Radni przyjęli budżet Rzeszowa na 2026 rok

STRONA 3

Zakaz palenia w kominku. Czy obowiązuje na Podkarpaciu i od czego zależy?

STRONA 5

Trzy osoby z zarzutami w sprawie nieprawidłowości w UMWP

STRONA 6

JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny

nowiny24.pl

Środa-czwartek 31.12.2025-1.01.2026 | Nr 251 (21 707) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) | www.nowiny24.pl | Nr ISSN 0137-9534 | Nr indeksu 3503 62

Lepszego roku

BT

9 770137 953036 01

eprasa.pl afa40de7f2

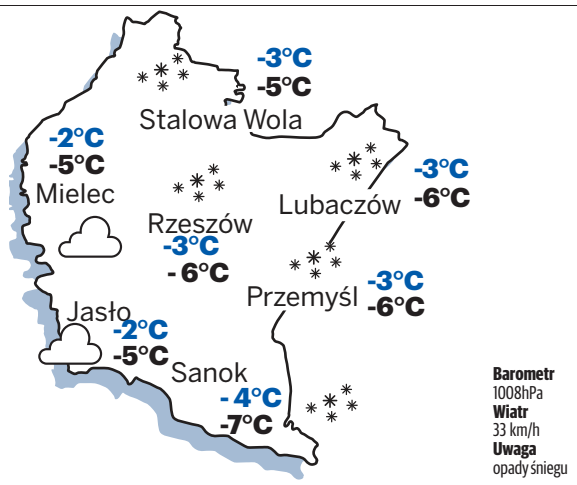
AUTOPROMOCJA 0110988944

W piątek w naszej gazecie **PULS**

- Specjalny dodatek: Świąteczne Gwiazdeczki
- Horoskop na 2026 rok
- Rozrywka, krzyżówki, sport
- Reportaże z Podkarpacia i Polski

Zamów **prenumeratę**
Nowiny 17 777 01 39
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

Pogoda w regionie



W Nowy Rok minus 2 w regionie

31 GRUDNIA 2025

Dziś 365. dzień roku

Sylwester - wigilia Nowego Roku
Samo święto pożegnania starego i powitania nowego roku narodziło się na przełomie XIX i XX wieku. Np. w Danii zeskakuje się z krzesła o północy, a w Hiszpanii wraz z każdym uderzeniem zegara zjada się jedno winogrono.

Imieniny dziś obchodzą:
Katarzyna, Mariusz, Melania, Paulina, Sebastian, Sylwester.

KALENDARIUM

1435
W Brześciu Kujawskim podpisano traktat pokojowy kończący polsko-krzyżacką wojnę nieszawską.

WIKIPEDIA

1961
Nowa Dęba otrzymała prawa miejskie. Początki miejscowości sięgają XVII wieku, kiedy istniała wieś o nazwie Dęba w Małopolsce.

1770
Wojska rosyjskie pod wodzą płka Iwana Drewicza zaatakowały Jasną Górę bronioną przez konfederatów barskich i Kazimierza Pułaskiego (nz.).

1942
Żołnierze Kedyw Okręgu Warszawskiego AK wysadzili w noc sylwestrową wiadukt kolejowy na Woli i tor w tunelu.

1989
Prezydent Wojciech Jaruzelski podpisał pakiet ustaw składających się na tzw. plan Balcerowicza ozn. przejście do tzw. gospodarki rynkowej

Radość w Bieszczadach z powodu nawrotu zimy

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

W Bieszczady i Beskid Niski wróciła zima. Czynne są wszystkie bieszczadzkie wyciągi. W Mucznem gotowa jest jedna trasa biegowa.

Niestety warunki do uprawiania turystyki w wyższych partiach Bieszczadów są mało sprzyjające. - Powyżej górnej linii lasu wieje silny wiatr ok. 70 - 80 km/godz. Widoczność jest ograniczona do 20 m, jest ok. 15 cm śniegu. Na dzisiaj i na jutro zapowiadane są silny wiatr i silne opady śniegu. Temperatura spadła do - 8, - 10 st. C. - mówił we wtorek przed południem Paweł Szopa, ratownik dyżurny Stacji Centralnej GOPR Grupa Bieszczadzka w Sanoku. - Przy tej sile wiatru i przy tym opadzie śniegu w każdej chwili może pojawić się zagrożenie lawinowe. Przy tak ograniczonej widoczności poruszanie się w terenie, na połoninach, gdzie w pewnym momencie turysta nie widzi, gdzie się znajduje, wymaga wielu bardzo dobrych umiejętności.

Na razie nie zapowiada się rychła poprawa pogody. Gdy nastąpi, GOPR zaleca, by przed każdym wyjściem w góry śledzić prognozy pogody na stronach GOPR lub meteorologicznych. Stacja Centralna GOPR Grupa Bieszczadzka podaje komunikaty meteorologiczne dwa razy dziennie.

Lepsze warunki do uprawiania turystyki pieszej panują w dolinach. Pokrywa śniegu wynosi tam 18 cm i jak mówi Paweł Szopa, jest go wciąż za mało do uprawiania narciarstwa biegowego.

Stowarzyszenie „Bieszczadzkie Trasy Narciarskie" przygotowuje trasy w Mucznem dla narciarzy biegaczy. Krzysztof Graboń ze stowarzyszenia mówi, że na razie jest gotowa jedna, licząca 6,5 km z Mucznego w stronę Tarnawy (tam i z powrotem). - Trasa jest przygotowana w 50 procentach. Torów nie mogliśmy jeszcze zrobić, bo jest za mało śniegu. Brakuje jeszcze 25 cm śniegu do wyciśnięcia torów. Trasa jest przeratrakowana i jest nałożony na nią tzw. sztruksik do biegania w stylu klasycznym i łyżwowym - wyjaśnia Krzysztof Graboń.

W Mucznem można wypożyczyć narty biegowe i śladowe. W Bieszczadach działają wszystkie wyciągi: Laworta z najdłuższym wyciągiem krzesełkowym i główną trasą (1250 m), Wańkowa (kolej linowa, najdłuższa trasa ma 1550 m) i Gromadzyń (najdłuższa trasa 1130 m). We wschodniej części Beskidu Niskiego czynny jest wyciąg KiczeraSki w Puławach (trasa główna 1000 m, skiturowa 4000 m). W Chyrowej pracuje ChyrowaSki z wyciągiem orczykowym. Trasa liczy 400 m. Jest też przygotowane miejsce dla dzieci do zjeżdżania na sankach i różnego rodzaju ślizgach. Na Magurze Małastowskiej na razie gotowa jest tylko strefa dla dzieci. W najbliższych dniach ma być uruchomiony duży stok z wyciągiem krzesełkowym. ©℗

Julia, Mikołaj, Justyna i Sonia – najmłodsi podkarpaccy literaci

Andrzej Pięs
a.pies@nowiny24.pl

Czworo uczniów podkarpackich szkół podstawowych znalazło się w 30-osobowej grupie laureatów ogólnopolskiego konkursu literackiego „Popisz się talentem".

Justyna Dołżycka, Komańcza, opowiadanie „Najlepszy dzień Karolinki"

Sonia Sarzyniak, Dąbrówka, opowiadanie „Przełamane lody"

FOT. MAT. PRASOWE

To była już 9. edycja konkursu organizowanego przez wydawnictwo Nowa Era dla młodych adeptów sztuki pisarskiej. Do rywalizacji stanęli autorzy 1700 prac literackich. Tematyka niełatwa, bolesna i jak najbardziej aktualna szczególnie wśród nastolatków: mowa nienawiści i hejt. I to zjawisko autorzy ujmowali w różne treści: nie tylko relacje w własnych lub cudzych doświadczeń, stosowano też formy bajki, utworów fantasy, monologi, mini-reportaże.

Lubi przelewać swe myśli na papier

Debiutanckie prace, zamieszczone w zbiorowym tomie „Echa dobra", to być może początek drogi do kariery literackiej. A może tylko chwilowa fascynacja magią słowa, próba zmierzenia się z materią niezbyt popularną wśród nastolatków. Celem konkursu jest odkrywanie dzieci, które przejawiają literacki talent i zainteresowania, które często „piszą do szuflady" i nie mają gdzie publikować swoich prac.

- Czy chciałabym w przyszłości zostać pisarką? – sama siebie pyta Sonia Sarzyniak z Dąbrówki, autorka nagrodzonego opowiadania „Przełamane lody". - Nie wiem, nie stawiałam sobie nigdy takiego pytania, ale przyznaję, że lubię przelewać na papier swoje myśli. Zawsze, gdy coś mnie złości lub martwi, próbuję szukać rozwiązania. Biorę notes i piszę lepsze zakończenie tego, co się już wydarzyło. Temat konkursu związany z hejtem zaintrygował mnie. Postanowiłam nakreślić scenę złego traktowania kolegi i wymyślić zakończenie dobre dla wszystkich – nie tylko dla tych, którzy byli dotąd prześladowani, ale i dla tych, którzy prześladowali.

30 najwyżej ocenionych tekstów trafiło do publikacji, dochód z jej sprzedaży zostanie przeznaczony na rzecz potrzebujących dzieci. Dochód ze sprzedaży ostatniej pokonkursowej książki pt. „Przygoda w Emotilandzie" wsparł Fundację Świętego Mikołaja.

Nie wierzy, że się udało

- To bardzo kreatywny konkurs, który rozwija młode osoby – ocenia Justyna Dołżycka z Komańczy, spod pióra której wyszło opowiadania „Najlepszy dzień Karolinki". - Samo pisanie opowiadania jest super, a szczególnie gdy taki projekt pozwala wydać je we własnej książce. Codziennie gdy wstaję rano i widzę tę książkę, to dalej nie wierzę, że mi się udało. Gratulowała mi duża część rodziny, nauczyciele i koleżanki.

We wszystkich 9. edycjach konkursu wzięło udział już 23687 uczniów z całego kraju. Jury przyznaje nagrody dla laureatów w dwóch grupach wiekowych: I - IV klasa oraz V - VIII klasa. W każdej z tych kategorii co roku zostaje wyłonionych 15 laureatów.

W czwórce docenionych i nagrodzonych w konkursie uczniów podkarpackich podstawówek znaleźli się jeszcze Julia Czerniec z Rymanowa-Zdrój, autorka opowiadania „Dzień z rurą od odkurzacza" oraz Mikołaj Budziński z Rzędzianowic, autor opowiadania „A.A.Z.S."
©℗

eprasa.pl afa40de7f2

Radni przyjęli budżet Rzeszowa na 2026 rok. Wyniesie on prawie 2,7 mld złotych

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Najpierw opłatek i życzenia, potem dyskusja i zarzucanie prezydentowi Konradowi Fijołkowi hejtu, aż w końcu głosowanie za uchwaleniem WPF-u i budżetu miasta na przyszły rok.

FOT. PAWEŁ DUBIEL

Radny Jacek Strojny i prezydent Rzeszowa Konrad Fijołek

Wtorkowa sesja rozpoczęła się modlitwą biskupa rzeszowskiego Jana Wątroby, po czym radni składali sobie opłatkowe życzenia, a radny Sławomir Gołąb przygrywał na ratuszowy fortepianie. Świąteczna atmosfera jednak wyparowała, gdy rozpoczęto obrady.

Na początku radny Mateusz Szpyrka (PiS) odczytał stanowisko Komisji Współpracy Lokalnej RM, krytykujące list prezydenta do organizacji pozarządowych, w którym Konrad Fijołek apelował, aby nie zaciągali żadnych zobowiązań, bo rada miasta podczas sesji budżetowej nie zaakceptowała Wieloletniej Prognozy Finansowej, a przez to nie podjęła dyskusji nad budżetem na 2026 rok. Wtedy też prezydent zapowiadał, że ręki pierwszy wyciągać nie będzie. Mimo to projekt uchwał WPF-u i budżetu z autopoprawkami pojawił się w harmonogramie ostatniej w 2025 roku sesji.

Zanim rozpoczęła się dyskusja nad WPF-em, radni zaczęli krytykować obecnego na sali prezydenta za grafiki (lub jak nazwał je radny Jacek Strojny „listy gończe"). Przypomnijmy, że Konrad Fijołek umieścił na platformie społecznościowej zdjęcia radnych, którzy nie zagłosowali „za" WPF-em z podpisem, jakim inwestycjom w mieście się sprzeciwiają. Choć nie wszystkim się dostało.

- Objęły radnych, którzy mają czelność mieć inne zdanie niż pan prezydent i czytają dokładanie uwagi Regionalnej Izby Obrachunkowej - wskazywał Jacek Strojny (Razem dla Rzeszowa).

- To są zachowania godne piaskownicy, a nie prezydenta dużego miasta wojewódzkiego - wtórował mu Jerzy Jęczmienionka z PiS.

Krystyna Wróblewska z PiS zwróciła uwagę, że prezydent „ma prawo do swoich emocji" (jej grafika nie pojawiła się w sieci). Przypomniała jednak, że radni są dorosłymi ludźmi i powinni szanować się nawzajem. Poradziła prezydentowi, aby działał w inny sposób podczas sytuacji kryzysowych.

Najwięcej pieniędzy zostanie wydanych na edukację -ponad 1,1 mld zł. Na inwestycje zarezerwowano ponad 400 mln zł.

Inne zdanie miał Waldemar Kotula (PiS), który powiedział, że prezydent stosował na Facebooku hejt. I tym grafikom prezydenta poświęcono więcej czasu niż poprawkom, które zostały wprowadzone do projektów uchwał.

Prezydent apelował, aby przyjąć jednak budżet, bo jeśli tak się nie stanie, nie będzie miał jak zapłacić wykonawcy za budowę PCLA. Jeśli tak się nie stanie, radni nie będą mogli zagłosować za emisją obligacji, z których to prezydent chciał zapłacić. - Trzeba będzie zatrzymać budowę - grzmiał.

Tak dla WPF-u i budżetu

WPF udało się uchwalić stosunkiem głosów 13 do 9. Dzięki temu, że na „tak" zagłosowali Andrzej Szlachta i Aleksander Szala z PiS. W przeciwieństwie do reszty ich klubu. Nadal na „nie" byli radni Razem dla Rzeszowa, z wyjątkiem Rafa Kuliga, który wstrzymał się od głosu.

I choć Jerzy Jęczmienionka apelował, aby nie powiększać i tak już dużego długu, jego koleżanka Krystyna Wróblewska mówiła, że Rzeszów potrzebuje jeszcze więcej inwestycji m.in. teatru muzycznego i lodowiska. Za WPF-em nie zagłosowała, ale na ratuszowym korytarzu zapewniała, że z jego przyjęcia się cieszy.

Na sesji pojawił się przewodniczącym Komisji Zakładowej NSZZ „Solidarność" Marian Salwik. Apelował o podwyżki dla urzędników.

Po zdecydowanie krótszej dyskusji i budżet został zaakceptowany. „Za" zagłosowało 17 radnych, „przeciw" 6. W tym na „tak", oprócz radnych Rozwoju Rzeszowa i KO, byli wszyscy czworo członkowie Razem dla Rzeszowa i dwóch radnych PiS Andrzej Szlachta i Aleksander Szala. Gdy okazało się, że radni przyjęli budżet, na sali zapadła cisza i dopiero po chwili rozległy się brawa.

Konrad Fijołek wyraźnie poczuł ulgę po wynikach głosowania. Postawę Andrzeja Szlachty (PiS), przewodniczącego Komisji Finansów RM, nazwał „wzorem odpowiedzialności za Rzeszów".

