PLEBISCYT
GAZETY WROCŁAWSKIEJ
NA NAJLEPSZEGO SPORTOWCA
DOLNEGO ŚLĄSKA

WYBIERAMY SPORTOWCA I TRENERA ROKU
Rusza głosowanie! Dziś lista wszystkich nominowanych. Finał 27 lutego! **str. 14-15**

Poniedziałek
22.12.2025
Nr 296

Gazeta WROCŁAWSKA

www.gazetawroclawska.pl
Cena 5,50 zł
(w tym 8% VAT)

Szpitale łączą siły. Psychiatria w Legnicy i Złotoryi stworzą jedną, silną lecznicę **str. 4**

FOT. KARPACZ SKI ARENA

Stacje narciarskie w regionie są już gotowe, ale wciąż jest niewiele śniegu **str. 3**

Mariusz Iwański nie kupi Śląska Wrocław. Miasto nie chce sprzedać mu akcji klubu **str. 20**

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

DOLNY ŚLĄSK

Żbik europejski wrócił w Sudety.

Fotopułapka i DNA potwierdziły obecność drapieżników po stu latach nieobecności **str. 4**

FOT. HNUTI DUHA ŠELMY / UŻYCZONE

Nr ISSN 2353-6152 Nr indeksu 350-206

Echa wizyty prezydenta Ukrainy w Warszawie. Jaka przyszłość? **str. 8**

DOLNOŚLĄZACY ZAPŁACĄ WIĘCEJ ZA JEDZENIE I PREZENTY

Święta są droższe, niż były rok temu

Remigiusz Biały
remigiusz.bialy@polskapress.pl

Na zakupy przed nadchodzącymi świętami Bożego Narodzenia wydamy więcej, niż wydaliśmy rok temu. Zarówno za produkty spożywcze, jak i prezenty.

FOT. JAROSŁAW JAKUBCZAK

Za koszyk podstawowych produktów w 2024 roku przed świętami trzeba było zapłacić 438,67 zł. W tym roku płacimy średnio o 11,20 zł więcej, czyli 449,87 zł. To wzrost o 2,55 proc. Pokrywa się to z oficjalnymi danymi dotyczącymi inflacji. Jak podał GUS, w listopadzie 2025 roku była ona na poziomie 2,7 proc.

– Po miesiącach walki z dynamicznym wzrostem cen, wskaźnik cen towarów i usług konsumpcyjnych (CPI) trafił idealnie w „środek tarczy", czyli punktowy cel inflacyjny Narodowego Banku Polskiego. Dezinflacja w końcówce roku nabrała wiatru w żagle, co jest doskonałym prognostykiem przed wejściem w 2026 rok – wyjaśnia Mariusz Zielonka, główny ekonomista Konfederacji Lewiatan.

Jak podkreśla ekspert, kluczowe znaczenie ma jednak struktura miesięcznego koszyka inflacyjnego. Choć w ujęciu rocznym ceny rosną coraz wolniej, to listopad przyniósł kilka istotnych przetasowań. Największy wpływ na miesięczny wzrost wskaźnika miały paliwa do prywatnych środków transportu, które podbiły CPI o 0,11 pkt proc. W kolejnych miesiącach to właśnie paliwa mogą nadal negatywnie oddziaływać na dynamikę cen.

Ten efekt został jednak w dużej mierze zneutralizowany przez spadki cen w kategoriach szczególnie ważnych dla domowych budżetów. W listopadzie taniały przede wszystkim mięso, które obniżyło wskaźnik o 0,06 pkt proc., oraz – co jest typowe dla tej pory roku – turystyka zorganizowana.

– Uspokoiły się ceny w sklepach spożywczych – potężne spadki cen cukru (-12,6% r/r) oraz tłuszczów zwierzęcych (w tym masła) działają jak hamulec dla całego koszyka zakupów. W relacji rocznej tanieją też wieprzowina i sprzęt RTV/AGD, co daje realną ulgę domowym budżetom. Zamiast tego, drożyzna okopała się w usługach i specyficznych niszach: rekordy biją wołowina (wzrost o 22,2 proc. rok do roku) oraz kawa (+17,1 proc. w rok), a portfele kierowców drenują rosnące stawki ubezpieczeń i usług transportowych – dodaje Mariusz Zielonka. ©℗

Czytaj więcej na str. 6

REKLAMA 0011448171

eprasa.pl b5d481d5da

AUTOPROMOCJA 0011227934

Zamów **prenumeratę**
Gazeta Wrocławska 71 727 62 37
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gazetawroclawska.pl

Jutro wydanie świąteczne
Magazyn Puls

Kto wstanie od stołu, ten umrze - czyli święta w Czechach. - Historia o czeskim ateizmie to uproszczenie - mówi Jakub Medek, Czech mieszkający w Polsce.

