

Już dziś dodatek **MISTRZOWIE BUDOWNICTWA**

● A w nim prezentujemy zwycięzców we wszystkich kategoriach

JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny

n o w i n y 24.pl

Środa
24.06.2026

Nr 120 (21 827)

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

**Zarzut usiłowania
zabójstwa**
dla mężczyzny, który
napadł na 22-latkę
na parkingu **str. 4**

**Zaczęło się
od słodkości.**
Rzeszowska fabryka
świętuje 100 lat **str. 3**

**STRONA
ZDROWIA**
Najlepsze sanatoria
dla chorych
na reumatyzm **str. 10**

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 3503 62



9 770137 953036

26



RZESZÓW

**Prezydent już nie chce wymieniać się
na działki z deweloperem. Resovia Residence
przedstawia swój punkt widzenia **str. 3****

RZESZÓW

Andrzej Szlachta zawieszony w PiS

Zarząd okręgowy Prawa i Sprawiedliwości w Rzeszowie w poniedziałek miał zająć się sprawą rzeszowskiego radnego Andrzeja Szlachty i ewentualną decyzją o jego zawieszeniu w prawach członka PiS i klubie radnych tej partii. Okazało się jednak, że były prezydent miasta sam zawnioskował o swoje zawieszenie. – Przyjęliśmy to oświadczenie o samozawieszeniu, więc głosowanie nie było konieczne – powiedział poseł PiS Marcin Warchoła i członek prezydium zarządu. *Czytaj str. 5*



**ArtKino w Krośnie
zamknięte przez
wakacje. Za to
na Rynku rusza
darmowe kino
plenerowe **str. 6****

**Przemyski szpital
dołączył do placówek
wykonujących
małoinwazyjną
kardiochirurgię
str. 5**

REGION PIOTR PYTEL PO 22 LATACH WYSZEDŁ Z WIĘZIENIA

„Mama nie wierzyła, że stoję w drzwiach”

Andrzej Ples
a.ples@nowiny24.pl

Po 22 latach spędzonych za kratami Piotr Pytel opuścił Zakład Karny w Rzeszowie-Zależu. W rozmowie z „Nowinami” opowiada o pierwszych godzinach wolności. – Szok i niedowierzanie – mówi.

Wyrok dożywotniego pozbawienia wolności za zabójstwo, którego – jak twierdzi – nie popełnił, czterokrotna próba uzyskania prezydenckiego prawa łaski, na razie bez powodzenia. W poniedziałek, 22 czerwca, dowiedział się od służb więziennych, że ma godzinę na spakowanie się i opuszczenie zakładu karnego.

**Wyszedł za bramy
rzeszowskiego więzienia i...**

Nawet jego rodzina nie wiedziała, że na wniosek prokuratora generalnego czasowo zawieszono mu wykonywanie kary, że jest wolny i może wrócić do domu. Wciąż nie wie, dlaczego i na jak długo. Gdy brama ZK w Zależu zamknęła się za nim, nikt na niego nie czekał, wysuptał więc parę złotych zaoszczędzonych „pod celą”, wezwał taksówkę i pojechał do rodzinnego domu.

– Mama zobaczyła mnie w drzwiach i nie wierzyła, że przed nią stoję – opowiadał dzień później w rozmowie z nami. – Potem był już tylko płacz, bo długo nie mogła uwierzyć. Ja też nie – mówił wzruszony.

Pierwsza noc na wolności nieprzespana – tysiące myśli kłębiących się w głowie, raczej nie o przeszłości, choć spodziewa się, że takie będą do niego powracać „jak źle rzucony bumerang”. Bardziej o przyszłości, choć rano już nie był w stanie ich uporządkować. Pamięta drogę taksówką z ZK do domu. – Tamten Rzeszów z niemal pustymi ulicami, a w poniedziałek



Piotrowi Pytłowi – na wniosek prokuratora generalnego – czasowo zawieszono wykonywanie kary dożywotniego pozbawienia wolności

przeciskaliśmy się w korku samochodów, jakie widywałem tylko w telewizji. Pamiętam telefony Nokii z klawiszami, dostałem do ręki smartfona, do którego mówiłem, a on odpowiadał. Poszedłem do sklepu samoobsługowego po warzywa, śmieszna scena, tego będę się musiał nauczyć, ale obłędna ilość towaru, wszystkiego można dotknąć, każdy sprawdzić... Wciąż jestem i pewnie długo będę przytłoczony natłokiem nowej rzeczywistości. Najbardziej ciekaw jestem nowinek technicznych, jak bardzo to wszystko się zmieniło i jak bardzo człowiek jest mały wobec tych zmian. Dziś zapytałem mamy, czy poczta jeszcze po tej stronie istnieje, bo w więzieniu tak.

**Dla administracji publicznej
nie istnieje**

Mówi, że raczej nie ma obaw, że nie opanuje tej nowej dla siebie po 22 latach rzeczywistości. Jeśli czegoś w przyszłości się obawia, to swojego

stanu zdrowia. Wie, iż nowe życie będzie musiał zacząć od uporządkowania spraw podstawowych: stary dowód osobisty nieaktywny i nieważny, mówi, że PESEL-u też jakby nie ma, dla administracji publicznej nie istnieje. A trzeba zarejestrować się do lekarza, bo jest w fatalnym stanie zdrowia. Prawa jazdy też nie ma.

To aż i tylko przerwa

– Ale najpierw wycieczka na Jasną Górę, żeby podziękować za to, co się stało, za ocalenia życia – precyzuje.

– Wyszedłem w dzień świętej Rity, patronki spraw beznadziejnych – przypomina o swoim przywiązaniu do religii. – Dla Boga nie ma przypadków.

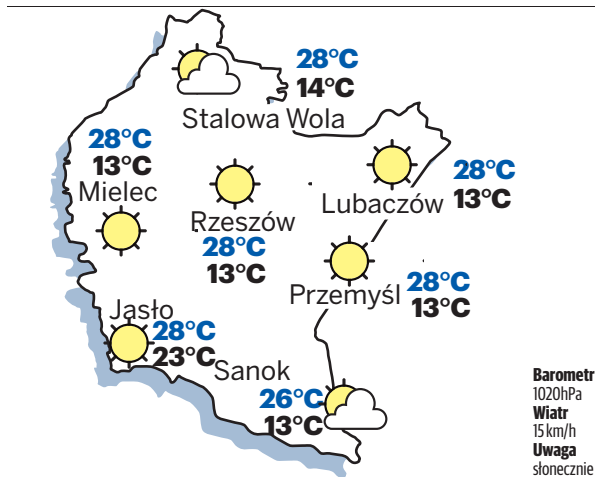
I nie wyobraża sobie, że mógłby wrócić do miejsca, które właśnie opuścił, bo przecież to aż i tylko przerwa w wykonywaniu kary, a nie pełna wolność, więc jego wieloletnie marzenia o wolności nie do końca się spełniły.

©
Czytaj str. 3

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● PRL-owscy przedstawiciele ludu pracującego miast i wsi mieli godny pozazdroszczenia dryg do wystawnego, wręcz pańskiego życia.

Pogoda w regionie



Uwaga! W niedzielę ma być 36 st. C.

24 CZERWCA 2026

Dziś 175. dzień roku
Do sylwestra pozostało 190 dni.

Wschód Słońca w Rzeszowie o godzinie 4.23
Zachód Słońca w Rzeszowie o godzinie 20.45

Przysłowie na dziś:
Jak święty Jan się obwieści, takich będzie dni czterdzieści. Kiedy z Janem przyjdą deszcze, to sześć niedziel kropi jeszcze.

Imieniny dziś obchodzą:
Jan, Janina, Danuta.

KALENDARIUM

972

Mieszko I pokonał w bitwie pod Cedynią wojska margrabiego Marchii Łużyckiej Hodona.

1551

W katedrze wileńskiej została pochowana królowa Polski i wielka księżna litewska, druga żona Zygmunta Augusta Barbara Radziwiłłówna (nz.)



WIKIPEDIA

1943

W Zbzdniowie na Podkarpaciu oddział SS zamordował 19 uczestników wesela odbywającego się we dworze rodziny Horodryńskich.

1651

Na Podhalu zostało stłumione powstanie chłopskie pod przywództwem Aleksandra Kostki-Napierskiego.

2021

Rozpoczęto proces wycofywania kontyngentu polskich Sił Zbrojnych z Afganistanu pełniącego służbę w ramach misji RSM.

Jedzie do Monte Cassino legendarnym motocyklem

opr. Norbert Ziętał
n.zietal@nowiny24.pl

Motocykle, zamiłowanie do podróży i pamięć o historii - to połączyło się w wyprawie funkcjonariusza BiO-SG z placówki SG w Czarnej Górze. W podróż wyruszył na motocyklu WSK.

Nie jest to pierwsza ekstremalna wyprawa st. chor. SG Kamila Ślusarczyka. W ubiegłym roku na wiekowym motocyklu pokonał trasę wokół polskich granic.

Tym razem wraz z żoną zamierza przejechać dziesięć europejskich państw na dwóch wyjątkowych motocyklach. Jednym z nich jest legendarna WSK, drugim wiekowa Honda, która młodość spędziła w ochronie granicy państwowej. - Choć oba jednoślady mają już swoje lata, ich właściciele nie mają wątpliwości, że doskonale poradzą sobie z ty-

siącami kilometrów. Wątpliwości nie mieli też koledzy z patrolu SG, którzy zatrzymali jednoślady do kontroli. Stan techniczny sprawdzony, można jechać dalej - informuje kpt. SG Piotr Zakielarz, rzecznik Bieszczadzkiego Oddziału Straży Granicznej.

Podróżnicy mają dwa główne cele. Będzie to włoska przełęcz Passo Dello Stelvio oraz dotarcie do Monte Cassino.

Na polskim cmentarzu wojennym złożą kwiaty, a do Muzeum Pamięci 2. Korpusu Polskiego na Monte Cassino przekazała przez Komendanta Bieszczadzkiego Oddziału SG. Pamiętka przekazana w 35. rocznicę powołania BiOSG jest wyrazem szacunku i pamięci o polskich żołnierzach, którzy zapisali jedną z najchlubniejszych kart w historii oręża Rzeczypospolitej.



FOT. BIOSG

Wyprawa do Włoch na „wuesce” to nie jest pierwsza ekstremalna wyprawa st. chor. SG Kamila Ślusarczyka

Pies pomaga przełamywać lęk i motywuje pacjenta do ćwiczeń

Mira Suchodolska
Rozmowa

Jak mówi Jacek Gałuszka, behawiorysta, dogoterapia nie leczy, ale wspiera terapię i rehabilitację.

Czym właściwie jest dogoterapia?

To pojęcie nie jest tak jednoznaczne, jak mogłoby się wydawać. W praktyce obejmuje różne formy aktywności z udziałem psa. Część z nich jest bliższa terapii, część pełni funkcję wspierającą wobec innych działań terapeutycznych. Najprościej mówiąc: pies pomaga zmotywować człowieka do wykonywania czynności, które są elementem terapii lub rehabilitacji. Sam nie leczy, ale może być bardzo skutecznym wsparciem procesu terapeutycznego.

Jak to wygląda w praktyce?

Klasycznym przykładem są zajęcia z dziećmi. Dziecko może np. czytać psu bajkę, ćwicząc umiejętność czytania albo przełamując trudności związane z nauką. Pies nie ocenia, nie poprawia, nie okazuje zniecierpliwienia. Dla wielu dzieci to ogromna różnica. Kiedy czytają przed nauczycielem czy rodzicem, boją się błędów. Przy psie ten stres znika. Zwierzę staje się motywatorem.

Czy podobnie dzieje się podczas rehabilitacji?



Jacek Gałuszka, behawiorysta

Zdecydowanie tak. Wyobraźmy sobie osobę po udarze, która ma ograniczoną sprawność ręki. Wykonywanie ćwiczeń bywa monotonne i frustrujące. Pacjent nie widzi sensu w podnoszeniu ręki po raz setny czy wykonywaniu tych samych ruchów dzień po dniu. Kiedy jednak ta osoba ma za zadanie wyszczotkować psa, pogłaskać go, rzucić mu zabawkę albo odebrać od niego aportowany przedmiot, ćwiczenie nabiera sensu. Przestaje być abstrakcyjnym zadaniem rehabilitacyjnym, a staje się elementem relacji. Łatwiej zmobilizować się do zabawy z psem niż do wykonywania mechanicznych ruchów zaleconych przez terapeutę. Właśnie dlatego pies bywa tak skutecz-

nym partnerem w rehabilitacji - nie zastępuje specjalisty, ale pomaga utrzymać motywację, która jest jednym z najważniejszych warunków powodzenia terapii.

Dogoterapia kojarzy się głównie z dziećmi. Tymczasem psy odwiedzają także szpitale czy domy opieki.

To bardzo ważny obszar. Obecność psa może zmniejszać poczucie samotności, obniżyć napięcie i poprawiać nastrój. W domach seniora bardzo często obserwuje się coś niezwykłego: osoby, które na co dzień są wycofane, mało mówią albo niechętnie uczestniczą w zajęciach, nagle zaczynają opowiadać historie o swoich dawnych psach, wspominać dzieciństwo czy

rozmawiać z innymi mieszkańcami. Pies staje się pretekstem do kontaktu. Uruchamia wspomnienia, emocje i potrzebę relacji. Czasami wystarczy, że położy głowę na kolanach starszej osoby, a atmosfera całego spotkania całkowicie się zmienia.

Skoro dogoterapia pomaga dzieciom, osobom po urazach czy seniorom, to czy powinna być szerzej dostępna, a może nawet finansowana ze środków publicznych?

To pytanie wraca od lat. Ale pies nie zastępuje lekarza, psychologa czy rehabilitanta, dlatego nie powinno się traktować dogoterapii jako alternatywy dla leczenia. Jest ona raczej narzędziem, które może zwiększać skuteczność innych form terapii. Jeżeli widzimy, że obecność psa pomaga dziecku ćwiczyć mowę, pacjentowi po udarze odzyskiwać sprawność, a seniorowi przełamywać samotność, to warto zastanawiać się nad tym, jak takie działania wspierać i upowszechniać. Dziś wiele zależy od zaangażowania fundacji, stowarzyszeń czy samych terapeutów. Dzięki temu powstaje wiele wartościowych inicjatyw, ale ich dostępność bywa ograniczona. Im więcej będzie badań pokazujących efekty takich działań, tym łatwiej będzie rozmawiać o ich szerszym wykorzystaniu w systemie ochrony zdrowia czy opieki społecznej. (PAP)

nasz REGION

Po 22 latach
opuścił zakład
karny

Andrzej Płes
a.ples@nowiny24.pl

- Liczę na to, że pan prezydent Karol Nawrocki pochyli się nade mną i nad moim życiem i podpisze akt łaski - pan Piotr nawiązuje do swojej czwartej prośby na przesłaniu lat o ulaskawienie.

A wtedy - mówi - będzie wolnym człowiekiem i znacznie już na wolności walczyć o wznowienie przed sądem w Monachium procesu o zabójstwo, które przypisał mu niemiecki sąd, a którego jak mówi, nie popełnił, skoro kilka lat po ogłoszeniu wyroku dla niego, do morderstwa przyznał się inny człowiek, który wielokrotnie zaprzeczał, jakoby Piotr był na miejscu przestępstwa. I który za to zabójstwo został skazany, również - jak Piotr - w Niemczech.

- Jakie są na to szanse? - mówi w rozmowie z „Nowinami” o staraniach o wznowienie procesu. - Pół na pół, ciężko będzie walczyć z tak potężną machiną, jaką jest niemiecki wymiar sprawiedliwości.

O dramatycznej historii Piotra Gazeta Codzienna Nowiny i portal nowiny24.pl informował w ub. r. jako pierwszy w Polsce, potem wielokrotnie przytaczając w publikacjach argumenty przemawiające za koniecznością jego uwolnienia, jako aktem sprawiedliwości i choćby częściowym zadośćuczynieniem za stracone, nie z własnej winy, dwie dekady życia. ©

Czy po planowanej na „balcerku” inwestycji zostaną tylko wizualizacje?

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Prezydent Rzeszowa już nie chce wymieniać się na działki z deweloperem. Resovia Residence wysłała w tej sprawie obszerne oświadczenie.

O rezygnacji z planów wymiany działek prezydent poinformował dość niespodziewanie podczas czerwcowej gali Rzeszowskiego Budżetu Obywatelskiego. Wśród pomysłów zgłoszonych przez Rzeszowian do RBO były dwa, zakładające rewitalizację targowiska na tzw. placu Balcerowicza.

Jeden zgłosił Razem dla Rzeszowa, drugi Rada Osiedla Pułaskiego. W ten sposób pomysłodawcy chcieli zablokować przekazanie tego terenu rzeszowskiemu deweloperowi. W zamian miasto miało otrzymać działkę przy prawie już gotowym PCLA.

Gdyby doszło do zamiany, to w centrum miasta Resovia Residence planowała wybudować blok. W umowie z miastem miał się znaleźć zapis, że częścią inwestycji byłaby nowoczesna hala targowa, gdzie kupcy mogliby dalej sprzedawać.

Projekty na rewitalizację co prawda nie wygrały w głosowaniu RBO, ale Konrad Fijołek zdecydował, że poszuka pieniędzy, aby jednak targowisko odnowić. - Doceniając to, że wielu mieszkańców oddało głos

NOWA DĘBA

Wypadek na poligonie. Ze wstępnych ustaleń wynika, że podczas wykonywania prac budowlanych przy użyciu dźwigu, 29-latek z niewyjaśnionych na tę chwilę przyczyn spadł z muru wznoszonego budynku. Na miejsce skierowano służby ratunkowe, w tym śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Poszkodowany został przetransportowany do szpitala. ram



RZESZÓW
Dziś osiedla Budziwój
Zabawa w sobotę (27 czerwca) na placu przy Rzeszowskim Domu Kultury filia Budziwój potrwa od godz. 15 do 1 w nocy. Będzie wiele atrakcji dla całej rodziny. Wstęp wolny.

FOT. 123RF



FOT. MATERIAŁY PRACOWNI KURJEWICZ I ASSOCIATES

Taki budynek miał stanąć na „balcerku”, gdyby zamiana działek doszła do skutku

na „Nowego Balcerka” (...) postanowiłem, że do budżetu miasta na 2027 rok zgłoszę ten projekt - oświadczył prezydent Rzeszowa. - Skoro mieszkańcy chcą, aby tego typu miejsca były ładne, trzeba na to odpowiedzieć - argumentował.

Deweloper: Fakty zamiast manipulacji

Oznacza to, że ratusz wycofał się z zamiany działek, a Razem dla Rzeszowa na platformie społecznościowej odtrąbiło, że „uratowało Balcerka”.

W poniedziałek do redakcji „Nowin” deweloper przysłał obszerne oświadczenie zatytułowane „Fakty zamiast manipulacji”. - Od wielu miesięcy Miasto Rzeszów i Resovia Residence prowadziły negocjacje porozumienia, które miało za-

bezpieczyć pełne funkcjonowanie PCLA, przyszłość Pl. Balcerowicza oraz zagwarantować kupcom nową powierzchnię handlową (...). Efekty tych negocjacji zostały transparentnie zaprezentowane opinii publicznej - czytamy w oświadczeniu. - Planowana zamiana działek była korzystna dla wszystkich stron - przekonuje deweloper.

Skoro miasto negocjacje zerwało, to deweloper zamierza w inny sposób wykorzystać swoje tereny przy PCLA.

- Spółka Resovia Residence analizuje alternatywne możliwości wykorzystania własnych terenów przy PCLA, którymi są: budowa osiedla lub sprzedaż nieruchomości innemu deweloperowi - czytamy w oświadczeniu.

Deweloper uważa, że zamiana działek została „zablo-

kowana”. - Jeżeli w przyszłości okaże się, że brak gruntów, które Resovia Residence chciała przekazać (...), ogranicza organizację imprez, utrudnia rozwój obiektu albo zmusza miasto do kosztownego zakupu nieruchomości, odpowiedzialność za te skutki powinny ponieść osoby i środowiska, które zablokowały wypracowane porozumienie, w tym pan Jacek Strojny oraz przedstawiciele Stowarzyszenia Razem dla Rzeszowa, którzy posługiwali się niepełnymi informacjami, manipulacją i dezinformacją - czytamy.

Resovia Residence przekonuje, że zamiast „rozmowy o faktach (...)” mieszkańcom przedstawiano uproszczony obraz konfliktu: miasto oddaje majątek, a deweloper jedno-

stronnie zyskuje”. - To nie była debata o przyszłości miasta - podkreśla spółka.

I zaznacza, że wydając swoje oświadczenie, chce pokazać, iż manipulowanie danymi i faktami na pewno nie służy rozwojowi miasta, a projekt „Nowego Balcerka” nazywa „narzędziem politycznego nacisku”.

Ratusz nie komentuje

Ratusz nie chce komentować tego oświadczenia. - Ono zostało wysłane do mediów, nie do nas - mówi Artur Gernand z kancelarii prezydenta Rzeszowa.

Urzędnik przypomina jedynie, że projekt uchwały o zamianie działek został wycofany już podczas majowej sesji Rady Miasta. Dopiero później prezydent ogłosił, że rewitalizuje Balcerka.

Jacek Strojny: Deweloper ma prawo do opinii

Radny Razem dla Rzeszowa i wiceprzewodniczący Rady Miasta bez emocji podchodzi do przekazu dewelopera.

Uważa on, że argument o wycofaniu się z zamiany, co może ograniczyć organizację imprez, jest bezzasadny.

- Prezydent powiedział, że się pomylił, mówiąc, że nie jest w stanie ich realizować bez działki dewelopera, więc nie wiem, jakie informacje posiada Resovia Residence - stwierdza Jacek Strojny. ©

Zaczęło się od słodkości. Fabryka Nestlé w Rzeszowie świętuje 100 lat

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

- Te 100 lat nie byłoby możliwe bez ludzi. Pracowników, naszych klientów, naszych dostawców i naszych partnerów - mówi Yuliia Halytska, dyrektor fabryki Nestlé w Rzeszowie.

Historia rozpoczęła się w 1926 roku, gdy przy ul. Śniadeckich w Rzeszowie powstała wytwórnia cukierków i marmolad „Alima”. W 1958 roku przeniesiono ją do nowej lokalizacji

przy dzisiejszej ul. gen. Maczka. Dziesięć lat później ruszyła pierwsza produkcja soków pod nazwą Bobo Frut. Przełomowym rokiem był 1992, gdy „Alima” stała się częścią Gerbera. Później fabryka dołączyła do koncernu Nestlé, który w 2016 roku uruchomił produkcję dań w tubkach.

- Nasze produkty kierowane są do niemowląt i małych dzieci. Charakteryzuje je wysoka jakość. To zupki, obiady, soczki o różnych pojemnościach - podkreśla Yuliia Halytska, dyr. fabryki Nestlé w Rze-

szowie. - Od ubiegłego roku staliśmy się zakładem produkującym polskie buliony marki WINIARY i Maggi, czyli żywność dla dorosłych - dodaje.