Co do grafik uderzających w radnych prezydent przyznał, że „nie jest to język, którego uwielbia używać". - Jeśli to był hejt, to ja jestem hejtowany od dawna. Jakoś nie słyszeliście państwo, żebym płakał, że jestem hejtowany. Po prostu uważam to za mniej lub bardziej zasadną krytykę. Moje informacje były po prostu faktem. Jeśli ktoś nie głosuje za WPF-em, to pośrednio jest przeciwko budżetowi - tłumaczył. - Byłem zmuszony, żeby mieszkańców zaalarmować. Natomiast nie zamierzam tego kontynuować i wycofam na pewno - przyznał.

Budżet Rzeszowa to 2,7 mld zł. Dług to 1,6 mld zł. Najwięcej pieniędzy zostanie wydanych na edukację - ponad 1,1 mld zł,. Na inwestycje zarezerwowane zostało ponad 400 mln zł. Wśród nich znalazły się m.in. dokończenie budowy Wisłokostrady, rozbudowy IX LO, III LO, SP 21, dokończenie budowy żłobka na os. Drabinianka i rozbudowy Zespołu Szkół Elektronicznych.

©℗

1,5 mln zł na przewozy kolejowe w powiecie sanockim

Wojciech Tatara
wojciech.tatara@polskapress.pl

Podczas ostatniej tegorocznej sesji Sejmiku Województwa Podkarpackiego radni jednogłośnie przyjęli uchwałę o udzieleniu pomocy finansowej powiatowi sanockiemu.

Przyznane 1,5 mln zł przeznaczone zostanie na organizację kolejowych przewozów pasażerskich na linii 107 z Sanoka do Łupkowa.

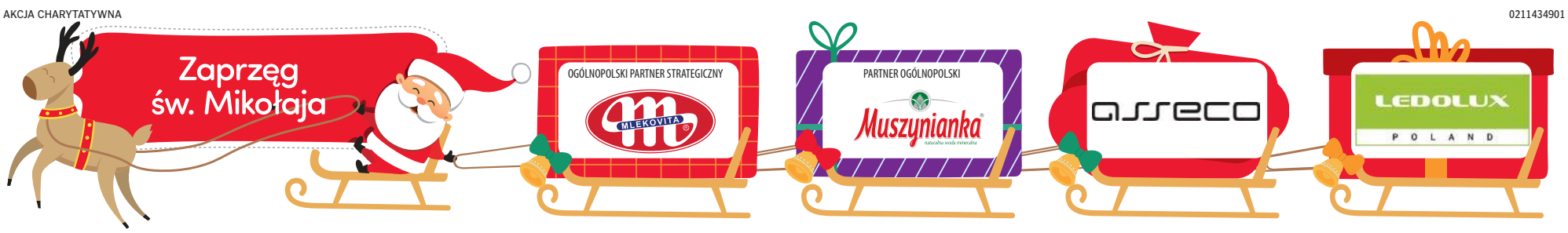
Według planów pociągi zaczęłyby kursować w połowie 2026 roku. Mają to być 3 kursy na dobę w obie strony na odcinku Sanok - Łupków, a organizatorem przewozów będzie powiat sanocki. Dzięki decyzji radnych sejmiku i władz województwa zabezpieczone w budżecie 1,5 mln zł pozwoli na zorganizowanie przetargu i zapewnienie systematycznych kursów kolejowych do końca 2026 roku.

- Decyzja sejmiku pozwoli na rozpoczęcie organizacji ruchu kolejowego w tamtym terenie i wyeliminowanie wykluczenia komunikacyjnego dla mieszkańców gmin Komańcza i Zagórz, którzy ze względu na remont linii 108 zostali pozbawieni połączenia z miastem powiatowym. Do tych gmin w niedzielę nie dociera żaden transport publiczny, więc tamtejsi mieszkańcy, którzy nie mają własnych samochodów, są praktycznie odcięci od świata. Połączenie kolejowe pozwoli rozwiązać ten poważny problem - mówi Jerzy Zuba, członek zarządu powiatu sanockiego

Nowa organizacja przewozów kolejowych konieczna jest ze względu na zamknięcie linii 108, która jest kompleksowo modernizowana za 1,2 mld zł. Mimo że odcinki Nowy Zagórz - Ustrzyki Dolne (L108) oraz Zagórz - Łupków (L107) pozostaną technicznie przejezdne, to ze względu na brak dostępu do zaplecza serwisowo - utrzymaniowego, operator POLREGIO S.A. wykluczyło prowadzenie ruchu pasażerskiego. Kolejnym problemem jest brak linii energetycznych na trasie i korzystanie z pojazdów hybrydowych, a w zasadzie spalinowych.

Radni za wsparciem finansowym dla powiatu sanockiego zagłosowali jednogłośnie. W ostatnim punkcie sesji, gdzie nastąpiły oświadczenia radnych, szef klubu KO Krzysztof Kłak zaczął wymachiwać kopertą, twierdząc, że dokument jest korespondencją z Prokuratury Krajowej i został otwarty przez służby podległe marszałkowi lub przewodniczącemu sejmiku. Przewodniczący Jerzy Borcz z PiS wyjaśnił, że zbada sprawę i zasugerował, żeby radny Kłak nie oskarżał nikogo bezpodstawnie. Do dyskusji włączył się radny Stanisław Kruczek, który doradził Krzysztofowi Kłakowi, aby ten - gdy już pisze donosy - podawał swój adres zamieszkania, a nie urząd marszałkowski i żeby donosił we własnym imieniu, a nie komisji rewizyjnej, ponieważ żadne stanowisko na posiedzeniu komisji nie zostało przyjęte. ©℗

AKCJA CHARYTATYWNA
0211434901



eprasa.pl afa40de7f2

0011457151

Panią

Grażynę Żarowską-Homik

Dyrektora Wydziału Księgowo-Rachunkowego
Urzędu Miasta Rzeszowa

proszę o przyjęcie wyrazów współczucia
na smutną okoliczność śmierci

Mamy

Dzieląc z Panią i Pani Rodziną ból i żal,
zapewniam o serdecznej pamięci i wsparciu.

Prezydent Miasta Rzeszowa
Konrad Fijołek

0011457155

Panią

Beatę Kanię

pracownika Wydziału Zarządzania Infrastrukturą
Urzędu Miasta Rzeszowa

proszę o przyjęcie wyrazów współczucia
na smutną okoliczność śmierci

Mamy

Dzieląc z Panią i Pani Rodziną ból i żal,
zapewniam o serdecznej pamięci i wsparciu.

Prezydent Miasta Rzeszowa
Konrad Fijołek

0011457320

Z głębokim smutkiem żegnamy
Naszego Drogiego Przyjaciela Doktora

Wacława Wulfa

wybitnego lekarza i szlachetnego człowieka.

Pamięć o Nim pozostanie w naszych umysłach
i sercach na zawsze.

Żonie, Córkom, Synowi i Wnukom

przekazujemy wyrazy współczucia i otuchy.

Grażyna i Tomek Filipowscy

REKLAMA 0011442389

0011457303

Panią

Renatę Wilk

Głównego Specjalistę
w Wydziale Księgowo-Rachunkowym
Urzędu Miasta Rzeszowa

proszę o przyjęcie wyrazów współczucia
z powodu śmierci

Ojca

W tym smutnym dla Pani i Pani Rodziny czasie
zapewniam o serdecznej pamięci i wsparciu.

Prezydent Miasta Rzeszowa
Konrad Fijołek

0011457304

Pragnę wyrazić ogromny żal i smutek po śmierci

Adolfa Gubernata

twórcy i dyrektora IV LO w Rzeszowie,
wybitną postać i „dobrego ducha" także „mojego" Liceum,
Radnego Miasta Rzeszowa II, III, IV i V kadencji,
człowieka zaangażowanego w rozwój kultury i edukacji,
ofiarnie działającego na rzecz Rzeszowa
i całego Podkarpacia.

Rodzinę i Przyjaciół Zmarłego

proszę o przyjęcie z głębi serca płynących
wyrazów współczucia i bólu.

Zapewniam o pamięci i wsparciu
w tych trudnych dla Państwa chwilach.

Prezydent Miasta Rzeszowa
Konrad Fijołek

0011457222

Panu Robertowi Kot
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają
Zarząd oraz koleżanki i koledzy
ze Spółdzielni Mieszkaniowej „Nowe Miasto" w Rzeszowie

0011457122

Państwu Renacie i Dariuszowi Nawojskim
wyrazy szczerego i głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Ojca i Teścia

składają *Rada Nadzorcza, Zarząd i Pracownicy*
Express Banku Spółdzielczego w Rzeszowie

0011457266

Wyrazy szczerego i głębokiego współczucia
oraz słowa otuchy z powodu śmierci

ŚP **Brata**

dla Pana Wiesława Ptaszka
składają
pracownicy firmy HANDLOPEX S.A.

Wjechał w budynek i potrącił dwie osoby

Marcin Trzyna
m.trzyna@nowiny24.pl

Policjanci wyjaśniają dokładne okoliczności wypadku, do którego doszło we wtorek na ulicy Warszawskiej w Rzeszowie.

Zgłoszenie o zdarzeniu wpłynęło do rzeszowskiej komendy po godzinie 10. Na miejsce skierowano patrol ruchu drogowego oraz służby ratunkowe.

Jak wstępnie ustalili funkcjonariusze, 51-letni kierowca suzuki, mieszkaniec Rzeszowa, jadąc ulicą Warszawską w kierunku Zaczernia, z nieustalonych przyczyn zjechał z drogi i uderzył w elewację budynku. Następnie, jadąc chodnikiem, potrącił 34-letnią kobietę i 13-letnią dziewczynkę, po czym ponownie uderzył w inny budynek.

W wyniku wypadku obie poszkodowane doznały obrażeń i zostały przetransportowane do szpitala. Policjanci ustalili, że kierowca był trzeźwy.

FOT. KMP RZESZÓW

Kierowca suzuki był trzeźwy

0011456757

Wyrazy głębokiego współczucia i żalu dla

Rodziny i Najbliższych

z powodu śmierci

wieloletniego dyrektora
MPGK - Rzeszów Sp. z o.o.

Zdzisława Krawczyka

składają

Zarząd, Rada Nadzorcza i Pracownicy
MPGK – Rzeszów Sp. z o.o.

0011457132

Panu Adrianowi Pietruszewskiemu
wyrazy szczerego współczucia i słowa wsparcia
w tych trudnych chwilach z powodu śmierci

Taty

składają
Zarząd i pracownicy ICN Polfa Rzeszów SA

0011457198

Koledze Stanisławowi Rożkowi
i jego Rodzinie

wyrazy głębokiego współczucia i żalu z powodu śmierci

Mamy

składają *Zarząd, koleżanki i koledzy z MPGK – Rzeszów Sp. z o.o.*

0011456670

Pani Renacie Wilk
i Panu Wojciechowi Wilkowi
wyrazy głębokiego współczucia i słowa otuchy
z powodu śmierci

Ojca i Teścia

składają *Pracownicy Zespołu Szkół Sportowych w Rzeszowie*

eprasa.pl afa40de7f2

Palenie w kominku na Podkarpaciu: obowiązuje zakaz czy tylko określone ograniczenia?

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

W większości polskich miast korzystanie z kominków bywa zakazane jedynie podczas dni smogowych. Jakie przepisy w tej sprawie obowiązują na Podkarpaciu?

- Należy zacząć od tego, że nasza uchwała antysmogowa oraz programy ochrony powietrza obowiązujące na terenie województwa podkarpackiego nie zakazują i nigdy nie zakazywały palenia w kominku o żadnej porze roku. Istotne jest to, aby kominki spełniały wymogi ekoprojektu czyli rozporządzenia Komisji Europejskiej. Jeżeli ich nie spełniają, to należy je zlikwidować albo zmodernizować, czyli wyposażyć w urządzenia zapewniające redukcję emisji pyłów, np. w elektrofiltry - wyjaśnia Andrzej Kulig, dyrektor Departamentu Ochrony Środowiska w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Podkarpackiego.

I dodaje, że na Podkarpaciu oprócz uchwały antysmogowej obowiązują również programy ochrony powietrza. - Ich ważnym elementem jest tzw. plan działań krótkoterminowych - wyjaśnia Andrzej Kulig. - Ten plan mówi, jak należy się zachować w tzw. dni smogowe, to znaczy wówczas, gdy zanieczyszczenia przekraczają dopuszczalne normy. I w takie właśnie dni, wśród wielu zaleceń jest także to, aby nie palić w kominkach lub w piecach. Chyba, że jest to jedyne źródło ogrzewania w domu.

FOT. PIXABAY.COM/ZDJĘCIE ILUSTRACYJNE

W dniach ogłoszenia alarmu smogowego zaleca się powstrzymanie od korzystania z kominków, chyba że stanowią one jedyne źródło ogrzewania budynku

Mieszkańców Podkarpacia, którzy pytają o sytuację domów ogrzewanych wyłącznie kominkami, warto uspokoić – w takich przypadkach korzystanie z kominka jest w pełni dozwolone, tak aby nikt nie musiał pozostawać bez ciepła w domu.

- Zaleca się również stosowanie paliw stałych lepszej jakości. Zachęcamy do tego nie tylko w smogowe dni, ale stale - dopowiada Andrzej Kulig.

Przypominamy, że monitoring jakości powietrza prowadzi GIOŚ - Regionalny Wydział Monitoringu Środowiska w Rzeszowie, który ogłasza podwyższone poziomy zanieczyszczenia powietrza, w tym najwyższy: poziom alarmowy.

Dyrektor Departamentu Ochrony Środowiska w UMWP zaznacza, że e-kominki oraz biokominki nie są przedmiotem regulacji w uchwale antysmogowej przyjętej przez Sejmik Województwa Podkarpackiego w 2018 roku. - Tym samym nie ma żadnych ograniczeń w ich stosowaniu i mogą stanowić alternatywę dla tradycyjnego kominka - tłumaczy Andrzej Kulig.

Monitoring jakości powietrza prowadzi GIOŚ - Regionalny Wydział Monitoringu Środowiska w Rzeszowie.

Które kotły można używać po 2025 roku

Andrzej Kulik zwraca również uwagę, że uchwała antysmogowa reguluje kwestie dotyczące kotłów. - Zgodnie z jej zapisami do końca 2025 roku należy wymienić bezklasowy kocioł na węgiel lub drewno. Oznacza to, że od stycznia przyszłego roku użytkowane mogą być już tylko kotły minimum 3. klasy - podkreśla Andrzej Kulig.

Uchwała przewiduje również dalsze zasady dotyczące starszych kotłów. Kotły klasy trzeciej i czwartej będzie można użytkować do końca 2027 roku, natomiast kotły klasy piątej, zainstalowane przed 1 stycznia 2020 roku, mogą być używane bezterminowo.

©℗

Rolnicy ostrzegają - umowa z Mercosur zniszczy rolnictwo

Andrzej Pięs
a.pies@nowiny24.pl

„Od myszy po cesarza każdy żyje z gospodarza", „Polski rolnik, polskie pole, polski chleb na polski stole" – takie hasła przyświecały protestowi rolników przed urzędem wojewódzkim w Rzeszowie.

Pikietę poprzedziła konferencja Tomasza Buczka, europosła Konfederacji – Ruchu Narodowego. Skrytykował rząd i jego działania w sprawie Mercosur, nie szczędził krytyki PSL-owi i nawoływał rolników do zbiorowych protestów.

