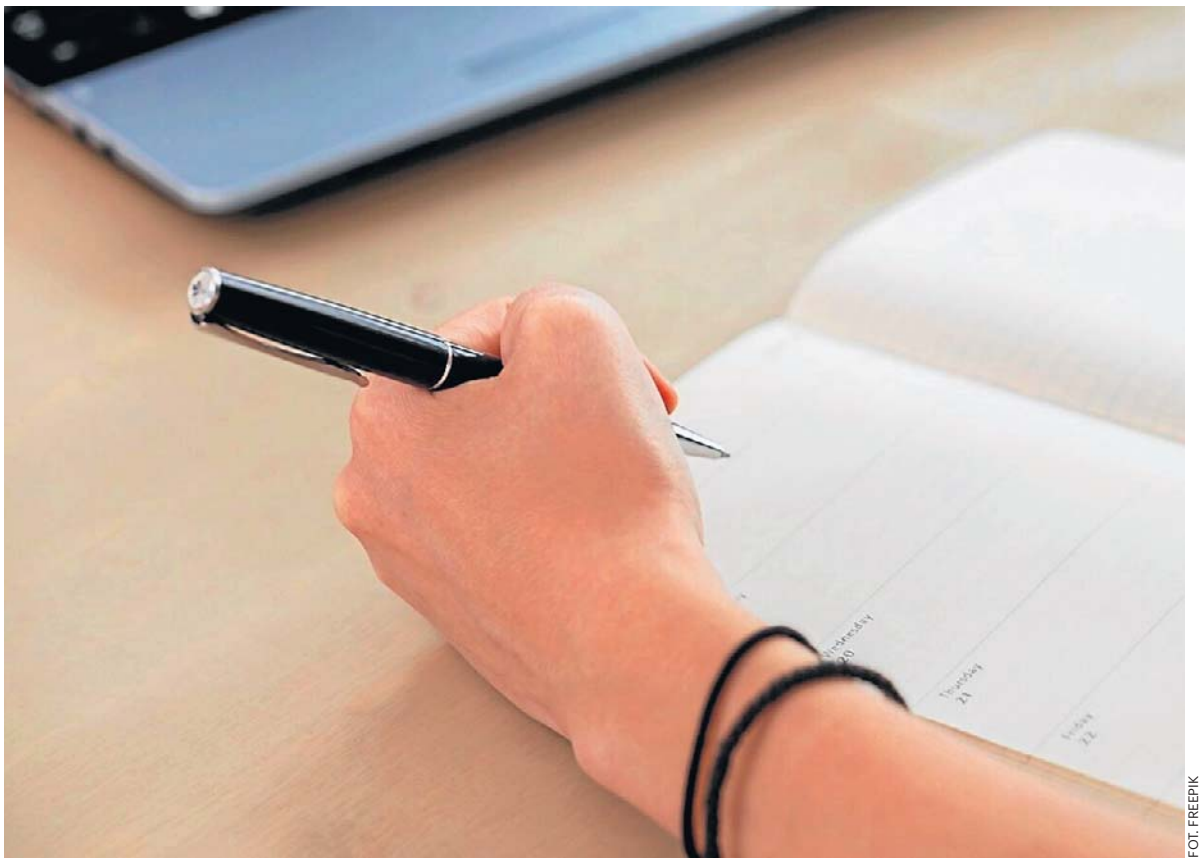
Leworęczność, jeszcze do niedawna piętnowana, obecnie już nikogo nie dziwi. Z badań natomiast wynika, że osoby preferujące lewą rękę są bardziej kreatywne i spostrzegawcze od praworęcznych

Monika Góralska

Leworęczność, dawniej nazywana mańkuctwem, to używanie do pisania, jedzenia czy wykonywania precyzyjnych czynności głównie lewej ręki. Większość osób na świecie jest praworęczna – leworęczni stanowią zaledwie 10-15 proc. całej populacji.

Tendencja do używania lewej ręki wynika z silniejszego rozwoju prawej półkuli mózgu (ponieważ półkule odpowiadają za przeciwległe strony: lewa za prawą stronę ciała, a prawa za lewą). Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała.

Naukowcy uważają, że leworęczność jest dziedziczna. Jednak większość leworęcznych dzieci (około 80 proc.) ma praworęcznych rodziców. Natomiast w przypadku gdy oboje rodzice są leworęczni, prawdopodobieństwo, że ich dziecko będzie leworęczne, wynosi aż 46 proc. Ta skłonność ujawnia się już w życiu płodowym, nasila się stopniowo wraz z rozwojem dziecka i utrwala około 2. roku życia.



FOT. FREEPIK

Leworęczność wynika głównie z czynników genetycznych lub kulturowych, ale można ją też wyćwiczyć. Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała

Krótka historia leworęczności

Leworęczność wynika także z wpływu czynników kulturowych. Istniała bowiem od zawsze. Już w prehistorycznych jaskiniach archeolodzy odkryli malowidła wykonywane przez osoby leworęczne. Jednak przez wieki osoby preferujące lewą rękę były postrzegane inaczej niż praworęczne.

W starożytności leworęczność uważano za dar od bogów. Natomiast w czasach średniowiecza uznawana była za domenę magów, czarownic, a nawet samego diabła, który miał chrzcić swoich wyznawców lewą ręką. Jeszcze do lat 80. XX wieku leworęczne dzieci były strofowane za pisanie lewą ręką i zmuszane do posługiwania się tylko ręką prawą.

Wiem to z autopsji, bo wychowywałam się w tamtych czasach jako osoba leworęczna. Na szczęście moi rodzice nigdy nie „przestawiali" mnie na prawą rękę tak jak np. rodzice mojej koleżanki, która z tego powodu umie pisać teraz obiema rękoma, ale preferuje lewą, bo tak jest jej znacznie wygodniej.

Musiałam jednak dostosować się, aby funkcjonować w świecie przystosowanym do osób praworęcznych, co nie było do końca łatwym zadaniem. To, co dla innych naturalne,mnie początkowo sprawiało trudność. Wykonywanie niektórych czynności siłą rzeczy musiałam opanować także za pomocą prawej ręki, np. obsługę skrzyni biegów w samochodzie czy myszki komputerowej. Do dziś mam jednak problem z jedzeniem sztućcami (w której nóż, a w której widelec?), a czasem także mylą mi się strona prawa z lewą, chociaż nigdy za kierownicą, co jest zaskakujące.

Z badań wynika, że leworęczne dzieci, które były zmuszane do pisania prawą ręką, miały gorsze wyniki nauki w szkole, nie chciały do niej chodzić, a nawet miały zaburzenia nerwicowe takie jak tiki, lęki i jąkanie.

Na szczęście obecnie nikt już nie uważa leworęczności za wadę i nie próbuje jej usilnie naprawiać. Można już kupić nożyczki, zeszyty czy inne przybory szkolne, a nawet narzędzia czy przybory kuchenne zaprojektowane specjalnie dla osób leworęcznych.

Cechy osób leworęcznych

Wbrew teoriom z początku lat 80. XX w. nowsze badania udowodniły, że osoby leworęczne nie są pod żadnym względem „gorsze" od praworęcznych, a wręcz przeciwnie. W niektórych dziedzinach wyróżniają się nieprzeciętnymi umiejętnościami. Może to wynikać z faktu, że leworęczność jest „trudniejsza" dla mózgu i wiąże się z większym wysiłkiem umysłowym. Leworęczni są bardziej spostrzegawczy i kreatywni, mają większą zdolność do nieszablonowego myślenia. Lepiej radzą sobie z rozwiązywaniem trudnych problemów, mają też większą zdolność do nauki języków obcych oraz większy zasób słownictwa niż osoby praworęczne.