Związani z fabryką na lata

Dyrektor zauważa, że wielu pracowników w fabryce pracuje przez lata. Aż 22 osoby spędziły w niej ponad 40 lat. Tutaj poznało się jedno małżeństwo, a córka zastąpiła w pracy ojca.

- Jesteśmy dumni, że angażujemy do naszej produkcji wielu dostawców z Polski,

a także ze współpracy z rolnikami - zaznacza Yuliia Halytska.

Obecnie rzeszowski zakład zatrudnia ponad 300 osób. Ma trzy linie produkcyjne, a jego wyroby trafiają do ponad 30 krajów na całym świecie. Soczki Gerber zna praktycznie każdy Polak i Polka. - Symbolem marki Gerber jest twarz dziecka, która uosabia troskę i opiekę. Te wartości stanowią fundament naszego biznesu i naszych marek - mówi Rafał Wróblewski, dyr. zarządzający Nutrition&Health na Polskę

i kraje bałtyckie z Nestlé Polska.

Aleksander Wasilewski, prezes zarządu Nestlé Polska, zapewnia, że firma dba o bezpieczeństwo żywnościowe w Polsce i inwestuje w rolnictwo regeneratywne. - Jesteśmy partnerem dla gospodarki, społeczeństwa i lokalnej społeczności - dodaje.

W jubileuszu uczestniczyli m.in. prezydent Rzeszowa Konrad Fijołek, europosłanka Elżbieta Łukacijewska oraz rektor UR prof. dr hab. n. med. Adam Reich. ©



Aleksander Wasilewski i Yuliia Halytska

FOT. BARBARA GALAS

9-latka, która odzyskała skradzioną hulajnogę, podziękowała policjantce

Marcin Radzimowski
marcin.radzimowski@polskapress.pl

9-letnia Ala wraz ze swoją mamą odwiedziła Komendę Miejską Policji w Tarnobrzegu, aby osobiście podziękować policjantce, która pomogła odzyskać jej skradzioną hulajnogę.

W Komendzie Miejskiej Policji w Tarnobrzegu doszło do niecodziennego spotkania. 9-letnia Ala wraz ze swoją mamą odwiedziła jednostkę, aby osobiście podziękować młodszej aspirant Agnieszce Włodarczyk z zespołu do spraw wykroczeń Wydziału Prewencji za pomoc w odzyskaniu skradzionej hulajnogę. - Do zdarzenia doszło w czerwcu, po tym jak dziewczynka zostawiła hulajnogę

przed sklepem. Gdy wróciła, pojazdu już nie było. Mama Ali złożyła zawiadomienie o popełnieniu wykroczenia, a sprawą zajęła się młodsza aspirant Agnieszka Włodarczyk. Ustaliła sprawcę kradzieży oraz doprowadziła do odzyskania hulajnogę. Mężczyzna, który dopuścił się tego czynu, poniósł konsekwencje przewidziane prawem - informuje młodsza aspirant Agnieszka Wilk, oficer prasowy Komendy Miejskiej Policji w Tarnobrzegu.

Podczas wizyty mama dziewczynki złożyła też na ręce I zastępcy komendanta miejskiego policji nadkomisarza Jerzego Lisa podziękowania za profesjonalizm, zaangażowanie oraz skuteczność działań podjętych przez policjantkę.



FOT. KMP TARNOBRZEG

Dziewczynka wręczyła funkcjonariuszce własnoręcznie wykonany rysunek

Rusza budowa szpitala dziecięcego w Rzeszowie

Barbara Galas
barbara.galas@polskapress.pl

Za ponad 763 mln zł w Rzeszowie powstanie Podkarpackie Centrum Medycyny Dziecięcej, które będzie mogło przyjąć ponad 89 tysięcy pacjentów rocznie.

Umowę z wykonawcą - konsorcjum firm Adamietz S.A. oraz Wodpol Sp. z o.o. - podpisała Barbara Rogowska, dyrektor Klinicznego Szpitala Wojewódzkiego w Rzeszowie. Wartość kontraktu wynosi prawie 643 mln zł, natomiast ok. 120 mln zł zostanie przeznaczone na wyposażenie placówki.

Centrum będzie pierwszym w regionie tak kompleksowym i nowoczesnym szpitalem pediatrycznym. - Na Podkarpaciu nie ma takiego szpitala. Ta inwestycja odpowiada na potrzeby mieszkańców, aby rodzice nie musieli jeździć po całej Polsce i szukać pomocy dla dzieci. Wszystko będzie dostępne tutaj, w Rzeszowie - podkreśliła dyrektor Rogowska.

W obiekcie funkcjonować będą 24 poradnie specjalistyczne oraz pracownie diagnostyczne. Powstanie dziecięcy oddział ratunkowy, blok operacyjny, Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii Dziecięcej z 15 stanowiskami, centralna pracownia endoskopii pediatrycznej oraz Zakład Ra-



FOT. BARBARA GALAS

Wczoraj podpisano umowę z wykonawcą Podkarpackiego Centrum Medycyny Dziecięcej w Rzeszowie

diologii i Diagnostyki Obrazowej.

Budynek będzie miał pięć kondygnacji i powierzchnię około 34 tys. m.kw. Znajdzie się w nim 195 łóżek, w tym 117 klinicznych, 63 opieki jednego dnia oraz 15 intensywnej terapii. Wokół szpitala powstanie ok. 380 miejsc parkingowych oraz tereny zielone z rozwiązaniami proekologicznymi, w tym instalacjami fotowoltaicznymi. Placówka zostanie wyposażona m.in. w dwa tomografy komputerowe, rezonans magnetyczny, dwa angiografy, nowoczesne aparaty RTG, zintegrowaną salę operacyjną oraz specjalistyczny sprzęt do diagnostyki i leczenia dzieci. Projekt finansowany jest z kilku źródeł: pra-

wie 460 mln zł pochodzi z budżetu samorządu województwa, ponad 211 mln zł stanowi dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego, ponad 91 mln zł przekazuje budżet państwa, natomiast wkład własny szpitala to ponad 236 tys. zł.

Marszałek Władysław Ortyl podkreślił, że realizacja inwestycji była efektem wieloletniej pracy i konsekwentnego działania wielu osób. - To naprawdę

Oddanie Podkarpackiego Centrum Medycyny Dziecięcej do użytku zaplanowano na październik 2029 roku

historyczna chwila. Kiedyś pojawiło się marzenie, później pomysł, koncepcja, projekt. Dziś z ogromną satysfakcją możemy powiedzieć, że inwestycja staje się rzeczywistością - powiedział.

Wojewoda Teresa Kubas-Hul zwróciła uwagę na znaczenie współpracy różnych instytucji. - Tak bardzo marzyliśmy o tej inwestycji i dziś te marzenia się spełniają. To również dowód na to, że współpraca przynosi wymierne efekty - zaznaczyła.

Pierwsze prace budowlane ruszą jeszcze w czerwcu. Główne roboty rozpoczną się po zakończeniu budowy ładowiska dla śmigłowców wraz z parkingiem wielopoziomym. ©

Zarzut usiłowania zabójstwa dla mężczyzny, który napadł 22-latkę na parkingu w Krośnie

Ewa Gorczyca
e.gorczyca@nowiny24.pl

27-letni mieszkaniec powiatu jasielskiego usłyszał zarzut usiłowania zabójstwa. Mężczyzna zaatakował nożem młodą kobietę na ul. Legionów w Krośnie.

W niedzielę, 21 czerwca, po południu krośnieńska policja otrzymała zgłoszenie o zdarzeniu, do którego doszło na ul. Legionów. Młoda kobieta została zaatakowana przez mężczyznę. 22-latkę doznała obrażeń, została odwieziona do szpitala. Działania policyjne doprowadziły do szybkiego ujęcia napastnika. 27-latek został zatrzymany w woj. małopolskim.

Wczoraj Prokuratura Rejonowa w Krośnie poinformowała o postawieniu mężczyźnie (który



FOT. EWA GORCZYCA

Prokuratura Rejonowa w Krośnie zawnioskowała o areszt dla podejrzanego o usiłowanie zabójstwa

jest mieszkańcem powiatu jasielskiego) zarzutu usiłowania zabójstwa. Według ustaleń prokuratury 27-latek, działając w zamiarze bezpośrednim pozbawienia życia pokrzywdzonej, usiłował dokonać jej zabójstwa. - W ten sposób, że trzymanym w ręce nożem kuchennym o długości ostrza 11,5 cm, kilkunastokrotnie ugodził pokrzywdzoną w głowę oraz przedramię prawe i lewe, w wyniku czego powstały u niej rany klute przedramienia prawego i lewego oraz rana cięta policzka lewego i rana cięta okolicy skroniowej lewej, jednakże zamierzonego celu nie osiągnął z uwagi na złamanie ostrza noża - opisuje prokurator Marta Kolendowska - Matejczuk, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Krośnie.

Mężczyzna nawet po tym, jak złamał ostrze noża, nadal

atakował kobietę, uderzając ją ręką. - Doprowadził u pokrzywdzonej do złamania nosa, przy czym obrażenia stanowiły naruszenie czynności narządów ciała lub rozstrój zdrowia trwający nie dłużej niż 7 dni - informuje rzeczniczka prokuratury.

Jak ustalono w toku śledztwa, pokrzywdzona z napastnikiem znali się przed zdarzeniem. Podejrzany przyznał się do zarzuczonego mu czynu i złożył wyjaśnienia. Grozi mu kara pozbawienia wolności na czas nie krótszy niż 10 lat albo kara dożywotniego więzienia. Prokuratura Rejonowa zawnioskowała o tymczasowy areszt dla 27-latek, na trzy miesiące. Sąd Rejonowy w Krośnie przychylił się do tego wniosku. Prokuratura nie ujawnia szczegółów zdarzenia i wyjaśnień podejrzanego. ©

0011544194

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci naszej koleżanki

Elżbiety Uścińskiej

Składamy najszczerze wyrazy współczucia dla całej Rodziny

Dyrekcja oraz Pracownicy
Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Rzeszowie

REKLAMA 0011532217

MPGK RZESZÓW

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 chłodzi
- Przygotowanie ciała do pochówku
- Organizacja ceremonii pogrzebowej
- Organizacja kremacji
- Załatwienie formalności ZUS, KRUS, inne

Biurowo czynne: pon.-pt. 7.00-16.00, sobota 8.00-14.00
www.zupic.pl

Andrzej Szlachta został zawieszony w PiS. Radny sam o to zawniioskował

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Zarząd okręgowy PiS w Rzeszowie w poniedziałek miał zająć się sprawą radnego Andrzeja Szlachty i ewentualnym zawieszeniem go w prawach członka PiS i klubu radnych tej partii.

Okazało się jednak, że były prezydent Rzeszowa znacznie ułatwił podjęcie decyzji, bo sam zawniioskował o swoje zawieszenie. - Przyjęliśmy to oświadczenie o samozawieszeniu pana Szlachty, więc głosowanie nie było konieczne - powiedział nowinom24 poseł PiS Marcin Warchoń, członek prezydium zarządu.

Na tym jednak nie koniec sprawy Andrzeja Szlachty. Zarząd PiS podjął bowiem decyzję o przekazaniu jej do rzecznika dyscyplinarnego partii. Decyzja była niemal jednogłosna. Wstrzymała się jedynie Krystyna Wróblewska. - Rzecznik dyscyplinarny to osoba spoza naszego kręgu, więc spojrzmy na całość obiektywnie. Pan



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Po głosowaniu na „tak” nad wotum zaufania i absolutorium dla obecnego prezydenta Andrzeja Szlachta tłumaczył, że bez względu na to, jakie stanowisko pełni, kieruje się argumentami merytorycznymi

Szlachta będzie mógł przedstawić mu swoje stanowisko. Być może my się mylimy i są jakieś racje, że nasz radny głosuje za obecnym prezydentem - mówił Marcin Warchoń.

Andrzej Szlachta nie pojawił się na poniedziałkowym zarządzie. Usprawiedliwił się, że jest na urlopie. Próbowaliśmy zdobyć jego komentarz, ale nie odbierał telefonu.

Radny stanie przed sądem dyscyplinarnym?

Informację potwierdziła również posłanka PiS Ewa Leniart, prezes zarządu okręgowego. - Zarząd podjął decyzję o skierowaniu sprawy pana Andrzeja Szlachty do rozpoznania przez partyjny sąd dyscyplinarny, a pan Andrzej Szlachta zawiesił z dniem 22 czerwca swe członkostwo w partii i w klubie radnych PiS Rady Miasta Rzeszowa - przekazała Ewa Leniart.

O co poszło?

Przypomnijmy, że podczas sesji absolutorijnej pre-

zydent Rzeszowa Konrad Fijołek otrzymał zarówno wotum zaufania, jak i absolutorium. Głosy podzieliły się niemal na pół, ale przeważał jeden głos. Na „tak” zagłosował Andrzej Szlachta, choć cały jego klub PiS zagłosował na „nie”.

Decyzja Andrzeja Szlachty o poparciu wotum zaufania dla Konrada Fijołka zaskoczyła jego kolegów z klubu Prawa i Sprawiedliwości. Radny Jerzy Jęczmienionka przypominał, że cały klub PiS, w tym także Andrzej Szlachta, podpisał się pod wnioskiem o referendum, które było wynikiem krytycznej oceny zarządzania miastem przez prezydenta Fijołka. - Miałem kilka telefonów i sygnałów od mieszkańców, z pytaniem o to, co stoi za tą decyzją i czy nie ma to drugiego dna... - przekazywał Jerzy Jęczmienionka, którego zdaniem Andrzej Szlachta powinien być za to głosowanie „co najmniej” zawieszony.

Sam Andrzej Szlachta tłumaczył, że bez względu

na to, jakie stanowisko pełni, kieruje się argumentami merytorycznymi. - Mam dostateczne kwalifikacje, aby w sposób obiektywny i rzeczowy ocenić taki dokument, jakim jest budżet Rzeszowa - podkreślał, nawiązując do swojego bogatego doświadczenia zawodowego w zakresie finansów publicznych.

W jego ocenie wszystkie zadania objęte wydatkami ubiegłorocznego budżetu zrealizowano w 98 procentach.

- Tak zrealizowany budżet, w standardach oceny budżetów samorządowych, czy budżetu państwa, jest budżetem dobrze wykonanym. Dyspersja 2-3 proc. to zjawisko, które kwalifikuje budżet jako wykonany. Konsekwencją dobrze wykonanego budżetu przez organ wykonawczy gminy, czyli prezydenta, jest udzielenie prezydentowi absolutorium. Kierując się przesłankami merytorycznymi, zagłosowałem w taki sposób - wyjaśniał Andrzej Szlachta. ©

W szpitalu rozpoczęli wykonywanie małoinwazyjnej kardiochirurgii

opr. Norbert Zietał
n.zietal@nowiny24.pl

Przemyscy specjaliści przeprowadzili małoinwazyjny zabieg pomostowania tętnic wieńcowych (MIDCAB).

- MIDCAB jest dla chirurga operacją technicznie bardziej wymagającą i pozostaje procedurą wykonywaną jedynie w wybranych ośrodkach kardiochirurgicznych w Polsce - twierdzi dr n. med. Krzysztof Olszewski, kierownik Pododdziału Kardio-

chirurgii w przemyskim szpitalu.

Zabieg niesie natomiast wiele korzyści dla pacjenta. Kardiochirurdzy wykonali małoinwazyjny zabieg pomostowania tętnic wieńcowych u pacjenta z niestabilną chorobą wieńcową. Zabieg ten polega na wykonaniu jednego, a czasem kilku pomostów (bypassów), bez przecinania mostka i bez użycia krążenia pozaustrojowego, czyli małoinwazyjnie. - Wykonuje się małe, kilkucentymetrowe na-

cięcie między żebrami - w miejscu, w którym wszywa się pobraną wcześniej tętnicę do naczynia wieńcowego. W trakcie zabiegu używamy wideotorakoskopii 3D i specjalnego stabilizatora tkankowego, aby w sposób bezpieczny połączyć bypass z chorym naczyniem wieńcowym - opisuje dr Olszewski.

Korzyści, które odnoszą pacjenci, to - poza efektem kosmetycznym - mniejszy uraz operacyjny, mniejsza utrata krwi, krótszy pobyt w szpitalu, szybsza rekonwalescencja, mniejsze ryzyko powikłań gojenia rany pooperacyjnej. Chodzi o szybciej i łatwiej wracając do zdrowia. - Mimo że nie każdy pacjent z chorobą wieńcową kwalifikuje się do tej metody leczenia, zwłaszcza w przypadku zaawansowanej miażdżycy z wieloogniskowymi zmianami w tętnicach wieńcowych, to warto MIDCAB stosować u wszystkich pacjentów spełniających określone kryteria - zaznacza dr Olszewski. - W Przemysku każdy pacjent kwalifikowany do bypassów jest oceniany przez kardiochirurga, czy można u niego wykonać taki małoinwazyjny zabieg.



FOT. WOJEWÓDZI SZPITAL W PRZEMYŚLU

Pomostowanie tętnic wieńcowych jest wykonywane w wybranych ośrodkach kardiochirurgicznych w Polsce

ZUS ostrzega przed kolejną metodą, którą stosują oszuści

opr. Bogdan Hućko
b.hucko@nowiny24.pl

Oszuści oferują odpłatną pomoc przy wypełnianiu i składaniu wniosków o przyznanie i wypłatę świadczenia wspierającego.

Klienci ZUS, którzy zostali wprowadzeni w błąd, podpisali pełnomocnictwa do załatwienia sprawy w ich imieniu, a w efekcie świadczenie trafiło na konto oszusta, a nie do nich.

- Wnioski o świadczenie wspierające dla osób z niepełnosprawnością można składać do ZUS wyłącznie elektronicznie. Nasi pracownicy bezpłatnie udzielają wszystkich informacji i pomagają w złożeniu takiego wniosku. Jednak aby otrzymać to świadczenie, trzeba najpierw uzyskać od wojewódzkiego zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności (WZON) decyzję o ustaleniu poziomu potrzeby wsparcia - przypomina Wojciech Dyląg, rzecznik prasowy ZUS na Podkarpaciu.

Wniosek do ZUS o przyznanie świadczenia można złożyć dopiero, gdy decyzja wydana przez WZON stanie się ostateczna (po upływie 14 dni od dnia jej do-

ręczenia). Jeśli najpierw wniosek zostanie złożony do ZUS o świadczenie wspierające i nie ma jeszcze decyzji WZON o ustaleniu poziomu potrzeby wsparcia, ZUS zgodnie z przepisami pozostawi taki wniosek bez rozpatrzenia. - Dlatego tak ważne jest, żeby zachować właściwą kolejność składania wniosków. Czyli najpierw wniosek do WZON o wydanie decyzji, w której zostanie ustalona liczba punktów określająca poziom potrzeby wsparcia. A dopiero po wydaniu przez WZON takiej decyzji należy złożyć wniosek do ZUS o przyznanie świadczenia wspierającego na podstawie decyzji WZON - dodaje Wojciech Dyląg.

Apel o ostrożność

ZUS apeluje o czujność i ostrożność. Pracownicy Zakładu ZUS nigdy nie proponują płatnych usług, ani podpisania pełnomocnictw do załatwiania

Wnioski te można złożyć wyłącznie elektronicznie, a pracownicy ZUS za darmo pomagają w załatwieniu sprawy



FOT. ZUS

Obsługa w ZUS jest całkowicie bezpłatna

spraw w ZUS. W razie wątpliwości lub podejrzeń o oszustwo, należy skontaktować się z najbliższą placówką ZUS, Centrum Kontakt Klientów ZUS (pod numerem 22 560 16 00 lub adresem mailowym cot@zus.pl) lub zadzwonić na policję.

Wysokość świadczenia wspierającego uzależniona jest od poziomu potrzeby wsparcia i wynosi od 40 do 220 procent renty socjalnej. Od marca renta socjalna wzrosła do kwoty 1978,49 zł brutto, co automatycznie przełożyło się na wyższe kwoty świadczenia wspierającego. Oznacza to, że od marca miesięczna kwota świadczenia wspierającego wynosi od 792 zł do 4353 zł.

ArtKino w Krośnie zamknięte przez wakacje. Na Rynku rusza darmowe kino plenerowe

Ewa Gorczyca
e.gorczyca@nowiny24.pl

Miejskie kino w Krośnie przechodzi kolejną modernizację. Na czas remontu zostało zamknięte. Będą za to darmowe plenerowe projekcje filmowe na Rynku.

ArtKino (wcześniej nazywało się KDK) powstało w 2000 roku. Adaptowano na ten cel salę widowiskową w jednym z budynków kompleksu dawnego Urzędu Wojewódzkiego przy ul. Bieszczadzkiej przejętym przez miasto.

Funkcjonuje w strukturach Regionalnego Centrum Kultury Pogranicza i radzi sobie całkiem dobrze, mimo sąsiedztwa multiplexu dużej sieci, które znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie, w galerii Vivo.

Jego atutem jest zróżnicowana oferta. To nie tylko nowości i filmowe hity, ale też obrazy artystyczne, mniej popularne, ale ambitne, specjalne cykle dla kinomanów i prze-



Miejskie kino już zostało zamknięte. Wykonawca: krośnieńska firma KK-Budma pięć miesięcy na zakończenie robót

glądy, seanse dla seniorów z tańszymi biletami czy też dedykowane uczniom. Od początku funkcjonuje tu Dyskusyjny Klub Filmowy. W 2007 roku kino dołączyło do Sieci Kin Studyjnych i Lokalnych, a w 2009 roku przystąpiło

do Edukacji Filmowej - Nowe Horyzonty.

Od czasu powstania artKina miasto systematycznie co jakiś czas, w miarę finansowych możliwości, inwestuje w poprawę standardu obiektu. Na początek poszła sala ki-

Najbliższe seanse na Rynku: komedia kryminalna „Na noże” (10.07, godz. 21.), komediodramat „Nadzwyczajni” (24.07, godz. 21)

nowa. Została wyposażona w nowy sprzęt, projektor cyfrowy i ekran perłkowy, zainstalowano klimatyzację. Wymienione zostały wszystkie fotele na widowni, liczącej 420 miejsc, zainstalowano nowe oświetlenie. Budynek także był modernizowany. Wyremontowano toalety, zainstalowano panele fotowoltaiczne, zamurowano okna, wyremontowano schody, wymieniono drzwi.

Teraz przyszedł czas na kolejny etap unowocześnienia obiektu. Głównie pod kątem wprowadzone zostały udogodnienia dla nich: wybudowany został podjazd, a sala widowiskowa wyposażona w system, wspomagający odbiór dźwięku przez osoby niedosłyszące.

Efektrem remontu artKina ma być jeszcze lepsze przystosowanie do korzystania przez osoby niepełnosprawne. Najważniejsza inwestycja to montaż wewnętrznej windy - wymaga to budowy szybu windowego i zmian w środku obiektu.

Pojawią się też inne usprawnienia - odpowiednio urządzona dodatkowa toaleta na piętrze i punkt kasowy, barierki, informacje w alfabecie Braille'a, itp. Zaplanowano modernizację części instalacji.