- Umowa z krajami Mercosur będzie uderzała w polskie rolnictwo i w polskie bezpieczeństwo żywnościowe, ponieważ te produkty będą produkowane poza normami unijnymi, przy użyciu pestycydów, niedopuszczonych do użytku na terenie UE - ostrzegał Buczek. - To zachwieje zdrową konkurencją, tam przy niskich kosztach wytwarzania będzie żywność niezdrowa, niebezpieczna, która będzie uderzała w naszych rolników i konsumentów. Liczymy, że te protesty dopiero się rozleją i do 9 stycznia przybiorą na znaczeniu.

Apelował do rolników, by ruszyli z protestami do Warszawy i do biur poselskich. Od członków PSL oczekuje, by zerwali koalicję rządzącą, jeśli rząd nie sprzeciwi się radykalnie wobec ratyfikacji umowy UE - Mercosur.

Argumenty europosła pół godziny później znacznie wzbogaciła grupa około 30 rolników i przedstawicieli organizacji Podkarpacka Oszukana Wieś.

- Pikietujemy pod urzędem wojewódzkim, który jest przedłużeniem centralnej władzy, a nie na drogach, nie na ulicach, by nie utrudniać życia użytkownikom dróg - uzasadniał protest Roman Kondrów, lider POW. - Źle się dzieje w polskim rolnictwie. Jeśli nie będziemy protestować, to zniszczą nas tak jak górników i hutników. Rząd, w którym jest PSL, powinien stać murem za rolnikiem, a oni chcą budować metra. Dziś manifestujemy pokojowo, jeśli nikt nas nie wysłucha, to będziemy zmuszeni do blokowania dróg.

Sytuację rolników opisał Zbigniew, hodowca bydła mlecznego z Cmolasu. - Walczymy, żeby to była żywność zdrowa, nasza. Żeby konsument miał żywność pewnej jakości, a nie przewożoną z kraju niewiadomego pochodzenia, nie wiadomo czym pryskaną, jak uprawianą. Ile w niej jest pestycydów i środków chemicznych. A my już mamy tyle ograniczeń, że niedługo to będziemy pryskać nasze uprawy wodą święconą i prosić Pana Boga, żeby chwasty nie rosły. Możemy się obudzimy się w takich realiach, że będziemy mieć nie polską wołowinę, nie polską wieprzowinę, nie polskie mleko i masło. A na opakowaniu będzie zafałszowane, że to produkt polski i nikt tego nie będzie weryfikował - dodał.

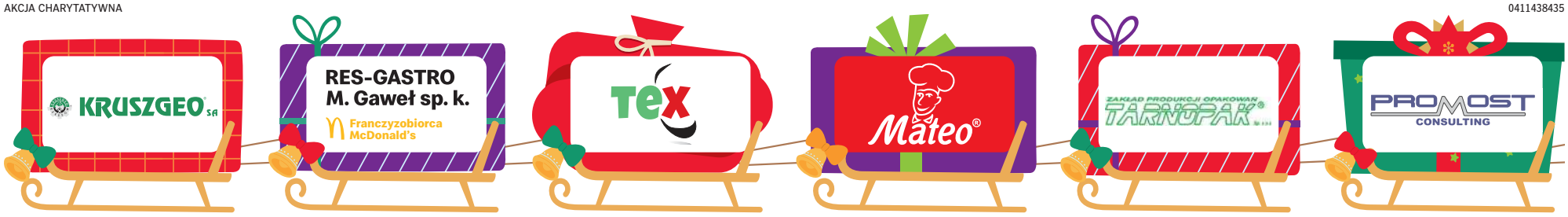
FOT. PAWEŁ DUBIEL

- Jeśli nie będziemy protestować, to zniszczą nas tak jak górników i hutników - mówili rolnicy w Rzeszowie

Do rządzących apelował, „by się zastanawiali, co podpisują w tych wszystkich umowach", czym nawiązał do umowy z Mercosur. „Bo jak mówią o bezpieczeństwie, to chcą kupić czołg, samolot, pociski, tylko że żołnierz głodny na front nie pójdzie" – zobrazował swoje rozumienie bezpieczeństwa żywnościowego.

Z podobnymi obawami o umowie z Ameryką Południową wypowiadali się pan Andrzej, uprawiający buraki cukrowe i Ewelina Szczutko, hodowczyni bydła mlecznego. Pierwszy ostrzegał przed zalewem rynku południowoamerykańskimi produktami GMO, pani Ewelina wyraziła żal, że społeczeństwo odbiera obecnie rolników jako najbardziej roszczeniową grupę zawodową w kraju i „jest do nas wrogo nastawione". ©℗

AKCJA CHARYTATYWNA 0411438435



eprasa.pl afa40de7f2

Trzy osoby z zarzutami w sprawie nieprawidłowości w urzędzie marszałkowskim

PAP, baj
wydawcy@nowiny24.pl

Prokuratura prowadzi śledztwo w sprawie niedopełnienia obowiązków przy projekcie sieci szerokopasmowej oraz wyrządzenia urzędowi szkody majątkowej wielkich rozmiarów.

FOT. ARCHIWUM

Trzy osoby, w tym jeden pracownik urzędu, usłyszały zarzuty

Rzecznik Prokuratury Regionalnej w Rzeszowie prok. Dorota Sokołowska-Mach poinformowała, że śledztwo dotyczy niedopełnienia obowiązków w okresie od 2013 do 2015 r. w Rzeszowie przez pracowników Urzędu Marszałkowskiego Województwa Podkarpackiego odpowiedzialnych za przygotowanie i realizację projektu Sieć Szerokopasmowa Polski Wschodniej - Województwo Podkarpackie oraz przez przedstawicieli inżyniera kontraktu. Śledztwo obejmuje także wyrządzenie podkarpackiemu urzędowi marszałkowskiemu szkody majątkowej w wielkich rozmiarach.

Trzy osoby usłyszały w tej sprawie zarzuty. Wśród podejrzanych jest Sławomir C. z urzędu marszałkowskiego, który pełnił funkcję koordynatora zespołu zadaniowego powołanego przez marszałka województwa mającego uczestniczyć w czynnościach związanych z procesem realizacji projektu. Dwaj pozostali podejrzani to przedstawiciele inżyniera kontraktu: Jacek L., pełniący funkcję kierownika projektu, i Przemysław M., specjalista ds. urządzeń telekomunikacyjnych.

Jak wyjaśnia prokurator, w ramach projektu na terenie województwa miała zostać zaprojektowana i wybudowana w formie partnerstwa publiczno-prywatnego sieć szerokopasmowa wraz z urządzeniami aktywnymi i infrastrukturą towarzyszącą. - Całkowita wartość projektu wyniosła ponad 322 mln zł, z czego ponad 222 mln zł zostało sfinansowane ze środków unijnych, ponad 26 mln zł z budżetowej dotacji celowej, a prawie 73 mln zł stanowił wkład własny województwa podkarpackiego. Termin zakończenia projektu upływał 31 grudnia 2015 r. - przekazała prok. Sokołowska-Mach.

Tymczasem, jak wynika ze zgromadzonych w śledztwie dowodów, do 31 grudnia 2015 r. nie uzyskano wszystkich wymaganych zezwoleń uprawniających do korzystania z nieruchomości oraz wybudowanej sieci, nie przeprowadzono wszystkich wymaganych badań kontrolno-odbiorczych odcinków sieci, a na niektórych odcinkach roboty budowlane wykonywano jeszcze w grudniu 2015 r.

Nie wykonano również do końca 2015 r. testów sieci koniecznych do stwierdzenia, czy dostarczone urządzenia są zgodne z zamówieniem oraz czy cała sieć została poprawnie skonfigurowana. W efekcie w konstrukcji sieci zostały wykorzystane routery, których parametry nie odpowiadały wymaganiom określonym przy udzielaniu zamówienia publicznego. - Mimo tego podejrzani dokonali odbioru sieci bez zastrzeżeń, poświadczając nieprawdę w protokole odbioru końcowego, że zlecone roboty zostały wykonane do 30 września 2015 r. - przekazała prokurator.

Dodała, że poświadczyli w protokole, że działanie wszelkich urządzeń i instalacji zostało skontrolowane i sprawdzone. - Ostatecznie ustalili, że przedmiot zamówienia został wykonany zgodnie z wymaganiami, a tym samym jest kompletny, zgodny z umową i gotowy do użytkowania, a w tym, że roboty zostały wykonane zgodnie z projektem oraz że inwestycja nie ma żadnych wad i usterek - wymieniła.

Zaznaczyła, że Sławomir C. przedłożył następnie ten poświadczający nieprawdę protokół odbioru końcowego w Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości jako załącznik do wniosku o końcową płatność dofinansowania projektu ze środków publicznych, w tym unijnych. - W związku z dokonaniem odbioru końcowego sieci bez zastrzeżeń partnerowi prywatnemu, czyli wykonawcy sieci, wypłacono umówione wynagrodzenie w całości, wyrządzając w ten sposób urzędowi marszałkowskiemu szkodę majątkową w wielkich rozmiarach, w łącznej kwocie co najmniej prawie 11 mln 181 tys. zł - przekazała prokurator.

Poinformowała, że szkoda ta wynika z obniżenia wartości sieci spowodowanego wykorzystaniem w niej urządzeń nieodpowiadających wymaganiom określonym przy udzielaniu zamówienia publicznego. - Łącznie wszystkim podejrzanym przedstawiono zarzuty związane m.in. z wyrządzeniem szkody w obrocie gospodarczym wielkich rozmiarów, nadużyciem uprawnień przez funkcjonariusza publicznego, poświadczeniem nieprawdy w dokumencie co do okoliczności mającej znaczenie prawne i wyłudzeniem dotacji po przedłożeniu poświadczających nieprawdę dokumentów - wymieniła rzeczniczka prokuratury.

Za zarzucane podejrzanym czyny grozi do 10 lat pozbawienia wolności. Podejrzani mają dozór policji i zakaz kontaktowania się. Śledztwo jest w końcowej fazie, a jego zakończenie najprawdopodobniej będzie możliwe w pierwszym kwartale 2026 r.

(API/PAP)

Basen we Fredropolu ma być otwarty 1 lutego

Norbert Ziętal
n.zietal@nowiny24.pl

W obiekcie są basen pływacki, wodny plac zabaw dla dzieci, strefa relaksu dla dorosłych z natryskami i gejzerami. Do tego różnego rodzaju sauny, ścieżka Kneippa i trzy zjeżdżalnie.

- Całość inwestycji kosztowała 30 mln złotych. Z tego 10 mln zł pochodziło z Ministerstwa Sportu, 11 mln zł z rządowego programu Polski Ład, 9 mln złotych to nasze środki własne gminy, który wygospodarowaliśmy w poprzednich latach jako nadwyżki budżetowe. Inwestycja jest już praktycznie zapłacona. Ostatnia transza, 5 mln złotych, zostanie uregulowana z Polskiego Ładu - mówi Mariusz Śnieżek, wójt gminy Fredropol.

Kryty basen powstał w centrum Fredropola, przy głównej drodze z Przemyśla do Kalwarii Pacławskiej i Arłamowa.

- Na budowę pływalni nie wzięliśmy ani złotówki kredytu - podkreśla wójt Śnieżek.

Pod względem finansowym gmina Fredropol jest ewenementem na skalą ogólnopolską. Pomimo wielu realizowanych inwestycji praktycznie nie ma długów. W kończącym się 2025 roku znowu wypracowała nadwyżkę finansową w wysokości 3 mln złotych. - Mamy niewielkie długi, które bez problemu spłacilibyśmy tylko z tej jednej nadwyżki. Jednak uregulujemy je zgodnie z harmonogramem, a nadwyżkę przeznaczymy na inwestycje - mówi wójt.

W budynku znajduje się basen pływacki o długości 16,66 m, szerokości 8 m. Ma cztery tory pływackie. Jest ruchome dno, które pozwala regulować głębokość wody od 0 do 180 cm, co 1 cm. Obok znajduje się strefa dla najmłodszych, wodny plac zabaw z różnymi urządzeniami i głębokością wody 20 cm. Nieco dalej strefa wypoczynkowa dla dorosłych z natryskami, biczami, gejzery o powierzchni ok. 80 metrów kwadratowych. Z tyłu - dwa jacuzzi ośmioosobowe.

Są dwie zjeżdżalnie wewnętrzne: kamikadze i rodzinna oraz jedna zewnętrzna o długości ok. 70 metrów, z wejściem od wewnątrz z poziomu dachu budynku.

FOT. NORBERT ZIĘTAL

- Na budowę basenu nie wzięliśmy ani złotówki kredytu - podkreśla wójt Fredropola Mariusz Śnieżek

W strefie niezależnej od basenu jest strefa saunowa z obiektami na podczerwień, sucha, mokra, lodowa. Ponadto nowoczesne natryski z możliwością regulacji strumienia (deszcz arktyczny, deszcz tropikalny, bryza). Ciekawostką jest ścieżka Kneippa, która umożliwia naprzemienne wchodzenie do zimnej i ciepłej wody, co poprawia krążenie krwi i hartuje organizm.

Budowa obiektu już się skończyła, odbyły się odbiory techniczne sanepidu i straży pożarnej. Otwarcie zostało zaplanowane na 1 lutego. - Korzystać z basenu i innych stref będą mogli mieszkańcy i każdy chętny turysta. Myślimy już oczywiście o kuracjuszach, którzy będą przyjeżdżać do naszego uzdrowiska. Planujemy też lekcje nauki pływania dla dzieci - dodaje wójt Śnieżek.

Budynek uzdrowiska, szkoła, będzie połączony bezpośrednio z basenem. A nowy budynek szkolny jest w trakcie budowy.

- Ten basen już teraz jest mercedesem wśród basenów. Całość będzie dużym mercedesem, z częścią uzdrowiskową, zabiegową, hotelową, gastronomiczną. To będzie ślicznie, kieszonkowe uzdrowisko w pięknym miejscu Podkarpacia. Ten obiekt wyróżnia się tym, że na małej powierzchni mamy wiele funkcji, dla każdej grupy docelowej - mówi Wiesław Smolec, projektant basenów, m.in. tego we Fredropolu.

Wykonawcą basenu jest Texom z Krakowa.

©℗

AKCJA CHARYTATYWNA 0711440299

eprasa.pl afa40de7f2

Modele nieistniejących cerkwi staną w pobliżu świątyni prawosławnej w Komańczy

Dorota Mękarska
d.mekarska@nowiny24.pl

W Komańczy powstanie park historycznych modeli nieistniejących cerkwi. Będzie to wyzwanie nie tylko realizacyjne, ale i detektywistyczne, bo ślady po kilku z nich całkowicie zaginęły.

W parku znajdą się modele cerkwi z Balnicy, Czystogarbu, Dołżycy, Duszatyna, Jawornika, Maniowa, Mikowa, Osławicy, Prełuk, Szczerbanówki, Wisłoka Wielkiego, Woli Michowej, Zubeńska oraz dworu z Komańczy.

- Będziemy mieć do czynienia z konstrukcjami, które są stosowane w budownictwie pełnowymiarowym - mówi dr inż. arch. Marek Gransicki z Krosna, który współpracuje z gminą przy tym projekcie.

Duch czasu zawarty w modelach

- Gmina Komańcza jest niejako stolicą Beskidu Niskiego pod względem architektury drewnianej. Posiadamy bardzo dużo czynnych cerkwi greckokatolickich i prawosławnych, a niektóre z dawnych cerkwi funkcjonują obecnie jako filie kościoła rzymskokatolickiego. Pragniemy więc, by te świątynie zostały uzupełnione przez makiety nieistniejących cerkwi - mówi Roman Bzdyk, wójt gminy Komańcza.