Leworęczność występuje u około 10-12% populacji na całym świecie, co oznacza, że jest to stosunkowo rzadka preferencja manualna. Częstość ta może się różnić w zależności od kraju i kultury

Z badań neuropsychologów wynika, że połączenia między lewą i prawą półkulą mózgu działają u nich szybciej. Dzięki temu leworęczni myślą szybciej, bo obie półkule mózgowe dzielą się zadaniami po równo. Szybciej też przetwarzają i interpretują dużą ilość informacji oraz większa ilość osób leworęcznych ma IQ (iloraz inteligencji) znacznie powyżej przeciętnej. Z innych badań natomiast wynika, że osoby posługujące się sprawniej lewą ręką częściej cierpią na alergie, choroby autoimmunologiczne i choroby tarczycy.

Nowe badanie naukowców z Max Planck Institute wykazało, że leworęczność może być uwarunkowana genetycznie. Badacze zidentyfikowali rzadką kombinację genów zaangażowaną w kontrolowanie kształtu komórek i zarejestrowali ją aż 2,7 razy częściej u osób, które deklarują leworęczność. Wariant ten, nazwany genem TUBB4B, dotyczy jednak niewielkiej liczby wszystkich leworęcznych osób. Zauważono go tylko u około0,1 proc. badanych, jednak naukowcy są zgodni, że TUBB4B może grać istotną rolę w generalnym rozwoju asymetrii mózgowej, która determinuje wybór ręki dominującej.

– Przykładowo u większości ludzi lewa półkula dominuje w przypadku umiejętności językowych, a prawa w przypadku zadań, które wymagają orientacji w przestrzeni – tłumaczy neurobiolog Clyde Francks z holenderskiego wydziału psycholingwistyki Instytutu Maxa Plancka, autor badania opublikowanego w piśmie naukowym „Nature". – Zwykle lewa półkula dominuje nad prawą dłonią. Łączący je nerw przechodzi z lewej na prawą przez niższe struktury mózgu. U leworęcznych zaś to prawa półkula dominuje nad dłonią dominującą.

Leworęczni mają swoje święto

Wśród znanych i wybitnych osób w historii znajduje się wielu leworęcznych, m.in. Arystoteles, Napoleon, Leonardo da Vinci, Maria Skłodowska-Curie, Newton, Charlie Chaplin, Steve Jobs, Bill Gates, Lady Gaga, Ronald Reagan, Barack Obama, Andrzej Wajda czy Albert Einstein.

Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych – święto osób leworęcznych – obchodzone jest 13 sierpnia. Organizuje je od 1992 roku międzynarodowa organizacja „Klub Leworęcznych" (ang. The Left Handers Club) powstała w 1990 roku, której siedziba znajduje się w Wielkiej Brytanii. W Polsce po raz pierwszy obchodzono jew 2006 roku.

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

U STOMATOLOGA

Dentysta może może ci zadać bardzo dziwne pytania. To nie przypadek

Rozmowa z dentystą może obejmować kwestie dotyczące jakości snu, poziomu stresu, chrapania, a także stosowania różnych leków

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Okazuje się, że sen ma ze zdrowiem jamy ustnej znacznie więcej wspólnego, niż mogłoby się wydawać. Nie chodzi jedynie o sny, w których wypadają zęby. W końcu około jednej trzeciej życia spędzamy śpiąc, a w tym czasie jama ustna wcale nie jest całkowicie „wyłączona".

– Przede wszystkim w czasie snu spada wydzielanie śliny, co może sprzyjać rozwojowi próchnicy, jeśli zapomnieliśmy o wieczornym umyciu zębów, ponadto suchość nasila oddychanie przez usta. Dentysta może zapytać o chrapanie, w którym niemałą rolę odgrywa obecność wad zgryzu, ale co więcej, dentysta może także zalecić szynę minimalizującą tę dolegliwość i poprawiającą utrzymanie właściwego toru oddechowego. Także dentysta, pytając o sen, może zasugerować wizytę u laryngologa, podejrzewając bezdech senny – opisuje lek. dent. Paulina Moczyńska z VIVADENTAL Medicover Stomatologia w Gdańsku.

Specjaliści zwracają również uwagę, że popularne ostatnio zaklejanie ust lub nosa na noc za pomocą specjalnych plastrów nie jest rozwiązaniem problemów z oddychaniem podczas snu. Tego typu metody nie mają potwierdzonej skuteczności, a wszelkie trudności z drożnością nosa powinny być konsultowane z lekarzem.

Podczas wizyty stomatolog może więc dopytywać nie tylko o samo chrapanie, lecz także o inne objawy mogące świadczyć o zaburzeniach snu. Wśród nich są m.in. poranny nieświeży oddech, uczucie suchości w ustach wymagające nocnego popijania wody, epizody przerw w oddychaniu czy brak poczucia wypoczynku po przebudzeniu. Cennym źródłem takich informacji bywa nie tylko partner śpiący obok, ale również aplikacje monitorujące sen i rejestrujące nocne zaburzenia oddechu.

Żyjesz w stresie? To pytanie może paść w gabinecie

Na pierwszy rzut oka pytanie o poziom stresu może wydawać się mało związane z wizytą u stomatologa. Coraz więcej badań i doświadczeń klinicznych pokazuje jednak, że przewlekłe napięcie psychiczne potrafi bardzo wyraźnie odbijać się na zdrowiu jamy ustnej, wpływając zarówno na stan zębów, jak i tkanek otaczających.

– U niektórych osób przewlekły, nasilony stres objawia się rozwinięciem bruksizmu, czyli nieświadomego, nadmiernego zaciskania i zgrzytania zębami. Może on wystąpić zarówno nocą, jak i za dnia, podczas zwiększonego napięcia. Ma całkiem poważne skutki, jak na przykład pojawianie się ubytków przyszyjkowych, ścieranie i kruszenie szkliwa, rozchwianie zębów oraz zaburzenia stawów skroniowo-żuchwowych objawiających się trudnymi do zdiagnozowania bólami w obrębie żuchwy, uszu, oczu, głowy i karku – wyjaśnia dentystka i dodaje: – Mało tego! U osób odczuwających przewlekłe napięcie może dojść do rozwinięcia aftoz w wyniku reakcji układu odpornościowego. Pamiętajmy, że stres nie jest pojęciem abstrakcyjnym, a jest to szereg reakcji fizjologicznych naszego organizmu w odpowiedzi na odczuwane zagrożenie.

Czy przyjmuje pani leki na cukrzycę?

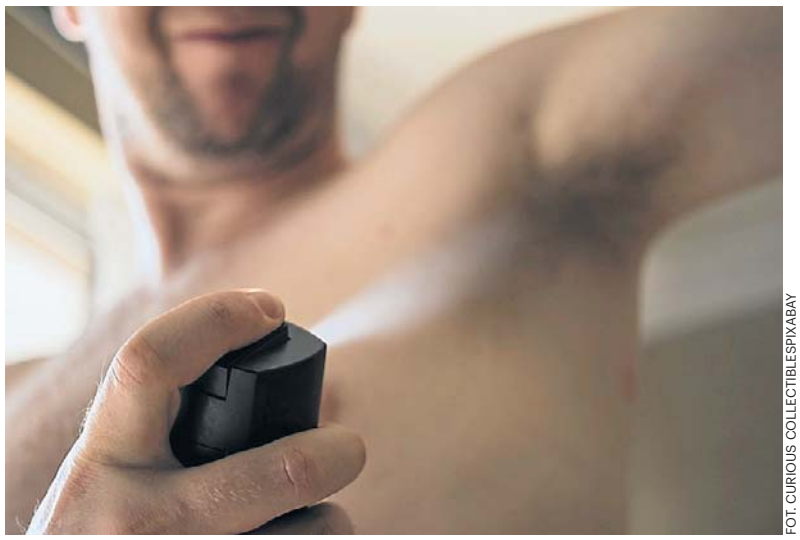
Jeszcze niedawno pytanie o leki stosowane w leczeniu otyłości lub cukrzycy trudno byłoby uznać za element standardowego wywiadu stomatologicznego. Dziś jednak analogi GLP-1 są tak powszechnie stosowane, że informacja o ich przyjmowaniu może mieć znaczenie również dla zdrowia jamy ustnej i przebiegu leczenia dentystycznego.