Tadeusz Płatek
publicysta

PREZENTY, KTÓRYCH NIE DAJEMY

Idą święta, więc uaktywniają się eksperci. Wiadomo - nie ma udanych świąt bez opinii psychologa, który ładnie wytłumaczy, dlaczego to taki stresujący czas. Nie ma też choinki bez eksperta od savoir vivre'u. W tym roku trafiła mnie pani Irena Kamińska-Radomska. Arbitra elegantiarum wzięła się za prezenty, których dawać nie wolno. Według pani Ireny „wśród najczęstszych błędów prezentowych, które popełniamy, mogą być kosmetyki. Zwłaszcza te zapachowe. Ktoś może odebrać taki podarek jako przytyk do niewłaściwego zapachu." Serio?

Kolejnym zaskoczeniem jest twierdzenie, że „biznesowe prezenty nie mogą przekraczać kwoty 100 dolarów (...) czyli w przeliczeniu ok. 400 zł. W innym przypadku prezentu nie można przyjąć". Naprawdę? W układzie biznesowym, czyli relacji polegającej na pieniądzach, nie wolno dawać drogich prezentów? Gdy więc szef da nam paczkę za dolarów 200, powinniśmy grzecznie podziękować, że nie? A premie świąteczne? Też? Ekspertka dorzuca jeszcze zakaz piesków, z czym się akurat zgadzam, pomija wszak sprawy bardzo ważne - prezenty których rzeczywiście dawać nie powinno się. Oto moje uzupełnienie.

Narkotyki - o ile niektórym naszym krewnym mogą sprawić radość przy stole, o tyle inni, niewprawieni w temacie, mogą je niewłaściwie zastosować, doprowadzając się do zabawnych halucynacji, albo smutnego przedawkowania.

Broń biała i palna - może zabić, zwłaszcza w ten magiczny czas, który w Polsce jest też okazją do rozliczeń z własną przeszłością. Ktoś powie, nożem do karpia też można zabić, i to prawda, gdy jednak pod ręką ma się nabite magnum kaliber 45, to, przyznacie, aż korci, by całą rodzinkę powystrzelać jak kaczki.

Materiały radioaktywne - to substancje niebezpieczne, których posiadanie jest nielegalne. Rozumiem, że nie ma nic bardziej oryginalnego niż szczypta polonu, albo kilo wzbogaconego uranu, niemniej tego typu prezent, może się okazać dla obdarowanego kłopotliwy. Już lepiej wykupcie mu wycieczkę do Czarnobyla, niech sobie pójdzie do Czerwonego Lasu. Napromieniuje się tak samo, ale będzie miał trochę ruchu na świeżym powietrzu.

©℗

Społeczeństwo często wybacza zbrodniarzowi, nigdy nie wybacza marzycielowi.

Oscar Wilde, „Twarz, co widziała wszystkie końce świata"

LEGNICKIE MORSY

każdy szykuje się do świąt tak, jak lubi. Niektórzy zaczynają od iście zimowej zaprawy. Dziesięcioro odważnych „morsów" wskoczyło do lodowatej wody Jeziora Kunickiego w Ośrodku Wypoczynkowym Skibińscy Kunice.

Frekwencja była tak niska, gdyż pozostałe Legnickie Morsy wybrały się na otwarcie nowego ośrodka do morsowania w Rudnej Gwizdanów. A w Kunicach, po lodowatej kąpieli były kiełbaski, pierogi, krokiety z grilla. Legnickie Morsy spotykają się tu w każdą niedzielę o godzinie 12. **PK**

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

ROZMOWA DNIA

- Polska to mój drugi dom - mówi migrantka z Ukrainy

Chrystian Ufa
chrystian.ufa@polskapress.pl

Maria Andruchiw urodziła się w Ukrainie. Od ósmego roku życia uczęszczała do polskiej szkoły. Tam uczyła się polskiej tradycji i kultury. Na studia wyjechała do Polski i tutaj została.