FOT. ARCH. MAREK GRANSICKI

Obiekty nie będą typowymi miniaturami, bo przewiduje się, że powstaną w skali 1 do 10, czyli będą tylko 10 razy pomniejszone w stosunku do oryginałów. Nz: cerkiew w Osławicy

Jak podkreśla architekt z Krosna jest to pierwsza tego typu inicjatywa, gdyż modele historycznych obiektów w takiej skali nie występują na naszym terenie. Wyzwaniem jest też ich odtworzenie.

- Mamy do czynienia z obiektami, które zachowały się na zdjęciach, ale ślad po nich fizycznie zaginął - zaznacza Gransicki. - Chcemy te obiekty przywrócić do życia w formie zmniejszonej, ale nie tracąc nic na sztuce budowlanej, którą kiedyś szczyciliśmy się na Podkarpaciu i nie tylko. Chodzi o to, by wielkość skali modelowej była tak duża, by można było również odwzorować np. filigranowe detale, których dzisiaj bardzo brakuje w architekturze jako takiej, a stanowiących kiedyś o genius loci, czyli o duchu miejsca.

Szacunkowy koszt projektu jest wyceniony na około 1 mln zł. Wójt Bzdyk liczy, że w ramach KPO samorządowi uda się pozyskać dofinansowanie na realizację projektów z dziedziny kultury i zagospodarowania przestrzeni publicznej.

Park powstanie na działkach, które zostały kupione przez gminę od prywatnych właścicieli. Jest to nieruchomość o powierzchni 70 arów. Znajduje się przy cerkwi prawosławnej w Komańczy.

Ślady po czterech obiektach zaginęły

Realizacja parku połączona będzie z poszukiwaniami śladów przeszłości, bo w przypadku niektórych obiektów nie jest znana nawet ich dokładna lokalizacja. Gmina dysponuje zdjęciami, opisami i rysunkami ośmiu obiektów, natomiast w stosunku do czterech nie ma żadnej informacji. To nie oznacza, że sprawa jest przegrana.

- Tu włącza się cała zgromadzona wiedza. Mając zdjęcie, mapy, które pokazują wielkość obiektu, możemy dopasować do tego obiektu detale, które będą związane niejako systemowo z taką, a nie inną grupą ciesielską - tłumaczy Marek Gransicki. - W przypadku, gdy mówimy o cerkwiach i obiektach budowanych dla kościoła greckokatolickiego, to tak naprawdę mówimy o dzisiejszych projektach powtarzalnych. Mamy więc do czynienia z kopiami, które wykonywano w kilku egzemplarzach. Te cerkwie miały tak zwane obiekty siostrzane. Na podstawie takich przykładowych rozwiązań można z dużą dozą śmiałości twierdzić, że rekonstrukcja jest możliwa do wykonania i to w takim stylu i duchu, który będzie wiernie oddawał rzeczywistość. Oczywiście nie stuprocentowo, ale w bardzo dużej skali.

Gmina zwróciła się do mieszkańców o przekazywanie zdjęć, opisów i wspomnień na temat obiektów. Wszelkie informacje i materiały można przekazywać do gminy Komańcza lub na adres: urzad@komancza.pl ©℗

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

0011455588

Dzieci z bieszczadzkiej wsi odkrywają w sobie Małego Księcia

Choć warsztaty plastyczne i teatralne finansowane z programu „Kulturalny ORLEN" w Bezmiechowej Dolnej rozpoczęły się dopiero w listopadzie, już dziś przynoszą widoczne efekty. Uczestniczące w nich dzieci z zaskoczeniem odkrywają własne talenty, a dla wielu z nich jest to pierwsze spotkanie z magią sceny, sztuką i twórczą ekspresją.

– Oferta Powiatowej i Miejskiej Biblioteki Publicznej w Lesku obejmuje przede wszystkim wypożyczanie książek, prowadzenie Regionalnej Izby Pamięci oraz zajęcia edukacyjno-czytelnicze dla najmłodszych – wyjaśnia dyrektorka placówki Maria Petka-Fundanicz. – *Dzięki programowi „Kulturalny ORLEN" mogliśmy jednak zaproponować coś nowego: warsztaty plastyczne i teatralne skierowane do dzieci z terenów wiejskich.*

W ramach przedsięwzięcia zaplanowano m.in. wyjazd do Teatru Maska w Rzeszowie na spektakl „Dziewczynka z zapałkami", udział w lekcji teatralnej „Od kogo wiele zależy" oraz spotkanie z cenionym aktorem Arturem Barcisiem.

Indywidualność i praca zespołowa

Projekt realizowany jest pod hasłem „Odkryj w sobie Małego Księcia". Bierze w nim udział 20 dzieci z Manasterca i Bezmiechowej, podzielonych na grupę plastyczną oraz teatralną. Do udziału zaproszono również dzieci z niepełnosprawnościami – filia biblioteczna jest w pełni dostosowana do ich potrzeb. Zajęcia prowadzą doświadczone instruktorki: artystka plastyczka z ponad czterdziestoletnim stażem, aktorka teatru amatorskiego oraz bibliotekarka mająca wieloletnią praktykę w pracy z dziećmi.

Warsztaty potrwają osiem miesięcy i zakończą się premierą spektaklu opartego na książce „Mały Książę". Uczestnicy grupy plastycznej przygotowują kostiumy i scenografię, natomiast młodzi aktorzy pracują nad rolami. Ostatecznie wszystkie dzieci pojawią się na scenie.

– Podczas zajęć panuje życzliwa, bezpieczna atmosfera – podkreśla instruktorka Beata Nosek. – *Dzieci uczą się wzajemnego wsparcia, przełamują nieśmiałość i tremę. Choć nie brakuje wyzwań, staramy się podchodzić do każdego uczestnika indywidualnie, jednocześnie budując zgrany zespół.*

Każdy może być Małym Księciem

Autorką scenariusza spektaklu jest Justyna Kucaba, prowadząca także warsztaty teatralne. – *„Mały Książę" od zawsze był mi szczególnie bliski* – przyznaje. – *To opowieść o wartościach n iewidocznych dla oczu: miłości, przyjaźni i odpowiedzialności. Chciałabym, aby zarówno dzieci, jak i widzowie, choć na chwilę odnaleźli w sobie Małego Księcia i spojrzeli na świat sercem.*

Zajęcia teatralne są dla dzieci zupełnie nowym doświadczeniem. Oprócz pracy nad dykcją, ruchem scenicznym i interpretacją tekstu, uczą one współpracy i budowania relacji. – *Dzieci przekonują się, że najważniejsze efekty osiąga się dzięki działaniu zespołowemu* – zauważa instruktorka.

Twórczość, która rozwija

Warsztaty plastyczne prowadzi Jolanta Kordyaczny, artystka znana w regionie z działalności edukacyjnej. – *Każde dziecko ma naturalną potrzebę tworzenia* – podkreśla. – *Zajęcia plastyczne rozwijają nie tylko zdolności manualne, ale też wyobraźnię, wrażliwość i ciekawość świata. Nie każde dziecko zostanie artystą, ale doświadczenie twórcze pozostaje z nim na całe życie.*

Uczestnicy poznają różnorodne techniki, które wykorzystają przy projektowaniu scenografii i kostiumów. – *Motywem przewodnim będą róże, ale chcemy połączyć wizję autora z pomysłami dzieci* – zapowiada instruktorka.

Dumni rodzice i rosnąca pewność siebie

Rodzice z entuzjazmem obserwują postępy swoich pociech. – *To fantastyczny projekt* – mówi Joanna Latusek, mama jednego z uczestników. – *Dzieci zdobywają nowe umiejętności, integrują się, a przy tym mają ciekawie zorganizowany czas. Widzę, jak mój syn stał się pewniejszy siebie i chętniej angażuje się w szkolne inicjatywy.*

Młodzi uczestnicy nie kryją radości z udziału w warsztatach. – *Najtrudniejsze jest skupienie i nauka tekstu, ale codziennie ćwiczę* – mówi Filip Grzejszczyk, odtwórca roli Małego Księcia.

Projekt „Odkryj w sobie Małego Księcia" udowadnia, że dostęp do kultury i sztuki może realnie zmieniać codzienność dzieci z małych miejscowości, wzmacniając ich pewność siebie i poczucie własnej wartości. Dzięki wsparciu programu „Kulturalny ORLEN" biblioteka w Bezmiechowej Dolnej stała się miejscem twórczego spotkania, inspiracji i współpracy. Finałowy spektakl będzie nie tylko artystycznym wydarzeniem, lecz także symbolicznym dowodem na to, jak wielki potencjał drzemie w młodych mieszkańcach bieszczadzkiej wsi.

eprasa.pl afa40de7f2

Rok w obiektywie naszych fotoreporterów

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Studniówka uczniów II Liceum Ogólnokształcącego w Rzeszowie

FOT. PAWEŁ DUBIEL

Na odcinku S19 Babica-Jawornik będzie 8 estakad, w tym jedna - najwyższa w Polsce

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Wspólne sprzątanie po pożarze w Połomi. Przyszli mieszkańcy, strażacy, wójt, radni, rodzina i przyjaciele

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Chasydzi odwiedzają w Leżajsku grób cadyka Elimelecha w rocznicę jego śmierci

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Misterium Męki Pańskiej przy Sanktuarium Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Niechobrzu

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Tuż przed Wielkanocą nad Pawłosiowem przeszła potężna nawałnica. Grad, woda i błoto zniszczyły ponad 150 domów

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

KS Developres Rzeszów pokonał ŁKS Łódź w 3. finałowym meczu o mistrzostwo Polski i zdobył upragnione złoto

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

XXV Międzynarodowe Górskie Zawody Balonowe w Krośnie. Zawody o randze przedmistrzostw świata były generalną próbą przed mistrzostwami świata w 2026 roku

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Wielka bitwa morsów w lany poniedziałek przy kąpielisku Żwirownia w Rzeszowie

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Podhalańczycy podczas uroczystości w 234. rocznicę uchwalenia Konstytucji 3 Maja

FOT. ŁUKASZ SOLSKI

28. „Niewinne" Manewry Szwejkowskie - wydarzenie, które każdego roku przyciąga do Przemyśla miłośników historii, humoru i twórczości Jaroslava Haška

eprasa.pl afa40de7f2

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Festiwal Podkarpackich Smaków w Górnie to także sporo atrakcji dla najmłodszych

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Gwiazdy sportów walki na pokazie strongman w Nowej Wsi pod Rzeszowem

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Żużlowe derby południa dla Stali Rzeszów, „Żurawie" pokonały Unię Tarnów 48:42

FOT. ŁUKASZ SOLSKI

XX Święto Fajki w Przemyślu - jedno z najbardziej rozpoznawalnych wydarzeń kulturalnych na Podkarpaciu

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Tuż przed świętem Bożego Ciała w bloku przy ul. Popiełuszki w Rzeszowie wybuchł pożar. Ewakuowanych zostało ok. 250 osób. Dwie zmarły. Jedną z nich była 14-latka. Drugą - 69-letni mężczyzna, w którego mieszkaniu wybuchł pożar

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

W Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim nr 2 w Rzeszowie przyszły na świat trojaczki – Staś, Ignaś i Jaś

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Przed meczem Stal Rzeszów – Śląsk Wrocław na placu Dworcowym w Rzeszowie doszło do incydentu – odpalono petardy hukowe, co zmusiło policję do użycia środków przymusu bezpośredniego

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

„Karpatka" wydrążyła pierwszą nawę tunelu na odcinku S19 Rzeszów-Babica

eprasa.pl afa40de7f2

Nowiny
Środa, 31.12.2025

Od 1 stycznia 2026 nowe zasady kontroli L4. Czy będzie można pracować na zwolnieniu?

FOT. PROSTOOLEH/FREEPIK

Prawo do zasiłku stracą m.in. osoby, które w trakcie zwolnienia wykonują pracę zarobkową (wyjątkiem są drobne czynności życia codziennego, np. zakupy)

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej przygotowało nowelę ustawy o ubezpieczeniach społecznych. Gruntownie zmienia zasady wydawania orzeczeń przez ZUS i zaostrza kontrolę nad L4.

Sejm przyjął nowelizację ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych, która wprowadza gruntowne zmiany w systemie orzecznictwa ZUS i zaostrza kontrole zwolnień lekarskich. Regulacja trafi teraz do Senatu. Przepisy mają wejść w życie 1 stycznia 2026 r.

Kto zamiast lekarza wyda orzeczenie?

Kluczową zmianą jest rozszerzenie kompetencji orzeczniczych poza lekarzy. Przedstawiciele innych zawodów medycznych, takich jak fizjoterapeuci czy pielęgniarki, będą mogli wydawać orzeczenia w określonych sprawach (np. dotyczących rehabilitacji). Ma to usprawnić procedury przyznawania m.in. rent z tytułu niezdolności do pracy i rent socjalnych.

Orzekanie zostanie scentralizowane w specjalnych centrach orzeczniczych przy oddziałach ZUS.

Wprowadzona zostanie także zasada, że orzeczenia w pierwszej i drugiej instancji będą wydawane przez jednego orzecznika.

Rząd planuje też istotne zmiany dotyczące wynagrodzeń i zasad zatrudnienia lekarzy orzeczników, mające na celu zwiększenie dostępności kadry w ZUS. Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej planuje powiązać wynagrodzenia lekarzy orzeczników z najniższymi wynagrodzeniami w podmiotach leczniczych, co ma przełożyć się na około 25-procentowy wzrost ich pensji.

Zaostrzenie kontroli L4. Koniec pracy na zwolnieniu?

Nowe przepisy precyzują warunki utraty prawa do zasiłku chorobowego, dążąc do wyeliminowania fikcyjnych zwolnień. Można stracić zasiłek w tych dwóch przypadkach:

- praca zarobkowa na L4 – utrata zasiłku grozi za wykonywanie pracy zarobkowej podczas zwolnienia (z wyjątkiem drobnych czynności codziennych, np. zakupów),
- przedłużanie choroby – strata prawa do zasiłku nastąpi w przypadku działań przedłużających chorobę, np. forsownych wyjazdów w trakcie rekonwalescencji.

Praca w innym miejscu zatrudnienia

Z drugiej strony jednak nowela wprowadza możliwość pracy w jednym miejscu, przy jednoczesnym zwolnieniu lekarskim w drugim, o ile charakter pracy na to pozwala (dotyczy osób zatrudnionych na dwóch etatach).

Pracownik na zwolnieniu będzie mógł podejmować „drobne, incydentalne działania". Możliwa będzie więc taka sytuacja, że szef dzwoni do chorego pracownika i prosi go np. o pilne podpisanie dokumentów. Przepisy umożliwiają korzystanie ze zwolnienia lekarskiego u jednego pracodawcy, a pracę u drugiego. Dotyczy to sytuacji, gdy pracownik ma dwa miejsca zatrudnienia. Resort pracy, który jest autorem przepisów, przytaczał tu przykład chirurga, który ze złamanym palcem nie może przeprowadzić operacji i powinien być na L4 w szpitalu. Ale uraz nie wyklucza jego pracy na drugim etacie jako wykładowca w szkole wyższej. Chirurg nie musiałby mieć zwolnienia u drugiego pracodawcy i mógłby pracować tam jako dydaktyk.