– Leki stosowane w terapii choroby otyłościowej oprócz łaknienia mogą zmniejszać odczuwanie pragnienia i takie głosy pacjentów do nas dochodzą, że zapominają pić. A jeśli mało pijemy, wracamy do pierwotnego problemu, czyli zbyt małej ilości śliny w jamie ustnej. Przez to ryzyko próchnicy i chorób dziąseł znacząco rośnie.

Sprawą poważną są też refluks żołądkowo-przełykowy i wymioty. Te czynniki obniżają pH w jamie ustnej, a więc zwiększają kwasowość, co z kolei skutkuje rozwojem kwasowej erozji szkliwa, a to obserwujemy m.in. po charakterystycznych zmianach na odjęzykowej stronie koron – przestrzega ekspertka z VIVADENTAL Medicover Stomatologia.

FOT. MAGNIFIC

Wywiad, jaki z pacjentem przeprowadza stomatolog, może być bardzo szczegółowy i dotyczyć nie tylko jamy ustnej



FOT. CURIOUS COLLECTIBLESPIXABAY

Zastosowanie dezodorantu na noc po kąpieli może zachować przyjemny zapach skóry do poranka, a nawet dłużej

HIGIENA

Rano, a może wieczorem? Wiemy, kiedy najlepiej stosować antyperspirant

Gabriela Fedyk

Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu? Jedni robią to po kąpieli przed położeniem się spać, inni czekają z aplikacją do rana. Kto ma rację?

Codziennie myjesz zęby, twarz, ciało i nakładasz dezodorant. Niektórzy tę ostatnią czynność robią wieczorem, przed pójściem spać, inni przy porannej toalecie. Co na to ekspertka? Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu?

– Najpierw warto wspomnieć o tym, że dezodorant i antyperspirant to są różne preparaty dla osób o różnych potrzebach – mówi dr Karolina Kozera-Wojtan, dermatolożka, lekarka medycyny estetycznej grupy LUX MED.

Na czym polega różnica?

– Dezodorant niweluje nieprzyjemny zapach i minimalnie zmniejsza ilość tworzących się bakterii, natomiast antyperspirant jest preparatem specjalistycznym dla osób z nadpotliwością skóry, który ma ograniczać pracę gruczołów potowych – wyjaśnia ekspertka.

Jak podkreśla dr Kozera-Wojtan, aplikowanie antyperspirantu na noc powoduje lepsze wchłanianie się i zwiększa jego efektywność.

– W nocy praca gruczołów potowych jest mniejsza, mniejsza wilgotność sprzyja również wchłanianiu – dodaje.

Dr Karolina Kozera-Wojtan mówi, że nakładanie antyperspirantów na noc sprzyja osiągnięciu najlepszych efektów działania. W przypadku dezodorantów nie ma ani takich wskazań bezpośrednich, ani przeciwwskazań.

– Praca gruczołów potowych jest mniejsza i też mniejsze zapotrzebowanie na dezodorant. Z drugiej strony mniej, ale nadal pracują i po zastosowaniu dezodorantu na noc po kąpieli możemy zachować przyjemny zapach skóry tej okolicy do poranka albo i dłużej – dodaje dermatolożka.

Dlaczego lepiej nakładać antyperspirant wieczorem?

W nocy temperatura twojego ciała spada, a to oznacza, że mniej się pocisz. Gdy gruczoły potowe są mniej aktywne, kanaliki potowe mogą lepiej wchłaniać substancję czynną z antyperspirantu. To właśnie w nocy produkt ma czas, aby wniknąć i skutecznie zablokować kanaliki potowe.

Rano gruczoły potowe są bardziej aktywne, a substancje czynne mogą mieć trudności z wniknięciem w skórę i dotarciem do miejsc, w których powinny się znaleźć.

Co ważne, nie rób tego od razu po kąpieli. Dlaczego? Antyperspiranty są najskuteczniejsze, gdy są stosowane na bardzo suchą skórę. Jeśli powierzchnia skóry jest wilgotna, antyperspirant nie dotrze do wnętrza porów, co jest konieczne, aby blokować pot. Najlepiej nakładaj go po wytarciu ręcznikiem i całkowitym wyschnięciu pach.

Warto pamiętać, że pocenie reguluje temperaturę ciała i chroni organizm przed przegrzaniem. Za ten proces odpowiadają głównie gruczoły ekrynowe rozmieszczone na całej skórze.

Z kolei gruczoły apokrynowe (m.in. pod pachami) produkują pot, który w połączeniu z bakteriami może powodować nieprzyjemny zapach. Dlatego tak ważna jest nasz codzienna higiena.

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

REKLAMA 0011565820

Słupsk

WYBIERAM SŁUPSK!

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

Prezydent Miasta Słupska ogłasza
przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska

II nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 6 o pow. użytkowej **95,55 m²**, składającego się z 4 pokoi, 2 kuchni, przedpokoju i 2 łazienek z w.c. wraz z dwoma pomieszczeniami przynależnymi o łącznej powierzchni 15,07 m² (piwnice), położonego w budynku przy ul. **Jana Kilińskiego 18** z udziałem **1474/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 758/4** o powierzchni **256 m²** w obrębie nr **0006**, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW **SL1S/00041837/4.**

Cena wywoławcza wynosi 250 000,00 zł, wadium 25 000,00 zł,

Sprzedaż nieruchomości zabudowanej zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz.U. z 2025 r. poz.775 ze zm.).

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Armii Krajowej" na terenie o funkcji: tereny zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej lub usług (2MW-U). Budynek Jana Kilińskiego 18 figuruje w wykazie gminnej ewidencji zabytków Miasta Słupska jako inny zabytek nieruchomy znajdujący się w wojewódzkiej ewidencji zabytków województwa pomorskiego. W związku z tym podlega uwarunkowaniom zgodnym z zapisami obowiązującego na tym terenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego.

Przetarg odbędzie się w dniu 14.09.2026 r. o godz. 11.00 w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (I piętro).

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia **8.09.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr 08 1140 1153 0000 2175 4200 1011.

Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 19.08.2026 r. o godz. 14:30.

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel.59 8488332

Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.

REKLAMA 0011565814

Słupsk

WYBIERAM SŁUPSK!

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

Prezydent Miasta Słupska ogłasza
I przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska

I nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 7A o pow. użytkowej 123,36 m² położonego w budynku przy **ul. Z. Krasińskiego 17** w Słupsku z udziałem **1350/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej nr **577/2** o powierzchni **319 m²** w obrębie nr 0006 Miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW **SL1S/00025142/7.**

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: 490 000,00 zł
wadium 49 000,00 zł

Sprzedaż zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775 ze zm.).

Nieruchomość położona przy ul. Z. Krasińskiego 17 znajduje się na obszarze miasta, na którym obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Mickiewicza" na terenie o funkcji: tereny adaptowanej zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej, z usługami wbudowanymi, usługi; handlu, gastronomii, administracji, turystyki, kultury oraz inne nieuciążliwe – 10.1.MWU. Budynek przy ul. Zygmunta Krasińskiego 17 w Słupsku jest ujęty w Gminnej Ewidencji Zabytków Miasta Słupska jako inny zabytek nieruchomy wpisany do wojewódzkiej ewidencji zabytków Województwa Pomorskiego.

Przetarg odbędzie się w dniu 13.10.2026 r. o godz. 10:00 w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II p.).

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest **wpłacenie wadium do dnia 7.10.2026 r. na konto: Miasto Słupsk, mBank S.A. Nr 08 1140 1153 0000 2175 4200 1011.**

Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 24.09.2026 r. o godzinie 14.30.