Czy Ukraińcy boją się obecnie Polaków? Niedawno w Poznaniu doszło do skopania mężczyzny, który rozmawiał ze swoją partnerką po ukraińsku w tramwaju.

Nie chciałabym się wypowiadać w imieniu wszystkich Ukraińców. Ja się nie boję. Wiem, jakie mam prawa i obowiązki obywatelskie i na pewno będę się broniła, jeżeli ktoś zadecyduje, że nie mogę mówić w swoim języku lub komuś moja narodowość nie pasuje. Aczkolwiek wynika to z tego, że ja bardzo długo mieszkam w Polsce i to jest mój drugi dom. Mówię to absolutnie bez żadnego patetyzmu.

Jak odnosisz się do antyukraińskiej nagonki i zmiany relacji polsko-ukraińskich?

Mamy do czynienia z wieloma kategoriami społecznymi, które przyjeżdżają do Polski z różną motywacją i z różnych powodów. To też ma duży wpływ na to, jak te osoby się integrują w społeczeństwie. Aczkolwiek te zmiany społeczne, czyli pogorszenia relacji polsko-ukraińskich nie nastąpiły w 2022 roku. Uważam, że to pogorszenie zaczęło się w 2023, natomiast 2024 był rokiem nasilania się różnych narracji. 2025 to, niestety, rok ogromnej, skutecznej dezinformacji prorosyjskiej i nie tylko. Ona zaczęła diametralnie zmieniać nastroje społeczne. Niestety, za tymi zmianami w gorszą stronę idą też narracje polityczne i wypowiedzi różnych liderów partii politycznych, które bardzo często nie miały nic wspólnego z rzeczywistością. Były populizmem lub manipulacjami a - niestety - przyczyniły się do tego, że społeczeństwo zaczęło się jeszcze bardziej polaryzować. Widzę jednak, że na poziomie interpersonalnym wciąż potrafimy zachować bardzo dobre relacje. Współpracujemy, słuchamy siebie nawzajem, mamy szacunek do siebie. Te sytuacje, które się zdarzają, to raczej marginalne przypadki, aczkolwiek jeżeli nie będziemy reagować na nie, to pójdzie to w kierunku nasilania się tych tendencji.

Czy występują duże różnice między Polakami i Ukraińcami?

Łączy nas zdecydowanie więcej niż dzieli. Staram się zawsze podkreślić to, że musimy szukać wspólnych wątków, ale jednocześnie szanować to, że w wielu rzeczach możemy się różnić. To jest normalna, naturalna rzecz i trzeba do tego podchodzić z ogromnym szacunkiem. Mówię zarówno o Ukraińcach, jak i Polakach. Mamy bardzo dużo wątków kulturalnych, niemalże identycznych.

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Podobnie obchodzimy święta i podchodzimy do różnych rzeczy. Mamy dużo tematów, które są nam bliskie. Są też rzeczy, które nas różnią i o tym też trzeba rozmawiać i podchodzić do tego z szacunkiem.

W tobie była chęć integracji i poznania polskiej kultury?

Po przyjeździe do Polski bardzo chciałam się szybko zintegrować i zrozumieć swoich rówieśników. Zrozumieć, czym żyje Polska, jakie tutaj są nastroje, jak się obchodzi święta, jak się tu podchodzi do życia. Nie izolowałam się w swoim środowisku kulturalnym, bo wiedziałam, że nie tędy droga. Powinniśmy dążyć do integracji, w której każdy zachowuje swoją kulturę i ją pielęgnuje.

Początki życia na migracji wiązały się z komplikacjami?

To nie były komplikacje czy trudności. Dla mnie to były nowe rzeczy, których musiałam się nauczyć, czyli załatwianie różnych formalności. Nauczenie się tego jak działa - chociażby - rozliczenie podatku. Jednak na tej ścieżce zawsze towarzyszyły mi osoby, które mocno mnie wspierały i pomagały. Mówię tutaj zarówno o reprezentacji w instytucjach urzędowych jak i na uczelni, w pracy.