Lekarz wystawiający L4 będzie musiał zaznaczyć w zwolnieniu, jakie czynności są wykluczone i mogą utrudniać proces leczenia.

Nowe narzędzia kontroli ZUS

Przepisy przewidują szersze uprawnienia dla inspektorów ZUS. Zyskają oni możliwość sprawdzania zwolnienia wynikającego z opieki nad chorym członkiem rodziny (np. dzieckiem). Będą mogli też sprawdzać, czy np. ktoś inny z rodziny mógł sprawować opiekę nad chorym członkiem rodziny (wyjątkiem będą dzieci poniżej drugiego roku życia – w tym przypadku ubezpieczony zawsze zachowuje prawo do świadczenia). Inspektorzy będą mogli też żądać informacji od osób ubezpieczonych, pracodawców, ale też lekarzy.

WARTO WIEDZIEĆ

Prezenteizm: świadczenie pracy pomimo choroby

Aż 95 procent Polaków przyznaje się do przychodzenia do pracy z objawami infekcji. Dziś Polacy chętniej biorą zwolnienia na poważne, długotrwałe schorzenia (np. problemy psychiczne czy układ kostno-stawowy) i rzadziej na krótkie infekcje układu oddechowego, jak grypa czy przeziębienie. Nowe przepisy L4, które mają walczyć z nadużyciami, mogą w niezamierzony sposób wzmocnić prezenteizm w zakresie zakażeń oddechowych. Tymczasem z punktu widzenia zdrowia publicznego cel wystawienia L4 z powodu choroby zakaźnej jest jeden: izolacja zakażonego pracownika, aby przerwać łańcuch transmisji.

Lidzbark Warmiński wreszcie dołącza do listy uzdrowisk. Co oferuje gościom?

Emil Hoff
redakcja@stronazdrowia.pl

Rozmawiamy z Jackiem Wiśniowskim, burmistrzem Lidzbarka Warmińskiego. Od 1 stycznia 2026 Lidzbark Warmiński będzie najnowszym polskim uzdrowiskiem.

Emil Hoff, Strona Zdrowia: gratuluję uzyskania przez Lidzbark statusu uzdrowiska. Jak Pańskim zdaniem wpłynie to na gospodarkę i przyszłość miasta?

Jacek Wiśniowski, burmistrz Lidzbarka Warmińskiego: Myślę, że ten nowy status będzie silnym impulsem rozwojowym dla Lidzbarka. Przyciągnie nowych inwestorów chcących rozwijać usługi medyczne, rehabilitacyjne, hotelarskie i gastronomiczne. Spodziewamy się wzrostu ruchu turystycznego, a co za tym idzie – większego zapotrzebowania na lokalne produkty i usługi, co przełoży się na nowe miejsca pracy. Uzdrowisko to także wyższe dochody lokalnych przedsiębiorców oraz rozwój branż towarzyszących: rekreacji, kultury i transportu. Status podniesie prestiż miasta i jego rozpoznawalność, ułatwiając pozyskiwanie kolejnych funduszy i partnerów. Jestem przekonany, że będzie to jeden z kluczowych motorów rozwoju Lidzbarka w najbliższych latach.

Jakie panują teraz nastroje wśród lokalnych przedsiębiorców?

Zdecydowanie pozytywne! Wielu z nich widzi w uzdrowisku szansę na rozwój swoich firm. Branże hotelarska, gastronomiczna i usługowa już przygotowują się na większą liczbę gości i kuracjuszy. Pojawia się także zainteresowanie nowymi inwestycjami oraz poszerzaniem oferty. Towarzyszy temu naturalna mobilizacja – przedsiębiorcy są świadomi, że status uzdrowiska wymaga wysokich standardów, ale jednocześnie daje realne korzyści. Najważniejsze, że postrzegają tę zmianę jako wspólną szansę i kierunek rozwoju dla całego miasta.

Oczywiście, status jest ważny, ale kluczowa jest konkretna oferta. Jaką infrastrukturę uzdrowiskową posiada obecnie Lidzbark Warmiński?

Stworzyliśmy w Lidzbarku nowoczesną Strefę Uzdrowiskową. Mamy np. zewnętrzną tężnię solankową o długości 100 metrów, której kształt nawiązuje do ślimaka – symbolu sieci Cittaslow, której Lidzbark jest częścią. Powstał również Pawilon Zdrowia, gdzie mieszkańcy i goście mogą bezpłatnie przebadać się pod kątem układu kostno-szkieletowego, korzystając z nowoczesnego sprzętu diagnostyczno-rehabilitacyjnego. W budynku znajdują się także całoroczna, wewnętrzna tężnia solankowa i grota solna. Warto również wspomnieć o sąsiadującym ze Strefą Uzdrowiskową Leśnym Parku Uzdrowiskowym Doliny Symsarny. Jego malownicze serpentyny można pokonać pieszo lub na rowerze, zresztą całe nasze miasto posiada dobrze rozwiniętą sieć ścieżek rowerowych. Ważnym elementem naszej oferty uzdrowiskowej są też oczywiście Termy Warmińskie, oferujące wiele zabiegów zdrowotnych, relaksujące baseny i zaplecze hotelowe.

A co ze szpitalem budowanym już od kilku lat?

Zakończyliśmy właśnie budowę zakładu przyrodoleczniczego, zrealizowaną przez naszego partnera, firmę Access-Medica.

Ilu kuracjuszy będzie mógł pomieścić?

Nowo wybudowany szpital uzdrowiskowy będzie dysponował ponad 220 łóżkami dla pacjentów. Jednorazowo zakład będzie mógł przyjąć na zabiegi około 400 osób dziennie. go Funduszu Polski Ład.

FOT. JACEK KADAJ, GETTY IMAGES, FOT. IL.

Od 1 stycznia 2026 r. Lidzbark Warmiński stanie się oficjalnie najnowszym polskim uzdrowiskiem

eprasa.pl afa40de7f2

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

SUPLEMENTY A BADANIA

Suplementy zamiast badań?

Tegoroczna edycja STADA Health Report ujawniła zaskakujące dane: aż 36 proc. Polaków nie chodzi na żadne badania kontrolne. Rośnie za to popularność suplementów i witamin. Trzy czwarte z nas sięga po preparaty na odporność, energię i witalność. Choć większość osób wie, jak ważne jest wczesne wykrywanie chorób, w praktyce wielu Polaków unika badań profilaktycznych. Najczęstsze powody to brak świadomości ich znaczenia, niewiedza dotycząca dostępnych i zalecanych badań, ograniczony dostęp do usług, koszty, brak czasu oraz lęk przed niekorzystnym wynikiem. Te bariery sprawiają, że profilaktyka jest często odkładana „na później", mimo że regularne badania mają kluczowe znaczenie dla zdrowia. Kto najczęściej korzysta z profilaktyki? Z raportu wynika, że są to kobiety, osoby starsze oraz osoby zadowolone z jakości publicznej opieki zdrowotnej.

Dlaczego bierzemy suplementy?

Ponieważ wiele osób napotyka przeszkody utrudniające wykonywanie badań profilaktycznych, troska o zdrowie często przenosi się na prostsze i bardziej dostępne rozwiązania. Jednym z najpopularniejszych jest suplementacja, która stała się powszechnym sposobem wspierania organizmu.
W Europie suplementy diety stosuje 65 proc. osób, a w Polsce aż 72 proc. Najczęściej sięgamy po nie, aby wzmocnić odporność (84 proc.), zwiększyć energię i witalność (77 proc.), zadbać o kości i zęby (72 proc.), poprawić wygląd skóry, włosów i paznokci (72 proc.), wesprzeć układ pokarmowy (71 proc.).

Kto przyjmuje suplementy?

Suplementy częściej przyjmują kobiety, osoby w wieku 18-34 lat oraz osoby z gorszym samopoczuciem psychicznym.
Chociaż suplementy są łatwo dostępne i postrzegane jako szybki sposób na wsparcie zdrowia, nie zastąpią one pełnej profilaktyki ani zbilansowanej diety.
Ich popularność pokazuje, że Polacy szukają sposobów, by aktywnie dbać o siebie na co dzień, szczególnie w kontekście odporności i witalności. Suplementacja powinna być jednak świadoma i dostosowana do indywidualnych potrzeb, najlepiej w konsultacji z lekarzem lub farmaceutą, ponieważ nie każdy preparat jest odpowiedni dla każdego, a nadmiar m.in. niektórych witamin może być szkodliwy - mówi Marta Prechtlova, OTC Director, STADA Pharm.

Co oprócz badań i suplementów?

Pomimo że nie zawsze korzystamy z badań profilaktycznych, oprócz suplementacji Polacy i pozostali Europejczycy starają się podejmować inne działania prozdrowotne. W codziennym życiu najczęściej koncentrujemy się na:
- **utrzymywaniu dobrych nawyków higienicznych (70 proc.),**
- **wykonywaniu ćwiczeń fizycznych (62 proc.),**
- **stosowaniu zdrowej diety (57 proc.),**
- **unikaniu szkodliwych zachowań (51 proc.),**
- **stosowaniu praktyk związanych ze zdrowiem psychicznym, takich jak medytacja (17%),**
- **korzystaniu z aplikacji monitorujących stan zdrowia (11%).**

Te codzienne działania są ważnym uzupełnieniem profilaktyki, ale same w sobie nie zapewniają pełnej ochrony zdrowia.
Regularna higiena, aktywność fizyczna, zdrowa dieta czy dbanie o kondycję psychiczną mogą wspierać organizm i budować zdrowe nawyki, jednak dla rzeczywiście skutecznej profilaktyki potrzebne jest kompleksowe podejście.
- Profilaktyka nie może być zbiorem przypadkowych, incydentalnych działań. To proces, który wymaga konsekwencji i świadomych wyborów każdego dnia. Według STADA Health Report 2025 Polacy i Europejczycy mają świadomość, jakie działania są korzystne dla zdrowia, jednak często brakuje im motywacji, ale też wiedzy, by regularnie je wdrażać. Edukacja i wsparcie specjalistów, takich jak lekarze czy farmaceuci, mogą być kluczowe. Pomagają podejmować świadome decyzje i przekształcać wiedzę w realne, systematyczne działania dla poprawy zdrowia i jakości życia. Ważne, aby pamiętać, że profilaktyka to styl życia, nie jednorazowa decyzja - dodaje Marta Prechtlova.

Efekty codziennego jedzenia rodzynek

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Wiele osób zastanawia się, czy rodzynki są zdrowe. W końcu to bardzo słodkie i kaloryczne bakalie. Jak rodzynki wpływają na organizm? Efekty są zaskakujące.

FOT. JIRKAEJC/GETTYIMAGES.COM

Rodzynki to po prostu suszone winogrona, które najczęściej pochodzą z winorośli właściwej (Vitis vinifera) i należą do bakalii. Z owoców bezpestkowych winogron odparowywana jest woda, przez co kurczą się one i mają pomarszczoną skórkę. Rodzynki są bardzo słodkie i smaczne, mogą więc stanowić samodzielną przekąskę lub być dodatkiem do wielu dań na słodko i słono, takich jak sernik z rodzynkami czy śledzie z rodzynkami, a także owsianki, sałatek, ciast czy deserów.

Rodzynki to skoncentrowana dawka witamin i związków mineralnych zawartych w samych owocach winogron. Są one jednak bardzo kaloryczne, porcja 100 g zawiera 299 kcal. W ich składzie przeważają węglowodany, z czego większość stanowią cukry proste takie jak fruktoza i dekstroza. Znajdziemy w nich również białko, błonnik pokarmowy, witaminę C i K, witaminy z grupy B, a także potas, magnez, wapń i jod.

Kupując rodzynki, warto zwrócić uwagę na to, aby nie zawierały one siarczanów. Unikaj więc dwutlenku siarki, oznaczonego na opakowaniu symbolem E220, który jest niezdrowym konserwantem. Najzdrowsze będą więc rodzynki bio i rodzynki niesiarkowane. Kupuj je zawsze paczkowane, nie na wagę i sprawdzaj szczelność opakowania.

Rodzynki na trawienie i zaparcia

Rodzynki są bogate w nierozpuszczalny błonnik pokarmowy, dzięki czemu działają jak naturalny środek przeczyszczający. Poprawiają perystaltykę jelit, ułatwiają oczyszczanie organizmu i wypróżnianie. Zapobiegają więc zaparciom i niwelują inne dolegliwości żołądkowo-jelitowe, takie jak ból brzucha, zespół jelita drażliwego, gazy i wzdęcia.

Odmładzające rodzynki

Antyoksydanty, w tym witamina C, zawarte w rodzynkach zwalczają wolne rodniki i dzięki temu opóźniają procesy starzenia się organizmu. Wzmacniają skórę i wygładzają zmarszczki, zapewniając młody wygląd. Dodatkowo zawarte w nich żelazo i resweratrol wzmacniają i wygładzają włosy oraz nadają im blask, co korzystnie wpływa na ich wygląd.

Rodzynki dodadzą energii i poprawią nastrój

Suszone winogrona zawierają sporą dawkę naturalnych cukrów prostych, a wśród nich fruktozę i glukozę, dzięki czemu dodają mnóstwo energii. Łagodzą także stres, relaksują i uspokajają. Dzięki zawartości żelaza wpływają na poprawę krążenia krwi oraz dotlenienie organizmu, co ułatwia także zasypianie i zwalcza problem bezsenności.

Rodzynki na odporność

Rodzynki to skoncentrowana dawka składników odżywczych, witamin i mikroelementów. Zawierają one także przeciwutleniacze i polifenole, które usuwają wolne rodniki. Dzięki temu zmniejszają stres oksydacyjny oraz łagodzą stany zapalne. Działają również przeciwbólowo i są pomocne w leczeniu dny moczanowej i zapalenia stawów. Mają także właściwości antybakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwgrzybicze, które pomagają zmniejszyć ryzyko rozwoju infekcji.

Rodzynki dobre na serce i nadciśnienie

Dzięki wysokiej zawartości potasu, który jest naturalnym środkiem rozszerzającym naczynia krwionośne, rodzynki usprawniają krążenie krwi. Natomiast zawarty w nich błonnik pokarmowy zmniejsza sztywność naczyń krwionośnych, poprawiając ciśnienie krwi. Te właściwości sprawiają, że jedzenie rodzynek reguluje ciśnienie krwi, zapobiegając rozwojowi nadciśnienia. Rodzynki obniżają także poziom „złego" cholesterolu LDL.

WODA RODZYNKOWA

Woda rodzynkowa na odchudzanie, lepszą pracę wątroby i w profilaktyce nowotworowej
Ten napój staje się coraz bardziej popularny, a jego regularne picie może korzystnie wpłynąć na funkcjonowanie całego organizmu.

Przepis na wodę rodzynkową:
Przygotowanie wody rodzynkowej jest niezwykle proste, a do jej zrobienia wystarczą dwa składniki:
- 100 g rodzynek – szukaj ciemnych bakalii bez dwutlenku siarki,
- 500 ml wody.

Jak przygotować wodę rodzynkową?
Przygotowanie:
- Umyć rodzynki pod bieżącą wodą.
- Do garnka wlać wodę i doprowadzić do wrzenia.
- Do gotującej się wody dodać rodzynki i gotować pod przykryciem 20 minut na najniższej mocy palnika.
- Garnek odstawić na 12 godzin.
- Po tym czasie przecedzić powstałą miksturę.

Wodę rodzynkową wypijamy, a bakalie można użyć na różne sposoby: do ciasta, do karpia w galarecie lub zjeść w ramach przekąski.