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel. 59 84 88 332.

Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.

REKLAMA 0011565821

Słupsk

WYBIERAM SŁUPSK!

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

Prezydent Miasta Słupska ogłasza
przetarg na sprzedaż części nieruchomości stanowiącej własność Miasta Słupska

I nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 5 o pow. użytkowej **38,54 m²** składającego się z 2 pokoi, kuchni, przedpokoju i w.c., położonego na I piętrze (II kondygnacji) w budynku przy ul. Juliana Fałata 1 w Słupsku wraz z udziałem **1412/10000** we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki gruntu oznaczonej **nr 205/2** o powierzchni **179 m²** w obrębie **nr 0011** miasta Słupska, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr **SL1S/00029165/2.**

Cena wywoławcza wynosi 200 000,00 zł
wadium 20 000,00 zł

Sprzedaż zwolniona od podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r.o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775 ze zm.).

Nieruchomość położona jest na terenie, dla którego obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego „Fałata" na terenie o funkcji: tereny mieszkaniowe wielorodzinne - 04.13. MW. Budynek przy ul. Juliana Fałata 1 nie jest ujęty w Gminnej Ewidencji Zabytków Miasta Słupska. W związku z tym podlega uwarunkowaniom zgodnym z zapisami obowiązującego na tym terenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Fałata".

Przetarg odbędzie się w dniu 14.09.2026 r. o godz. 13.00 w sali nr 212 Urzędu Miejskiegow Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro).

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie **wadium do dnia 8.09.2026 r.** na konto: Miasto Słupsk mBank SA nr **08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**.

Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 31.08.2026 r. o godz. 15:30.

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3, w Wydziale Zarządzania Nieruchomościami pokój 215, pod nr tel. 59 84 88 332.

Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.

REKLAMA 0011550896

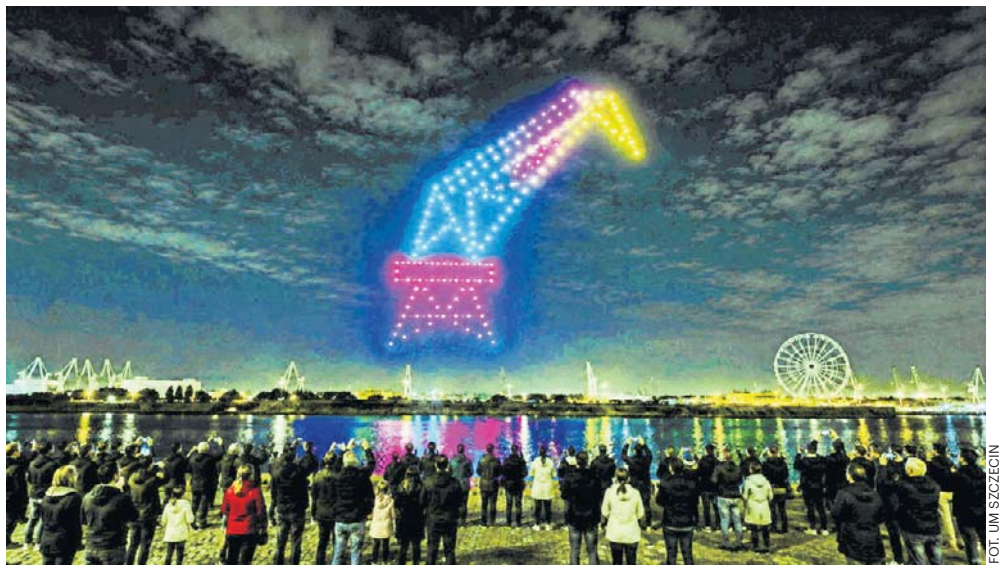
eprasa.pl 6ba8bb5ebd

SZCZECIN - ŻAGLE 2026

Drony w akcji. To pierwszy taki pokaz w Szczecinie

Opr. red.

150 dronów, 13 symboli Szczecina i pomysły stworzone przez uczniów szczecińskich szkół – podczas Żagli 2026 piątkowy wieczór rozświetli wyjątkowy pokaz dronów, którego scenariusz powstał z inspiracji najmłodszymi mieszkańcami miasta.



FOT. UM SZCZECIN

Nowoczesne połączenie technologii, światła i dźwięku zapowiada się imponująco

To będzie pierwszy taki pokaz w Szczecinie. W ramach konkursu „Szczecin w chmurach" uczniowie szczecińskich szkół podstawowych przygotowali projekty 11 figur. Zadanie było proste miały one nawiązywać do historii, tożsamości i charakterystycznych symboli Szczecina. Wśród nadesłanych prac, wykonanych różnymi technikami – od szkiców ołówkiem, przez kolorowe wyklejanki, aż po profesjonalne projekty graficzne – znalazły się m.in. krokusy, Dźwigozaury, Zamek Książąt Pomorskich oraz wiele innych symboli naszego miasta.

Ekipa odpowiedzialna za organizację pokazu dołożyła wszelkich starań, aby jak najwierniej odwzorować dziecięce projekty. Efekt końcowy zapowiada się imponująco.

Pokaz będzie zsynchronizowany z muzyką, co dodatkowo podkreśli jego wyjątkowy klimat i widowiskowy charakter. To nowoczesne połączenie technologii, światła i dźwięku dostarczy widzom niezapomnianych emocji.

Pokaz zaplanowano na piątek, 14 sierpnia, o godz. 23. W przypadku niepogody zostanie on zrealizowany w sobotni wieczór, około godz. 22.

Wielka żeglarska impreza

Od piątku 14 sierpnia do niedzieli 16 sierpnia okolice Wałów Chrobrego i Łasztowni zamienią się w festiwalową przestrzeń pełną atrakcji, warsztatów, koncertów, gier i zabaw dla całych rodzin, a także widowiskowych pokazów i smacznych potraw.

Czego możemy się spodziewać? Przede wszystkim wyjątkowych jednostek. Przy szczecińskich nabrzeżach zacumuje ponad 30 jednostek z Niemiec, Holandii, Skandynawii oraz Polski, które otworzą swoje pokłady dla zwiedzających i wypłyną w 2-godzinne rejsy po Odrze.

Poza żeglarskim klimatem wydarzenie zapewni odwiedzającym mnóstwo dobrej zabawy. Po obu stronach Odry czekać będą strefy animacji i warsztatów. Ponadto Żagle 2026 to prawdziwa muzyczna podróż po różnych gatunkach. Na uczestników wydarzenia czekać będzie bogaty program muzyczny rozlokowany po obu stronach Odry.

KOŁOBRZEG

Rowerem po desce na wodzie. Wyzwanie dla zawodników

Joanna Boroń

21 metrów długości, zaledwie 30 centymetrów szerokości i... woda pod kołami. 15 sierpnia w Marinie Solnej w Kołobrzegu odbędzie się 27. edycja zawodów „Jazda rowerem po desce na wodzie".

FOT. ARCHIWUM

Początek imprezy o godzinie 11

Oceniana będzie nie tylko sama jazda, ale również stylizacja i wygląd startujących.

Na desce będzie więc można zaprezentować swoją pomysłowość. W tej konkurencji liczy się bowiem zarówno równowaga i precyzja, jak i odrobina fantazji.

DROBNE

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

KUPIĘ Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku ! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział ! 602738759

Praca

ZATRUDNIĘ

Szukamy cieśli, zbrojarzy do pracy w Niemczech. Praca od zaraz. Niemiecka umowa, darmowe zakwaterowanie. Znajomość j. niemieckiego będzie dużym atutem. Kontakt tel. 693 795 178. Zadzwoń już dziś.

Zdrowie

NEUROLOGIA

SPEC. Neurolog. NFZ. Bez kolejek.

Codziennie. Koszalin, 605-284-364.