PRZYRODA

Osa zimą? Tak, to możliwe

Czy można być ukłutym przez osę w ostatnich dniach grudnia? Można. Wszystko przez śpiącą królewnę. Tak nazwałem pogrążone w stanie uśpienia królowe matki os. Pod koniec lata odbyły lot godowy. Jedyny miłosny kontakt w życiu. Król, czyli osi truteń, natychmiast po locie godowym ginie. Przekazał materiał genetyczny i jest niepotrzebny. Królowa ma więcej szczęścia. Jeśli znajdzie przytulne miejsce na zimowy sen, ma duże szanse doczekać wiosny. Potem założy nową rodzinę. Wracam zdarzenia. Stos poukładanego drewna kominkowego to wymarzone miejsce na zimową sypialnię. Polana pełne szczelin z odstającą korą. Żyć nie umierać. Pod warunkiem, że kawałki drewna nie trafią do paleniska. Zerkam na drewno. Nie lubię latających po domu much, złotooków czy szerszeni. I nie lubię palić ich w ogniu. Tak znalazłem śpiącą królewnę. Wyglądała marnie. Nieruchoma, ze zwiniętymi skrzydłami. Chciałem ją zanieść do altany, gdzie mogłaby doczekać wiosny. I popełniłem błąd. Za długo trzymałem owada w dłoni. Ciepło rozbudziło osę, a ta w samoobronie wbiła żądło w palec. Zabolało i to solidnie, choć miałem rękawiczkę. Kilkumilimetrowe żądło przeszło przez tkaninę jak przez masło. Jad mimo zimna nie stracił mocy. Przeżyłem, ale rana paliła żywym ogniem przez kilka godzin. Wszak to królewskie ukąszenie.

Grzegorz Tabasz

eprasa.pl b5d481d5da

nasz REGION

JELENIA GÓRA
Miasto w żałobie. Tłumy na pogrzebie Danusi
Na cmentarzy przy ulicy Sudeckiej w sobotę miało miejsce ostatnie pożegnanie 11-letniej Danusi, zamordowanej 5 dni wcześniej. **TRA**

NIELUBIA/GŁOGÓW
Auto wypadło z drogi i uszkodziło skrzynkę gazową
Na DK 12 osobowy ford ka wypadł z jezdni, staranował ogrodzenie i skrzynkę gazową, rozszczelniając ją. Interweniowali gazownicy, nikomu nic się nie stało. **ELKA**

FOT. BARTŁOMIEJ PRUSICKI

ZIĘBICE
Auto wjechało pod pociąg. Nie żyją dwie osoby
W Ziębicach (pow. ząbkowicki) osobowe kia wjechało na przejazd z zaporami, gdy przejeżdżał rozpędzony pociąg Intercity z Pragi do Gdyni. Zginęły dwie osoby. **KK**

Stacje narciarskie gotowe, ale śniegu jest mało

Alina Gierak
alina.gierak@polskapress.pl

Kto planuje szusowanie w czasie świąt w Karkonoszach i Górach Izerskich, będzie miał szansę. - O ile nie nastąpi ocieplenie. Trzymajcie kciuki za mróz - apelują w stacjach narciarskich.

Karpacz Ski Arena

Sezon rozpoczął się 22 grudnia. Ratraki pracują na pełnych obrotach, przygotowując trasę Liczykrupa.

- Trzymamy kciuki za mróz! Gdy temperatura spadnie, armatki pójdą w ruch i zaczniemy przygotowywać następne trasy - zapewniają w Ski Arena Karpacz.

Czynna jest kolej linowa Zbyszek i turyści mogą wjeżdżać na Kopę. Kolej jest czynna od godz. 9 do 15.30.

Ski Arena Szrenica

Technicznie dopięta na ostatni guzik. Wszystkie koleje i wyciągi przeszły przeglądy i odbiory techniczne. Kolej linowa na Szrenicę pracuje w trybie turystycznym.

Narciarze czekają na dobre warunki na trasie Puchatek. Niestety, warunki pogodowe nie pozwalają jeszcze na rozgarnięcie zmagazynowanego śniegu. W nocy temperatura przy dolnej stacji kolei wahała się w okolicach +1°C, a przy górnej stacji na Szrenicy było +4°C.