Jak stosować wodę z rodzynek?
Aby skorzystać ze wszystkich cennych właściwości rodzynek, warto spożywać ją codziennie, najlepiej na czczo. Do napoju można dodać również świeżo wyciśnięty sok z cytryny, który wzbogaci napój o witaminę C.

Kto powinien unikać wody rodzynkowej?
Wśród głównych przeciwwskazań do picia wody rodzynkowej można wymienić:
- alergię na rodzynki,
- zespół jelita drażliwego, szczególnie postać biegunkowa,
- przewlekłe migreny.

eprasa.pl afa40de7f2

MATERIAŁ INFORMACYJNY GMINY TRZEBOWNISKO

0111437223

Dlaczego warto mieszkać w Gminie Trzebownisko?

Kilka zwyczajnych powodów na początek nowego roku

Początek roku sprzyja podsumowaniom, dotyczą one nie tylko inwestycji, ale również wydarzeń mających związek z wydarzeniami integrującymi lokalną społeczność. Czasem wystarczy spojrzeć na to, **jak wygląda codzienność mieszkańców**. Rok 2025 w Gminie Trzebownisko upłynął właśnie pod znakiem takich zwyczajnych, a jednak ważnych spraw – spotkań, rozmów i wspólnego bycia razem.

Wiele osób zapamięta go przez wydarzenia, które wyciągały ludzi z domów. Jedni biegli w **Zaczerskiej Dysze**, inni maszerowali z kijkami podczas spotkań **Nordic Walking.** Po raz pierwszy w historii gminy mieszkańcy spotkali się także podczas **Dni Sportu i Rekreacji Gminy Trzebownisko**, które w lipcu ożywiły stadion w Stobiernej i pokazały, jak duże znaczenie dla lokalnej wspólnoty ma wspólna aktywność i ruch. Byli też tacy, którzy po prostu przyszli popatrzeć na **Zlot Klasyków** albo machać dzieciom w czasie **Mikołajkowego Orszaku Objazdowego**. W styczniu, jak co roku, mieszkańcy spotkali się podczas **Orszaku Trzech Króli** – by świętować wspólnie do piękne święto.

Obok tych dużych wydarzeń działy się rzeczy mniej widoczne, ale dla wielu bardzo istotne. Uczniowie korzystali ze **Szkolnego Funduszu Grantowego**, realizując własne pomysły. Młodzi sportowcy odbierali **nagrody i stypendia**, podobnie jak uczniowie objęci programami stypendialnymi gminy i inicjatywami realizowanymi wspólnie z firmą LPP. Dla młodych rodzin ważnym sygnałem była **budowa nowego żłobka**, a także drobne, symboliczne gesty – wyprawki i wizyty patronażowe z upominkiem dla rodziców dzieci urodzonych po 1 sierpnia 2025 roku.

Swoje miejsce coraz wyraźniej zaznaczają także **seniorzy**. Nowe Kluby Seniora, Karta Seniora i programy zdrowotne sprawiły, że starsi mieszkańcy częściej wychodzili z domu – na zajęcia, spotkania i rozmowy. Dla wielu była to okazja, by znów poczuć się częścią lokalnej wspólnoty.

Kalendarz roku dopełniały wydarzenia kulturalne: **Imprezalia – Dni Gminy**, **Dożynki Gminne** czy spotkania w **Dolinie Łąckiej**. W swobodnej, otwartej atmosferze, za to z muzyką, rozmowami i wspólnym czasem.

Bliskość Rzeszowa, spokojny charakter miejscowości i rosnąca oferta społeczna sprawiają, że Trzebownisko nie próbuje nikogo przekonywać na siłę. Po prostu żyje swoim rytmem. A dla wielu mieszkańców to wystarczający powód, by czuć się tu dobrze.

Zdjęcia dzięki: Szafirowe Studio BWJ

eprasa.pl afa40de7f2

REKLAMA 0011457259

Kolbuszowa, dnia 30.12.2025 r.

AB.6740.6.7.2025

OBWIESZCZENIE

Stosownie do art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U.2024.311) w związku z art. 10 § 1 i art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U.2025.1691)

STAROSTA KOLBUSZOWSKI
zawiadamia,

że w dniu 30.12.2025 r. została wydana dla Zarządu Powiatu w Kolbuszowej, ul. 11 Listopada 10, 36-100 Kolbuszowa, decyzja nr D/II/7/2025 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Rozbudowa drogi powiatowej nr 1 222 R Jagodnik – Cmolas – Mechowiec – Dzikowiec w km 11+460 do 11+580 w zakresie budowy chodnika dla pieszych".

1. **DZIAŁKI W CAŁOŚCI WCHODZĄCE POD INWESTYCJĘ**:
   Powiat kolbuszowski, jednostka ewidencyjna 180606_2 Dzikowiec, obręb ewidencyjny 0002 Mechowiec - dz. nr ewid. gr: 606.
2. **DZIAŁKI DZIELONE POD INWESTYCJĘ**:
   powiat kolbuszowski, jednostka ewidencyjna 180606_2 Dzikowiec, obręb ewidencyjny 0002 Mechowiec:
   1.1. 583 dzieli się na działki: 583/1, **583/2,**
   1.2. 592 dzieli się na działki: 592/1, **592/2,**
   1.3. 605 dzieli się na działki: 605/1, **605/2.**
   Wytłuszczoną czcionką wskazano działki wchodzące pod inwestycję.
3. **Własnością Zarządu Powiatu w Kolbuszowej stają się następujące nieruchomości**:
   Powiat kolbuszowski, jednostka ewidencyjna 180606_2 Dzikowiec, obręb ewidencyjny 0002 Mechowiec:
   583/2 (582), 592/2, (592), 605/2 (605).
   * w nawiasie wskazano nr działki przed podziałem.
4. OKREŚLENIE NIERUCHOMOŚCI LUB ICH CZĘŚCI, Z KTÓRYCH KORZYSTANIE BĘDZIE OGRANICZONE (zajęcie czasowe), na których wyznaczono teren niezbędny dla planowanych obiektów i robót budowlanych: nie dotyczy.

Decyzja zatwierdza jednocześnie podział nieruchomości na potrzeby rozbudowy drogi.

Na podstawie art. 17 ust. 1 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U.2024.311) niniejszej decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

Z treścią decyzji można zapoznać się w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego – Kolbuszowa, ul. 11 Listopada 10, pok. 313: w poniedziałki od 8.00 do 15.00, zaś w pozostałe dni pracy Urzędu w godz. 7.30-14.30.

Pouczenie o przysługujących środkach odwoławczych zawarte jest w decyzji. Zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U.2025.1691), doręczenie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia niniejszego obwieszczenia.

Z up. STAROSTY
(-)
Grzegorz Jaje
KIEROWNIK
WYDZIAŁU ARCHITEKTURY I BUDOWNICTWA

REKLAMA 0011457207

Burmistrz Gminy i Miasta Sokołów Małopolski

działając na podstawie art. 38 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 t.j.) **ogłasza przetarg** ustny nieograniczony /licytację/ na sprzedaż działek budowlanych, niezabudowanych, oznaczonych w ewidencji gruntów numerami:

- **6930 o powierzchni 0,0929 ha, położoną w Sokołowie Małopolskim**, obj. KW nr RZ1Z/00161292/5, stanowiącą własność Gminy i Miasta Sokołów Małopolski, przeznaczoną w MPZP pod zabudowę mieszkaniową jednorodzinną lub usługową,
- **6931 o powierzchni 0,1080 ha, położoną w Sokołowie Małopolskim**, obj. KW nr RZ1Z/00161292/5, stanowiącą własność Gminy i Miasta Sokołów Małopolski, przeznaczoną w MPZP pod zabudowę mieszkaniową jednorodzinną lub usługową.

Działki będące przedmiotem przetargu nie są obciążone i nie są przedmiotem żadnych zobowiązań. Natomiast zgodnie z §3 MPZP przez działki mogą być przeprowadzane sieci infrastruktury wodociągowej, kanalizacyjnej, kanalizacji burzowej i elementów oświetlenia.

Termin przetargu wyznacza się **na dzień 4 lutego 2026 r. o godz. 10.00 dla działki nr 6930, o godz. 10.30 dla działki nr 6931** w Urzędzie Gminy i Miasta w Sokołowie Małopolskim /pokój nr 2/.

Cenę wywoławczą dla działki nr:
- **6930** ustala się na kwotę **168 000,00 zł,**
- **6931** ustala się na kwotę **195 000,00 zł.**

Warunkiem dopuszczenia do przetargu jest uiszczenie wadium. Wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej danej nieruchomości należy wpłacić w kasie tut. Urzędu lub na konto nr 08 9182 0006 0000 0390 2000 0390 do dnia **30 stycznia 2026 r.**

Wpłacone wadium powinno znajdować się w dniu **30 stycznia 2026 r.** na koncie Urzędu Gminy i Miasta w Sokołowie Małopolskim.

Do wylicytowanej kwoty doliczy się 23% podatku VAT.

Szczegółowe informacje dotyczące ww. nieruchomości można uzyskać w Urzędzie Gminy i Miasta w Sokołowie Małopolskim, pok. nr 2, tel. 17 77 29 019 wew. 12.

AUTOREKLAMA

strona zdrowia
Czytaj dla zdrowia
stronazdrowia.pl

REKLAMA 0011457211

Wójt Gminy Orły

informuje,

że w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Orły na stronie www.bip.ugorly.pl oraz na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Orły, ul. Przemyska 3 i w miejscowości Wacławice zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o pierwszym przetargu ustnym (licytacja) nieograniczonym na najem lokalu użytkowego będącego własnością Gminy Orły, usytuowanego w Domu Ludowym w miejscowości Wacławice.

Lokal użytkowy (przeznaczenie: punkt apteczny) o pow. 22,70 m².

Cena wywoławcza wynosi – 340,50 zł (netto) plus 23% VAT.

Przetarg odbędzie się dnia **30.01.2026 r. o godz. 11:00** w Sali Narad Urzędu Gminy Orły, ul. Przemyska 3, 37-716 Orły. Wadium należy wpłacić w kwocie **40,00 zł** (słownie: czterdzieści złotych 00/100 zł) do dnia 27.01.2026 r. na rachunek bankowy Gminy Orły nr 28 9113 1027 2005 3000 0045 w Banku Spółdzielczym w Żurawicy Oddział w Orłach z zaznaczeniem „Przetarg – lokal użytkowy obręb Wacławice".

Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Orły, pokój nr 8, od poniedziałku do piątku w godz. 7:15-15:15 lub telefonicznie pod numerem 16 671 26 93 wew. 23.

REKLAMA 0011456877

OBWIESZCZENIE

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz. U. z 2025 r. poz. 1691) w związku z art. 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 ŁAŃCUCKI
zawiadamia
o wszczęciu postępowania administracyjnego

z wniosku Zarządu Powiatu Łańcuckiego, Łańcut, ul. Mickiewicza 2 złożonego w dniu 01.10.2025 r. w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: **Rozbudowa drogi powiatowej nr 1542R Albigowa - Sonina od km 2+050,50 do km 2+127,00 wraz z budową i przebudową infrastruktury technicznej w ramach zadania „Rozbudowa drogi powiatowej nr 1542R Albigowa - Sonina od km 2+050,50 do km 2+127,00 w związku z rozbiórką istniejącego i budową nowego obiektu inżynierskiego w miejscowości Wysoka w km 2+091,00"** na terenie działek nr ewid. gr.: **2530/1, 1269/1, 1275/1, 2489/1, 1281/4, 1281/1, 1417, 2492/5, 2529, 1275/3** (1275/2), **1279/1** (1279), **1276/1** (1276) położonych w obrębie ewidencyjnym Wysoka, jednostka ewidencyjna Gmina Łańcut (pogrubioną czcionką wskazano działki powstałe w wyniku podziału stanowiące projektowany pas drogowy, zaś w nawiasie wskazano numer działki przed podziałem) wraz z określeniem działki lub jej części, z której korzystanie będzie ograniczone: 1281/3 położonej w obrębie ewidencyjnym Wysoka, jednostka ewidencyjna Gmina Łańcut.

Zainteresowani mogą w terminie 7 dni od daty ogłoszenia obwieszczenia zapoznać się z dokumentami złożonymi wraz z wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej w dniach pracy Urzędu w godzinach 7^{00} - 15^{00} w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Łańcucie, Łańcut ul. Piłsudskiego 9, pokój nr 43 II piętro, i w tym terminie złożyć swoje wnioski i zastrzeżenia.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl

DROBNE

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

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

Handlowe

ANTYKI

KUPIĘ STAROCIE: szkło użytkowe PRL (np. patery, figurki), płyty winylowe, CD, kasety, drewniane meble, drobiazgi. Tel. 785-361-876

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

600-033-733 Auta kupię za gotówkę.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów montaż wkładów i nasad - 17 8623831

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

Usługi pogrzebowe

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

REKLAMA 0011456672

Na podstawie Postanowienia z dnia 11.06.2024 roku GL1G/GU/311/2024 syndyk masy upadłości Aneta Brachaczek sprzeda z wolnej ręki majątek wchodzący w skład masy upadłości dłużnika Marty Dudek na następujących warunkach:

1. **Przedmiotem sprzedaży jest:**
   – udział ½ w nieruchomości gruntowej niezabudowanej zlokalizowanej w gminie Jawornik Polski, obręb Hucisko Jawornickie, opisanej w ewidencji gruntów działkami numer: 1542 o powierzchni 0,2200 ha, 1544 o powierzchni 0,3200 ha, 1545 o powierzchni 0,1545 ha, dla której IV Wydział Ksiąg Wieczystych Sądu Rejonowego w Przeworsku prowadzi księgę wieczystą numer PR1R/00050255/8. Cena wywoławcza obniżona jest o **60%** i wynosi **9 950,00 zł.**
2. Sprzedaż udziału 1/2 w prawie własności nieruchomości gruntowej niezabudowanej następuje na podstawie ustawy z dnia 28 lutego 2003 roku Prawo Upadłościowe (dalej jako PU), kodeksu cywilnego.
3. Sprzedaż może nastąpić za cenę nie niższą niż wskazana wyżej cena wywoławcza.
4. Szczegółowy opis przedmiotu sprzedaży będzie udostępniony przez syndyka masy upadłości w odpowiedzi na zapytanie oferenta oraz jest dostępny na stronie internetowej syndyka www.syndyk.de.
5. Oferty w języku polskim lub w tłumaczeniu na język polski przez przysięgłego tłumacza w zaklejonych kopertach uniemożliwiających ich otwarcie z wyraźnym i czytelnym oznaczeniem oferenta, a także z dopiskiem „Postępowanie na sprzedaż udziału 1/2 w prawie własności nieruchomości gruntowej niezabudowanej dłużnika Marty Dudek – NIE OTWIERAĆ" winny być dostarczone **do dnia 26.01.2026 roku** na adres: Kancelaria Syndycy Śląscy Aneta Brachaczek Ul. Traugutta 31/1, 44-370 Pszów. **Liczy się data wpływu.**
6. Składający ofertę na nabycie przedmiotu postępowania powinien pod rygorem nierozpoznania oferty przez syndyka wpłacić na rachunek bankowy ***Organizatora*** prowadzony w Santander Bank Polska O/Rybnik o numerze **91 1090 0088 0000 0001 5926 9567 wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej.** Złożenie chociażby jednej oferty wystarcza do odbycia postępowania na sprzedaż ww. składnika majątku.
7. Rozpoznanie ofert nastąpi **w dniu 27.01.2026 r. o godzinie 15.30** w **Kancelarii Syndyka w Pszowie ul. Traugutta 31/1** w obecności wszystkich zainteresowanych. Wyboru najkorzystniejszej oferty stosując kryterium ceny dokona syndyk masy upadłości. O dokonanym wyborze niezwłocznie zostaje w formie elektronicznej powiadomiony oferent, którego cena została przyjęta.
8. Zastrzega się możliwość odwołania w całości lub w części postępowania lub też jego unieważnienia na każdym etapie bez podania przyczyny.