Różne

KUPIE spawarke, styki 510124729

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń. **Bez wychodzenia z domu.**

ibo.polskapress.pl

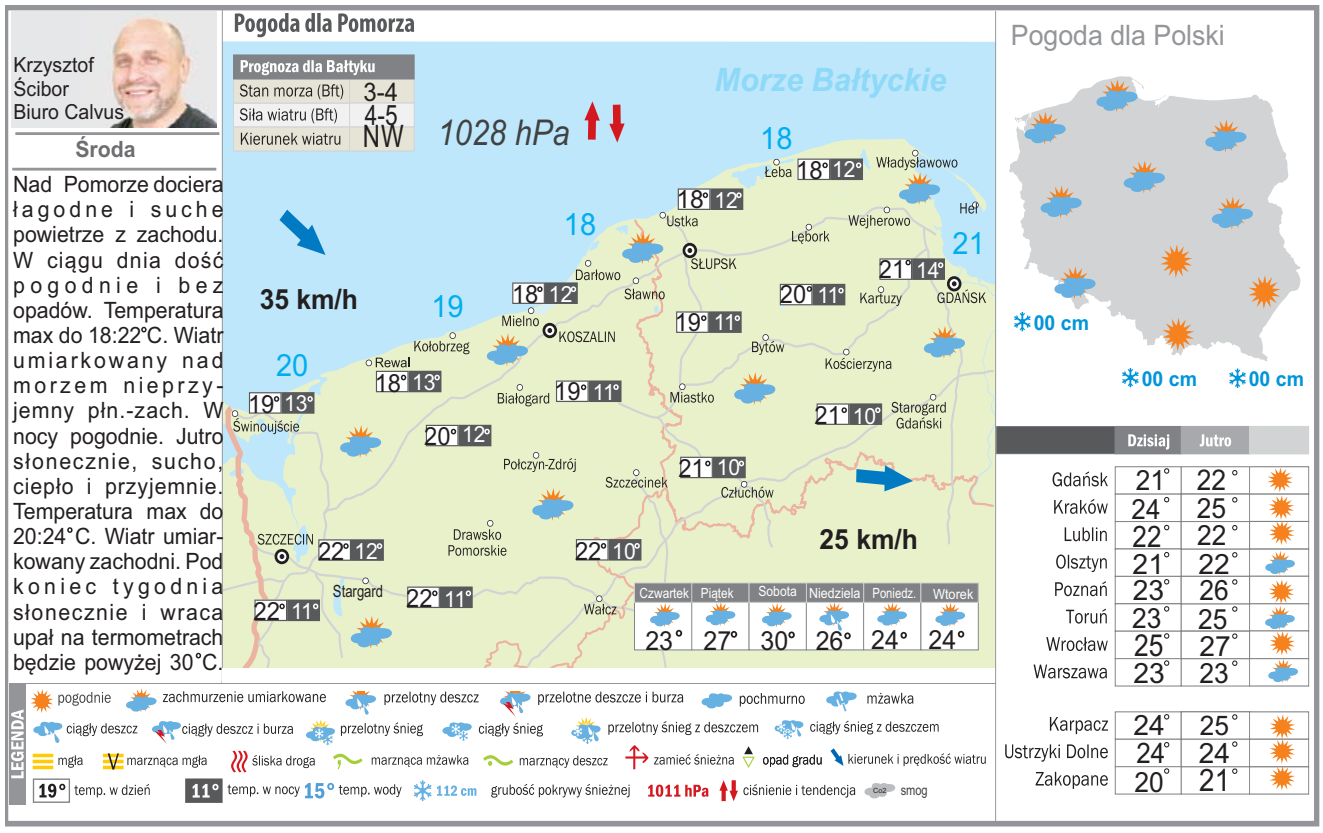
REKLAMA 0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.

Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

POGODA



eprasa.pl 6ba8bb5ebd

PROGRAMOWO

G. 17:15

Dziewczyna i chłopak

TVP Kultura

O książce Hanny Ożogowskiej „Dziewczyna i chłopak, czyli heca na czternaście fajerek" już w chwili jej wydania w 1961 r. pisano, że stanowi doskonały materiał na scenariusz filmu dla dzieci. Przeniesienia na ekrany (telewizorów i kin) doczekała się jednak 16 lat później. Reżyser Stanisław Loth oraz scenarzystki Hanna Ożogowska i Anette Olsen „oczyścili" materiał literacki ze wszystkiego, co mogłoby trącić staroświecczyzną i pozostawili jedynie przygodę. Cała historia zaczyna się w ostatnim dniu roku szkolnego. Bliźniakom Tomkowi i Tosi rodzice obiecali wyjazd na Mazury. Wcześniej mają spędzić miesiąc u cioci na wsi. Niestety, plany muszą ulec korekcie, bo Tomek ma poprawkę z historii. Zamiast do cioci ma jechać do wuja Stefana. By ratować brata, Tosia w „męskim" przebraniu jedzie zamiast niego. Zostawia list, aby Tomek przebrał się za nią i pojechał do ciotki na wieś.

G. 14:05

Splątane losy

TVP 1

Ayfer martwi się o męża. Halil jest bowiem rozkojarzony, nie je i nie śpi. Ayfer nie wie, co go dręczy. Mine natomiast nudzi się w rezydencji. Woli się bawić z innymi dziećmi, ale to wykluczone. Munevver wspomina chwile, kiedy Pakize i Çetin byli dziećmi. Burak postanawia unika Yasemin, by jej do siebie nie zrazić. Finalnie Munevver „ulega" wnuczce i wysyła Mine do parku z Suzan. Towarzyszy im Halil. Dorośli liczą, że pojawi się tam Yasemin.

G. 20:10

Prosta sprawa

Ale Kino+ HD

Mężczyzna o nieznanym imieniu i burzliwej przeszłości pojawia się w mieście. Celem jego wizyty jest spłata długu zaciągniętego wiele lat temu u przyjaciela. Sprawy szybko sie komplikują bo jego przyjaciel – człowiek, któremu ma oddać pieniądze – zadarł z mafią. Od tego momentu bezimienny bohater prowadzi batalię z bezwzględnymi gangsterami, której stawką jest sprawiedliwość dla pokrzywdzonych przez bandytów ludzi. Jeden zły ruch może go jednak kosztować życie... jego i innych. W serialu z 2024 roku pojawia się plejada znakomitych polskich aktorów: Mateusz Damięcki jako tytułowy bezimienny bohater, Piotr Adamczyk jako Kazik, Magdalena Wieczorek w roli dziennikarki Justyny, Mateusz Kmiecik jako Czacha, Izabela Kuna jako Joanna Gawelek, Maciej Musiał, Mateusz Więcławek, Krzysztof Zalewski i Maciej Damięcki.

G. 18:15

1920. WOJNA I MIŁOŚĆ

TVP Historia

Serial historyczny z elementami sensacyjnymi „1920. Wojna i miłość" opowiada o jednym z najważniejszych okresów w dziejach Polski – o walce o niepodległość w 1920 r. Akcja rozpoczyna się w 1918 r. w pogrążonej chaosem Rosji, gdzie poznajemy głównych bohaterów – Bronka, Władka i Józefa. Bronek Jabłoński (Jakub Wesołowski) jest oficerem rosyjskiej armii. Wpada w ręce bolszewickiego oddziału dowodzonego przez okrutnego Tkaczenkę, ale udaje mu się zbiec. Władek Jarociński (Wojciech Zieliński) ze Śremu, żołnierz pruskiej armii i Józef Szymański (Tomasz Borkowski), matematyk ze Lwowa, oficer w austro–wegierskiej c. k. armii stają naprzeciw siebie w bitwie. Józefowi udaje się wyrwać z niemieckiego okrążenia. Władek, wbrew własnej woli, zostaje dezerterem. Wkrótce do uciekinierów dołącza Bronek. Całą trójkę zatrzymuje niemiecka żandarmeria i trafiają do obozu internowania. 11 listopada 1918 r. przychodzi niepodległość. Trzej koledzy wyruszają w kierunku Warszawy. Los sprawia, że ich historie się przeplatają, a spotkania następują w najbardziej nieoczekiwanych okolicznościach.