- Gdy temperatura spadnie poniżej zera i warunki pozwolą na pracę armatek, ruszamy z naśnieżaniem stoków - zapewniają w Ski Arena Szenica.

Winterpol Biały Jar Karpacz

Stacja działa codziennie w godzinach 9 - 21. Mowa o wyciągu, stokach, wypożyczalniach, szkołach narciarskich i punktach gastronomicznych.

FOT. WINTERPOL BIAŁY JAR

W Białym Jarze w Karpaczu można jeździć na nartach codziennie.

Uwaga! 24 grudnia stacja będzie czynna od godz. 9 do 16.

Sylwester na stoku Biały Jar

Można już planować sylwestra na stoku Biały Jar. To propozycja dla osób, które nie przepadają za domówkami, balami czy witaniem nowego roku na miejskich skwerach i rynkach. Sylwester na stoku nie wymaga rezerwacji i jest dostępny dla wszystkich.

Aby skorzystać z oferty Sylwester na stoku należy 31 grudnia kupić w kasie ośrodka specjalny karnet ważny w godzinach 19 - 1 w cenie 140 PLN normalny i 120 PLN ulgowy. Tego dnia wszystkie pozostałe karnety z cennika są ważne do godziny 21.

W noc Sylwestrową czynne będą również wypożyczalnie M&M Karpacz, Bistro & Grill Bar WinterFood przy Villi Winterpol oraz Restauracja Dziki Wodospad wraz z Ski Barem, gdzie na zewnątrz będzie grał Dj.

W Nowy Rok (od 1 stycznia) Stacja Narciarska będzie czynna tak jak zawsze - czyli codziennie od 9 do 21.

Ski &Sun w Świeradowie-Zdroju

Na Stogu Izerskim czynna jest nartostrada. Można szusować od godz. 9 do 16. Nocne jazdy są od godz. 18 do 21.

Kto nie jeździ na nartach, może wjechać na szczyt koleją gondolową, by z tarasu widokowego podziwać Góry Izerskie.

Stacja Rodzinna Ski Czarnów

Działa także Super Stacja Czarnów. Czynna jest trasa Alpejska (pokrywa śniegu 30-70 cm) oraz trasa dla dzieci i wyciąg Wiktorek.

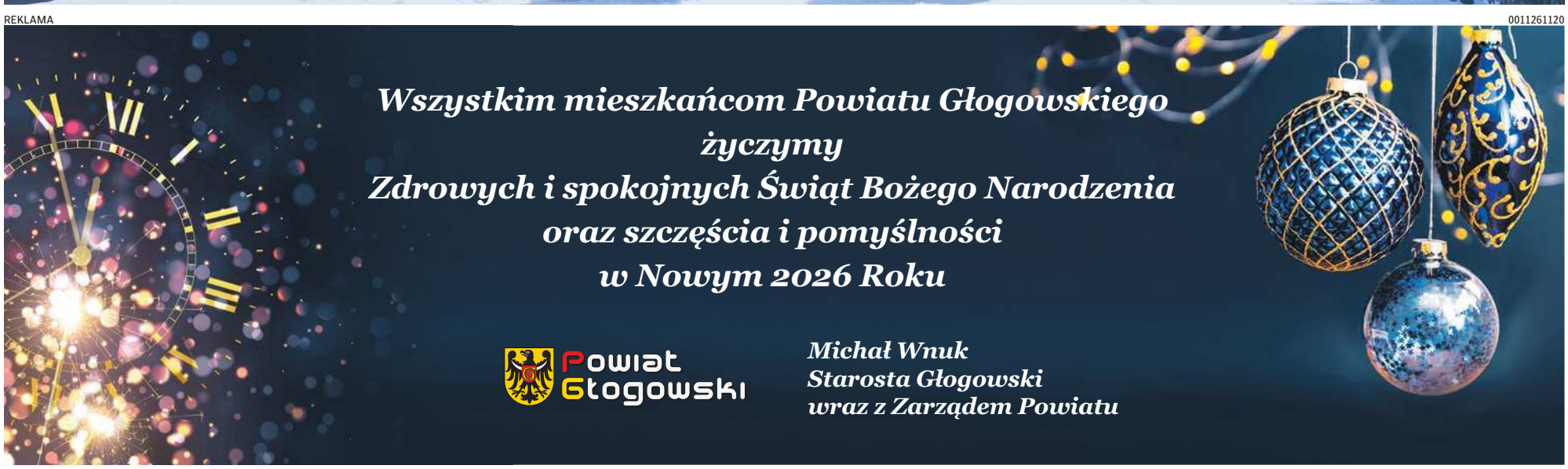
Pozostałe trasy czekają na mróz, by ruszyć z naśnieżaniem. Przy dodatnich temperaturach nie ma to sensu.