Na te prace miasto pozyskało dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego (Fundusze Europejskie dla Podkarpacia 2021-2027). Oszacowało koszty na około 660 tys. złotych, ale ceny w ofertach przetargowych od wykonawców okazały się niższe niż zakładano. Najtańsza - krośnieńskiej firmy KK-Bud - opiewała na niespełna 400 tys. złotych.

Rekompensatą dla miłośników filmów może być kino plenerowe, które tego lata zorganizuje miasto. Projekcje odbywać się będą na Rynku i są darmowe. Wakacyjne kino „pod chmurką” rusza w piątek, 26 czerwca o godz. 21. Pierwszym filmem będzie komedia akcji „Nice Guys. Równi Goście”. W przypadku niepogody seans odbędzie się w hali lodowiska przy ul. Bursaki 41. ©©

35-lecie Bieszczadzkiego Oddziału Straży Granicznej. Uroczysta gala i koncert w Filharmonii Podkarpackiej

red
wydawcy@nowiny24.pl

Wydarzenie połączone z koncertem Orkiestry Reprezentacyjnej Straży Granicznej stało się okazją do wspomnień i podkreślenia roli funkcjonariuszy dbających o bezpieczeństwo polskich granic.

Jubileuszowe obchody zgromadziły przedstawicieli władz wojewódzkich i samorządowych, kierownictwo współpracujących służb i instytucji, a także obecnych oraz byłych funkcjonariuszy i pracowników Bieszczadzkiego Oddziału Straży Granicznej. Gości powitał komendant BiOSG, gen. bryg. SG Tomasz Zybiński. Jak podkreślił, jubileusz jest świętem ludzi tworzących formację od momentu jej powstania.

- To święto funkcjonariuszy i pracowników, którzy przez 35 lat tworzyli naszą formację. Z dumą patrzymy na osiągnięcia minionych lat, ale spoglądamy w przyszłość, świadomi wyzwań związanych ze służbą na zewnętrznej granicy Unii Europejskiej - zaznaczył.

Podczas uroczystości wręczono Medale 35-lecia Biesz-

czadzkiego Oddziału Straży Granicznej, Medale 35-lecia Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego Funkcjonariuszy Straży Granicznej oraz Odznaki Pamiątkowe BiOSG.

Część oficjalną zwieńczył koncert Orkiestry Reprezentacyjnej Straży Granicznej pod batutą ppłk. SG Leszka Mieczkowskiego. Artystycznym uzupełnieniem wydarzenia był pokaz tańca towarzyskiego w wykonaniu młodzieży z Podkarpacia oraz obecność członków Stowarzyszenia Damy i Huzary z Przemysła.



FOT. MIKOŁAJ PASKIEWICZ



FOT. JERZY ZYGADŁO (PUM)



FOT. MIKOŁAJ PASKIEWICZ



FOT. MIKOŁAJ PASKIEWICZ

Ponad 288 tysięcy uczniów z Podkarpacia rozpocznie wakacje. Służby gotowe do sezonu

oprac. jer
wydawcy@nowiny24.pl

Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży podczas wakacji było omawiane wczoraj na posiedzeniu Wojewódzkiego Zespołu Zarządzania Kryzysowego.

- Tematem było zapewnienie bezpieczeństwa dzieci i młodzieży w czasie wakacji na terenie województwa podkarpackiego - mówiła Teresa Kubas-Hul, wojewoda podkarpacki. - Wszystkie służby i inspekcje złożyły swoje sprawozdania dotyczące przygotowania do sezonu. Zostały też wydane rekomendacje.

- W sposób szczególny apelujemy do organizatorów wypoczynku „pod chmurką”, czyli obozów, aby przekazywali do Wojewódzkiego Centrum Zarządzania Kryzysowego dane kontaktowe osób odpowiedzialnych za tę formę wypoczynku. Po to, żebyśmy mogli na bieżąco wysyłać im komunikaty IMGW, jeżeli jakiegokolwiek zagrożenia pogodowe



Teresa Kubas - Hul: Podczas wakacji ratownicy WOPR będą pełnili dyżury. Także Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe jest przygotowane do udzielania pomocy

miałyby miejsce - apelowała wojewoda.

Zapowiedziała wzmożone kontrole policji w miejscach, gdzie tradycyjnie gromadzą się dzieci i młodzież. - Mamy świadomość, że mogą się tam pojawiać osoby, które będą oferowa-

ły do sprzedaży alkohol, czy środki psychoaktywne - mówiła. - Kolejny, ważny poruszony podczas posiedzenia aspekt to zapewnienie bezpieczeństwa w górach, w parkach. Przy tej okazji chcę przekazać dobrą informację. Podpisałam

Teresa Kubas-Hul, wojewoda podkarpacki podpisała umowy na wsparcie ratownictwa wodnego kwotą 300 tys. złotych

dziś trzy umowy z wodnymi ochotniczymi pogotowiami ratunkowymi na 300 tys. zł.

W wyniku przeprowadzonego konkursu ofert na realizację zadań z zakresu ratownictwa wodnego wsparcie w postaci dotacji celowych uzyskały:

- Bieszczadzkie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe z siedzibą w Krośnie - 150 tys. zł,
- Rejonowe Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe z siedzibą w Tarnobrzegu - 100 tys. zł,
- Rzeszowskie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe - 50 tys. zł.

Pieniądze zostaną wykorzystane na zapewnienie dyżurnej służby ratowniczej i patrolowej oraz logistyczne wsparcie działającej na Jeziorze Solińskim, Jeziorze Tarnobrzesckim i Zalewie Rzeszowskim.

Wojewoda podkreśliła, że z roku na rok zwiększane są pieniądze na wsparcie WOPR. I tak, w 2023 r. było to 160 tys. zł, w 2024 - 180 tys. zł i w 2025 - 220 tys. zł.

- Podczas wakacji ratownicy WOPR będą pełnili dyżury. Także Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe jest przygotowane do pomocy. Został wykonany przegląd sprzętu we wszystkich jednostkach służb ratowniczych. Jesteśmy przygotowani w pełni do tego, żeby udzielać pomocy - mówiła wojewoda.

Dorota Nowak-Maluchnik, podkarpacki kurator oświaty podała, że 25 658 uczniów z województwa podkarpackiego weźmie udział w zorganizowanych formach wypoczynku. - Z całego serca zachęcam rodziców: zanim wyślecie dzieci na wakacje, sprawdźcie, czy wypoczynek został zarejestrowany - zwracała uwagę Dorota Nowak-Maluchnik. - Te informacje znajdują się na stronie wypoczynek.men.gov.pl

Insp. Jacek Juwa, zast. komendanta wojewódzkiego policji mówił: Każdego dnia będziemy dedykowali ponad 1000 funkcjonariuszy do zabezpieczenia wakacyjnego wypoczynku, w tym ponad 200 funkcjonariuszy ruchu drogowego.

Lato na Mazurach droższe niż urlop na Sycylii

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

Polska, Egipt czy Sycylia? 6 noclegów ze śniadaniem w apartamencie dla pary kosztuje 1165 zł w Marsa Alam, 1414 zł w Alanyi i 1729 zł na Sycylii. W Mrągowie trzeba zapłacić 2421 zł.

Rankomat.pl porównał najtańsze dostępne opcje 6 noclegów ze śniadaniem w popularnych kurortach w Polsce i za granicą, znalezione w serwisie booking.com. Z zestawienia wynika, że w wybranych przypadkach pobyt w Polsce kosztuje tyle samo lub więcej niż wakacje w znanych zagranicznych miejscowościach.

Luksus w Mrągowie i Mikołajkach

Wśród analizowanych polskich kurortów najwyższe ceny pojawiają się przede wszystkim na Mazurach. W apartamentach najdrożej wypada Mrągowo. Para zapłaci tam 2421 zł, a rodzina 2+2: 4962 zł za 6 noclegów ze śniadaniem. Niewiele tańsze są Mikołajki, gdzie apartament kosztuje 2402 zł dla pary i 4914 zł dla rodziny. W hotelach 3* Mrą-



Mikołajki - „perła Mazur” i serce żeglarskie regionu. Przyciągają tłumy. Zawdzięczają popularność klimatowi, atrakcjom wodnym czy tętniącej życiem promenadzie

gowo również należy do najdroższych lokalizacji dla par. Cena 6 noclegów wynosi tam 3800 zł. W przypadku rodzin najwyższą kwotę ma jednak hotel 3* w Mikołajkach.

To 6266 zł, najdroższy wariant w całym zestawieniu, obejmującym zarówno Polskę, jak i zagranicę.

W standardzie hotelowym wysoko plasują się także Polańczyk i Szczyrk. Rodzina 2+2 za hotel 3* w Polańczyku zapłaci 5340 zł, a w Szczyрку 5184 zł.

Dla porównania, najdroższy hotel 3* za granicą dla rodziny, czyli na Sycylii, kosztuje 4814 zł.

Najtańszy polski apartament dla pary znalazł się w Po-

łańczyku. Kosztuje 1458 zł za 6 noclegów.

To mniej niż na Sycylii, ale więcej niż w tureckiej Alanyi i egipskim Marsa Alam. Dla rodziny 2+2 najkorzystniej wypada Ustka z ceną 2316 zł. Niemal identyczny koszt ma apartament w Egipcie, gdzie trzeba zapłacić 2330 zł.

Przy samych noclegach granica między „tańszą Polską” a „droższą zagranicą” nie zawsze przebiega tam, gdzie można by się jej spodziewać.

Tanio jak w Egipcie

Wśród kierunków zagranicznych najtańszy okazał się Egipt. W Marsa Alam apartament dla pary kosztuje 1165 zł, a dla rodziny 2+2: 2330 zł. Egipt ma też najniższe ceny w hotelach 3*: 1509 zł dla pary i 3119 zł dla rodziny.

Drugim korzystnym cenowo kierunkiem jest Turcja. W Alanyi apartament kosztuje 1414 zł dla pary i 3047 zł dla rodziny. Hotel 3* to odpowiednio 1626 zł i 3467 zł.

Na Egipcie i Turcji lista konkurencyjnych cenowo kierunków się jednak nie kończy. Sycylia, Kreta, Dalmacja czy Wyspy Kanaryjskie także mieszczą się w budżecie zbliżonym do wielu polskich kurortów.

Na Sycylii apartament dla pary kosztuje 1729 zł, a dla rodziny 2+2: 2453 zł. To mniej niż rodzinny apartament m.in. w Mikołajkach, Mrągowie, Międzyzdrojach czy Polańczyku.

Na Krecie ceny apartamentów wynoszą 1792 zł dla pary i 2534 zł dla rodziny. Hotel 3* dla

rodziny kosztuje tam 4629 zł, mniej niż w Mikołajkach, Polańczyku, Szczyрку, Ustce, Międzyzdrojach czy Mrągowie.

Dalmacja jest jednym z droższych kierunków zagranicznych dla par, ale dla rodzin nadal wypada konkurencyjnie. Apartament kosztuje 2894 zł, a hotel 3* 3992 zł. To mniej niż w wielu analizowanych polskich miejscowościach. Wyspy Kanaryjskie są droższe w wariancie rodzinnym w apartamencie, gdzie cena wynosi 3646 zł. Wciąż pozostają jednak tańsze niż Mrągowo i Mikołajki, gdzie podobny pobyt kosztuje blisko 5 tys. zł.

Zagranica nie zawsze oznacza więc wyraźnie wyższy rachunek. Egipt i Turcja pozostają najtańsze, ale także Sycylia, Kreta, Dalmacja czy Wyspy Kanaryjskie mogą być cenowo blisko Polski.

Warto przy tym pamiętać, że obiekty zagraniczne ujęte w analizie były położone bezpośrednio przy plaży. W Polsce brano pod uwagę obiekty maksymalnie 3 km od centrum miejscowości. Dla wielu turystów może to być istotna różnica przy ocenie atrakcyjności oferty.

©©

Prezydent Zelenski nie przyjedzie do Gdańska

Karolina Wrońska
Warszawa

Wołodimir Zelenski nie przyjedzie do Gdańska na Konferencję Odbudowy Ukrainy, która odbędzie się 25 i 26 czerwca. Na czele ukraińskiej delegacji stanie premier Julija Swyrydenko.

Premier Ukrainy Julia Swyrydenko ogłosiła we wtorek, że stanie na czele delegacji, która weźmie w tym tygodniu udział w Konferencji na rzecz Odbudowy Ukrainy (URC 2026) w Gdańsku. Wcześniej oczekiwano, że Kijów będzie reprezentowany przez prezydenta Wołodymira Zelenskiego.

„Przewodniczę ukraińskiej delegacji i, ogólnie, naszym pracom podczas URC 2026 w Gdańsku. W skład ukraińskiego zespołu na konferencję



IMAGO/DTS NACHRICHTENAGENTUR/EAST NEWS

Prezydent Ukrainy Wołodimir Zelenski nie weźmie udziału w konferencji ds. odbudowy Ukrainy w Gdańsku

wejdą przedstawiciele ukraińskiego biznesu, kierownictwo przedsiębiorstw państwowych, reprezentanci naszych wspólnot lokalnych z całego kraju, a także, oczywiście, przedstawiciele rządu i parlamentu” - napisała Swyrydenko na platformach społecznościowych.

Swyrydenko oświadczyła, że zadaniem delegacji ukraińskiej w Gdańsku będzie osiągnięcie konkretnych porozumień, które „przyczynią się do zwiększenia zdolności obronnych i odporności Ukrainy oraz rozszerzą współpracę gospodarczą z partnerami”.

Napisała także, że Ukraina oczekuje na podpisanie wielu ważnych umów z partnerami międzynarodowymi, w szczególności dotyczących wzmocnienia sektora energetycznego.

„Ukraina jest nastawiona na konstruktywne i wzajemnie korzystne partnerstwo w interesie wspólnego bezpieczeństwa europejskiego, rozwoju gospodarczego i długofalowego dobrobytu” - podkreśliła szefowa ukraińskiego rządu.

Szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz, poproszony o komentarz do tej sytuacji, podkreślił, że „wszystko zaczyna się od błędnej decyzji prezydenta Zelenskiego i trudno to pominąć przy każdej wypowiedzi”.

- Gdyby nie jego decyzja o nadaniu jednostce imienia bohaterów UPA, nie mielibyśmy takiej sytuacji dzisiaj - mówił Kosiniak-Kamysz. - Moglibyśmy budować na gruncie przyjaźni, współpracy, gospodarki, obronności, bardzo silne relacje. Dalej chcemy je budować, bo to jest strategiczny,

ważny interes dla Polski. Polska z Ukrainą przeciwko naszym wrogom, a nie wrogie nastawienie Ukrainy do Polski czy emocje wrogie z Polski do Ukrainy - dodał.

Kosiniak-Kamysz podkreślił, że „dialog wciąż jest możliwy” oraz że „potrzebna jest refleksja po stronie ukraińskiej”. W kontekście konferencji w Gdańsku dodał, że „tam będą też ministrowie”, m.in. minister energetyki Ukrainy Denys Szmyhal.

Premier Donald Tusk podkreślił we wtorek, że na planowaną w Gdańsku Konferencję na rzecz Odbudowy Ukrainy przygotowała i pomogła przygotować 200 porozumień i umów, w tym wiele „bezpośrednio polsko-ukraińskich”.

- W interesie Polski i Ukrainy jest, żeby ta współpraca była kontynuowana - ocenił Tusk.

- Na konferencję pomogliśmy przygotować 200 porozumień i umów, w tym wiele bezpośrednio polsko-ukraińskich, jeśli chodzi o wspólne przedsięwzięcia i wspólny biznes po zakończeniu wojny - podkreślił premier przed posiedzeniem rządu. - Mówimy o setkach miliardów dolarów, i to nie są polskie pieniądze, tylko to będą pieniądze do wydania także przez polskie firmy w Ukrainie po zakończeniu wojny - dodał Tusk. Zaznaczył, iż w interesie obu krajów jest to, aby kontynuowana była współpraca, która zaczęła się przez te umowy i porozumienia, jakie zostaną podpisane w Gdańsku.

Obecność na konferencji potwierdziła m.in. szefowa Komisji Europejskiej Ursula von der Leyen. PAP

REKLAMA 0011543571



REGIONALNY DYREKTOR
OCHRONY ŚRODOWISKA
W RZESZOWIE

al. Józefa Piłsudskiego 38, 35-001 Rzeszów
WPN.6202.7.2023.DD-S.15

Rzeszów, dnia 22 czerwca 2026 r.

OBWIESZCZENIE

Na podstawie § 2 pkt 3 i 4 w związku z § 6 i § 7 rozporządzenia Ministra Środowiska z dnia 12 maja 2005 r. w sprawie sporządzania projektu planu ochrony dla parku narodowego, rezerwatu przyrody i parku krajobrazowego, dokonywania zmian w tym planie oraz ochrony zasobów, twórców i składników przyrody (Dz. U. nr 94 poz. 794), w związku z art. 19 ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody (Dz. U. z 2026 r. poz. 13 z późn. zm.) oraz art. 39 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112 z późn. zm.),

REGIONALNY DYREKTOR OCHRONY ŚRODOWISKA W RZESZOWIE

zawiadamia o sporządzeniu i przedłożeniu do konsultacji społecznych projektu zarządzenia w sprawie ustanowienia planu ochrony dla rezerwatu przyrody Szachownica w Krównikach

Plan ochrony dla rezerwatu przyrody jest dokumentem planistycznym ustanawianym zarządzeniem regionalnego dyrektora ochrony środowiska, obowiązującym przez 20 lat i uwzględniającym kompleksowo wszystkie elementy środowiskowe i społeczne, mające wpływ na zachowanie i ochronę walorów, dla których rezerwat powstał.

Z dokumentami można zapoznać się w siedzibie Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie przy al. Józefa Piłsudskiego 38, w pokoju 62, od poniedziałku do piątku w godz. 7:30-15:30 lub na stronie internetowej: <https://www.gov.pl/web/rdos-rzeszow>.

- Uwagi i wnioski dotyczące opracowywanego dokumentu można składać w terminie 21 dni od dnia ukazania się niniejszego obwieszczenia:
- pisemnie na adres: Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Rzeszowie, al. Józefa Piłsudskiego 38, 35-001 Rzeszów lub faksem na nr 17 852 11 09;
 - za pomocą środków komunikacji elektronicznej (bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym opisem elektronicznym), na adres sekretariat@rzeszow.rdos.gov.pl (z podaniem tytułu wiadomości „Uwagi i wnioski do projektu planu ochrony dla rezerwatu przyrody Szachownica w Krównikach”);
 - ustnie do protokołu w siedzibie Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Rzeszowie.

Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska
w Rzeszowie
Sławomir Serafin

REKLAMA 0011543719

OBWIESZCZENIE

z dnia 24.06.2026 r.

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz.U. z 2025 r., poz. 1691) oraz 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 (tekst jednolity Dz.U. z 2024 r., poz. 311),

STAROSTA RZESZOWSKI
zawiadamia

że na wniosek z dnia 25.05.2026 r., złożony przez Wójta Gminy Trzebownisko, 36-001 Trzebownisko 976, zostało wszczęte postępowanie administracyjne o sygnaturze AB.6740.15.9.2026, w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Rozbudowa drogi gminnej nr 108820 położonej na działkach ewid. nr 2414, 2413, 2408/3, 2408/1, 2406/2, 2405/5, 2404/4, 2404/5, 2404/9, 2404/10, 2403/1, 2402/10, 2401/4, 2401/5, 2400, 2399/3, 2398, 2395, 2394/4, 2387 w miejscowości Zaczernie”.

Przedmiotowa inwestycja zlokalizowana jest na poniżej wymienionych działkach ewidencyjnych:

1. Działki położone w liniach rozgraniczających teren inwestycji: jednostka ewidencyjna: 181613_2 Trzebownisko, obręb 0010 Zaczernie: działki nr ewid.: **2413/2** (2413), **2408/5** (2408/3), **2408/7** (2408/1), **2406/4** (2406/2), **2405/7** (2405/5), **2404/17** (2404/4), **2404/19** (2404/5), **2404/21** (2404/9), **2404/23** (2404/10), **2403/8** (2403/1), **2402/12** (2402/10), **2401/11** (2401/4), **2401/13** (2401/5), **2400/2** (2400), **2399/5** (2399/3), **2398/2** (2398), **2395/2** (2395), **2394/6** (2394/4), **2414**.

(w przypadku działek podlegających podziałowi, w nawiasie wskazano numery działek przed podziałem, a działki przeznaczone pod inwestycję drogową zaznaczono pogrubioną czcionką)

2. Działki znajdujące się w granicach terenu niezbędnego dla obiektów budowlanych:

jednostka ewidencyjna: 181613_2 Trzebownisko, obręb 0010 Zaczernie: działki nr ewid.: **2413/1** (2413), **2408/4** (2408/3), **2408/6** (2408/1), **2406/3** (2406/2), **2405/6** (2405/5), **2404/16** (2404/4), **2404/18** (2404/5), **2404/20** (2404/9), **2404/22** (2404/10), **2403/7** (2403/1), **2402/11** (2402/10), **2401/10** (2401/4), **2400/1** (2400), **2415/5**, **2415/3**, **2415/2**, **2421/20**, **2421/26**, **2422/17**, **2422/6**, **2422/7**, **2423/9**, **2387**, **2423/11**.

(w przypadku działek podlegających podziałowi, w nawiasie wskazano numery działek przed podziałem, a działki objęte terenem niezbędnym zaznaczono pogrubioną czcionką)

Z aktami sprawy zainteresowane strony postępowania lub ich pełnomocnicy mogą zapoznać się w terminie 21 dni od daty ogłoszenia obwieszczenia, od poniedziałku do piątku w godzinach pracy tut. Urzędu osobiście w siedzibie Starostwa Powiatowego w Rzeszowie, Wydział Budownictwa i Architektury, Referat Zezwoleń na Realizację Inwestycji Drogowych, 35-959 Rzeszów, ul. Grunwaldzka 15 – po uprzednim zarezerwowaniu wizyty w systemie internetowej rezerwacji dostępnej pod adresem: <http://kolejka.powiat.rzeszowski.pl>.

Wgląd w akta sprawy nie jest obowiązkowy. Ewentualne zastrzeżenia lub uwagi można zgłaszać pisemnie w ww. terminie.

KRÓTKO

URLOPY

Wakacyjne wyjazdy Polaków

W tym roku co najmniej raz latem chce wyjechać 74 procent badanych Polaków, a kolejne 5 proc. planuje jednodniowe wycieczki. Urlopu nie przewiduje 12 proc. osób, a 9 proc. jeszcze nie zdecydowało. Ponad połowa (58 proc.) wyjeżdżających pozostanie w Polsce, natomiast za granicę wyjedzie 34 proc. - wynika z badania Polskiej Organizacji Turystycznej i Travelist.

Pytani o cel swoich podróży uczestnicy badania najczęściej wymieniali wypoczynek i relaks (58 proc.) oraz zwiedzanie

atrakcji (22 proc.). Aktywny wyjazd połączony ze sportem planuje 8 proc. osób, a kolejne 7 proc. odwiedzi krewnych i znajomych. Wśród kierunków wyjazdu najczęściej wskazywano na morze (33 proc.), góry (20 proc.) i jeziora (13 proc.).