G. 16:00

Dziedzictwo

TVP 1

Semih ukrywa swoje obrażenia i w panice kontynuuje intrygę. Nana przyznaje Aynur, że czuje coś do Poyraza, ale woli tłumić uczucia. Isil zapowiada Ezgi, że doprowadzi do jej ślubu z Sinanem, który wyraźnie faworyzuje Aynur. Cansel podsłuchuje rozmowę Şahina İbrahim i Czarną kłócą się o imię dla ich dziecka.

G. 17:20

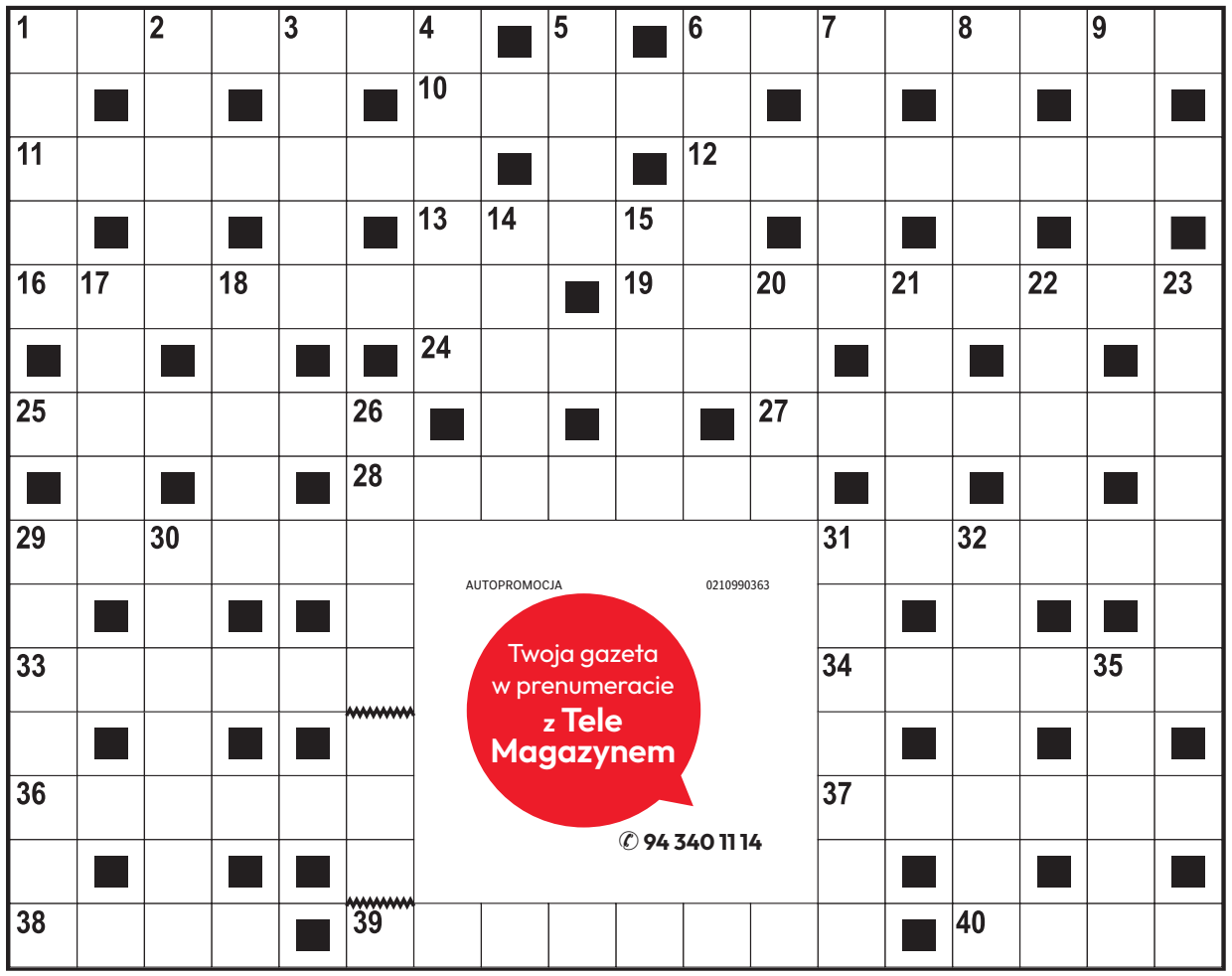
Panna młoda

TVP 2

Derya wreszcie wyznaje Cemilowi prawdę o Hancer, jej stanie i pomysłach. Niedługo później dochodzi do dramatycznej konsfrontacji Meliha, Hancer i Cihana w domu Cemila. Wybucha awantura, jakiej jeszcze nie było! Z kolei Sinem traci wszelkie złudzenia i sentyment do Meliha. Czuje się oszukana. Melih natomiast składa propozycję Hancer. Czy ją przyjmie?

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

KRZYŻÓWKA NR 123



Poziomo:

1) Tomasz, aktor z filmu „Listy do M.”,
6) nadwyżka gotówki w kasie,
10) fachowiec od okularów,
11) Bilbo, bohater powieści „Władca Pierścieni”,
12) motyw zdobniczy w architekturze,
13) między kondygnacjami,
16) profesor … Gąbka, porwany do Krainy Deszczowców,
19) wysoki ptak z Afryki, wężojad,
24) silnie usztywnione płótno introligatorskie,
25) zarośnięta wyspa na rzece,
27) leczy miętą, rumiankiem,
28) „… posłów greckich”, tragedia Jana Kochanowskiego,
29) ssak spokrewniony z kozą domową,
31) miękki metal, berylowiec,
33) na czele spółdzielni,
34) „… gotuje”, program kulinarny śląskiego kucharza,
36) doświadczenie nabyte przez lata praktyki,
37) na ramionach harcerki,
38) pleciony z wikliny,
39) fałda na spódnicy,
40) sala wykładowa na uniwersytecie.