Stacja jest czynna od godz. 11 do 21.

©℗

REKLAMA 0011451824

REKLAMA 0011261120



eprasa.pl b5d481d5da

Szpitale łączą siły. Zaczął się nowy etap psychiatrii w Legnicy i Złotoryi

Piotr Krzyżanowski
piotr.krzyzanowski@polskapress.pl

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Legnicy zostanie połączony z Wojewódzkim Szpitalem Psychiatrycznym w Złotoryi. Taką decyzję podjął Sejmik Województwa Dolnośląskiego.

Połączenie oznacza jeden silniejszy szpital. Bez zamykania oddziałów i bez przerw w leczeniu. Całość operacji zakończy się do końca I kwartału 2026 r.

- Do zmian przygotowywaliśmy się od blisko dziesięciu miesięcy - mówi Maciej Leszkowicz, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Legnicy. - Powołaliśmy wspólny zespół roboczy i współpracowaliśmy z załogą szpitala w Złotoryi, dyrektorem i Radą Społeczną. Ta decyzja wpisuje się w reformę ochrony zdrowia. Dziś szanse na stabilny rozwój mają przede wszystkim duże, wielospecjalistyczne ośrodki.

Połączenie przyniesie konkretne korzyści dla pacjentów. Podniesie się jakość opieki medycznej - dostępność do specjalistów, szybsza diagnostyka i lepsza koordynacja leczenia. Współpraca lekarzy różnych specjalności pozwoli na bardziej spójne i skuteczne leczenie pacjentów, zwłaszcza w przypadkach współistnienia chorób psychicznych i innych schorzeń zdrowotnych.

Wspólne zarządzanie poprawi również efektywność finansową i ułatwi realizację nowych inwestycji. Silniejszy szpital zyska także lepszą pozycję w rozmowach z Narodowym Funduszem Zdrowia.

Legnicka psychiatria już dziś jest zauważana w skali kraju. Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Legnicy znalazł się w gronie 20 placówek objętych ogólnopolskim pilotażem Rzecznika Praw Pacjenta.

Równolegle szpital realizuje jedną z największych inwestycji psychiatrycznych w regionie - budowę Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych za blisko 50 mln zł, zaplanowaną na lata 2026-2029. Już dziś w placówce funkcjonują oddziały: Psychiatryczny Ogólny oraz Psychiatrii Dziennej. ©℗

Po stu latach nieobecności żbik europejski wrócił w Sudety

Michał Perzanowski
michal.perzanowski@polskapress.pl

Żbik europejski - jeden z najrzadszych drapieżników Europy Środkowej - znów pojawił się w Sudetach. Jego obecność potwierdzono w Górach Łużyckich, na pograniczu Czech, Niemiec i Polski.

FOT. HNUTÍ DUHA ŠELMY / UŻYCZONE

Powrót żbika w Sudety potwierdzają fotopułapki i analizy genetyczne DNA pobrane z próbek sierści i odchodów

Pierwsze sygnały o obecności żbika (czes. koćka divoka) w Górach Łużyckich pojawiły się zimą 2022 r. Wolontariusze z czeskiej organizacji Hnutí DUHA Šelmy natrafili wtedy na tropy, których nie dało się jednoznacznie odróżnić od śladów kota domowego. Stały się one wskazówką do ustawienia fotopułapki.

Nagrania z kamer potwierdziły obecność pary żbików. Samcowi nadano imię Jonáš, a samicy - Tonka. Co więcej, fotopułapki zarejestrowały też co najmniej trzy kocięta.

Ostateczne potwierdzenie przyszło wraz z analizą genetyczną próbek sierści i kału znalezionych w terenie. Badania przeprowadzili specjaliści z Instytutu Biologii Kręgowców Czeskiej Akademii Nauk, którzy wyjaśnili, na czym polega różnica.