Pytani o wakacyjne wydatki Polacy najczęściej deklarowali, że chcą zmieścić się w przedziale od 1001 do 2000 zł (29 proc.) na osobę. Od 2001 do 3000 zł planuje przeznaczyć 16 proc. i taki sam odsetek myśli o kwotach powyżej 4000 zł. PAP

POŻEGNANIE

Nie żyje Krzysztof Dowgiałło



FOT. MATERIAŁY PRASOWE POLICJI

Zmarł Krzysztof Dowgiałło - architekt, działacz opozycji demokratycznej w PRL, uczestnik strajków w Stoczni Gdańskiej, poseł na Sejm X kadencji i autor słów „Ballady o Janku Wiśniewskim”, który był jednym z najbardziej znanych utworów upamiętniających Grudzień '70. Miał 87 lat.

MISTRZOWIE BUDOWNICTWA



UROCZyste WRĘCZENIE NAGRÓD 21 CZERWCA UHONOROWALIŚMY MISTRZÓW BUDOWNICTWA 2026

Gala w Teatrze 6. Piętro w Pałacu Kultury i Nauki





OGÓLNOPOLSKI FINAŁ AKCJI NAGRODZILIŚMY LAUREATÓW MISTRZÓW BUDOWNICTWA 2026

Poznaliśmy najlepszych fachowców i firmy remontowo-budowlane w Polsce



oprac. kk

W niedzielę, 21 czerwca, w Teatrze 6. Piętro w warszawskim Pałacu Kultury i Nauki nagrodziliśmy laureatów ogólnopolskiego finału plebiscytu Mistrzowie Budownictwa 2026.

W tegorocznej edycji nagrody przyznano w ośmiu kategoriach: Hydraulik Roku, Elektryk Roku, Budowlaniec Roku, Projektant/Architekt Roku, Geodeta Roku, Stolarz Roku, Szef Firmy Remontowo-Budowlanej Roku, Firma Remontowo-Budowlana Roku.

Najlepsi hydraulicy, elektrycy i budowlancy w Polsce

Tytuł Hydraulika Roku 2026 zdobył Adrian Drab z firmy Instal4U Adrian Drab w Janinie w województwie świętokrzyskim. Drugie miejsce zajął Tomasz Kopczyński z Pogotowia Technicznego 24 w Poznaniu, a trzecie Przemysław Harłuko-

wicz z firmy Instal-Heat w Żaganiu.

W kategorii Elektryk Roku 2026 zwyciężył Ireneusz Bal z EL-BAL System w Stobiernej w województwie podkarpackim. Na drugim miejscu znalazł się Jakub Bendowski z Grodziska Wielkopolskiego, a trzecie miejsce zdobył Andrzej Kurnyta ze Szczereża w Małopolsce.

Najlepszym budowlancem w Polsce został Paweł Ostaszewski z firmy Usługi Remontowo-Budowlane Paweł Ostaszewski w Szprotawie. Drugie miejsce w kategorii Budowlaniec Roku 2026 przypadło Robertowi Świerczowi z RM SYSTEM w Malborku, a trzecie Rafałowi Miziołkowi z firmy Cegielka Usługi Budowlane w Boninie.

Architekci, geodeci i stolarze też mają swoich mistrzów

W kategorii Projektant/Architekt Roku 2026 zwyciężył Daniel Drzazga z ArchStudio Biuro Projektowe w Mińsku Mazowieckim. Drugie miejsce zajęła Katarzyna Baworowska-Wolf

z KBW Architektura & Design we Wrocławiu, a trzecie Joanna Maciejewska ze Space Concept - Projektowanie Wnętrz w Sierpcu.

Tytuł Geodety Roku 2026 trafił do Kamila Milnera z Wojewódzkiego Biura Geodezji i Terenów Rolnych w Gdańsku. Drugie miejsce zdobył Roman Węgliński z Geopartner Inżynieria sp. z o.o. w Gdańsku, a trzecie Norbert Rakowiecki ze Szczecina.

W kategorii Stolarz Roku 2026 najlepszy okazał się Tomasz Friedrich z AT-Meble w Słotwinach w województwie łódzkim. Drugie miejsce zajął Bartłomiej Łucki z Bartimex Meble i Wnętrza w Praszce, a trzecie Artur Pawlak ze Stolarni Strug-ART w Poznaniu.

Najlepsi szefowie i firmy remontowo-budowlane

W plebiscycie wyróżniono także osoby zarządzające firmami remontowo-budowlanymi oraz same przedsiębiorstwa. To kategorie, w których li-

czy się nie tylko kunszt wykonawczy, ale również organizacja pracy, odpowiedzialność za zespół i umiejętność prowadzenia inwestycji od pierwszych ustaleń po finalny efekt.

Tytuł Szefa Firmy Remontowo-Budowlanej Roku 2026 zdobył Adam Stefański z ASPARK INWESTYCJE w Katowicach. Drugie miejsce zajął Rafał Piera z RPIB w Trzebnicy, a trzecie Rafał Tański z Ravnolit w Nidzicy.

W kategorii Firma Remontowo-Budowlana Roku 2026 zwyciężyła firma Kompleksowo z Wołomina. Drugie miejsce przypadło firmie Build Fast Usługi Remontowo-Budowlane z Dąbrowy Górniczej, a trzecie Rajkowski Budownictwo z Lutyń.

Nagrody wręczyliśmy na gali

Plebiscyt Mistrzowie Budownictwa zwraca uwagę na ludzi, których praca często pozostaje w cieniu gotowych inwestycji. Są to hydraulicy, elektrycy, budowlancy, stolarze, geodeci, ar-

chitekci i przedsiębiorcy remontowo-budowlani. Odpowiadają za to, by domy, mieszkania i lokale użytkowe były funkcjonalne, bezpieczne i wykonane zgodnie z oczekiwaniami klientów.

To właśnie nasi Mistrzowie Budownictwa budują, projektują, remontują, instalują i wykańczają domy, mieszkania oraz inwestycje, od których zależy codzienny komfort tysięcy klientów.

W niedzielę, 21 czerwca, w Teatrze 6. Piętro w Pałacu Kultury i Nauki uroczystie uhonorowaliśmy tych laureatów ogólnopolskiego finału plebiscytu Mistrzowie Budownictwa 2026, którzy przybyli na nasze zaproszenie do Warszawy.

W plebiscycie wyróżniliśmy zarówno indywidualnych fachowców, jak i firmy, które zdobyły największe zaufanie klientów. O tytuły rywalizowali laureaci etapów wojewódzkich, wyłonieni wcześniej w głosowaniu Czytelników regionalnych dzienników i serwisów Polska Press Grupy.

To właśnie nasi Czytelnicy, głosujący w plebiscycie, wybrali najlepszych hydraulików, elektryków, budowlanców, architektów, geodetów, stolarzy oraz firmy remontowo-budowlane w Polsce.

Rekomendacja ma znaczenie

Tegoroczny finał pokazał, że w budownictwie wciąż najważniejsze są jakość, terminowość, rzetelność i dobra opinia klientów, bo to między innymi głosy zadowolonych klientów zdecydowały o tym, kto może posługiwać się tytułem jednego z najlepszych fachowców w Polsce. W branży budowlanej rekomendacja ma ogromne znaczenie. Dobrego fachowca bardzo często poleca się dalej - rodzinie, sąsiadom, znajomym, dlatego już sama nominacja w plebiscycie Mistrzowie Budownictwa i głosy klientów były dla laureatów szczególnym wyróżnieniem. To dowód, że ich codzienna praca została zauważona i doceniona.

HYDRAULIK ROKU MIEJSCE I

Marcin Budzik

Co zdecydowało, że dziś Marcin Budzik (Wod-Instal, Niedźwiada) robi właśnie to - co przesądziło? - Zdecydowanie zainteresowanie instalacjami, nowymi możliwościami opartymi na nowoczesnych instalacjach grzewczych, dużym wyborem produktów instalacyjnych oraz ciągłym rozwijaniem się w tej dziedzinie - mówi nasz Hydraulik Roku w całym województwie. Co w jego pracy jest najtrudniejsze albo najciekawsze - ale zupełnie niewidoczne dla osób z zewnątrz? - Najtrudniejsze? Trudno powiedzieć... Ale najciekawsze to na pewno ciągle inne - raz trudniejsze, raz łatwiejsze - zlecenia. Niby każda instalacja taka sama, a jednak inna - mówi nasz zwycięzca. Wygrana to dla niego wyróżnienie: - Bardzo chciałem podziękować wszystkim, którzy oddali na mnie głos. Bardzo dziękuję.



MIEJSCE II

Tomasz Ekiert

Tomasz Ekiert reprezentuje firmę Ekiert technika grzewcza i sanitarna (Sanok). „Jako właściciel firmy osobiście nadzoruję i doglądam każdego realizowanego przez nas projektu” - opisuje. Wyznaje, że ta firma to coś więcej niż tylko źródło dochodu - to pasja, którą realizuje od 15. roku życia, kiedy to rozpoczął naukę w zawodzie monter instalacji i urządzeń sanitarnych. Tytuł mistrza w tym fachu był kolejnym etapem rozwoju. Do tej pory realizował instalacje wewnątrz budynków, ale chcąc świadczyć kompleksowe usługi, rozszerzył je o wykonawstwo instalacji zewnętrznych.



MIEJSCE III

Jan Bielec

Zdobywca III miejsca w województwie w kategorii Hydraulik Roku Jan Bielec (Jan Bielec Usługi hydrauliczne, Zahocze) mówi, że wybrał ten zawód, bo podoba mu się ta praca, no i można w niej oczywiście dobrze zarobić. Jakaś niezapomniana sytuacja? - Telefon od klienta w środku nocy, czy odczytałem wiadomość, bo wysłał mi przed chwilą projekt do wyceny - mówi pan Jan. Niewidoczne elementy tego zajęcia to planowanie instalacji i ustawienie sterowników tak, aby system działał w pełni bezobsługowo. A trzecie miejsce w naszej akcji? - Miłe zaskoczenie, że zostałem doceniony - mówi.



ELEKTRYK ROKU MIEJSCE I

Ireneusz Bal

Ireneusz Bal (EL-BAL System, Stobierna) został elektrykiem, bo od zawsze bardziej ciągnęło go do praktycznej pracy i techniki niż do siedzenia przy biurku. - Lubię konkrety, rozwiązywanie problemów i to, że w tej pracy od razu widać efekty dobrze wykonanej roboty. Daje mi satysfakcję świadomość, że coś działa dzięki mojej wiedzy i pracy, a każdy dzień przynosi nowe wyzwania i możliwość nauczania się czegoś nowego - mówi nasz zwycięzca. W tej pracy często liczy się zaufanie, ludzie powierzają mu bezpieczeństwo swojego domu czy firmy, dlatego pozytywne opinie i powroty klientów najbardziej zapadają mu w pamięć. To właśnie daje mu największą satysfakcję i utwierdza w przekonaniu, że wybrał dobrą drogę zawodową.



MIEJSCE II

Paweł Podraza

Nasz laureat Paweł Podraza (Elektro-team, Braciejowa) oferuje profesjonalne i kompleksowe usługi elektryczne. Specjalizuje się w instalacjach elektrycznych dla mieszkań, domów oraz wszelkiego typu budynków i lokali usługowych. Klienci docenili sposób jego pracy, doświadczenie, dokładność i profesjonalną obsługę, zgłaszając go do plebiscytu Mistrzowie Budownictwa, w którym Paweł Podraza finalnie zajął drugie miejsce w całym naszym województwie w kategorii Elektryk Roku.



MIEJSCE III

Piotr Józefczyk

Piotr Józefczyk (Instalacje elektryczne - Sanok - Piotr Józefczyk, Sanok) w branży elektrycznej działa już od 14 lat i ma duże grono zadowolonych klientów. „Nie jeden inwestor zaufał i na samym końcu nie został rozczarowany. 100 procent zadowolonych z każdą inwestycją” - tak nam się przedstawiał podczas trwania akcji, do której zgłosili go właśnie usatysfakcjonowani klienci. Zakres jego prac obejmuje instalacje elektryczne, antenowe, alarmowe, domofony, automatykę bram, monitoring.



BUDOWLANIEC ROKU MIEJSCE I

Rafał Powtak

Rafał Powtak (Rafdar, Jasło) podczas trwania Mistrzów Budownictwa miał ogromne wsparcie klientów, znajomych i najbliższych. Gdy już było wiadomo, że wygrał, oni komentowali, że to w pełni zasłużone zwycięstwo - bo ciężka praca, talent i pasja zrobiły swoje, jak pisali na Facebooku. Szczególnie wyjątkowo kibicowały mu córki, które oznaczając swoje wpisy hasztagiem „najlepszy budowlaniec” i „najlepszy tata” zachęcały do głosowania, zaznaczając, że i tak wiedzą, że tata jest najlepszym specjalistą i pasjonatem w tym temacie! Ostatecznie Rafał Powtak zajął I miejsce w województwie i V w skali całego kraju. Był naprawdę dumny i bardzo szczęśliwy, że mógł uczestniczyć w takiej akcji. Dziękował bardzo wszystkim za oddane głosy, czas, lajkowanie i udostępnianie postów.



MIEJSCE II

Maciej Oczkowski

Maciej Oczkowski (Okiart-bud, Przemyśl) mówi, że w wielu zawodach efekty pracy są krótkotrwałe, a w budownictwie to, co zrobisz dziś, będzie stało przez kolejne dekady. - Ta myśl - „Zrobiłem to porządnie i to zostanie” - potrafi mocno trzymać przy fachu, a satysfakcja to chyba najlepsze paliwo, żeby wciąż tę pracę wykonywać - uważa nasz laureat. Finałem jego ciężkiej codziennej pracy jest - paradoksalnie - jego całkowita... niewidzialność, bo najlepszą wizytówką mistrza jest wnętrze, które po prostu działa, nie pęka i przez lata nie drażni oka żadnym błędem.



MIEJSCE III

Daniel Bieńkowski

„Moja firma budowlana zajmuje się wykonywaniem elewacji i wykończeniem wnętrz. Mam za sobą wiele udanych dużych i małych inwestycji. Nie buduję „jakoś” - buduję porządnie” - opisuje Daniel Bieńkowski (Usługi remontowo-budowlane Const-House Daniel Bieńkowski, Wólka Łętowska). Elewacje i wykończenia wnętrz to nie tylko jego praca - to jego marka i jego odpowiedzialność. „Każdą realizację wykonuję tak, jakbym robił ją dla siebie - bez fuszerki, bez półśrodków, bez wymówek. Stawiam na jakość, solidne materiały i konkretną robotę, która broni się latami”.



PROJEKTANT/ARCHITEKT ROKU MIEJSCE IIzabela
Kędzior

Architektura towarzyszyła jej od dziecka. Izabela Kędzior (Architekt Izabela Kędzior, Mielec) początkowo myślała o projektowaniu wewnątrz, ale ogromny wpływ na jej decyzję miała mentorka, dr hab. inż. arch. Krystyna Januszkiewicz. - To dzięki niej spojrzałam szerzej na architekturę i ostatecznie zostałam architektem obiektów kubaturowych - wspomina. Towarzyszy jej wielka skala i odpowiedzialność. - Myślę, że jedną z najbardziej niewidocznych dla osób z zewnątrz rzeczy w pracy architekta jest ogromna odpowiedzialność za każdą decyzję, nawet tę, która na pierwszy rzut oka wydaje się bardzo estetyczna lub „prosta” - mówi. Widać gotowy budynek, wizualizacje, nie widać setek godzin analiz, rozmów, koordynacji i poruszania się pomiędzy funkcją, budżetem, przepisami, konstrukcją, technologią i oczekiwaniami inwestora.



MIEJSCE II

Maciej
Jamroży

Maciej Jamroży to prezes zarządu URBAN Project (Rzeszów), doktor inżynier architektury, absolwent MBA i e-Marketingu. W branży kojarzony jako architekt Małopolskiej Okręgowej Izby Architektów i członek zarządu Stowarzyszenia Architektów RP w Rzeszowie. Organizator, a także uczestnik i prelegent wystaw, wydarzeń, warsztatów i seminariów naukowych oraz konferencji polskich i międzynarodowych. Ma doświadczenie przy prowadzeniu projektów w Polsce i Europie. Zdobywca nagród zarówno za prowadzoną działalność, jak i wykonane projekty.



MIEJSCE III

Aleksandra
Otręba

Aleksandra Otręba (ASBA design, Leżajsk) z pracy najbardziej pamięta momenty, kiedy projekt zaczyna naprawdę żyć i wywołuje emocje u innych. - Szczególnie jedna realizacja, przy której klient po zakończeniu powiedział, że dzięki tej przestrzeni poczuł się „u siebie” po raz pierwszy od wielu lat. To był moment, który przypomniał mi, że projektowanie to nie tylko estetyka, ale też wpływ na codzienne życie i samopoczucie ludzi. Takie sytuacje zostają w pamięci na długo - wspomina nasza laureatka. Uważa, że projektowanie to w dużej mierze umiejętność słuchania i wyczuwania potrzeb ludzi.

**GEODETA ROKU** MIEJSCE IPaweł
Ryniewicz

Paweł Ryniewicz (EXPERT GEO COMPANY Sp. z o.o., Brzeźnica) mówi, że dla osób z zewnątrz najbardziej niewidoczna jest odpowiedzialność, jaka wiąże się z pracą geodety. - Choć nie stawiamy konstrukcji własnymi rękami, to bardzo często bez naszej pracy wiele działań na budowie nie mogłoby się rozpocząć ani zostać wykonanych prawidłowo. A mimo to, kiedy pojawiają się problemy, bardzo często odpowiedzialność i tak spada na geodetę - wyjaśnia. W dzisiejszych czasach geodeta musi mieć też bardzo szeroką wiedzę i odnajdywać się w wielu rolach jednocześnie - trochę jako projektant, trochę inżynier, a czasem nawet jako pracownik budowlany. To właśnie sprawia, że ten zawód jest wymagający, ciekawy i zdecydowanie nie dla każdego.



MIEJSCE II

Karol
Sawicki

Drugie miejsce w plebiscycie Mistrzowie Budownictwa 2026 w całym naszym województwie w kategorii Geodeta Roku zajął Karol Sawicki (Baryczka). Tej kategorii branżowej i jej przedstawicieli nie mogło zabraknąć w naszej akcji, bo geodeta to jeden z najważniejszych specjalistów towarzyszących budowie domu - od pierwszych przygotowań inwestycji aż po jej zakończenie. Współpraca z nim zaczyna się jeszcze przed wbiciem pierwszej łopaty. To zawód wymagający ogromnej dokładności i odpowiedzialności.



MIEJSCE III

Daniel
Jasiński

Daniel Jasiński jako firma Geodeta Usługi geodezyjno budowlane Daniel Jasiński (Teodorówka) od lat świadczy kompleksowe usługi geodezyjne i obsługę inwestycji budowlanych. Stawia na rzetelność, terminowość i nowoczesne technologie pomiarowe, które zapewniają najwyższą dokładność i sprawną realizację zlecenia. Ale jego praca to nie tylko mapy i pomiary - to wsparcie klientów na każdym etapie inwestycji. Dbą o jasną komunikację i indywidualne podejście, bo wie, jak ważne są bezpieczeństwo i pewność w procesie budowlanym.

**STOLARZ ROKU** MIEJSCE IMarek
Pitrus

Marek Pitrus (WoodMark Pracownia Stolarska, Królik Polski) mówi, że fach był mu pisany. - Dziadek był stolarzem, później tata, a dziś ja kontynuuję rodzinną tradycję. Miłość do drewna po prostu płynie u mnie we krwi. Od najmłodszych lat obserwowałem pracę w warsztacie. Zapach drewna i dźwięk narzędzi były częścią mojego dzieciństwa. Później technikum stolarskie... Tak naprawdę nigdy nie wyobrażałem sobie innej drogi zawodowej, bo stolarstwo to dla mnie nie tylko praca, ale pasja i sposób na życie. Ciekawy jestem, czy mój 6-letni syn też wybierze stolarską ścieżkę... - opowiada. Najtrudniejsze w zawodzie stolarza? Chyba zachować wszystkie palce, aż do emerytury! To praca, która wymaga skupienia i szacunku do narzędzi każdego dnia - bez rutyny i zbytniej pewności siebie.



MIEJSCE II

Robert
Smykla

Robert Smykla (Robi-Meble Robert Smykla, Mielec) jest w branży już ponad 15 lat. - Ja traktuję moją pracę jako pasję. Wiadomą rzeczą jest, że zarabia się pieniądze, ale bardzo lubię swoją pracę, więc tak szczerze chyba nie ma jakichś bardzo trudnych tematów w mojej branży - mówi. Chce raz jeszcze podziękować osobie, która go zgłosiła do akcji. Bycie w tym gronie jest niesamowitą sprawą: - Jestem dumny, że zostałem doceniony i zgłoszony. I ogromnie się cieszę, że udało mi się zdobyć drugie miejsce w województwie podkarpackim. To jest coś niesamowitego, radość w sercu jest ogromna.



MIEJSCE III

Aneta
Szczepkiewicz

Aneta Szczepkiewicz reprezentuje firmę Prosta Linia Aneta Szczepkiewicz (Rzeszów). „Prosta Linia to firma, która zajmuje się produkcją mebli na wymiar, zapewniających funkcjonalność i podkreślających charakter wnętrza. To nasza pasja, projektujemy i wykonujemy meble na wymiar, zapewniając funkcjonalność i podkreślając charakter każdego pomieszczenia. Klient zawsze może liczyć na zaangażowanie z naszej strony i czuć się przy nas wyjątkowo. Do każdego podchodzimy indywidualnie i tworzymy oryginalny projekt wraz z jego realizacją” - opisuje laureatka.



SZEF FIRMY REM.-BUD. ROKU MIEJSCE I

Kamil Sobota

Kamil Sobota (Pan Gipsek, Rzeszów) od zawsze lubił pracę, w której na koniec widać konkretny efekt. - Remonty i wykończenia wnętrz szybko okazały się czymś więcej niż tylko zawodem. Pojawiła się satysfakcja z tworzenia miejsc, w których ludzie później mieszkają i spędzają życie. Z czasem przyszło doświadczenie, własne pomysły i chęć stworzenia firmy działającej profesjonalnie, nowoczesnie, z wysokim poczuciem estetyki. Tak powstał Pan Gipsek - mówi szef firmy, która też została wyróżniona. Kiedyś klient powiedział po odbiorze mieszkania, że pierwszy raz podczas remontu spał spokojnie i nie musiał codziennie sprawdzać, „co znowu poszło nie tak”. To był moment, który został w głowie bardziej niż sama realizacja i potwierdził dobrą markę.



MIEJSCE II

Kamil Stefanik

Drugie miejsce w Mistrzach Budownictwa 2026 w kategorii Szef Firmy Remontowo-Budowlanej Roku zajął - ex aequo - Kamil Stefanik, który reprezentuje firmę Usługi Remontowo - Budowlane Kamil Stefanik (Lipa). Świadczy usługi w zakresie budownictwa i materiałów budowlanych, a zwłaszcza w branży usług budowlano-remontowych. Zdobyć drugiego miejsca w plebiscycie jest wyrazem uznania dla Jego profesjonalizmu, doświadczenia oraz wysokiej jakości realizowanych usług. Wynik ten potwierdza również zaufanie, jakim obdarzają go klienci.