Cały regulamin określający zasady i formę składania oferty zakupu, jak i wymogi formalne tej oferty szczegółowo określone są na stronie syndyka www.syndykat.com.pl lub po uprzednim kontakcie z Syndykiem masy upadłości Anetą Brachaczek.
Wszelkich informacji dot. przedmiotu sprzedaży udziela Syndyk masy upadłości Aneta Brachaczek i Kancelaria Syndyka (kom. 530 219 068), mail: aneta.brachaczek@syndykat.com.pl, sylwia.ciuberek@syndykat.com.pl
Można również skontaktować się z wyżej wymienioną osobą celem umówienia się na obejrzenie przedmiotu sprzedaży. Nieruchomość dostępna jest również na stronie Kancelarii Syndycy Śląscy – www.syndykat.com.pl

REKLAMA 0011457200

Wójt Gminy Wiśniowa

informuje,

że w Urzędzie Gminy w Wiśniowej, powiat strzyżowski, woj. podkarpackie, został wywieszony wykaz nieruchomości będących własnością Gminy Wiśniowa, **przeznaczonych do wynajmu.** Szczegółowe informacje o przedmiotowym lokalu użytkowym można uzyskać w Urzędzie Gminy w Wiśniowej, tel. 17 27 75 062 wew. 36 lub na stronie internetowej BIP UG Wiśniowa.

eprasa.pl afa40de7f2

Kobiety kochają diamenty, a te kupione od siebie dla siebie cieszą jeszcze bardziej

Sandra Kubicka na Instagramie Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Czy Kuba wyjechał razem z Żanetą?
Ostatnio Kuba Wojewódzki jest widywany z prezenterką pogody Żanetą Rosińską i oboje regularnie podsycają plotki o ślubie. Po świętach Wojewódzki umieścił w internecie swe zdjęcie z wyjazdu z damską torebką plażową. Z kolei Rosińska opublikowała fotorelację z plaży. Czy to znaczy, że wyjechali razem?

Michał Szpak opala się w bokserkach
Piosenkarz postanowił wspólnie z bliskimi wyjechać na święta na Maltę. Zamieścił na Instagramie kilka kadrów z wypadu i pokazał światu, jak opala się w bokserkach. Zrobił sobie również selfie z tatą oraz dwiema siostrami, Ewą i Marleną. Ze starszą siostrą zapozował także, siedząc na brzegu basenu.

Robert Lewandowski nie chciał zaszkodzić
Nieautoryzowana biografia piłkarza obfituje w wiele anegdot. Według jednej z nich, Lewandowski nie chciał pożyczyć pieniędzy koledze z drużyny Kamilowi Grosickiemu. To sprawiło, że w internecie poszła fama, iż „Lewy" jest skąpy. Teraz Lewandowski opowiedział swoją wersję w wywiadzie dla Bogdana Rymanowskiego. – Ja powiedziałem: „Kamil, nie pożyczę ci tych pieniędzy, bo wiem, że pożyczając ci, ja ci zaszkodzę i okaże się, że dla ciebie to będzie jeszcze większy problem" – stwierdził.
(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa

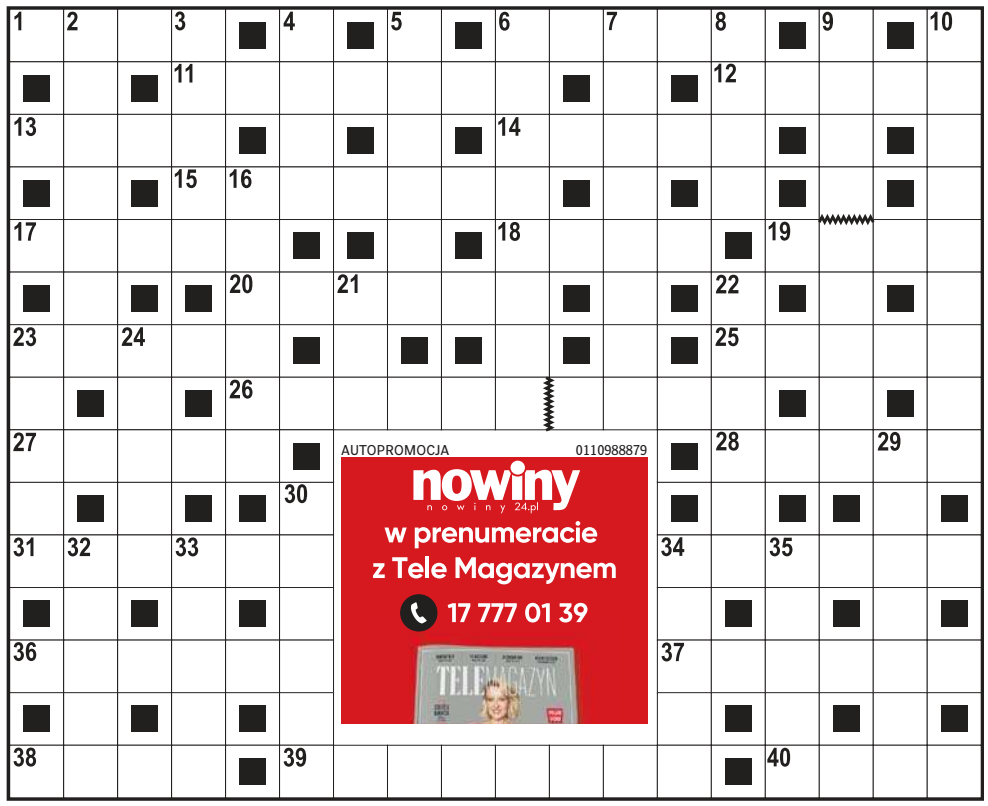
W TELEWIZJI

Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda
Planete+ HD, 18:40
Historia Celine Dion – kanadyjskiej piosenkarki o wyjątkowym głosie i charakterze. Dzięki obszernym materiałom archiwalnym poznamy historię jej sukcesu i życia.

Kiedyś to było
TVP 1, 18:25
Prowadzący – Agata Bachanek i Roman Czejarek – przypominają, w jaki sposób świętowano sylwestra w latach 80. i 90. XX w. Rozmowy o formach spędzania tego wieczoru, o modzie na stroje, fryzury, makijaż i potrawy są wzbogacone materiałami archiwalnymi.

Sylwester z Dwójką 2025 i Sylwestrowa Moc Przebojów 2025
TVP 2, 19:50
Polsat, 19:45
Telewizja Polska zaprasza na Sylwestra z Dwójką 2025 pod katowickim Spodkiem. Na scenie legendy i najgorętsze nazwiska, m.in. Ich Troje, Maryla Rodowicz, DODA, Justyna Steczkowska, Kayah, Piersi, Zespół Śląsk, Piotr Kupicha i Feel. Międzynarodową gwiazdą Sylwestra z Dwójką będzie Sting. Sylwestrowy koncert Polsatu ponownie odbędzie się w Toruniu. Usłyszymy najlepsze imprezowe przeboje w wykonaniu m.in.: Thomasa Andersa z Modern Talking&Band, Lady Pank, Perfectu i Łukasza Drapały, Beaty i Bajmu, Edyty Górniak, Golec uOrkiestry, zespołów Big Cyc i Enej, Anny Wyszkoni i Alicji Majewskiej.

KRZYŻÓWKA NR 199



Poziomo:
1) narzędzie rolnicze do orki,
6) pieszczotliwie o małym dziecku,
11) potrawa z ryżu zapiekanego z mięsem,
12) kolekcja znaczków lub obrazów,
13) rosyjska zupa rybna,
14) często trzymane na wodzy,
15) elektryczny lub z gwizdkiem,
17) despota u władzy, satrapa,
18) bokserskie pole walki,
19) fryzura z drobnych loczków,
20) dawniej brednie, androny,
23) pismo zawierające powództwo,
25) pracują w cylindrach,
26) sztuka teatralna Agathy Christie,
27) deszczowa pogoda, szaruga,
28) służą do kierowania koniem, lejce,
31) skrajna deska okrąglaka,
34) związek małżeński, ożenek,
36) wiosenny grzyb jadalny,
37) … Pansa, giermek Don Kichota,
38) otręby dla trzody chlewnej,
39) ptak drapieżny z rodziny sokołów,
40) arena Huberta Hurkacza.

Pionowo:
2) smolny kawałek drewna,
3) ręczne narzędzie rolnicze,
4) odprawiana przy ołtarzu,
5) Danuta, zagrała w filmie „Nigdy w życiu",
6) jesienna odmiana gruszy,
7) ciepła, zimowa czapa,
8) pionowe wyrobisko górnicze,
9) brytyjski zespół rockowy („The Wall"),
10) dzielnica w Lublinie i w Krakowie,
16) ma rozległą wiedzę i praktyczne doświadczenie,
21) wąż dusiciel jak szal,
22) pula w grze hazardowej,
23) urzędowe zawiadomienie,
24) nie przyniosło szczęścia Midasowi,
29) film w reżyserii Jerzego Hoffmana,
30) dźwięk wydobyty ze skrzypiec,
32) napój ze sfermentowanego mleka klaczy,
33) kapilara jak ciastko z kremem,
34) „… Zorro", film z rolą Antonio Banderasa,
35) centralny plac miasteczka.

ROZWIĄZANIE NR 198

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Horoskop dzienny zapowiada, że energia będzie sprzyjać działaniu, rozmowa przyniesie jasność, a mały krok da duży postęp. Wykorzystaj to.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój i konsekwencja pomogą Ci domknąć plany. Horoskop na dziś zapowiada, że podejmowane decyzje okażą się trafne.
Baran (21.03 - 19.04)
Komunikacja będzie kluczem. Horoskop dzienny na środę mówi, że jedno spotkanie zmieni perspektywę, a ciekawość poprowadzi dalej.
Byk (20.04 - 20.05)
Emocje się uspokoją, a domowe sprawy nabiorą tempa. Horoskop dzienny zapowiada, że szczera rozmowa wzmocni relacje z ludźmi.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś wróży, że odważny pomysł zyska wsparcie, a kreatywność da nagrodę.
Rak (22.06 - 22.07)
Porządek i plan przyniosą ulgę. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że drobny detal zadecyduje o sukcesie. Dbaj o zdrowie.
Lew (23.07 - 22.08)
Równowaga wraca, kompromis okaże się możliwy. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że estetyka oraz harmonia poprawią Ci nastrój.
Panna (23.08 - 22.09)
Twoja intuicja będzie silna, warto zaufać przeczuciom. Horoskop na dziś wróży, że pewna tajemnica się wyjaśni, a pasja doda mocy.
Waga (23.09 - 22.10)
Horoskop dzienny na środę zapowiada, że optymizm otworzy wiele drzwi, a krótka podróż lub nauka przyniesie inspirację oraz radość.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Wytrwałość się opłaci: zawodowe zadanie ruszy z miejsca, a Twój autorytet wzrośnie. Horoskop dzienny wróży pasmo sukcesów.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Nieszablonowe myślenie da przewagę, a nowy kontakt zainspiruje do działania. Horoskop na dziś wyraźnie zapowiada udany dzień.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość pomoże zrozumieć innych, a twórcza chwila przyniesie ukojenie. Horoskop dzienny na środę wróży spokój.

nowiny nowiny24.pl
www.nowiny24.pl
Redaktor naczelny **Stanisław Sowa**
Wydawca **Joanna Borowiec**
Prezes Makroregionu **Dariusz Kołacz**
Dyrektor biura reklamy oddziału **Mariusz Knutel**
Dyrektor działu realizacji projektów **Renata Tereszkiewicz-Mac**
Redakcja ul. Unii Lubelskiej 3, 35-016 Rzeszów
tel. 17 867 22 00, fax 17 867 22 01
nowiny@nowiny24.pl
Druk Polska Press Oddział Poligrafia
41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a
POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.**
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.nowiny24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl afa40de7f2

Domen Prevc frunie po Złotego Orła

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

Przed nami druga odsłona Turnieju Czterech Skoczni, pozostajemy jednak w malowniczej Bawarii. Z Oberstdorfu przenosimy się jednak do sąsiedzkiego Garmisch-Partenkirchen.

FOT. PAP/ EPA

W tym sezonie 18-letni Kacper Tomasiak stanowi o sile i jakości polskich skoków

Właśnie jesteśmy po pierwszym konkursie 74. edycji „Vierschanzentournee" i wielkich emocjach związanych z tym zawodami.

W uzdrowiskowym Oberstdorfie bezkonkurencyjny okazał się Słoweniec Domen Prevc, który jak natchniony fruwał na odległości 141,5 metrów i 140 metrów. Początkowo jego rodak Timi Zajc został sklasyfikowany - ex aequo z Austriakiem Danielem Tschofenigiem - na drugim miejscu, jednak po dokładnej kontroli sprzętu okazało się, że nogawki jego kombinezonu były za długie o... trzy milimetry. Tym samym sędziowie podjęli decyzję o dyskwalifikacji Zajca.

Dzięki temu pięciu Polaków przesunęło się o jedno miejsce wyżej: Kacper Tomasiak, Kamil Stoch, Paweł Wąsek, Maciej Kot i Piotr Żyła (odpowiednio na 14., 17., 28., 33. i 36. miejsce).

- Szczególnie Kacper pokazał dobre skoki, choć pierwszy raz wystąpił w Oberstdorfie - stwierdził trener kadry Maciej Maciusiak.

A warto podkreślić, że dla 18-letniego Tomasiaka to debiut w Turnieju Czterech Skoczni.

- Cieszy również występ Kamila - dodał Maciusiak. - Nie miał szczęścia do warunków. Powrócił po trudniejszym okresie. W Oberstdorfie często nam nie szło.

Aż trudno w to uwierzyć, ale Domen Prevc został pierwszym Słoweńcem, który triumfował na „Schattenbergschanze" w Oberstdorfie. - To brzmi niewiarygodnie - podkreślił rewelacyjny Prevc. - Bardzo się cieszę, że ściągnąłem klątwę z tej skoczni.

W tym sezonie Słoweniec wygrał już szósty konkurs Pucharu Świata (a w całej karierze odniósł piętnaście zwycięstw).

Ostatnim Słoweńcem, który wygrał Turniej Czterech Skoczni, był Peter Prevc - starszy brat Domena. Dokonał tego w sezonie 2015/2016, gdy zdobył też Kryształową Kulę.

A przed nami drugi konkurs Turnieju Czterech Skoczni, którego gospodarzem będzie „Grosse Olympiaschanze" w Garmisch-Partenkirchen.

Oficjalny rekord skoczni wynosi 143,5 m i należy do Simona Ammanna. Dziesięć lat później jego wynik wyrównał Norweg Marius Lindvik.

Środa, 31 grudnia 2025
godz. 11.00 - oficjalny trening,
godz. 16.00 - kwalifikacje.