- DNA z próbek sierści i kału potwierdziło obecność samca żbika - wyjaśnia Kristýna Chroboková z organizacji Hnutí DUHA Šelmy, cytowana przez portal iROZHLAS.

Jak podkreślają naukowcy, analiza DNA pozwala jednoznacznie odróżnić żbika od kota domowego i wykryć ewentualne mieszańce. W tym przypadku wynik nie pozostawił wątpliwości - Jonáš jest czystym żbikiem.

- Krzyżowanie się z kotem domowym stanowi zagrożenie dla populacji żbika. Jak dotąd nie odnotowaliśmy jednak w Czechach żadnego hybrydowego osobnika w analizach genetycznych - wyjaśnia nam Jarmila Krojerová z Instytutu Biologii Kręgowców Czeskiej Akademii Nauk.

Badania genetyczne ujawniły także pochodzenie żbika z Gór Łużyckich. - Samiec z Gór Łużyckich jest spokrewniony z rodziną żbika z Niemiec. Potwierdza to, skąd osobniki rozprzestrzeniają się do nas - tłumaczy Krojerová.

Żbik jest jednym z najrzadszych ssaków czeskiej fauny i figuruje na krajowej Czerwonej liście jako gatunek krytycznie zagrożony. Od kota domowego różni się m.in. krótkim, masywnym ogonem z pręgami i tępą końcówką, cienką linią wzdłuż grzbietu i szarobrązowym lub szarożółtym umaszczeniem.

W Polsce żbiki występują m.in. we wschodnich Karpatach, Bieszczadach i w Beskidzie Niskim, ale w okolicy pogranicza czesko-niemiecko-polskiego nie były widziane od ponad 100 lat. W XIX i XX wieku zniknęły w wyniku polowań, intensywnej gospodarki leśnej i przekształcania naturalnych lasów w świerkowe monokultury.

Jak podkreślają naukowcy, powrót żbika to dobra wiadomość dla ekosystemu. Drapieżnik ten poluje głównie na drobne gryzonie, pomagając chronić lasy i uprawy oraz utrzymywać naturalną równowagę przyrody. ©℗

0011455407

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość
o śmierci

Mamy

pana doktora

Adama Domanasiewicza

W tych trudnych chwilach łączymy się w smutku i bólu
z Doktorem oraz wszystkimi Bliskimi.

Zarząd Polskiego Towarzystwa
Chirurgii Rekonstrukcyjnej Narządu Ruchu

Dziś pożegnamy

Pogrzeby
22 grudnia 2025

● **PSIE POLE**
Helena Kryczka g. 10
Marzanna Grabia g. 12

● **PAWŁOWICE**
Marek Jaskólski g. 11
Danuta Szwagrzyk g. 12

Zarząd Cmentarzy Komunalnych,
pl. Strzelecki 19/21, 50-224 Wrocław

REKLAMA 0410707709

ZAKŁADY POGRZEBOWE

● **„ABEL"** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowa organizacja pogrzebów i kremacji. Całodobowe przewozy zmarłych z domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe, kom. 502-922-708, 71/ 355 92 23 ul. Św. Wincentego 10 A.

● **„ADORIA"** Usługi Pogrzebowe. Tanio, profesjonalnie i bezgotówkowo. Całodobowy odbiór ciała z dowolnego miejsca. Pożegnania i kremacje. Obsługa ekskluzywnym karawanem. Biuro na terenie cm. Osobowice 59a - wszystkie sprawy w jednym miejscu. Tel. całodobowy 71 352 52 05 lub 503 33 83 84.

● **„ANUBIS"** – kompleksowe usługi pogrzebowe - profesjonalnie - bezgotówkowo. Dom Pogrzebowy, biuro i własna kaplica i chłodnia, organizowanie pożegnań przed kremacją oraz czuwanie przy zmarłym przed pogrzebem tradycyjnym w godzinach dogodnych dla klienta. Wrocław, ul. Szpacza 32/34, tel. 71 350 01 01 całodobowy. Biuro: Wrocław, ul. Dubois 20, Wróblowice, ul. Stawowa 5. Całodobowe przewozy zmarłych kraj i zagranica. Załatwianie formalności również w domu klienta. Telefony całodobowe 71 328 83 85, 723 030 303.