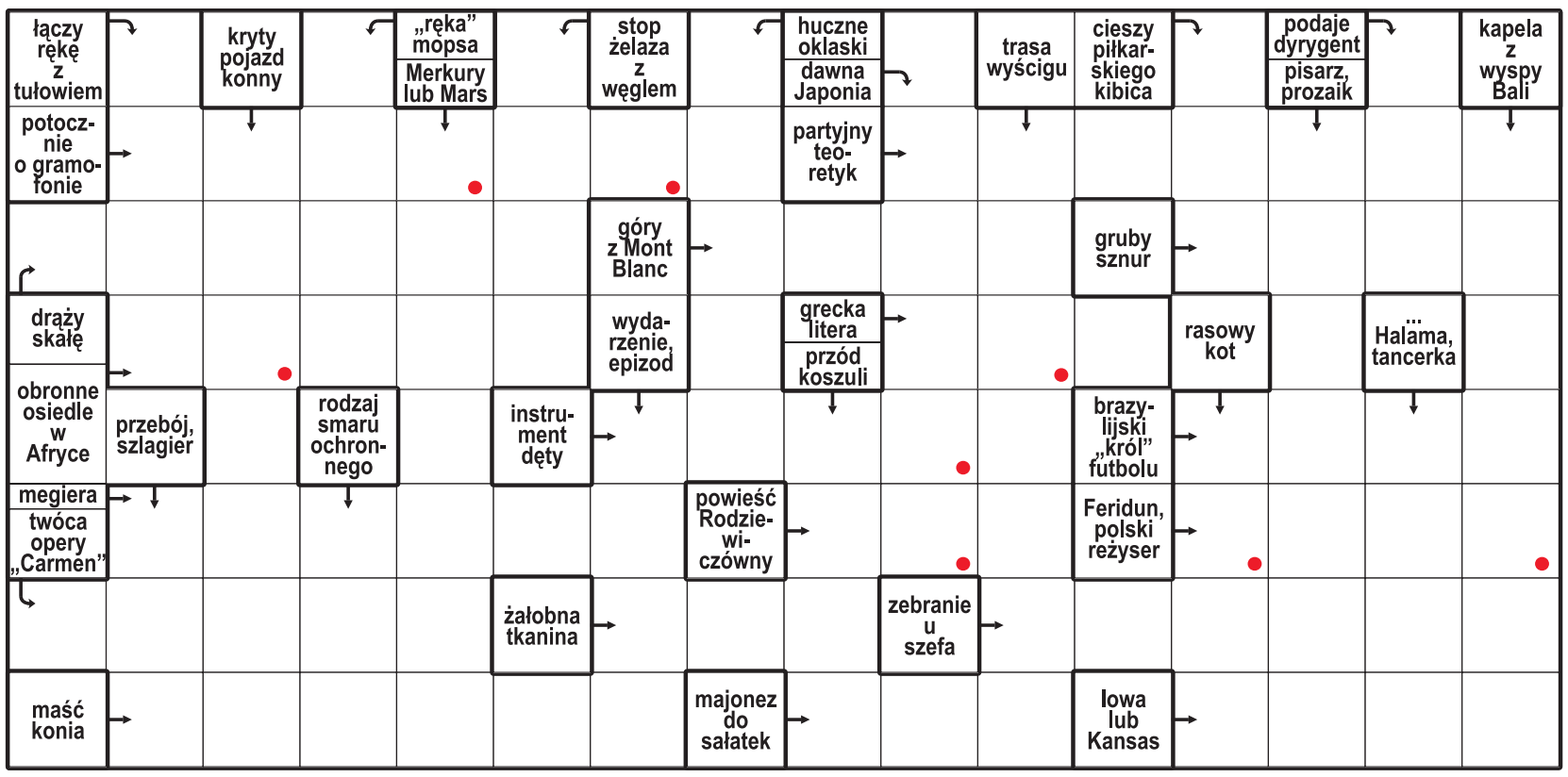
Pionowo:

1) turecka potrawa z jagnięciny,
2) pieczywo na śniadanie,
3) Elza z afrykańskiego buszu,
4) Wojciech, współtwórca „Panoramy Racławickiej”,
5) nadaje kierunek łodzi,
6) drewniane wiaderko na mleko,
7) miejsce zaniku wód na obszarze krasowym,
8) polska fabryka rowerów,
9) Jan Kiepura lub Jose Carreras,
14) lubi wędrować po świecie,
15) drzewo o „drżących” liściach,
17) najmłodsza żona proroka Mahometa,
18) Jerzy, aktor z komedii „Gdzie jest generał?”,
20) skacze na pochyłe drzewo,
21) wybrany król przed koronacją,
22) Jorge, brazylijski pisarz („Kakao”),
23) strącenie poprzeczki przez tyczkarza,
26) horror z rolą Brada Pitta,
29) wielkanocne ciasto jak ptak,
30) biały kruk, rzadkość,
31) słodka bułka drożdżowa,
32) przestarzale o księgowości,
35) fartuch ochronny, chałat.

ROZWIĄZANIE NR 122

D	Y	D	A	K	T	Y	K	■	■	P	I	O	S	E	N	K	A
A	■	Ę	■	O	■	■	O	D	R	A	■	■	K	■	I	■	M
T	■	B	■	M	Y	Ś	L	■	■	R	E	N	O	■	E	■	O
S	K	L	E	P	■	L	O	R	E	A	L	■	P	O	B	Ó	R
U	■	I	■	A	M	U	R	■	■	D	A	N	E	■	Y	■	K
N	A	N	O	S	■	B	A	L	K	O	N	■	K	O	T	K	A
■	L	■	K	■	Ś	■	D	■	■	K	■	W	■	G	■	U	■
W	I	Ó	R	■	L	E	O	M	E	S	S	I	■	R	Y	T	M
■	B	■	Ę	■	I							Ą	■	Ó	■	E	■
M	I	S	T	R	Z							Z	A	D	O	R	A
Ę	■	P	■	Z	■							■	L	■	Ś	■	F
S	O	R	B	E	T							S	P	A	C	E	R
T	■	Z	■	M	■							■	A	■	I	■	Y
W	I	Ę	Z	Y	■							■	K	L	E	I	K
O	■	T	■	K	O	N	O	P	N	I	C	K	A	■	Ń	■	A

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: PERSONEL.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś postaw na odwagę i działaj bez zwłoki. Horoskop dzienny zapowiada szansę na sukces.

Ryby (19.02 - 20.03)
Ruszaj na nowe wyzwania. Horoskop na dziś wróży, że szczera rozmowa przyniesie ci ważną wskazówkę.

Baran (21.03 - 19.04)
Uda ci się rozwiązać problem. Horoskop dzienny na środę mówi, że odzyskasz pewność siebie.

Byk (20.04 - 20.05)
Czeka cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny zapowiada, że otworzy przed tobą nowe możliwości.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Zaufaj intuicji - podpowie ci właściwą drogę. Horoskop na dziś mówi, że bliska osoba okaże ci wsparcie.

Rak (22.06 - 22.07)
Twoja energia przyciągnie uwagę innych. Horoskop dzienny na środę wróży, że zabłyśniesz pomysłem.

Lew (23.07 - 22.08)
Drobne szczegóły okażą się dziś ważne. Horoskop dzienny radzi we wszystkim zachowywać spokój.

Panna (23.08 - 22.09)
Horoskop na dziś zapowiada, że rozmowa przyniesie ci ulgę i pomoże odbudować harmonię.

Waga (23.09 - 22.10)
Nie ukrywaj swoich uczuć. Horoskop dzienny na środę mówi, że szczerość pozwoli ci zamknąć trudny temat.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Los sprzyja spontanicznym decyzjom. Horoskop dzienny mówi, że nowa propozycja przyniesie ci wiele radości.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Cierpliwość przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by skupić się na jednym celu.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Kreatywny pomysł może dziś zmienić twoje plany. Horoskop dzienny na środę radzi posłuchać intuicji.

eprasa.pl 6ba8bb5ebd

LEKKOATLETYKA

Sprint daje moc radości. Polka ponownie druga w Europie

Paweł Wiśniewski

Mamy pierwszy medal 27. edycji lekkoatletycznych mistrzostw Europy. W finale biegu na dystansie 100 metrów (+1,0 m/s) Ewa Swoboda sięgnęła z czasem 11,02 s po srebrny medal. Na „Alexander Stadium" szybsza była tylko Brytyjka Amy Hunt – 11.00 s. Brąz zdobyła mało znana Belgijka Delphine Nkansa (11,06 s), której tata pochodzi z Ghany.

FOT. PAP/ADAM WARŻAWA

Trzy najszybsze sprinterki w Europie. Od lewej: nasza Ewa Swoboda, Brytyjka Amy Hunt i Delphine Nkansa z Belgii

W 92-letniej historii European Athletics Championships reprezentacja Polski wywalczyła już 186 medali, w tym 59 złotych, 61 srebrnych i 66 brązowych. Zawody potrwają do niedzieli.

Ewa Swoboda znakomicie zareagowała na strzał startera (0,128 sekundy). Amy Hunt wyraźnie została w blokach, ale na dystansie potrafiła odrobić straty. Dotychczas urodziwą Brytyjkę lepiej znaliśmy ze świetnych występów na 200 metrów (m.in. wicemistrzyni świata z 2025 roku, rekordzistka świata do lat 18 – 22,42 s z 2019 roku, z „życiówką" 22,08 s!).