MIEJSCE II

Krystian Gala

Drugie miejsce w Mistrzach Budownictwa 2026 w kategorii Szef Firmy Remontowo-Budowlanej Roku zajął - ex aequo - Krystian Gala z Just Wood (Jarosławiec). Jego firma oferuje usługi stolarskie w postaci schodów, mebli drewnianych, jak również z płyty MDF pod wymiar. Wyposaża kuchnie, sypialnie, ale także domowe biblioteczki. Klienci cenią estetykę prac, solidne rzemiosło, ponadczasowość oraz możliwość indywidualnego projektu - dokładnie pod ich wnętrze, potrzeby, gust i styl życia. Doceniają również jakość jego pracy, która przetrwa lata.



FIRMA REMONTOWO-BUDOWLANA MIEJSCE I

Usługi Remontowo-Wykończeniowe Karol Kochman

Usługi Remontowo-Wykończeniowe Karol Kochman (Łańcut, Kościuszki 35) to firma powstała z pasji do tworzenia estetycznych, funkcjonalnych i dopracowanych wnętrz. Od początku działalności stawia na jakość wykonania, dokładność i indywidualne podejście do każdego klienta. Wiedzą, że remont czy wykończenie domu to ważny etap, dlatego dbają nie tylko o efekt końcowy, ale też komfort współpracy na każdym etapie realizacji. Specjalizują się w kompleksowych remontach i wykończeniach mieszkań, domów oraz lokali usługowych. Łączą doświadczenie, nowoczesne rozwiązania i dbałość o detale, dzięki czemu ich realizacje są estetyczne, trwałe i funkcjonalne. Ich największym wyróżnikiem jest rzetelność, terminowość, wysoki standard usług.



MIEJSCE II

Pan Gipsek, Rzeszów

Pan Gipsek (Rzeszów, Wakacyjna 21) to zespół ludzi, którzy traktują remonty i wykończenia wnętrz nie jako „standardową usługę”, ale dobrze zaplanowany proces, w którym liczy się jakość, komunikacja i efekt końcowy. Działają na terenie Rzeszowa i okolic, a choć marka istnieje od 2022 roku, doświadczenie w branży budowlanej i wykończeniowej budowali przez kilkanaście lat pracy przy różnorodnych realizacjach. Specjalizują się w kompleksowych remontach i wykończeniach wnętrz. Zapewniają pełną obsługę - od początku do końca!



MIEJSCE III

Dol-Tek Remonty Wykończenia, Cmolas

„DOL-TEK - wykończenia z pasją i precyzją” - są rodzinną firmą, dla której fundamentem każdego zlecenia jest dokładność i rzetelność. Nasi laureaci specjalizują się w szerokim zakresie prac wykończeniowych, dbając za każdym razem o to, aby efekt końcowy w pełni odpowiadał wizji ich klientów. „Nie boimy się wyzwania - tam, gdzie liczy się detal, czujemy się najlepiej. Służymy fachowym doradztwem na każdym etapie prac, bo Twoje zadowolenie to nasza najlepsza wizytówka” - przekazują.

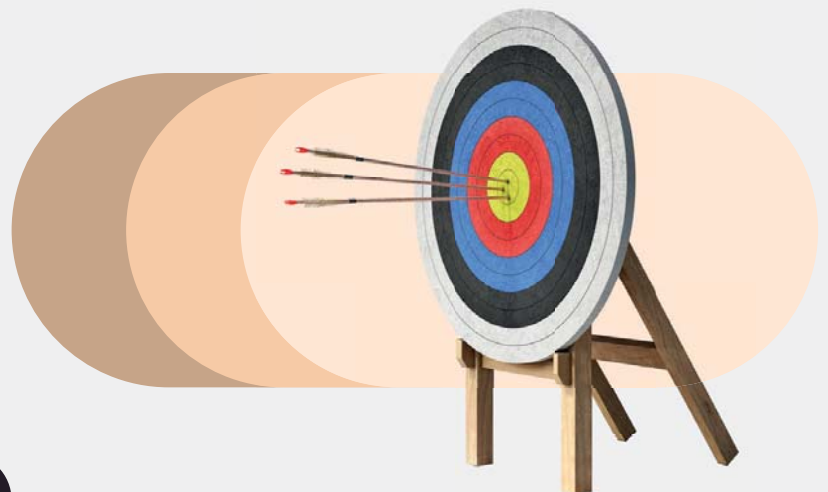


Polecamy →

strefa BIZNESU.pl

Know-how
w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl



LAUREACI PLEBISYTU MISTRZOWIE BUDOWNICTWA 2026

HYDRAULIK ROKU	
Krosno i powiat krośnieński	Przemysław Sliż , Usługi Hydrauliczne, Krosno
Przemyśl	Amadeusz Stankiewicz , HydroVolt, Przemyśl
Rzeszów i powiat rzeszowski	Krzysztof Krzyśko , INSTALKRIS Krzysztof Krzyśko, Jasienka
powiat bieszczadzki i powiat leski	Jan Bielec , Jan Bielec Usługi hydrauliczne, Zahoczewie
powiat brzozowski	Grzegorz Bury , Insterm - Usługi hydrauliczne, Brzozów
powiat dębicki	Dariusz Bieszczad , Handbud, Dębica
powiat jarosławski	Tomasz Dryla , Hydroinstal, Rozbórz Długi
powiat jasielski	Dariusz Marchewka , EwelDar, Dębowiec
powiat łańcucki	Marcin Olbrycht , OL.MAR System, Łańcut
powiat mielecki	Bogdan Ofiara , Hydro-Max, Wola Chorzewska
powiat niżański i powiat stalowowolski	Mateusz Smutek , Hydro Perfect Mateusz Smutek, Stalowa Wola
powiat przemyski	Piotr Rodzeń , Hydraulik Piotr Rodzeń, Wyszatycze
powiat ropczycko-sędziszowski	Marcin Budzik , Wod-Instal, Niedźwiada
powiat sanocki	Tomasz Ekiert , Ekiert technika grzewcza i sanitarna, Sanok
powiat strzyżowski	Marek Wołski , Usługi Instalacyjne Marek Wołski, Strzyżów

BUDOWLANIEC ROKU	
Przemysł	Maciej Oczkowski , Okiart-bud, Przemysł
powiat brzozowski	Krzysztof Konopacki , Firma remontowo - budowlana Kris-Bud Krzysztof Konopacki, Izdebki
powiat jarosławski	Daniel Ziętkiewicz , Aida Solution, Wiązownica
powiat jasielski	Rafał Powtak , Rafdar, Jasło
powiat leżajski	Daniel Bieńkowski , Usługi remontowo-budowlane Const-House Daniel Bieńkowski, Wólka Łętowska
powiat łańcucki	Karol Kochman , Usługi Remontowo-Wykończeniowe Karol Kochman, Łańcut
powiat przeworski	Kacper Kozak , KOZAK Usługi Remontowo Wykończeniowe oraz Budowlane, Przeworsk
powiat sanocki	Józef Nowak , GÓRAL Usługi remontowo budowlane Józef Nowak, Besko

ELEKTRYK ROKU	
Krosno i powiat krośnieński	Marcin Zajchowski , Elektroinstal Marcin Zajchowski, Krosno
Przemyśl	Mateusz Paśko , Elektron, Przemyśl
Rzeszów i powiat rzeszowski	Ireneusz Bał , EL-BAL System, Stobierna
powiat bieszczadzki i powiat leski	Dawid Bury , Elektro-Strwiąż Dawid Bury - Instalacje elektryczne, Ustrzyki Dolne
powiat brzozowski	Paweł Maliwiecki , P&M, Humniska
powiat dębicki	Paweł Podraza , Elektro-team, Braciejowa
powiat jarosławski	Piotr Wróbel , R.S.T. Zakład Usługowo-Handlowy Rafał Wróbel, Wola Węgierska
powiat jasielski	Dariusz Karaś , LDR Electrical, Jasło
powiat lubaczowski	Paweł Misztal , Amper Usługi Elektryczne Paweł Misztal, Lisie Jamy

powiat łañucki	Konrad Rajchert , Riskel Konrad Rajchert, Sonina
powiat nizański i powiat stalowowolski	Kamil Czekański , KAM-EL Twój Elektryk, Stalowa Wola
powiat przemyski	Paweł Janowski , YanoTech - Elektryk, Internet, Automatyka, Bezpieczeństwo, Serwis, Wyszatyce
powiat przeworski	Piotr Wąsacz , El-Pro Piotr Wąsacz, Mikulice
powiat ropczycko-sędziszowski	Paweł Jochym , Elektro-Instalacje Paweł Jochym, Sędziszów Małopolski
powiat sanocki	Piotr Józefczyk , Instalacje elektryczne - Sanok - Piotr Józefczyk, Sanok
powiat strzyżowski	Ryszard Warchol , Remonteco, Wyżne

FIRMA REMONTOWO-BUDOWLANA ROKU	
Przemysł	Okiart-bud , Przemysł, Skośna 11
Rzeszów i powiat rzeszowski	Pan Gipsek , Rzeszów, Wakacyjna 21
powiat brzozowski	Firma remontowo - budowlana Kris-Bud Krzysztof Konopacki , Izdebki, Izdebki 650
powiat jarosławski	Elektrodomex , Jarosław, Pełkinie 402
powiat jasielski	Maestro , Jasło, Kochanowskiego 6/40
powiat kolbuszowski	Dol-Tek Remonty Wykończenia , Cmolas
powiat łańcucki	Usługi Remontowo- Wykończeniowe Karol Kochman , Łańcut, Kościuszki 35
powiat przeworski	KOZAK Usługi Remontowo Wykończeniowe oraz Budowlane , Przeworsk, Gniewczyzna Tryniecka 115A
powiat sanocki	GÓRAL Usługi remontowo budowlane Józef Nowak , Besko

SZEFE FIRMY REMONTOWO-BUDOWLANEJ ROKU	
1. miejsce	Kamil Sobota , Pan Gipsek, Rzeszów
2. miejsce	Kamil Stefanik , Usługi Remontowo - Budowlane Kamil Stefanik, Lipa
2. miejsce	Krystian Gala , Just Wood, Rzeszów

PROJEKTANT/ARCHITEKT ROKU	
1. miejsce	Izabela Kędzior , Architekt Izabela Kędzior, Mielec
2. miejsce	Maciej Jamroży , URBAN Project, Rzeszów
3. miejsce	Aleksandra Otręba , ASBA design, Leżajsk

GEODETA ROKU	
1. miejsce	Paweł Ryniewicz , EXPERT GEO COMPANY Sp. z o.o., Brzeźnica
2. miejsce	Karol Sawicki , Baryczka
3. miejsce	Daniel Jasiński , Geodeta Usługi geodezyjno budowlane Daniel Jasiński, Teodorówka

STOLARZ ROKU	
1. miejsce	Marek Pitrus , WoodMark Pracownia Stolarska, Królik Polski
2. miejsce	Robert Smykła , Robi-Meble Robert Smykła, Mielec
3. miejsce	Aneta Szczepkowicz , Prosta Linia Aneta Szczepkowicz, Rzeszów

Cała budowlanka w jednym miejscu



serwis dla profesjonalistów



strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Ranking 11 najlepszych sanatoriów dla reumatyków

Pogoda wreszcie sprzyja tur-
nusom w sanatoriach. Jeśli
zmagasz się z chorobą reuma-
tyczną i odczuwasz stały dys-
komfort, wybranie odpo-
wiedniego sanatorium jest
kluczowe, by wreszcie zaznać
ulgi. Dlatego przygotowali-
śmy ranking 11 najlepszych
sanatoriów w całej Polsce dla
osób chorujących na reuma-
tyzm.

ZA TYDZIEŃ:

- Najlepsze polskie owoce dla cukrzyka. Czego po-
winny unikać osoby z cu-
krzyką?
- Jak wygląda zdrowie
w wersji 2.0? Wizyta u leka-
rza się zmienia...



FOT. LISA FOTIOS / PEXELS

Osteoporoza rozwija się latami. Pierwsze objawy mogą zaskoczyć

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Osteoporoza to choroba, która osłabia kości i zwiększa ryzyko ich złamań, często prowadząc do poważnych powikłań. Przez długi czas może przebiegać bezobjawowo.

Osteoporoza jest chorobą kości, w której dochodzi do stopniowego ubytku ich masy. Nazywane też zrzesotnieniem kości, schorzenie prowadzi do osłabienia ich struktury. Konsekwencją jest zwiększenie podatności na patologiczne złamania, które najczęściej dotyczą trzonów kręgowych, kości udowej i ramiennej, a także dystalnej (końcowej) części przedramienia. Dochodzi do nich pod wpływem mikro-urazów np. przy upadku.

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy. Prowadzi to m.in. do zmniejszenia siły uścisku dłoni, co zaobserwowano w badaniach kobiet po menopauzie. Ta grupa szczególnie narażona na szybki rozwój osteoporozy, gdyż niekorzystnym procesom sprzyjają zmiany hormonalne. Na potencjalny ubytek masy kostnej w szczęcie może z kolei wskazywać recesja dziąseł. U pacjentów, którzy mają ten problem, widoczna staje się coraz większa część zębów, a ich odsłonięte szyjki stanowią przyczynę nadwrażliwości zębów. Jeżeli osłabione i kruche stają się paznokcie, które nie są malowane ani narażane na działanie czynników niszczących ich płytkę, stanowi to ważny sygnał do zbadania gęstości kości.

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się ciała, tj. zmniejszenia się wzrostu. Choć zjawisko to zachodzi naturalnie z wiekiem, znaczne zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgow. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem. Zaawansowana osteoporoza prowadzi do złamań kompresyjnych nawet kilku kręgow



FOT. 123RF

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań

naraz, a także kości również w obrębie klatki piersiowej, co prowadzi do jej zapadnięcia i często powoduje problemy oddechowe. Widoczne jest zaokrąglenie się pleców i powstanie garba, który sam w sobie wywołuje bóle górnych i dolnych odcinków kręgosłupa.

Złamania osteoporotyczne dotyczą aż 30 proc. kobiet oraz 8 proc. mężczyzn po 50. roku życia. W przypadku osób starszych upadki należą do najpoważniejszych przyczyn utraty sprawności. Znacznie przyspieszają proces starzenia się i zwiększają prawdopodobieństwo śmierci.

Upadki seniorów, w których dochodzi do urazów, są jedną z głównych przyczyn niepełnosprawności i piątą co do częstotliwości przyczyną zgonów u osób po 75 r.ż. - podkreśla dr hab. prof. nadzw. Marek Żak, specjalista fizjoterapii i autor ra-

portu „Upadki osób starszych - przyczyny i następstwa” Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

Ta najczęstsza choroba kości dotyka ok. 2,5 miliona Polaków, a rozwija się bezobjawowo - często do czasu, aż zanik masy kostnej osłabi je na tyle, by doszło do złamania. Są jednak pewne symptomy, które mogą zwiastować przyszłe problemy.

Objawy osteoporozy mogą nie być odczuwane, jednak istnieją pewne dolegliwości i zmiany, które mogą wskazywać na postępujący proces zrzesotnienia kości.

Densytometria jest zalecana osobom po 40. r.ż., u których osteoporoza występowała w rodzinie, kobietom po 50. r.ż. i mężczyznom po 55. r.ż.

Pierwsze symptomy osteoporozy

● Cofające się dziąsła

Recesja dziąseł może wskazywać na potencjalny ubytek masy kostnej w szczęcie. Widoczna staje się wtedy coraz większa część zębów, a ich odsłonięte szyjki stanowią przyczynę nadwrażliwości zębów.

● Zmniejszenie siły chwytu dłoni

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy. Prowadzi to m.in. do zmniejszenia siły uścisku dłoni, co zaobserwowano w badaniach kobiet po menopauzie.

● Osłabienie i kruchość paznokci

Kondycja paznokci wskazuje na stan kości, ponieważ ich ważnym składnikiem jest tak samo wapń.

● Zmniejszenie wzrostu

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się ciała, tj. zmniejszenia się wzrostu. Choć zjawisko to zachodzi naturalnie z wiekiem, znaczne zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgow. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem.

● Ból pleców lub szyi

Przy rozwiniętej osteoporozie złamania kompresyjne kręgow stają się przyczyną chronicznych dolegliwości u co czwartego pacjenta. Najczęściej to ból pleców lub szyi, który promieniuje od kręgosłupa i może mieć bardzo duże natężenie.

● Zgarbienie sylwetki

Zaawansowana osteoporoza prowadzi do złamań kompresyjnych nawet kilku kręgow naraz,

a także kości również w obrębie klatki piersiowej, co prowadzi do jej zapadnięcia i często powoduje problemy oddechowe. Widoczne jest zaokrąglenie się pleców i powstanie garba, który sam w sobie wywołuje bóle górnych i dolnych odcinków kręgosłupa.

● Złamanie kości

Patologiczne złamanie kości w wyniku upadku to najbardziej oczywisty objaw zaawansowanej osteoporozy. Może do niego dojść także podczas nieznacznych ruchów, np. zejścia z krawężnika, a nawet w wyniku silnego kichnięcia albo kaszlu.

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza ich gęstości, nazywana densytometrią.

Ranking najlepszych polskich sanatoriów dla chorych na reumatyzm

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Pogoda wreszcie sprzyja turnusom w sanatoriach. Jeśli zmagasz się z chorobą reumatyczną i odczuwasz stały dyskomfort, wybranie odpowiedniego sanatorium jest kluczowe.

Wiele Polek i Polaków zmaga się ze schorzeniami reumatycznymi, takimi jak reumatoidalne zapalenie stawów (czyli tzw. gościec przewlekłe postępujący), choroba zwyrodnieniowa, toczeń rumieniowaty, reaktywne i łuszczykowe zapalenie stawów, osteoporoza, ale też dna moczianowa czy zespół cieśni kanału nadgarstka.

Schorzenia reumatyczne cechują się tym, że są wyjątkowo nieprzyjemne: pacjentom doskwierają ból, obrzęki, zwyrodnienia. Co więcej, choroby reumatyczne postępują i w końcu mogą doprowadzić do niepełnosprawności.

Nic więc dziwnego, że pacjenci starają się jak mogą, żeby uzyskać odpowiednią pomoc medyczną. Ważną częścią leczenia chorób reumatycznych może być korzystanie z oferty uzdrowskiej.

W Polsce jest z czego wybierać, jeśli chodzi o sanatoria z profilem reumatologicznym, zajmujące się leczeniem chorób reumatycznych. NFZ podaje łącznie aż 41 miejscowości w górach, nad morzem i na nizinach, w których można leczyć bóle reumatyczne i zwyrodnienia.

By wybrać najlepsze polskie sanatoria dla reumatyków, zawiązałem listę do tych, które rze-



Jeśli zmagasz się z chorobą reumatyczną, odpowiednie sanatorium jest kluczowe

czywiście specjalizują się w reumatologii i oferują turnusy na Narodowy Fundusz Zdrowia.

Ale skąd wiadomo, które sanatoria są faktycznie najlepsze? Świetnym sposobem ustalenia, gdzie turnusy są najbardziej wartościowe, jest zapoznanie się z opiniami samych kuracjuszy na temat danego ośrodka. Przewertowaliśmy napisane przez Polki i Polaków recenzje sanatoriów dla reumatyków, opublikowane w Opiniach Google, i na ich podstawie stworzyliśmy ranking TOP 11 najlepszych ośrodków leczniczych.

Kuracjusze oceniają w swoich recenzjach wszystko: jakość i różnorodność zabiegów, komfort pokoi, jedzenie, poziom obsługi i podejście do pacjenta. Ich opinie to więc genialne źródło rzetelnej wiedzy o tym, jak faktycznie działa i traktuje swoich gości dany ośrodek.

Nasz ranking opiera się na punktacji. Im więcej punktów, tym wyższa pozycja w rankingu.

Liczba punktów zależy od średniej ocen danego sanatorium dla reumatyków w Google i liczby recenzji napisanych przez kuracjuszy (im więcej recenzji, tym rzetelniejsza średnia ocen).

Punkty liczymy mnożąc średnią ocen przez liczbę recenzji.

Sanatoria ze średnią ocen 4,5 lub wyższą otrzymują bonus +500 punktów, a te ze średnią 4,0 lub niższą dostają karę -500 punktów.

Ranking najlepszych sanatoriów w Polsce dla osób cierpiących na reumatyzm

● Miejsce 11: Balnea Medical SPA w Inowrocławiu

Średnia ocen: 4,9
Liczba recenzji: 85
Punktacja: 416,5 + 500 = 916,5 pkt

● Miejsce 10: Sanatorium Gracja w Ciechocinku

Średnia ocen: 3,8
Liczba recenzji: 389
Punktacja: 1478,2 - 500 = 978,2 pkt

● Miejsce 9: Centrum Rehabilitacji Rolników Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego „Kresowiak” w Horyńcu-Zdroju

Średnia ocen: 4,5
Liczba recenzji: 158
Punktacja: 711 + 500 = 1211 pkt

● Miejsce 8: Świerkowy Źródło Medical SPA Iwonice-Źródło

Średnia ocen: 4,0
Liczba recenzji: 435
Punktacja: 1740 - 500 = 1240 pkt

● Miejsce 7: Sanatorium Uzdrowskie Dedal w Polańcu

Średnia ocen: 4,3
Liczba recenzji: 291
Punktacja: 1251,3 pkt

● Miejsce 6: Centrum Medyczne Karpacz

Średnia ocen: 4,1
Liczba recenzji: 357
Punktacja: 1463,7 pkt

● Miejsce 5: Świerkowy Źródło Medical SPA Rymanów-Źródło

Średnia ocen: 4,4
Liczba recenzji: 460

● Miejsce 4: Sanatorium Uzdrowskie Krystynka w Ciechocinku

Średnia ocen: 4,6
Liczba recenzji: 513
Punktacja: 2359,8 + 500 = 2859,8 pkt

● Miejsce 3: Uzdrowsko Ustroń, sanatorium Równica

Średnia ocen: 4,1
Liczba recenzji: 811
Punktacja: 3325,1 pkt

Równica ma ogólnie dobre opinie wśród kuracjuszy, co w połączeniu z bardzo dużą liczbą recenzji czyni z niej doskonały wybór na turnus.

● Miejsce 2: Sanatorium Uzdrowskie Augustów Medical SPA

Średnia ocen: 4,6
Liczba recenzji: 693
Punktacja: 3187,8 + 500 = 3687,8 pkt

● Miejsce 1: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju

Średnia ocen: 4,2
Liczba recenzji: 942
Punktacja: 3956,4 pkt

Sanatorium Włókniarz jest niezwykle popularne (niemal 1000 recenzji w Google!) i cieszy się dobrymi opiniami kuracjuszy.

Według naszych wyliczeń to najlepsze w Polsce sanatorium dla osób zmagających się z chorobami reumatycznymi.