Czwartek, 1 stycznia 2026
godz. 12.30 - seria próbna;
godz. 14.00 - pierwsza seria konkursowa (system KO). ©℗

Igloopol nie ma dużej straty do 2. miejsca i z pewnością będzie walczył do samego końca

Łukasz Guźda
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA. **Na piątym miejscu rundę jesienną zakończył Igloopol. Strata do drugiego miejsca wynosi dwa oczka i to powinno być celem „Morsów" na wiosnę.**

FOT. KAMIL KRUKIEWICZ

Piłkarze Igloopolu nie mają dużej straty do 2. miejsca i właśnie na odrobieniu tej straty „Morsy" się skupią

Igloopol, który ma najmłodszą kadrę w lidze w zimie nie powinien szaleć na rynku transferowym. Być może do drużyny „Morsów" dołączy nowy napastnik. - Rozglądamy się za napastnikiem, do rywalizacji z Dorianem Buczkiem. Trener Szymczak rozmawia z nowymi zawodnikami. Na razie bez konkretów, ale to jest główna pozycja na którą szukamy wzmocnienia – mówi Rafał Więcek, wiceprezes Igloopolu.

Ogółem kadra klubu powinna zostać wzmocniona dwoma, trzema zawodnikami. Wśród nich może być bramkarz, który podejmie rywalizację z Patrykiem Kusakiem i Filipem Potański. Dotychczasowy podstawowy golkiper, Maksymilian Lis, w tym sezonie najprawdopodobniej już nie zagra. W tym momencie odpoczywa on po operacji więzadeł. Do treningów powinien wrócić w maju, a realnie do gry powinien być gotowy na rundę jesienną nowego sezonu.

Ze względu na obowiązki zawodowe klub z Dębicy opuści Kacper Łoch, który już szuka sobie klubu w okręgówce dębickiej.

Niepewna przyszłość jest także przed skrzydłowym Jakubem Smoleniem, który jesienią notorycznie łapał kontuzje. Bardzo realnym kierunkiem w jego przypadku jest powrót do Czarnych Jasło.

- W tamtym sezonie niewiele nam brakło do drugiego miejsca. W tym sezonie strata do miejsca premiowanego grą w barażach po rundzie jesiennej jest nieco mniejsza. Potwierdzam, że będziemy walczyć o drugie miejsce, to jest nasz podstawowy cel. Żałujemy meczów ze Stalą Łańcutem, Cosmosem Nowotaniec i Czarnymi Jasło, bo sytuacja w tabeli byłaby jeszcze lepsza. Myślę, że pierwsze pięć, sześć meczów wiosny zweryfikuje o co gramy – dodaje włodarz „Morsów".
©℗

Mikołaj Marciniec: Z pewnością była to najlepsza runda

Michał Czajka
michal.czajka@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA. **- Każda bramka była ważna - mówi Mikołaj Marciniec, który jesienią zdobył 8 goli dla Izolatora Boguchwała.**

Za tobą świetna runda - najlepsza odkąd grasz?
Dużo ich nie było, bo jest to dopiero mój czawarty sezon w seniorskiej piłce, ale z pewnością była to moja najlepsza runda i mam nadzieję,że w przyszłości będą tylko lepsze.

Jakoś szczególnie się do niej szykowałeś?
Przygotowania były takie same jak do poprzednich sezonów. Myślę, że większy wpływ na mój wynik ma sposób w jaki gramy - trener dał mi założenia, w których czuję się dobrze, nie muszę stać wyłącznie w polu karnym i czekać na piłkę, mam większą swobodę w poruszaniu się na boisku. Ta duża ruchliwość w ataku też cechuje nas jako zespół dzięki czemu jesteśmy w stanie stwarzać sobie dużo sytuacji. Oczywiście muszę też podkreślić ważną rolę kolegów z drużyny, bo na brak podań nie mogłem narzekać i to dzięki nim udało mi się zdobyć tyle bramek. Myślę, że jakbym wykorzystał wszystkie okazje, które mi stworzyli, to pewnie miałbym jeszcze kilka bramek więcej.

Trochę goli zdobyłeś jesienią - którąś zapamiętasz szczególnie?
Myślę, że nie. Każda bramka była ważna, ale żadna nie zapadła mi szczególnie w pamięci. Bardziej cała otoczka tej zdobytej bramki - na przykład bramki dające zwycięstwa z Sokołem Nisko czy w końcówce meczu z Łowiskiem. Podobnie jak trzy gole z Wiśniową kiedy zdobyłem mojego pierwszego hattricka, ale tak jak mówię, to bardziej momenty, które zapadły mi w pamięci niż bramki same w sobie.

To twój drugi sezon w Boguchwale - dobrze się czujesz w tym klubie?
Bardzo. Mamy stosunkowo młodą szatnię i każdy się bez problemu dogaduje. Panuje bardzo dobra atmosfera w szatni jak i na treningach. Każdy z nas wie, kiedy jest czas na pracę i należy się skupić, a kiedy jest czas na żarty i można się pośmiać. Komunikacja z zarządem jest dobra, więc tutaj też nie ma na co narzekać. Ja sam czuję duże wsparcie i zaufanie ze strony klubu, trenerów i kolegów z drużyny, co mnie bardzo buduje i motywuje do dalszej pracy.

Izolator to zespół preferujący grę odważną - tobie jako napastnikowi chyba bardzo to pasuje.
Myślę, że pozycja tutaj nie ma znaczenia. Wydaje mi się, że każdy zawodnik chciałby grać w zespole, który chce grać w piłkę, woli grać podaniami i utrzymywać się przy piłce tak jak my staramy się to robić. Taki styl też bardziej przyciąga uwagę, a wiadomo, że zawsze lepiej grać dla większej publiczności. Oczywiście ja jako napastnik korzystam z tego, w jaki sposób gramy, a w tym sezonie bardzo dobrze nam to wychodzi.

Gdzie czujesz się najlepiej - na środku ataku czy jednak z boku?
Zdecydowanie na środku ataku. Dobrze czuję się tyłem do bramki i jest to moja mocna strona. ©℗

FOT. MICHAŁ CZAJKA

- Myślę, że większy wpływ na mój wynik ma sposób w jaki gramy - przyznaje napastnik „Izolacji" Mikołaj Marciniec

eprasa.pl afa40de7f2

SPORT

www.sportowy24.pl

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC 1 LIGA
Zmiany w sztabie szkoleniowym Stali Mielec
Zgodnie z zapowiedziami, pierwszy trener Stali Mielec Ireneusz Mamrot przebudowuje swój sztab szkoleniowy. Z mieleckim klubem pożegnał się trener bramkarzy Kamil Beszczyński (nz. obok). Beszczyński ma 40 lat, trenerem bramkarzy w pierwszym zespole Stali był od czerwca 2021 roku. Wcześniej pracował przy drużynach młodzieżowych w akademii mieleckiego klubu.

FOT. STAL MIELEC

PIŁKA NOŻNA
Głogovia bez trenera
Tomasz Bąk nie jest już trenerem Głogovii Głogów Małpolski - sam złożył rezygnację. Pracował od stycznia 2025. Po rundzie jesiennej Głogovia zajmuje 12. miejsce w rzeszowskiej „okręgówce".

Łukasz Lewkowicz: Jeśli już, to krzyczę raczej na sędziów niż na koszykarki

Tomasz Ryzner
t.ryzner@nowiny24.pl

KOSZYKÓWKA | 1 LIGA KOBIET. - **Nasze główne atuty to obrona i rzuty za trzy punkty - mówi Łukasz Lewkowicz, trener GMM Inox Merger Logistics Pantery Łańcut.**

Pantery wygrały 9 z 13 meczów w I rundzie, co daje 5. miejsce w tabeli. Mocno pan gdyba na półmetku fazy zasadniczej?
Jak na beniaminka, to dobry wynik, ale apetyt rośnie w miarę jedzenia. Dobrze weszliśmy w sezon, ale nie wszystko poszło po naszej myśli.

Których meczów szczególnie żal?
Dwóch wyjazdowych, z MKS-em Pruszków i MUKS-em Poznań. Można było to wygrać. Z drugiej strony mecze ze Spartą Ziębice czy z Akademią Gortata Gdańsk też mogły uciec.

Gdybanie może chyba też dotyczyć kontuzji?
Zdecydowanie. Bilans mógł być lepszy, gdyby udało się ich uniknąć. A tak, od listopada nie mogliśmy potrenować czy zagrać w pełnym składzie.

Atuty Panter to...
Obrona. Należymy do trójki drużyn tracących najmniej punktów. Zawsze można się do czegoś przyczepić, ale w tym elemencie było okej. Trudniej bywało wtedy, gdy nie grały kontuzjowane Martyna Pająk i Sylwia Wojtylas, kluczowe obwodowe.

Co najlepiej działa w ataku?
Nie odkryję Ameryki, gdy powiem, że stawiamy na rzuty za trzy. Mamy ich najwięcej trafionych w lidze, na dobrym procencie. Skład jest zbilansowany, ławka wiele wnosi. Gdyby tylko nie te kontuzje...

To pana pierwsza praca z kobietami. Jakie wrażenia?
Z każdym treningiem, meczem zbieram doświadczenie na tym polu. Wydaje mi się, że mniej więcej już wiem, jak powinienem postępować?

Krzyczy pan na koszykarki?
Jak trzeba. (śmiech) Nie należę do typu trenerów. Jeśli krzyczę, to już raczej na sędziów.

Przyzwyczaił się pan do tego, że w kobiecym baskecie piłka w oczywistych sytuacjach niekoniecznie wpada do celu?
Nauczyłem się, żeby nawet po świetnej akcji nie wyrywać się z brawami. Biję je wtedy, gdy piłka jest w koszu.

Na koniec pytanie męski basket, o Resovię (ŁL prowadził rzeszowian w 2. lidze - red.). Awansuje do fazy play-off.
Mocno jej kibicuję. Gra fajny basket, ale szyki psuje jej to, co i nam - kontuzje. ©℗

FOT. PANTERY ŁAŃCUT/FACEBOOK

- Szkoda dwóch meczów, z MKS-em Pruszków i MUKS-em Poznań - mówi po I rundzie trener Panter z Łańcuta

Twierdza Podpromie. Rysice już rok w lidze tylko tu wygrywają

Marek Bluj
sport@nowiny24.pl

SIATKÓWKA. **Siatkarki DevelopResu od ponad roku w hali na Podpromiu nie przegrały meczu ligowego. W 2026 chcą kontynuować tę świetną serię i obronić tytuł mistrzyń Polski. Są na dobrej drodze.**

FOT. KS DEVELOPRES RZESZÓW/FACEBOOK

Siatkarki DevelopResu potwierdzają, że są najlepszą drużyną w Tauron Lidze. W 2026 roku chcą kontynuować swoją zwycięską serię i obronić tytuł mistrzyń Polski

2025 był to bardzo dobry rok dla rzeszowianek, które zdobyły w nim pierwszy tytuł mistrzyń Polski, Puchar Polski i Superpuchar. Jedyną drużyną, która wygrała w mijającym roku (marzec 2025) w rzeszowskiej hali było włoskie A. Carraro Imoco Conegliano, późniejszy triumfator Ligi Mistrzyń, z którym Rysice przegrały w ćwierćfinale tych prestiżowych rozgrywek.

Rzeszowianki przez ligę i Puchar Polski przeszły w świetnym stylu. W tym sezonie przegrały tylko raz (2:3 z PGE Budowlanymi Łódź). Była to jedyna strata punktów. W pozostałych jedenastu meczach nasz zespół wygrywał za trzy punkty. Zakończył rok mocnym akcentem, bo zdecydowanym zwycięstwem nad BKS-em Bielsko-Biała 3:0. Spotkanie to oglądało blisko 3500 kibiców. Zawodniczki, wśród nich Julita Piasecka, która pierwsze sezon rozgrywa w barwach DevelopResu,nie musiały już zazdrościć kolegom z Asseco Resovii pełnych trybun.

-Był to dla mnie bardzo przyjemny czas. Bardzo się cieszę, że kończymy ten rok na pierwszym miejscu w tabeli. Do tej pory mamy na koncie dwie porażki, w Tauron Lidze z Budowlanymi Łódź i w Lidze Mistrzyń drużyną z Paryża. W przyszłym roku chce powrócić w rozgrywkach Ligi Mistrzyń na dobre tory oraz kontynuować passę wygranych w lidze - mówi Piasecka, której dyspozycja wyraźnie poszła w górę, rozegrała się na dobre i jest jedną z kluczowych zawodniczek DevelopResu i Tauron Ligi. - Moje pozasportoswe marzenia i życzenia na 2026 rok? Na pewno jest ich dużo, ale staram się ich nie zdradzać, zostawić dla siebie i spełniać powoli. Plany na Sylwestra? Treningi. Tak naprawdę spędzę Sylwestra na hali- kończy z uśmiechem siatkarka.

- W nowym roku chcemy grać jak najlepiej i wygrywać to, co jest do wygrania. Mam nadzieję, że powtórzymy mistrzostwo, czego wszyscy bardzo chcemy, będziemy o nie walczyć. To pierwsze smakowało bardzo dobrze - powiedziała Katarzyna Wenerska, rozgrywająca i czołowa postać lidera z Rzeszowa oraz całej ligi, który w sobotę, 3 stycznia o 19.30 zmierzy się na Podpromiu w meczu ćwierćfinału Pucharu Polski z Sokołem Mogilno, a 8 stycznia zagra na wyjeździe z SSC Palmberg Schwerin o punkty Champions League. - Styczeń i luty będą dla nas bardzo trudne, będzie dużo meczów i mało czasu na regenerację. Będziemy starać się jak najszybciej wygrywać swoje mecze i realizować postawione cele - dodaje pani Katarzyna. ©℗

Rzeszów gospodarzem rundy SEC na żużlu

Marek Bluj
sport@nowiny24.pl

ŻUŻEL. **Tauron Speedway Euro Championship opublikowało terminarz rozgrywek o Indywidualne Mistrzostwo Europy 2026. Jedna z rund odbędzie się w Rzeszowie.**

Rywalizacja ponownie odbędzie się na dystansie czterech rund. Dwie z nich odbędą się w naszym kraju, mianowicie pierwsza w Zielonej Górze i trzecia Rzeszowie. Oprócz Zielonej Góry i Rzeszowa, dwie pozostałe rundy cyklu zaplanowane zostały w Güstrow (Niemcy) i Pardubicach (Czechy), gdzie rozdane zostaną medale.

Oto kalendarz SEC 2026: I runda 18 lipca - Zielona Góra; II runda 5 września - Güstrow (Niemcy); III runda19 września - Rzeszów; IV runda 2 października - Pardubice (Czechy).

Tytułu mistrza Europy bronił będzie Patryk Dudek. Pewny udziału w czempionacie - jako jego stały uczestnik - jest Kacper Woryna. Kwalifikacje na SEC 2026 otrzymała najlepsza szóstka z SEC 2025. Oprócz dwójki biało-czerwonych znajdują się w tym gronie jeszcze Andrzej Lebiediew, Leon Madsen, Nazar Parnicki i Michael Jepsen Jensen. Pozostali kandydaci do jazdy w cyklu powalczą wcześniej w trzech rundach eliminacyjnych: 25 kwietnia w Mureck (Austria); 25 kwietnia w Stralsundzie (Niemcy) i 16 maja w Lamothe Landerron (Francja); a najlepsi wystąpią 13 czerwca w SEC Challenge we włoskim Lonigo.

Rzeszów był gospodarzem rundy SEC w 2013 r.; mistrzem Europy został Martin Vaculik.

FOT. SEC

Cykl SEC 2026 składał się będzie z czterech rund

eprasa.pl afa40de7f2