– Wróciłam tam, gdzie chciałam być, bo po paryskich igrzyskach było ze mną źle – stwierdziła nasza najszybsza sprinterka. – Dajcie się pocieszyć tym srebrem. Pozdrawiam wszystkich tych, którzy we mnie zwątpili i nie wierzyli. To dzięki wam znów tu jestem. Jestem z siebie bardzo zadowolona. Cieszę się, że to mnie znowu cieszy.

Swoboda wywalczyła dla Polski siódmy medal mistrzostw Europy na 100 metrów. Wcześniej dokonały tego: Stanisława Walasiewicz (złoto – 1938 rok), Teresa Wieczorek-Ciepły (brąz – 1962), Ewa Kłobukowska (złoto – 1966), Irena Szewińska (srebro – 1966 i złoto – 1974) oraz Ewa Swoboda (srebro – 2024).

Halowa rekordzistka Polski w biegu na 60 metrów (6,98 s – 2 marca 2024 r., Glasgow) po raz czwarty startowała na 100 metrów na mistrzostwach Europy organizowanych na otwatym stadionie (2018 – półfinał, 2022 – 4. miejsce, 2024 – 2. miejsce, 2026 - 2. miejsce). To rekord w kontekście liczby startów Polek w tej konkurencji na ME (poza Swobodą więcej niż dwa starty zanotowały tylko startujące ponad pół wieku temu Irena Szewińska i Danuta Jędrejek – po trzy).

Swobodę czeka jeszcze na tych mistrzostwach start w sztafecie 4 x 100 metrów kobiet. A już niebawem nasi kibice będą mogli zobaczyć jedną z najszybszych niewiast na Starym Kontynencie u siebie – 23 sierpnia w Chorzowie w biegu sztafety mieszanej 4 x 100 metrów i na 100 metrów oraz 26 sierpnia w Szczecinie na „setkę".

Kapitanami reprezentacji Polski na mistrzostwa Europy w Birmingham zostali wybrani – przez aklamację, czyli jednomyślnie, bez liczenia głosów – Natalia Bukowiecka i Wojciech Nowicki.

Niestety, nasz mistrz olimpijski (2020 r.) i 3-krotny mistrz Europy (2018, 2022 i 2024) w rzucie młotem już żegna się z imprezą, nie zdołał bowiem awansować do konkursu finałowego (w eliminacjach tylko 74,49 m...).

– Chciałbym rzucać dalej – wyjaśnił Nowicki. – Fizycznie jestem przygotowany, ale szwankuje technika. Nie mam odpowiedniego czucia. To smutne, ale muszę to przełknąć z pokorą. Bardzo chciałem wrócić do dobrej formy po kontuzji, ale na razie się to nie udaje. W tym sezonie mi się nie układa i młot nie leci tak daleko, jakbym chciał.

TENIS

Świątek powalczy w Toronto o pierwszy w tym sezonie finał turnieju WTA

Zbigniew Czyż

Iga Świątek zagra dziś w półfinale tenisowego turnieju WTA 1000 w Toronto. Rywalką Polki będzie Ukrainka Elina Switolina. W ćwierćfinale Polka wygrała z Rosjanką Dianą Sznajder 6:2, 6:1.

FOT. EAST NEWS

Iga Świątek zagra dziś w półfinale turnieju WTA 1000 w Toronto

Raszynianka (nr 8 WTA) miała zdecydowaną przewagę w obu setach. Nie musiała bronić nawet jednego break pointa, a sama przełamała siedemnastą tenisistkę w rankingu: dwa razy w pierwszej odsłonie i trzykrotnie w drugiej, w tym w ostatnim gemie tego pojedynku.

– Każdy ćwierćfinał jest trudny i ten także taki był, szczególnie biorąc pod uwagę sposób, w jaki ona podkręcała piłki, oraz warunki. Było bardzo wietrznie. W tym turnieju gram lepiej niż w większości innych w tym sezonie, doceniam możliwość rozegrania kolejnego meczu na tym stadionie, cieszę się, że tu jestem – powiedziała tuż po meczu Świątek.

W Canadian Open podopieczna hiszpańskiego trenera Francisco Roiga dotarła do półfinału po raz drugi. Poprzednio udało jej się to w 2023 roku w Montrealu.

– To, jak gram, dodaje mi pewności siebie. Dobrze czuję się na korcie. Wiem, jak dużo trenuję, to też dobrze na mnie wpływa. Teraz to tylko kwestia tego, żeby mieć właściwe nastawienie każdego dnia, trzymać się rutyny, dawać z siebie wszystko – dodała Świątek.

Najbliższa rywalka polskiej tenisistki, Elina Switolina (nr 9 WTA), w swoim ćwierćfinale wygrała z Jekateriną Alexandrową (nr 16) 3:6, 6:0, 6:3.

Środowe starcie w Toronto, którego początek zaplanowano na godz. 21 polskiego czasu, będzie ósmym w historii rywalizacji tych zawodniczek. W dotychczasowych siedmiu meczach Świątek zwyciężyła w czterech. W tym roku panie spotkały się na korcie już dwa razy i dwukrotnie lepsza była tenisistka zza naszej wschodniej granicy: Switolina pokonała Igę w ćwierćfinale w Indian Wells na kortach twardych oraz w półfinale w Rzymie na kortach ziemnych.

– Iga to wielka mistrzyni, a w tej imprezie gra naprawdę dobrze. Będę musiała dać z siebie wszystko – mówi przed konfrontacją ze Świątek Switolina.

Stawką będzie nie tylko awans do finału turnieju w Toronto. Jeśli Polka wygra, zapewni sobie awans na siódmą lokatę w zestawieniu WTA, a ewentualny końcowy triumf w Kanadzie zapewni jej nawet piątą pozycję. Jeśli jednak górą będzie Ukrainka, to zawodniczki zamienią się miejscami w rankingu i Świątek spadnie na dziewiąte miejsce.

Za awans do półfinału i cztery rozegrane do tej pory mecze Świątek zarobiła już 297 315 dolarów, czyli ponad 1,1 miliona złotych. Pula nagród w całej imprezie wynosi 7 433 076 dolarów. Zwyciężczyni turnieju otrzyma 1 085 220 dolarów, czyli około 4,12 miliona złotych, oraz 1000 punktów do rankingu WTA.

PIŁKA NOŻNA

Polak gra o Superpuchar Europy. Oczy zwrócone na Salzburg

Jacek Czaplewski

Triumfator Ligi Mistrzów, Paris Saint-Germain, zagra dzisiaj z najlepszą drużyną Ligi Europy – Aston Villą – o Superpuchar UEFA. W składzie angielskiej drużyny wystąpi Matty Cash.

FOT. IMAGO/MACIEJ ROGOWSKI

Aston Villa sięgnęła po zwycięstwo w finale Ligi Europy, wygrywając z niemieckim SC Freiburg. Teraz zagra przeciwko Paris Saint-Germain

W Superpucharze jak co roku wystąpią triumfatorzy ostatniej edycji Ligi Mistrzów i Ligi Europy. Pierwszy raz w akcji zobaczymy gwiazdy mistrzostw świata z Ousmane Dembele na czele. Zagwiżdże im somalijski sędzia Omar Artan, niewypuszczony do USA na turniej MŚ. Jego zaproszenie na ten mecz jest częścią wojenki, jaką od pewnego czasu UEFA toczy z FIFĄ.

Pierwszy gwizdek zaplanowano na godz. 21. Transmisję przeprowadzi Canal+ Sport. Według bukmacherów zdecydowanym faworytem jest PSG, które w ubiegłym roku wyeliminowało Aston Villę w ćwierćfinale Ligi Mistrzów.

Bezpośrednio przed Superpucharem odbędzie się rewanż GKS Katowice w III rundzie eliminacji Ligi Konferencji. Nasz zespół podejmie izraelski Hapoel Tel Awiw i ma do odrobienia dwie bramki. Początek o godz. 18.00, transmisja w TVP Sport.

eprasa.pl 6ba8bb5ebd