Drżenie rąk to objaw m.in. choroby Minora. Nie ma na nią lekarstwa, ale można sobie pomóc

Niewinny objaw oznaką tajemniczej choroby

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Coraz trudniej ci utrzymać długopis albo widelec, bo ręce drżą ci nawet wtedy, gdy nie jesteś zdenerwowana albo zmęczona? To może być objaw choroby.

Każdemu czasem drżą ręce. To naturalny objaw zdenerwowania i silnego stresu, albo wyjątkowego zmęczenia. Czasem jednak drżenie rąk staje się tak intensywne, że zaczyna przeszkadzać nam w wykonywaniu codziennych czynności. Coraz trudniej nam pisać (na klawiaturze komputera, telefonu lub długopisem na papierze), wiązać sznurówki i krawaty, robić makijaż, a nawet jeść sztucami.

W takim przypadku konieczne należy skonsultować się z lekarzem, najpierw POZ, a potem neurologiem. Drżenie rąk może być bowiem objawem kilku bardzo poważnych chorób, takich jak:

- choroba Parkinsona - występuje drżenie spoczynkowe (przy rozluźnionych mięśniach),
- choroba Wilsona - gromadzenie miedzi w obszarach mózgu odpowiedzialnych m.in. za ruch powoduje drżenie spoczynkowe,
- stwardnienie rozsiane - cechuje je drżenie zamiarowe, czyli pojawiające się przy wykonywaniu celowych ruchów.

Drżenie rąk pojawia się także przy:

- nadczynności tarczycy,
- hipoglikemii,
- niedoborze magnezu, potasu, wapnia lub witamin z grupy B.

Tajemnicza choroba Minora

Drżenie rąk może też być chorobą samą w sobie. To tzw. choroba Minora, czyli drżenie samoistne obejmujące najczęściej ręce, ale też twarz, wargi, język, całą głowę (ruchy jak przy potakiwaniu lub przeczeniu), a w zaawansowanym stadium także nogi.

Drżenie samoistne to dość tajemnicze schorzenie, nie dlatego, że jest rzadkie (występuje ok. 10 razy częściej niż choroba Parkinsona, w Polsce zdiagnozowano je u ok. 30 tys. pacjentów), lecz dlatego, że medycyna słabo rozumie jego przyczyny.

Wiadomo, że choroba Minora ma podłoże neurologiczne, często jest dziedziczna, choć nie wiemy, który gen za nią odpowiada, i postępuje. Najczęściej dotyka osób po 40. roku życia.

Na drżenie samoistne nie ma w tej chwili lekarstwa ani nie da się prowadzić skutecznej profilaktyki tej choroby. Są jednak sposoby na złagodzenie jej objawów i ułatwienie życia choremu.

Jeśli podejrzewasz u siebie drżenie samoistne, musisz skonsultować się z neurologiem, by wykluczyć inne możliwe choroby, którym towarzyszy drżenie rąk. Następnie lekarz wskaże ci najlepszy sposób na złagodzenie objawów:

- Zmiana stylu życia: to chyba najprostszy sposób na złagodzenie drżenia rąk. Choroba Minora nasila się u osób przesadzających z kawą i alkoholem, więc najlepiej usunąć je ze swojej diety. Drżenie wzmacnia też silny stres i nieleczona stan lękowy, więc warto nauczyć się technik relaksacji i radzenia sobie z napięciem, jak medytacja czy automasaż.
- Farmakologia: w łagodzeniu drżenia rąk używa się leków zawierających substancje takie jak propranolol i prymidon.
- Neurochirurgia.
- Ultradźwięki.

Przystosowania: można także zastosować kilka sprytnych sposobów, które ułatwiają wykonywanie codziennych czynności nawet przy silnym drżeniu rąk. Specjaliści polecają np. stosowanie obciążników na nadgarstki, a także korzystanie z większych, cięższych naczyń, sztuczków i przyborów do pisania. Pomaga też technologia: zamiast męczyć się z wystukiwaniem SMS-a, możesz po prostu użyć funkcji dyktafonu w telefonie.

WARTO WIEDZIEĆ

Leczenie sanatoryjne chorób reumatycznych może mieć różne formy:

- Hydroterapia i balneoterapia w postaci kąpieli w wodach mineralnych i solankowych, okładów z borowiny, masażu wodnych
- Fizykoterapia: krioterapia, elektrotterapia, magnetoterapia, laseroterapia i leczenie ultradźwiękami
- Kinezyterapia: leczenie ruchem w ramach specjalnych treningów, gimnastyki i ćwiczeń w wodzie.

Cel leczenia jest ten sam: redukcja bólu, zmniejszenie stanów zapalnych i poprawa ruchomości stawów.

To już plaga. Powoduje zawał serca i zbiera żniwo wśród pięćdziesięciolatków



Jedną z głównych przyczyn wzrostu liczby zawałów serca jest choroba otyłościowa, z którą zmagają się coraz większa część społeczeństwa – w Polsce i na świecie

oprac. Ola Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

Choroby sercowo-naczyniowe coraz częściej dotyczą osób w średnim wieku. Eksperci zauważają niepokojący wzrost zgonów w grupie wiekowej 50-54 lata.

Otyłość coraz bardziej wpływa na światowe trendy chorób serca, prowadząc do przedwczesnych zgonów wśród ludzi w średnim wieku oraz mieszkańców krajów rozwijających się. To zjawisko, które wcześniej było kojarzone głównie z bogatszymi regionami świata, teraz staje się problemem globalnym.

Podczas konferencji ENDO 2026, która odbyła się w dniach 13-16 czerwca w Chicago, naukowcy przedstawili wyniki badań dotyczących wpływu otyłości na choroby sercowo-naczyniowe. Analiza obejmowała dane z 204 krajów i terytoriów zebrane w latach 1990-2023. Wyniki wskazują, że choroby sercowo-naczyniowe związane z otyłością coraz częściej dotyczą ludzi w średnim wieku, a największy wzrost liczby zgonów obserwowany jest w grupie wiekowej 50-54 lata.

Jeśli obecny trend się utrzyma, do 2050 roku otyłość będzie odpowiadać za ponad 1,37 miliona przedwczesnych zgonów rocznie z przyczyn kar-

diologicznych. To alarmujące dane, które pokazują, jak poważnym problemem staje się otyłość na całym świecie.

Największy wzrost problemu otyłości i związanych z nią chorób serca odnotowano w Azji Południowej oraz krajach o niskich dochodach, takich jak Afryka Subsaharyjska. Liczba przedwczesnych zgonów związanych z otyłością rosła tam ponad trzykrotnie szybciej niż średnia światowa. To pokazuje, że problem ten nie ogranicza się już tylko do krajów bogatych.

Hardik Dineshbhai Desai, współautor badania, podkreślił: „Nasze wyniki to sygnał ostrzegawczy dla świata. Choroby układu krążenia związane z otyłością nie są już problemem bogatych krajów i nie ograniczają się do jednego regionu. (...) Jest to wspólne wyzwanie dla nas wszystkich, wymagające wspólnej reakcji. Jego przyczyny są wieloczynnikowe, a zapobieganie jest o wiele tańsze niż leczenie”.

Otyłość to nie tylko problem zdrowotny, ale również gospodarczy. Według szacunków Światowej Federacji ds. Otyłości, globalne koszty związane z tą chorobą mogą do 2035 roku sięgnąć 4,32 biliona dolarów rocznie. Najbardziej dotknięte będą kraje o niskich i średnich dochodach, które już teraz zmagają się z rosnącą liczbą zachorowań i zgonów.

Otyłość to poważna choroba metaboliczna, która wpływa na przetwarzanie cukrów i tłuszczów oraz regulację stanów zapalnych w organizmie. Zmiany te kumulują się przez lata, stopniowo zwiększając ryzyko chorób układu krążenia. Dlatego tak ważne jest, aby podejmować działania zapobiegawcze.

WARTO WIEDZIEĆ

Coraz młodszy Polacy umierają na zawał serca

Jedną z konsekwencji otyłości jest zawał serca. W Polsce co roku dochodzi do ok. 70-80 tys. zawałów, a śmiercią kończy się 12-15 tys. z nich. Lekarze alarmują, że granica wieku systematycznie się obniża – coraz częściej incydenty sercowe występują już po 50. roku życia, a nawet wcześniej. Specjaliści podkreślają, że nawet 90 proc. ryzyka zawału jest związane ze stylem życia – w tym dietą, aktywnością fizyczną i masą ciała. Otyłość znacząco zwiększa prawdopodobieństwo wystąpienia incydentów sercowo-naczyniowych, a jej rosnąca skala może w najbliższych latach przełożyć się na dalszy wzrost liczby zachorowań.

W zapobieganiu otyłości kluczowe znaczenie mają zdrowa dieta, odpowiednia ilość ruchu, dobry sen oraz tworzenie środowiska sprzyjającego zdrowym wyborom żywieniowym i aktywności fizycznej. To działania, które każdy z nas może podjąć, aby zmniejszyć ryzyko związane z otyłością i chorobami serca.

Otyłość staje się jednym z najważniejszych czynników ryzyka chorób układu krążenia – głównej przyczyny zgonów Polaków. Eksperci podkreślają, że nadmierna masa ciała sprzyja rozwojowi miażdżycy, nadciśnienia i cukrzycy, a w konsekwencji zwiększa ryzyko zawału serca.

Z danych epidemiologicznych wynika, że z otyłością zmagają się już ok. 9 mln Polaków, a ponad połowa dorosłych ma nadwagę lub otyłość.

To problem o skali populacyjnej, który bezpośrednio przekłada się na zdrowie serca – aż 74 proc. badanych łączy otyłość z niewydolnością serca, a jeszcze więcej wskazuje jej związek z nadciśnieniem i cukrzycą.

Choroby sercowo-naczyniowe pozostają najczęstszą przyczyną zgonów w Polsce. Odpowiadają za ok. 37 proc. wszystkich śmierci, co oznacza setki tysięcy przypadków rocznie. Szacuje się, że w 2021 roku z ich powodu zmarło ponad 168 tys. osób.

Tyle zarabiają lekarze. Niektóre kwoty mogą przyprawić o zawrót głowy

oprac. Agnieszka Kamińska
agnieszka.kaminska@polskapress.pl

Mediana miesięcznych wynagrodzeń lekarzy w przypadku kontraktów to 25 595 zł brutto, a ponad 1 proc. wypłat na podstawie tych umów przekroczyło 100 tys. zł.

Rząd przyjął i skierował do Sejmu projekt ustawy, która umożliwi zbieranie danych o zarobkach medyków w powiązaniu z numerem PESEL lub numerem prawa wykonywania zawodu. Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty chce, aby głosowanie nad rządowym projektem odbyło się jeszcze podczas bieżącego posiedzenia izby. Obecnie Agencja Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji nie ma możliwości przypisania zarobków wynikających z różnych umów do jednej osoby.

73 proc. lekarzy specjalistów jest na kontraktach

Na majowym posiedzeniu Zespołu Trójstronnego do spraw ochrony zdrowia działającego przy Ministerstwie Zdrowia przedstawiono materiał roboczy AOTMiT z lutego 2026 r. o zarobkach kadr medycznych. Z danych Agencji wynika, że 73 proc. lekarzy specjalistów wykonuje świadczenia na podstawie kontraktów.

Lekarz „na kontrakcie” jest niezależnym wykonawcą prowadzącym własną działalność gospodarczą, a nie pracownikiem. Jako firma wystawia szpitalowi faktury za wykonane usługi. Szpitale rozliczają się z lekarzami kontraktowymi w różny sposób, w zależności od wynegocjowanych warunków. Z danych AOTMiT wynika, że 51 proc. lekarzy ze specjalizacją na kontrakcie rozlicza się z przepracowanych godzin, a 34 proc. z wykonanych procedur, co oznacza, że otrzymują oni procent kwoty, którą za świadczenie płaci Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ).

Kwoty powyżej 100 tys. zł miesięcznie

Mediana miesięcznych wynagrodzeń brutto wypłacanych na podstawie kontraktu to 25 595 zł brutto. Ponad 20 proc. kontraktów lekarzy ze specjalizacją przekłada się na wynagrodzenie w wysokości od 10 do 15 tys. zł. Natomiast 1,2 proc. kontraktów, czyli 625, opiewało na kwoty powyżej 100 tys. zł miesięcznie – wynika z danych AOTMiT.

Najwyższe wynagrodzenia mogą negocjować specjaliści najwyższej wycenianych przez NFZ procedur, o których szpitale konkurują. Ponadto lekarz

może mieć kilka kontraktów podpisanych z różnymi szpitalami. Obecnie AOTMiT nie wie, jak wartość kontraktu wyglądałaby w przeliczeniu na etat. Agencja zaznacza, że nie ma obowiązku i praktyki ewidencjonowania czasu pracy w ramach umów kontraktowych.

Od 10 do 20 tys. zł brutto miesięcznie

Mediana wynagrodzenia lekarza specjalisty na umowie o pracę to 23 666 zł brutto miesięcznie. Blisko 37 proc. lekarzy zarabia od 10 do 20 tys. zł brutto miesięcznie, a zarobki jedynie 0,2 proc. sięgają miesięcznie ponad 100 tys. zł brutto – wynika z danych AOTMiT.

Kształcenie lekarza specjalisty to minimum 12 lat. Na ten okres składają się sześciolatte studia, 13-miesięczny staż i kilkuletnie szkolenie specjalizacyjne. Najmniej zarabiają lekarze na początku drogi zawodowej. Od lipca minimalne wynagrodzenie lekarza bez specjalizacji wyniesie 10 595 zł brutto, a lekarza stażysty 8458 zł brutto. Do wynagrodzenia zasadniczego należy doliczyć dodatki, m.in. za dyżury w nocy, w niedziele i święta, a także wynagrodzenie za nadgodziny.

Media w ostatnich dniach nagłośniły sprawę lekarza w trakcie specjalizacji Dawida Kacprzyka, który w 2025 roku zarobił 1,6 mln zł. Lekarz, który był jednocześnie radnym Koalicji Obywatelskiej w dzielnicy Ursus, był zatrudniony m.in. w Warszawskim Szpitalu Południowym. Po nagłośnieniu sprawy Kacprzyk złożył rezygnację z członkostwa w KO.

Ministerstwo Zdrowia już od kilku miesięcy procuje nad projektem przepisów, które umożliwiłyby zbieranie danych o wynagrodzeniach medyków w powiązaniu z PESEL-em lub prawem wykonywania zawodu. W ramach Zespołu Trójstronnego do spraw ochrony zdrowia przy Ministerstwie Zdrowia dyskutowane były rozwiązania zakładające m.in., aby szpital nie mógł zawierać kontraktów określających zarobki jako procent od procedury. Proponowano także, aby lekarz na kontrakcie pracował w jednym podstawowym szpitalu, a główny pracodawca udzielałby mu zgody na pracę w innym. W kwietniowym wywiadzie dla PAP minister zdrowia Jolanta Sobiechowska-Grenda powiedziała z kolei, że dyskutowane jest wprowadzenie limitu w budżecie szpitala, który może być przeznaczany na wynagrodzenia. Resort zdrowia proponuje, by to było 60-70 procent.

ŹRÓDŁO: PAP

Przed nami finał wojewódzki Mistrzów Urody. Oni walczą o zaszczytne tytuły, a zwycięzców poznamy już 2 lipca!

Dziś prezentujemy liderów kategorii powiatowych w Mistrzach Urody 2026, którzy obecnie zajmują miejsca I-III w finale wojewódzkim. Rozpoczął się w poniedziałek, a kończy się 2 lipca.

Poprawiają nam zdrowie, wygląd i samopoczucie, a my odwdzięczamy się im, nominując ulubionych specjalistów do akcji Mistrzowie Urody. W jej ramach, jak co roku, wspólnie przyznajemy nagrody między innymi fryzjerom, kosmetyczkom, stylistkom paznokci, ma-

kijażykom czy linergistkom. O uczestnikach akcji pisaliśmy w gazecie i internecie, abyście mogli poznać ich bliżej. Ponieważ jednak plebiscyt wszedł w gorącą fazę finiszowania, dziś prezentujemy liderów kategorii powiatowych w Mistrzach Urody 2026, którzy obecnie zajmują miejsca I-III w finale wojewódzkim. Rozpoczął się on w poniedziałek, a kończy się 2 lipca. Rankingi zmieniają się jednak dynamicznie, bo pamiętajmy, że na zwycięzców czekają nie tylko zaszczytne tytuły, ale także wspaniałe nagrody. Tradycyjnie to

właśnie głosy zadowolonych klientów zadecydują o tym, kto będzie mógł nazywać się Mistrzem Urody i postawić w swoim salonie statuetkę czy wywiesić potwierdzający to dyplom. - Laureaci poprzednich edycji opowiadają nam, że sukces w Mistrzach Urody niesamowicie napędza do działania. Mówią, że zwycięstwo jest jak wiatr w żagle, a każdy otrzymany głos to rynkowa rekomendacja i jasny sygnał dla obecnych oraz przyszłych klientów, że warto skorzystać z usług. Zdobycie tytułu najlepszego specjalisty w branży be-

auty z pewnością zwiększa zaufanie klientów i wzmacnia pozycję na rynku - opowiada Katarzyna Borek, która rozmawia z uczestnikami Mistrzów Urody i dba o ich promocję w naszych wydawnictwach. Jak dodaje dziennikarka, która opiekuje się Mistrzami - po zakończeniu głosowania do gazety zostanie dołączony specjalny dodatek, w którym zaprezentujemy wszystkich laureatów w każdej kategorii i salony, które zdobędą najwięcej głosów: - Z pewnością stanie się on przewodnikiem po branży beauty w naszym województwie.

POZNAJ LIDERÓW

Oto liderzy w pozostałych kategoriach plebiscytu

BARBER ROKU

1. **Jarosław Piczak**, Barber Mate, Rzeszów
2. **Wojciech Grygiel**, Gentlemen Barber Shop, Głogów Małopolski
3. **Natalia Dymek**, Barber Natalia Dymek, Chorzów

MAKE-UP ARTIST ROKU

1. **Anna Czerkies**, Babiniec Anna Czerkies, Radymno
2. **Magda Drapała**, dusiaa_d.nails Klaudia Drapała, Jarosław
3. **Anna Golasz**, Pracownia Artystyczna Anna Golasz, Lubaczów

STYLISTKA RZĘSI I BRWI ROKU

1. **Natalia Leśniak**, Akademia Piękna Natalia Leśniak, Mielec
2. **Zuzanna Bida**, Salon Pear Beauty, Lesko
3. **Aneta Solecka**, EstetiQ ART, Rzeszów

LINERGISTKA ROKU

1. **Ada Ćwikła**, Beauty PMU Ada, Łańcut
2. **Natalia Leśniak**, Akademia Piękna Natalia Leśniak, Mielec
3. **Kinga Ilkiewicz**, Superszpunki, Strzyżów

PODOLOG ROKU

1. **Anna Wojtowicz**, AnnMed Kosmetologia, Krosno
2. **Monika Więckowska Sabat**, Studio Urody Metamorfoza, Jarosław
3. **Żaneta Augustyn-Zajdel**, Gabinet Podologiczny Orchidea, Krosno

MISTRZ TATUAŻU I/LUB PIERCINGU ROKU

1. **Dorota Zięba**, Acus Piercing, Tarnobrzeg
2. **Patrycja Kurzydło**, Artcore Studio Tattoo, Rzeszów
3. **Agnieszka Podruczna-Olko**, APO BEAUTY & PIERCING Studio, Stalowa Wola

KOSMETOLOG ROKU

1. **Kinga Gurz**, Kosmetologia Interdyscyplinarna Kinga Gurz, Ropczyce
2. **Izabela Mazur**, Pasja Hair & Beauty, Jasło
3. **Aleksandra Wojtoń-Kędra**, Aleksandra Wojtoń-Kędra Studio, Rymanów

MASAŻYSTA ROKU

1. **Marcin Pałka**, Raja Spa, Jasło
2. **Anna Stasik**, Ania-MED, Rogi
3. **Tadeusz Czarny**, Masaż klasyczny kręgosłupa, kręgarstwo Tadeusz Czarny, Przeworsk

TRENER PERSONALNY LUB FITNESS/INSTRUKTOR JOGI ROKU

1. **Małgorzata Szczurek**, Xtreme Fitness, Przemyśl
2. **Iwona Kosior**, Xtreme Fitness, Mielec
3. **Karolina Stępień**, Studio treningu Karolina Stępień, Leżajsk

DIETETYK ROKU

1. **Kacper Wilk**, Wilczy Głód - Dietetyka & Psychodietetyka, Krosno
2. **Justyna Ozimek**, Projekt Zdrowie, Łańcut
3. **Justyna Socha**, Lorem Natura Dietetyk Justyna Socha, Nisko

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na stronie:

www.nowiny24/uroda

PARTNER PLEBISCYTU

Beauty  **Razem**



Fryzjer Roku 2. miejsce Małgorzata Borowska, MB Salon Fryzur Małgorzata Borowska, Brzostek



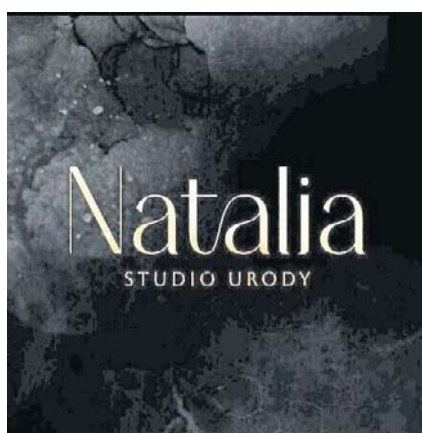
Kosmetyczka Roku 1. miejsce Małgorzata Zatorska, Sekret Urody Gabinet Kosmetyczny Małgorzata Zatorska, Rzeszów



Stylistka Paznokci Roku 1. miejsce Halina Zdziarska, Nailea Studio Paznokci, Brzozów



Fryzjer Roku 3. miejsce Bernadeta Stepanko, Beauty Sombre, Laszki



Kosmetyczka Roku 1. miejsce Natalia Michna, Studio urody Natalia, Krościenko Wyżne



Stylistka Paznokci Roku 2. miejsce Justyna Ślęzak, Justyna Ślęzak Nails, Baranów Sandomierski



Kosmetyczka Roku 1. miejsce Joanna Zając, Salon Urody Joanna, Tarnobrzeg



Salon Fryzjerski Roku 3. miejsce Salon Fryzjerski Kaśka, Dydnia, Grabówka 63



Stylistka Paznokci Roku 2. miejsce Katarzyna Kata, Studio Stylizacji Katarzyna Kata, Mielec

Brudna blacha po pieczeniu? Jest prosty sposób

Małgorzata Czuba-Skarżyńska
redakcja@regiodom.pl

Przypalona blacha do pieczenia nie musi oznaczać długiego szorowania. Wystarczy jedna tabletka do zmywarki i gorąca woda, by skutecznie pozbyć się tłustego osadu i nagaru.

Po każdym pieczeniu pozostaje na niej nieco przypalonych resztek jedzenia, tłusty osad i ciemne przebarwienia, które z czasem stają się coraz trudniejsze do usunięcia. W efekcie nawet regularnie myta blacha po kilku miesiącach może wyglądać tak, jakby służyła w kuchni od wielu lat.

Wiele osób sięga w takiej sytuacji po silne środki czyszczące, licząc na szybki efekt. Niestety, nawet drogie preparaty nie zawsze radzą sobie z uporczywymi przypaleniami. Co więcej, ich stosowanie wiąże się z intensywnym zapa-

chem i koniecznością długiego szorowania. Zanim jednak wydasz pieniądze na kolejne detergenty, wypróbuj prosty sposób, który od lat wykorzystują miłośnicy domowych trików.

Mowa o zwykłej tabletce do zmywarki. W połączeniu z gorącą wodą pomaga rozpuścić tłusty osad i zmiekczyć przypalone zabrudzenia, dzięki czemu ich usunięcie staje się znacznie łatwiejsze. To prosty patent, który nie wymaga dużego wysiłku ani kosztownych zakupów.

Jedna tabletka do zmywarki może skutecznie pomóc w walce z tłustym osadem i przypaleniami. Instrukcja krok po kroku:

- Wyjmij blachę z piekarnika i usuń z niej większe resztki jedzenia.
- Umieść na jej dnie jedną tabletkę do zmywarki.
- Zalej blachę wrzątkiem do około dwóch trzecich wysokości.

● Pozostaw na około dwie godziny, aby tabletka mogła rozpuścić zabrudzenia.

● Po upływie tego czasu załóż gumowe rękawice i przetrzyj powierzchnię miękką gąbką lub ściereczką z mikrofibry.

● Na koniec dokładnie opłucz blachę ciepłą wodą i osusz.

Jeśli zabrudzenia są wyjątkowo uporczywe, można pozostawić roztwór na dłużej, nawet na całą noc. Dzięki temu przypalenia jeszcze bardziej zmiękną i będą łatwiejsze do usunięcia.

Warto pamiętać, że regularne czyszczenie blachy pozwala uniknąć gromadzenia się trudnych do usunięcia zabrudzeń. Dobrze jest również zrezygnować z druciaków i ostrych metalowych narzędzi. Choć mogą wydawać się skuteczne, często powodują zarysowania i przyspieszają jej zużycie. Bezpieczniejszym rozwiązaniem są miękkie gąbki oraz ściereczki z mikrofibry.

AUTOPROMOCJA

nowiny
n o w i n y 24.pl

Czwartek
z dreszczykiem

Kup dziennik
z dodatkiem
„Pod paragrafem”

nowiny24.pl

REKLAMA

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?

Przez internet:
IBO.POLSKAPRESS.PL
e-mail:
nowiny.ogloszenia@polskapress.pl

Biurowie 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

0011543689

BURMISTRZ LEŻAJSKA

informuje, że w Urzędzie Miejskim w Leżajsku w dniu 24 czerwca 2026 r. został wywieszony na okres 21 dni wykaz obejmujący część nieruchomości gruntowej położonej w Leżajsku, stanowiącej własność Gminy Miasto Leżajsk, przeznaczonej do przedłużenia terminowej umowy użyczenia.

Szczegółowe informacje dotyczące ww. nieruchomości zostaną zawarte w wywieszonym wykazie.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Leżajsku, Rynek 1, pokój 2, Referat Mienia Komunalnego i Gospodarki Gruntami, tel. 17 24 27 333 wew. 115 lub 116, na stronie internetowej Urzędu www.miastolezajsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej <https://lezajsk.um.bipgmina.pl/wiadomosci/2/lista/komunikaty>.

0011543685

Nisko, 22 czerwca 2026 r.
AB.6740.8.13.2024

REKLAMA



na wniosek Wójta Gminy Harasiuki z s. ul. Długa 11, 37-413 Harasiuki, zostało wszczęte postępowanie administracyjne znak AB. 6740.8.13.2024 w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa drogi gminnej w Harasiukach”

rodzaje obiektów bądź robót realizowanych w ramach ww. inwestycji:

budowa drogi gminnej mająca na celu stworzenie dojazdu do nowych terenów mieszkaniowych, projektowana droga zlokalizowana jest w miejscowości Harasiuki w km od 0+000 do km 2+0008, zaczyna się i kończy od skrzyżowań z drogą publiczną powiatową Nr 1066R ul. Długa, szerokość projektowanej jezdni drogi wynosi 5,0 m z lokalnymi poszerzeniami na łukach, spadki poprzeczne dwustronne 2%, na łukach spadek jednostronny do 4%, obustronne pobocza z kruszywa o szerokości 0,75;

z lokalizacją na działkach objętych projektowanymi liniami rozgraniczającymi pas drogowy

• jednostka ewidencyjna 181202_1 Harasiuki, obręb ewidencyjny 0004, Harasiuki: 1. działki istniejącego pasa drogowego lub zajmowane pod pas drogowy w całości nr ewid.:

243/2, 310/4, 312/4

2. działki zajmowane pod pas drogowy w wyniku dokonania podziału (wytłuszczonej czcionką zaznaczono działki powstałe w wyniku podziału – przeznaczone pod inwestycję) nr ewid.:

247/2 powstała w wyniku podziału działki 247 na działki nr 247/1, 247/2, 247/3;

251/2, 251/4 powstałe w wyniku podziału działki 251 na działki nr 251/1, 251/2, 251/3, 251/4;

256/2 powstała w wyniku podziału działki 256 na działki nr 256/1, 156/2, 256/3;

260/2 powstała w wyniku podziału działki 260 na działki nr 260/1, 260/2, 260/3;

263/2 powstała w wyniku podziału działki 263 na działki nr 263/1, 263/2, 263/3;

266/4 powstała w wyniku podziału działki 266/1 na działki nr 266/3, 266/4, 266/5;

269/6 powstała w wyniku podziału działki 269/3 na działki nr 269/5, 269/6, 269/7;

271/7 powstała w wyniku podziału działki 271/3 na działki nr 271/6, 271/7, 271/8;

273/3 powstała w wyniku podziału działki 273/1 na działki nr 273/2, 273/3, 273/4;

275/3 powstała w wyniku podziału działki 275/1 na działki nr 275/2, 275/3, 275/4;

277/4 powstała w wyniku podziału działki 277/2 na działki nr 277/3, 277/4;

277/5 powstała w wyniku podziału działki 277/1 na działki nr 277/5, 277/6;

279/14 powstała w wyniku podziału działki 279/12 na działki nr 279/13, 279/14, 279/15;

281/4 powstała w wyniku podziału działki 281/2 na działki nr 281/3, 281/5;

283/6, 283/7 powstałe w wyniku podziału działki 283/3 na działki nr 283/5, 283/6, 283/7, 283/8;

283/10 powstała w wyniku podziału działki 283/4 na działki nr 283/9, 283/10;

285/9 powstała w wyniku podziału działki 285/4 na działki nr 285/8, 285/9;

285/10 powstała w wyniku podziału działki 285/3 na działki nr 285/10, 285/11;

285/15 powstała w wyniku podziału działki 285/6 na działki nr 285/14, 285/15;

285/13 powstała w wyniku podziału działki 285/7 na działki nr 285/12, 285/13;

OBWIESZCZENIE

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 572 ze zm.) 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 NIŻAŃSKI ZAWIADAMIA

285/16 powstała w wyniku podziału działki 285/2 na działki nr 285/16, 285/17;

287/4 powstała w wyniku podziału działki 287/2 na działki nr 287/3, 287/4, 287/5;

289/4 powstała w wyniku podziału działki 289/1 na działki nr 289/3, 289/4, 289/5;

289/7 powstała w wyniku podziału działki 289/2 na działki nr 289/6, 289/7, 289/8;

291/12 powstała w wyniku podziału działki 291/8 na działki nr 291/11 291/12, 291/13;

291/15 powstała w wyniku podziału działki 291/9 na działki nr 291/14, 291/15, 291/16;

293/4 powstała w wyniku podziału działki 293/2 na działki nr 293/3, 293/4, 293/5;

295/2 powstała w wyniku podziału działki 295 na działki nr 295/1, 295/2, 295/3;

297/4 powstała w wyniku podziału działki 297/1 na działki nr 297/3, 297/4, 297/5;

297/7 powstała w wyniku podziału działki 297/2 na działki nr 297/6, 297/7, 297/8;

299/2 powstała w wyniku podziału działki 299 na działki nr 299/1, 299/2, 299/3;

302/2 powstała w wyniku podziału działki 302 na działki nr 302/1, 302/2.,302/3;

740/3 powstała w wyniku podziału działki 740/1 na działki nr 740/3, 740/4;

308/1 powstała w wyniku podziału działki 308 na działki nr 308/1, 308/2;

314/7 powstała w wyniku podziału działki 314/5 na działki nr 314/6, 314/7, 314/8;

316/4 powstała w wyniku podziału działki 316/2 na działki nr 316/3, 316/4, 316/5;

318/4 powstała w wyniku podziału działki 318/2 na działki nr 318/3, 318/4, 318/5;

320/4 powstała w wyniku podziału działki 320/2 na działki nr 320/3, 320/4, 320/5;

322/4 powstała w wyniku podziału działki 322/2 na działki nr 322/3, 322/4, 322/5;

324/4 powstała w wyniku podziału działki 324/2 na działki nr 324/3, 324/4, 324/5;

326/4 powstała w wyniku podziału działki 326/2 na działki nr 326/3, 326/4, 326/5;

328/4 powstała w wyniku podziału działki 328/2 na działki nr 328/3, 328/4, 328/5;

330/4 powstała w wyniku podziału działki 330/2 na działki nr 330/3, 330/4, 330/5;

332/2 powstała w wyniku podziału działki 332 na działki nr 332/1, 332/2, 332/3;

334/2 powstała w wyniku podziału działki 334 na działki nr 334/1, 334/2, 334/3;

337/4 powstała w wyniku podziału działki 337/1 na działki nr 337/3, 337/4, 337/5;

341/4 powstała w wyniku podziału działki 341/1 na działki nr 341/3, 341/4, 341/5;

344/4 powstała w wyniku podziału działki 344/1 na działki nr 344/3, 344/4, 344/5;

347/2 powstała w wyniku podziału działki 347/1 na działki nr 347/1, 347/2, 347/3;

350/2 powstała w wyniku podziału działki 350 na działki nr 350/1, 350/2, 350/3;

353/2 powstała w wyniku podziału działki 353 na działki nr 353/1, 353/2, 353/3;

356/2 powstała w wyniku podziału działki 356 na działki nr 356/1, 356/2, 356/3;

359/2 powstała w wyniku podziału działki 359 na działki nr 359/1, 359/2, 359/3;

362/2 powstała w wyniku podziału działki 362 na działki nr 362/1, 362/2, 362/3;

365/2 powstała w wyniku podziału działki 365 na działki nr 365/1, 365/2, 365/3;

368/2 powstała w wyniku podziału działki 368 na działki nr 368/1, 368/2, 368/3;

371/4 powstała w wyniku podziału działki 371/1 na działki nr 371/3, 371/4, 371/5;

374/2 powstała w wyniku podziału działki 374 na działki nr 374/1, 374/2, 374/3;

378/2 powstała w wyniku podziału działki 378 na działki nr 378/1, 378/2, 378/3;

381/2 powstała w wyniku podziału działki 381 na działki nr 381/1, 381/2, 381/3;

384/2 powstała w wyniku podziału działki 384 na działki nr 384/1, 384/2, 384/3;

387/4 powstała w wyniku podziału działki 387/1 na działki nr 387/3, 387/4, 387/5;

390/2 powstała w wyniku podziału działki 390 na działki nr 390/1, 390/2, 390/3;

393/2 powstała w wyniku podziału działki 393 na działki nr 393/1, 393/2, 393/3;

396/2 powstała w wyniku podziału działki 396 na działki nr 396/1, 396/2, 396/3;

398/2 powstała w wyniku podziału działki 398 na działki nr 398/1, 398/2, 398/3;

400/2 powstała w wyniku podziału działki 400 na działki nr 400/1, 400/2, 400/3;

402/4 powstała w wyniku podziału działki 402/1 na działki nr 402/3, 402/4, 404/5;

405/2 powstała w wyniku podziału działki 405 na działki nr 405/1, 405/2, 405/3;

407/2 powstała w wyniku podziału działki 407 na działki nr 407/1, 407/2, 407/3;

409/2 powstała w wyniku podziału działki 409 na działki nr 409/1, 409/2, 409/3;

411/2 powstała w wyniku podziału działki 411 na działki nr 411/1, 411/2, 411/3;

413/2 powstała w wyniku podziału działki 413 na działki nr 413/1, 413/2, 413/3;

415/4 powstała w wyniku podziału działki 415/1 na działki nr 415/3, 415/4, 414/5;

417/2 powstała w wyniku podziału działki 417 na działki nr 417/1, 417/2, 417/3;

419/2 powstała w wyniku podziału działki 419 na działki nr 419/1, 419/2, 419/3;

421/2 powstała w wyniku podziału działki 421 na działki nr 421/1, 421/2, 421/3;

426/2 powstała w wyniku podziału działki 426 na działki nr 426/1, 426/2, 426/3;

429/8 powstała w wyniku podziału działki 429/6 na działki nr 429/7, 429/8, 429/9;

432/2 powstała w wyniku podziału działki 432 na działki nr 432/1, 432/2, 443/3;

434/5 powstała w wyniku podziału działki 434/1 na działki nr 434/4, 434/5;

434/6 powstała w wyniku podziału działki 434/2 na działki nr 434/6, 434/7;

436/2 powstała w wyniku podziału działki 436 na działki nr 436/1, 436/2, 436/3;

438/2 powstała w wyniku podziału działki 438 na działki nr 438/1, 438/2, 438/3;

440/2 powstała w wyniku podziału działki 440 na działki nr 440/1, 440/2, 440/3;

442/2 powstała w wyniku podziału działki 442 na działki nr 442/1, 442/2, 442/3;

444/2 powstała w wyniku podziału działki 444 na działki nr 444/1, 444/2, 444/3;

446/2 powstała w wyniku podziału działki 446 na działki nr 446/1, 446/2, 446/3;

449/2 powstała w wyniku podziału działki 449 na działki nr 449/1, 449/2, 449/3;

451/2 powstała w wyniku podziału działki 451 na działki nr 451/1, 451/2, 451/3;

453/2 powstała w wyniku podziału działki 453 na działki nr 453/1, 453/2, 453/3;

455/2 powstała w wyniku podziału działki 455 na działki nr 455/1, 455/2, 455/3;

457/2 powstała w wyniku podziału działki 457 na działki nr 457/1, 457/2, 457/3;

459/2 powstała w wyniku podziału działki 459 na działki nr 459/1, 459/2, 459/3;

461/2 powstała w wyniku podziału działki 461 na działki nr 461/1, 461/2, 461/3;

463/2 powstała w wyniku podziału działki 463 na działki nr 463/1, 463/2, 463/3;

465/4 powstała w wyniku podziału działki 465/1 na działki nr 465/3, 465/4;

465/5 powstała w wyniku podziału działki 465/2 na działki nr 465/5, 465/6;

467/2 powstała w wyniku podziału działki 467 na działki nr 467/1, 467/2, 467/3;

469/4 powstała w wyniku podziału działki 469/1 na działki nr 469/3, 469/4, 469/5, 469/6;

469/7 powstała w wyniku podziału działki 469/2 na działki nr 469/7, 469/8;

471/2 powstała w wyniku podziału działki 471 na działki nr 471/1, 471/2, 471/3;

• jednostka ewidencyjna 181202_1 Harasiuki, obręb ewidencyjny 0012, Łazory:

274/2 powstała w wyniku podziału działki 274 na działki nr 274/1, 274/2, 274/3;

275/2 powstała w wyniku podziału działki 275 na działki nr 275/1, 275/2;

Zainteresowani mogą w terminie 14 dni od daty ogłoszenia obwieszczenia zapoznać się z projektem budowlanym i dokumentami dotyczącymi wydania decyzji jw., w budynku Starostwa Powiatowego w Nisku, Plac Wolności 15, pokój nr 4, w dni robocze w godzinach pracy Urzędu: 7.30– 15.30 lub uzyskać informacje w przedmiotowej sprawie pod telefonem: 15 841 54 07 w. 211 i w tym terminie złożyć swoje wnioski i zastrzeżenia.

Mój mąż to mój najlepszy przyjaciel. Partnerstwo jest dla nas ważne

Magdalena Lamparska na Instagramie Fot. Szymon Starnawski



Z ŻYCIA GWIAZD

Sandra Kubicka usiadła za kierownicą

Celebrytka i Adam Zaorski wybrali się w romantyczną podróż do Włoch, co sumiennie relacjonują na Instagramie. Na jednym ze zdjęć widać, jak ukochany trzyma Kubicką za udo, prowadząc sportowy kabriolet. Przy okazji modelka pochwaliła się, że Adam „chyba ją kocha”, bo pozwolił jej usiąść za kierownicą.

Małgorzata Tomaszewska ma wysokiego syna

Popularna prezenterka i Marcela Leszczak spędziły w weekend wspólnie czas w parku, zabierając ze sobą dzieci. W mediach społecznościowych nie zabrakło zdjęć z wypadu. Uwagę zwracają synowie celebrytek: Fryderyk – Marceli i Enzo – Małgorzaty, którzy już niebawem przerosną swoje mamy.

Mandaryna będzie się bawiła

Tancerka oficjalnie potwierdziła swą obecność w najbliższej edycji „Tańca z Gwiazdami”. Jedną z pierwszych osób, które skomentowały w internecie udział Mandaryny w show, był jej były mąż. „Baw się dobrze!” – napisał Michał Wiśniewski. Instagramowa zapowiedź udziału Mandaryny w programie Polsatu zebrała przez weekend ponad 48 tysięcy polubień. Wpis pozostawił też jej syn Xavier, który zagrzewa ją do walki słowami „Jedziesz, matka!”.

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Siatkówka: Liga Narodów mężczyzn FIVB

Polsat, 20:00
Rozgrywki Ligi Narodów FIVB mężczyzn 2026 przenoszą się do Gliwic, gdzie mecze będą rozgrywane od 24 do 28 czerwca. W środę Polacy, zesłoroczni triumfatorzy ligi, zagrają z Bułgarią, dzień później z Turcją, a w weekend kolejno z Niemcami i Argentyną.

Ostatni bastion

Stopklatka, 20:00
Weteran wojny w Wietnamie, generał Eugene Irwin (Robert Redford), trafia do więzienia o zaostrożnym rygorze. Przypomina innym osadzonym, że są żołnierzami i powinni domagać się swoich praw. Niebawem wybucha bunt.

Wspomnienie lata

TVP Kultura, 21:05
Dwunastoletni Piotrek spędza lato z mamą. Piękny czas pełen nowych wrażeń i silnych uczuć kończy się odejściem zdradzonego przez żonę ojca. Chłopiec ma poczucie, że również zawiódł jego zaufanie.

Ania

TVP 2, 23:00
Film dokumentalny o historii życia aktorki Anny Przybylskiej. Film oparty na nieopublikowanych do tej pory prywatnych materiałach zdjęciowych. Oprócz rodziny i przyjaciół zmarłej artystki, opowiadają o niej również znani twórcy filmowi. Aktorka odeszła po ciężkiej chorobie w 2014 r.

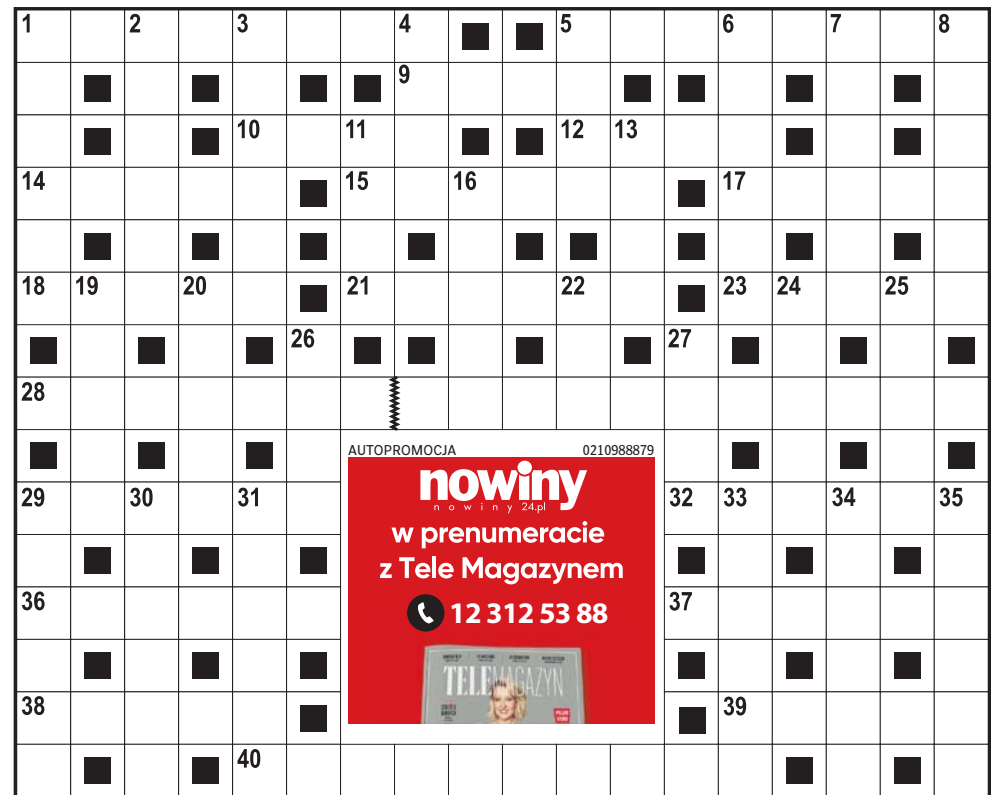
KRZYŻÓWKA NR 95

Poziomo:

- 1) Jean, fiński kompozytor,
- 5) ułańska pomysłowość,
- 9) drapieżny kot, lew górski,
- 10) stolica i największe miasto Łotwy,
- 12) młody, bardzo tłusty śledź,
- 14) anielskie na choince,
- 15) Isabelle, aktorka z filmu „Królowa Margot”,
- 17) gromada żyraf lub antylop,
- 18) budynek gospodarczy,
- 21) między ustami a przełykiem,
- 23) „... w Srebrnym Jeziorze”, powieść Karola Maya,
- 28) dzielnica administracyjna Gdańska,
- 29) srebrozłoty, miękki metal o symbolu Sr,
- 32) barwny ptak łowny,
- 36) gładka powierzchnia wody,
- 37) daje początek strumieniowi,
- 38) ryba z rodziny karpiowatych,
- 39) dawna gra rekreacyjna,
- 40) rozciągliwy plaster z opatrunkiem.

Pionowo:

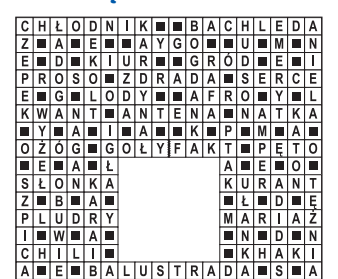
- 1) komplet naczyń stołowych,
- 2) ssak naczelnny, szympanś karłowaty,
- 3) jeden z rodzajów literackich,
- 4) owoc pod jabłonią,
- 5) rzymskie bóstwo lasów, opiekun pasterzy,
- 6) duży stan w USA z Austin,
- 7) pierwsza, druga i trzecia w fabryce,
- 8) dawniej nieskrępowanie, tupet,
- 11) „... Olsena jedzie do Jutlandii”,



- 13) piaszczysty wał tworzący zatokę,
- 16) popularny kabaret z Zielonej Góry,
- 19) pomoc z powietrza dla partyzantów,
- 20) wieczne w plecaku ucznia,
- 22) broń Robin Hooda,
- 24) Zamek ..., na Pogórze Wałbrzyskim,
- 25) pewność siebie, śmiałość,

- 26) lina do ustawiania żagla,
- 27) znak szlacheckiego rodu,
- 29) lampa emitująca promienie podczerwone,
- 30) kierowany przez ministra,
- 31) zgrubienie na powierzchni ciała,
- 33) kolczasty krzew owocowy,
- 34) mały kraj w Pirenejach,
- 35) znawca dogmatów religijnych.

ROZWIĄZANIE NR 94



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny radzi zaufać intuicji – dzięki temu pojawi się cenna okazja do działania.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój i konsekwencja przyniosą efekty. Horoskop na dziś to wskazówka, by w relacjach postawić na szczerość i cierpliwość. **Baran (21.03 - 19.04)** Czekaj Cię inspirująca rozmowa. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że nowe pomysły mogą otworzyć drogę do ciekawych zmian.

Byk (20.04 - 20.05)

Skup się na domowych sprawach. Horoskop dzienny wyraźnie wróży, że drobny gest życzliwości poprawi nastrój Tobie oraz Twoim bliskim. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Twoja energia będzie przyciągać uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać ją mądrze – dzięki temu uda Ci się osiągnąć ważny cel. **Rak (22.06 - 22.07)** Dobra organizacja pomoże uniknąć stresu. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że wieczór sprzyja odpoczynkowi oraz refleksji.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia w relacjach będzie dziś kluczowa. Horoskop dzienny to wskazówka, by unikać pośpiechu przy ważnych decyzjach. **Panna (23.08 - 22.09)** Możesz odkryć coś istotnego. Horoskop na dziś stanowczo podpowiada, by zachować czujność i nie ignorować subtelnych sygnałów. **Waga (23.09 - 22.10)** Dzień sprzyja planowaniu podróży oraz nowych projektów. Horoskop dzienny na środę wróży, że optymizm będzie Twoim atutem.

Skorpion (23.10 - 21.11)

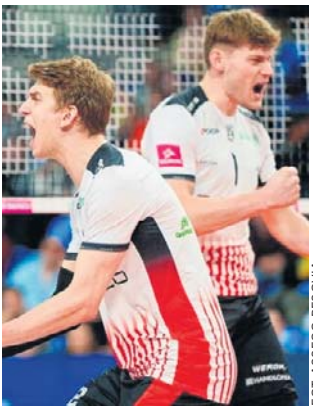
Wytrwałość przyniesie rezultaty. Horoskop dzienny podpowiada, by nie zrażać się przeszkodami – sukces oraz satysfakcja są blisko. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Kreatywność pomoże rozwiązać problem. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się pomysłem z innymi osobami. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Emocje będą silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by znaleźć chwilę dla siebie i zadbować o wewnętrzny spokój.

Asseco Resovia rozpocznie w Częstochowie. Szalpus i Poręba w Lidze Narodów

Marek Bluj
sport@nowiny24.pl

SIATKÓWKA. Znamy wstępny terminarz PlusLigi. Pierwsze spotkanie nowego sezonu odbędzie się 17 października. Asseco Resovia zainauguruje rozgrywki w Częstochowie z miejscową Politechniką.

Runda zasadnicza potrwa do końca marca, a już na początku kwietnia rozpocznie się faza play-off. Bezpośrednia walka o mistrzostwo Polski ruszy 28 kwietnia. Zwycięzcę PlusLigi poznamy najwcześniej 5 maja. W PlusLidze wystąpi 14 zespołów. Tytułu bronić będzie Aluron CMC Warta Zawiercie, która w wielkim finale pokonała Bogdankę LUK Lublin. Trzecie miejsce wywalczył PGE Projekt Warszawa, a czwarte Asseco Resovia.



Artur Szalpus i Mateusz Poręba zagrają w Gliwicach

Rzeszowianie przygotowania do nowego sezonu rozpoczną dopiero 17 sierpnia. Pierwsze dwa spotkania ligowe zagrają na wyjeździe. Najpierw Częstochowie z Politechniką, a tydzień później w Chełmie z ekipą InPost ChKS. Premiera sezonu na Podpromiu w trzeciej kolejce z Energa Treflem Gdańsk. W 5. kolejce starcie w Rzeszowie z Aluron CMC Wartą Zawiercie.

Trwa sezon reprezentacyjny, pozostali siatkarze wykorzystują urlopy, ale realizują także wskazówki, jakie otrzymali od sztabów swoich drużyn. W dniach 24-28 czerwca w Gliwicach rozegrany zostanie turniej Ligi Narodów siatkarzy. Zagra w nim sześć reprezentacji: Argentyna, Belgia, Chiny, Niemcy, Polska oraz Turcja. Wśród siatkarzy na których postawił Nikola Grbić jest dwóch resowian - przyjmujący Artur Szalpus i środkowy Mateusz Poręba, obaj przedłużyli kontrakty w Rzeszowie na następny sezon.

W PreZero Arenie Białe-Czerwoni zmierzą się kolejno z Belgią (środa, 24 czerwca, godz. 20), Turcją (czwartek, 25 czerwca, 20), Niemcami (sobota, 27 czerwca 17) i Argentyną (niedziela, 28 czerwca, 20). Gospodarzami pozostałych turniejów będą Francuzi (Orlean) i Słowenia (Lublana). Do turnieju finałowego w Ningbo (Chiny, 29 lipca - 2 sierpnia) - siedem najlepszych drużyn w tabeli fazy zasadniczej oraz gospodarz. W tegorocznej Lidze Narodów uczestniczy 18 reprezentacji. ©©

Białorusini protestują po PŚ w Rzeszowie. PZG odpowiada

Marcin Jastrzębski
sport@nowiny24.pl

AKROBATYKA. Rzeszów znów dobrze wywiązał się z roli gospodarza PŚ. Protest złożyli jednak Białorusini, którzy, w ich ocenie niesłusznie, byli traktowani jako zawodnicy neutralni.

W miniony weekend w rzeszowskiej hali na Podpromiu odbyły się zawody Pucharu Świata w akrobatyce sportowej, w których wzięli udział również reprezentanci Białorusi. Po zawodach narzekali jednak na to, że nie mogli tak, jak powinni świętować swoje sukcesy. Wszystko z powodu decyzji Polskiego Związku Gimnastycznego, który przez wytyczne z Ministerstwa Sportu, potraktował Białorusinów jako zawodników neutralnych.

18 maja tego roku międzynarodowa federacja gimnastyczna (World Gymnastics) zniósła w „trybie natychmiastowym” restrykcje wobec białoruskich i rosyjskich sportowców. Dlatego wydawało się, że w stolicy Podkarpacia Białorusini winni mieć takie same prawa jak wszyscy inni. Tak jednak nie było.

PZG we wtorek popołudniu przedstawił na stronie internetowej swój komentarz do tej sprawy. - Polski Związek Gimnastyczny wystąpił o organizację zawodów w 2025 roku. Zarówno w tamtym okresie, jak i w czasie przyznania organizacji w Świa-



Zespoły z Białorusi miały flagę swojego kraju na przedramieniach, ale były... neutralne

towej Federacji Gimnastycznej (World Gymnastics) obowiązywały zapisy, pozwalające na udział reprezentantów Białorusi i Rosji wyłącznie ze statusem neutralnym. World Gymnastics 18 maja 2026 zniósł obostrzenia wobec ww. reprezentacji, zezwalając na oficjalne reprezentowanie barw własnych krajów. Tym samym pojawiła się regulacyjna sprzeczność między zaleceniami World Gymnastics a obowiązującymi i popieranymi przez nas przepisami wprowadzonymi przez polski rząd w 2022 roku - brzmi pierwsza część komunikatu. PZG wy-

słał zapytanie do Ministerstwa Sportu. - W odpowiedzi otrzymaliśmy potwierdzenie, że Białorusini mogą startować w Polsce tylko na dotychczasowych zasadach (jako zawodnicy neutralni - od red.). Mając to stanowisko, zwróciliśmy się do World Gymnastics, którego jesteśmy pełnoprawnym członkiem, zgłaszając zaistniały konflikt - przekazał PZG.

Ostatecznie Polski Związek Gimnastyczny, który był głównym organizatorem imprezy w Rzeszowie, uznał, że Białorusini mają startować jako zawodnicy neutralni, a ci nie mogą

m.in. śpiewać hymnu, gdy odbierają złoty medal. Było to przykre, szczególnie dla młodych zawodników.

Czyste sumienie po zawodach ma Podkarpacki Okręgowy Związek Akrobatyki Sportowej, który wykonał „operacyjną robotę” w trakcie 3-dniowej imprezy (piąty raz z rzędu). Nasi działacze i trenerzy odebrali mnóstwo gratulacji m.in. od Anglików, Niemców czy akrobatów z USA. Białoruska federacja tuż po powrocie z Rzeszowa złożyła oficjalną skargę do światowej federacji gimnastycznej. Możliwe, że PZG zostanie ukarany. ©©

„Stalówka” już trenuje. Szansa dla młodych z akademii

Dominik Powęska
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC 2 LIGA. W poniedziałek po przerwie letniej do treningów wróciła Stal Stalowa Wola. Wśród trenujących była grupa graczy z klubowej Akademii.

„Stalówka”, która uniknęła degradacji będzie zapewne mocno przebudowana latem. Klub z Podkarpacia ogłosił odejście trzech piłkarzy. W nowym sezonie w zielono-czarnych barwach nie będą już grać Jakub Kendzia, który trafił do Warty Poznań, Maciej Jaroszewski (Termalica Bruk-Bet Nieciecza) oraz Damian Oko, z którym nie przedłużono kontraktu. W Stalowej Woli grać będzie z kolei na pewno Kamil Kort, który podpisał już umowę z ekipą z hutniczego miasta. Do swoich macierzystych klubów po okresie wy-



Zespół Stali Stalowa Wola wrócił się do treningów. W klubie rozglądają się za wzmocnieniami

pożyczeń wrócić muszą z kolei Jakub Niedbała, Jakub Stępak, Kacper Morawiec oraz Jakub Sobeczko.

Na razie pozostałe kwestie dotyczące ruchów w Stalowej Woli są owiane tajemnicą. Nowy trener Przemysław Ce-

cherz wraz z działaczami szuka wzmocnień. Klub ogłosił w międzyczasie, że z zespołem trenować będzie grupa graczy z klubowej Akademii. Na pierwszych zajęciach pojawili się Szymon Madej, Dawid Bielecki, Sebastian Śnios, Ka-

mil Opoka oraz Piotr Wójs. W wypożyczeń ze Stali Krasnik wrócili z kolei Oskar Bystreń oraz Antoni Łukawski. Testowanych było również kilku zawodników i jak poinformował klub, byli to gracze z regionu. Z piłkarzy, którzy reprezentowali Stal w poprzednim sezonie, można było zauważyć Łukasza Furtaka, Dawida Wolnego, Piotra Żemło, Mikołaja Smyłka czy Maksymiliana Hebła.

W najbliższą sobotę zostanie rozegrana gra wewnętrzna, w której sprawdzani będą zawodnicy, którzy mogą dołączyć do Stali. Pierwszy sparing zielono-czarni rozegrają 4 lipca z Wiślanami Skawina. Potem rywalami Stalówki będą jeszcze rezerwy Wisły Kraków, Avia Świdnik a także rezerwy łódzkiego Widzewa. Start rozgrywek ligowych przewidziany jest na koniec lipca. ©©

Stal Łańcut pożegnała dwóch graczy. Izolacja przedłuża umowy z trzema

Tomasz Paryś, Miczał Czajka
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA. Ze Stalą Łańcut w przerwie letniej rozstają się Elias Płocica oraz Michał Stopyra. To pierwsze zmiany kadrowe, które zwiastują nowy rozdział dla 4-ligowca z Łańcuta.

Stal żegna dwóch zawodników, którzy w ostatnich sezonach stanowili ważną część zespołu. Zarówno 24-letni Elias Płocica, jak i 19-letni Michał Stopyra regularnie pojawiali się w kadrze meczowej drużyny prowadzonej przez trenera Grzegorza Opalińskiego, a wcześniej Valerija Sokolenki i Krzysztofa Koraba. W poprzednim sezonie występowali w rozgrywkach 4. ligi podkarpackiej, okręgowego i wojewódzkiego Pucharu Polski, pomagając swojej drużynie w walce o jak najwyższe cele. Elias Płocica reprezentował

barwy Stali Łańcut przez ostatnie cztery sezony. W minionej kampanii 4. ligi strzelił trzy gole, na boisku spędził 1240 minut. Jego młodszy kolega związany był z łańcuckim klubem przez sześć lat, gdy jako trampkarz przychodził ze Sparty Leżajsk. Debiut w seniorach przypadł na sezon 2021/2022 w wygranym domowym meczu z Sokołem Kamień. W biało-niebieskich barwach w 4. lidze podkarpackiej strzelił łącznie 7 goli.

Tymczasem wicemistrz z Boguchwały ogłosił przedłużenie umów z trzema zawodnikami. W zespole z Boguchwały nadal grać będą: Lucjan Frydrych, Dominik Pikiel i Konrad Kowal. Cała trójka to wiodące postaci zespołu i gracze doskonale znani miejscowej publiczności. Dla Frydrycha i Pikiela będzie to piąty sezon w „Izolacji”, a Kowal zagra w tej drużynie szósty rok. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Sokół Sieniawa wrócił do 4. ligi po roku przerwy. Co planuje po awansie?

Grzegorz Kostka
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA. Po barażowych zwycięstwach piłkarze z Sieniawy w niedzielę świętowali powrót w szeregi 4-ligowców.

Rok temu po spadku do okręgówki w Sieniawie postanowiono zbudować drużynę, która miała grać w czołówce okręgówki, choć z szatni dochodziły głosy - „gramy o 4 ligę”. Runda jesienna najlepsza nie była. Sokół stracił pięć punktów do drugiego w tabeli Czuwaju Przemyśl i 6 do rezerw Pogoni Sokoła Lubaczów. W Sieniawie jednak nie stracili wiary, w zimie zrobili wartościowe transfery i w rundzie wiosennej grali jak z nut, gromadząc 39 na 45 możliwych punktów, wygrywając m.in. w Przemyślu z Czuwajem i w Przeworsku z Orłem. Ostatecznie zajęli drugie miejsce, a w barażach dwa razy wygrali po 2:0, zapewniając sobie powrót do najwyższej wojewódzkiej klasy rozgrywkowej. Tym samy Sokół, który nie tak dawno z powodzeniem walczył w trzeciej lidze, zrobił pierwszy krok w stronę odbudowania swojej pozycji na Podkarpaciu. Zawodnicy chwalą sobie super atmosferę jaka panuje w drużynie, o czym mówi Szymon Gerlach - Pokazaliśmy, że jesteśmy jednością na boisku i poza nim. Pokazaliśmy to w końcówce

meczu ze Strugiem, kiedy czerwona kartkę obejrzał Krystian Halejcio. Mamy świetną atmosferę w klubie i uważam, że decyzja o dołączeniu do Sokoła, to była bardzo dobra decyzja i jestem bardzo zadowolony, że tutaj mogłem spędzić ten sezon. Czy zostanę w klubie, czas pokaże, na pewno bardzo poważnie rozważę opcję pozostania w klubie, czuję się tutaj bardzo dobrze. Dodam jeszcze, że kibice są wspaniali i jestem dumny z kolegów z drużyny, działaczy, którzy stworzyli wspaniały klub.

Po finałowym meczu baraży w Sieniawie długo świętowali piłkarze, działacze i kibice. Wszyscy są jednak świadomi, że teraz wszystkich czeka ogrom pracy - Cieszymy się z tego awansu, ale za parę dni trzeba wracać do pracy. Działacze usiądą z nami i będziemy rozmawiać o kadrze i planie na czwartą ligę - dodaje kapitan Sokoła, Mateusz Padiasek, dla którego miniony sezon był rekordowy, jeśli chodzi o liczbę strzelonych bramek. Mateusz strzelił ich trzynaście, co na zawodnika grającego na pozycji obrońcy jest świetnym wynikiem. Najbliższe dni będą wypełnione ciężką pracą działaczy, których czeka nie lada wyzwanie jak spać nie za duży budżet do realiów 4 ligi i zbudować kadrę, która pozwoli na spokojne granie w lidze.

©



FOT. GRZEGORZ KOSTKA

Sokół Sieniawa (z piłką Sebastian Pawlak) nie zdołał wygrać swojej „okręgówki” ale pokazał klasę w barażach

ŻUŻEL | MŁODZIEŻ STALI MOŻE SKUPIĆ SIĘ NA JEŹDZIE

Tomasz Przybylski sponsorem adeptów stalowskiego żużla
Tomasz Przybylski został oficjalnym sponsorem Franciszka Majewskiego, Adriana Przybyły (na zdjęciu) i Patryka Surowca. Sponsoringiem objął również Szkółkę Młodzieżową ZKS Stali Rzeszów, wspierając rozwój młodych adeptów sportu żużlowego. Pomoc finansowa daje możliwość pełnego skupienia się na treningach, rozwoju sportowym oraz osiągnięciu jak najlepszych wyników na torze.



FOT. STAL RZESZÓW

PIŁKA NOŻNA | 2 LIGA Kolejna umowa w Resovii
18-letni pomocnik Gracjan Czapniewski to kolejny zawodnik, który zdecydował się na przedłużenie umowy z Resovią. Nowa umowa będzie obowiązywała do końca 2027 roku.

„Skibka” wraca w nowej roli. Wychowanek trenerem Stali

Michał Szewczyk
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA. Stal Mielec ma nowego trenera. Damian Skiba wraca do macierzystego klubu w nowej roli.

To dla niego pierwsza praca w roli głównego trenera.

Damian Skiba to człowiek doskonale znany sympatykom Stali Mielec. 37-latek był piłkarzem pierwszego zespołu, a następnie pełnił w nim różne role - występował i trenował drużynę rezerw oraz pracował jako asystent kolejnych szkoleniowców pierwszej drużyny w okresie od lipca 2019 do marca 2023 roku. Później dołączył do sztabu Adama Majewskiego w reprezentacji Polski U-21. W styczniu bieżącego roku został asystentem Janusza Niedźwiedzia w Miedzi Legnica. Teraz wraca do swojego macierzystego klubu i rozpoczyna pierwszą samodzielną pracę trenerską na poziomie Betclic 1. ligi. Damian Skiba posiada licencję UEFA Pro, którą uzyskał w 2022 roku.

- Objęcie funkcji pierwszego trenera Stali Mielec to dla mnie ogromny zaszczyt i jeden z najważniejszych momentów w mojej dotychczasowej karierze. Wracam do klubu, którego barwy reprezentowałem zarówno jako zawodnik, jak i trener przez blisko 25 lat. To miejsce jest dla mnie wyjątkowe nie tylko ze względu na spor-



FOT. DAMIAN SKIBA

Damian Skiba mając doświadczenie z pracy w klubie i w młodzieżowych reprezentacjach często dzielił się swoją wiedzą podczas konferencji dla trenerów

tową historię, ale także dlatego, że wracam do miasta, w którym się urodziłem i które zawsze pozostawało bliskie mojemu sercu - mówił Skiba chwilę po ogłoszeniu tej decyzji.

Przed wychowaniem Stali Mielec bardzo trudne zadanie zbudowania nowego zespołu, który będzie walczył o utrzymanie na zapleczu Ekstraklasy. Pierwszy trening odbędzie się w środę 24 czerwca. Na ten moment toczą się rozmowy

w sprawie pozostania zawodników oraz składu sztabu szkoleniowego.

- Od wielu godzin prowadzimy rozmowy z zawodnikami dotyczące kształtu kadry na nadchodzący sezon. Nie są to łatwe rozmowy, ale naszym celem jest zbudowanie zespołu ambitnego, gotowego do walki w każdym meczu. Chcemy stworzyć drużynę, z którą kibice będą mogli się utożsamiać, którą będą wspierać i z której będą dumni. Zmiany

nastąpią również w sztabie szkoleniowym. Trwają rozmowy, podobnie jak w przypadku zawodników, dlatego szczegóły będą znane w najbliższych dniach - przekazał nowy trener Stali Mielec.

Klub z Solskiego 1 nie podał jeszcze harmonogramu meczów kontrolnych. Wiadome jest, że Stal Mielec rozpocznie ligowe zmagania od wyjazdowego starcia z Unią Skierniewice w ostatni weekend lipca.

©

Królewska Dycha przyciągnęła setki biegaczy

Marcin Jastrzębski
sport@nowiny24.pl

BIEGI. Za nami trzecia edycja Królewskiej Dyszki. Biegowa impreza w Brzozie Królewskiej zmobilizowała do aktywności zarówno dorosłych jak i dzieci.

- To był piękny dzień pełen sportowych emocji, uśmiechów, wzajemnego wsparcia i wyjątkowej atmosfery nad zalewem w Brzozie Królewskiej. W tegorocznych zawodach udział wzięło 222 dorosłych zawodni-

ków oraz 120 dzieci, czyli łącznie aż 342 uczestników - podkreślał organizatorzy.

Uczestnicy biegi pokazali, że sport może łączyć ludzi, integrować całe rodziny i nieść realną pomoc. Tegoroczna edycja odbyła się pod hasłem „Pomaganie przez bieganie dla Antosia Króla”, chłopca chorego na DMD.

WYNIKI:
KRÓLEWSKA DYSZKA - 10 KM
Kobiety OPEN:

1. Kamila Kobos-Jajko - 49:47
2. Sabina Trzyna - 53:36
3. Sara Cichy-Wojtowicz - 53:40

Mężczyźni OPEN:

1. Michał Marciniak - 41:24,
2. Krzysztof Szczech - 41:50,
3. Paweł Bajek - 42:00

PODKARPACKA 5-TKA - 5 KM

Kobiety OPEN: 1. Paulina Milus - 28:16, 2. Wiesława Karbarz - 30:50, 3. Małgorzata Domaradzka - 30:53

Mężczyźni OPEN: 1. Krzysztof Klimasz - 21:55, 2. Piotr Błądek - 22:02, 3. Karol Kielbowicz - 22:56

PODKARPACKI MARSZ NORDIC WALKING - 5 KM

Kobiety OPEN: 1. Anna Woś - 37:46, 2. Anna Nycz - 40:42, 3. Sylwia Zięba - 41:45

©

©



FOT. DRUGI BRZEG FOTOGRAFIA

W biegu swoją kondycję sprawdzili również dzieci