● **„ARCHON"**– Zakład Pogrzebowy tel. 71 332 60 60 – całodobowe przewozy zmarłych. Własna chłodnia i kaplica, rozliczenia bezgotówkowe, wyrabianie aktów zgonu i wszystkich formalności ZUS i USC. Obsługa ceremonii pogrzebowych ekskluzywnym karawanem Mercedes Pilato gratis. Nasze oddziały: Włodkowica 37, Hallera 112, Bogusławskiego 33, Traugutta 67, Skłodowskiej-Curie 49, Kiełczowska 90 (cm. komunalny), Krzywoustego 287, Trzebnicka 67, ul. Grabiszyńska 101, ul. Zaporoska 83, www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **„WITWICCY"** Zakład Usług Pogrzebowych, Producent Trumien. Całodobowy przewóz zmarłych. Rozliczamy ZUS, KRUS, WBE, MSWiA w zakładzie. Własna chłodnia. Kompleksowo. Solidnie! Wrocław Borowska 254 - naprzeciw Akademii Medycznej, Wrocław Kościuszki 67/1a – róg Gwarnej, Krzyżowice ul. Główna 14 gm. Kobierzyce, Sobótka ul. Św. Anny 19/1, 71/889-00-60, www.zakladpogrzebowy24.pl

● **CAŁODOBOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH** dla miasta Wrocławia i Dolnego Śląska. Najniższe ceny. Tel. 502-922-708, 71 322-60-16.

● **KREMATORIUM – ARCHON**, ul. Kiełczowska 90, tel. 71 345 73 43 - całodobowo. Kompleksowe usługi kremacyjne i pogrzebowe, ustalanie terminów. Całodobowy odbiór osób zmarłych z domu, szpitali, hospicjów. www.krematorium.wroclaw.pl

● **MIĘDZYNARODOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH**, tel. 71/332-60-60 – całodobowo. Przewóz zmarłych i prochów z państw całego świata. Załatwiamy wszelkie pozwolenia i formalności. Posiadamy licencję na tranport zmarłych z Francji. www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **ROCH** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowo, kompleksowo. Całodobowe przewozy zmarłychz domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe 71/322 60 16, kom. 502-922-708, Wrocław, ul. Św. Wincentego 10 a (dawna Obrońców Pokoju).

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

eprasa.pl b5d481d5da

MATERIAŁ INFORMACYJNY NASK

0011448173

Domena .pl jako cyfrowa wizytówka – bezpieczeństwo, lokalność, wiarygodność

Dziś niemal każda relacja z marką, firmą czy organizacją zaczyna się w internecie. Zanim zadzwonimy, napiszemy maila czy złożymy zamówienie, najpierw sprawdzamy: kim są, jak się prezentują i czy można im zaufać. Właśnie dlatego domena internetowa przestała być technicznym dodatkiem, a stała się fundamentem obecności w sieci. To ona jest pierwszym sygnałem profesjonalizmu, wiarygodności i stabilności - między innymi dlatego warto postawić na domenę .pl.

Czym jest domena .pl i kto za nią stoi?
.pl to polska domena krajowa najwyższego poziomu (ang. ccTLD country code top-level domain). Jej operatorem jest Rejestr domeny .pl, działający w ramach NASK, instytutu odpowiedzialnego m.in. za rozwój i bezpieczeństwo polskiej infrastruktury internetowej. To ważne zaplecze instytucjonalne sprawia, że domena .pl funkcjonuje w oparciu o jasne zasady, wysokie standardy jakości i europejskie regulacje. Dla użytkownika oznacza to stabilność, przewidywalność i realne wsparcie ekspertów.

Statystyki i kontekst europejski
Domena .pl od lat znajduje się w czołówce europejskich domen krajowych – zarówno pod względem liczby aktywnych nazw, jak i stabilności działania. To potwierdzenie, że wybór domeny .pl jest decyzją opartą na sprawdzonych rozwiązaniach, a nie chwilowym trendzie.

Zgodnie z danymi Rejestru domeny .pl, obecnie w NASK zarejestrowanych jest ponad 2,5 mln domen .pl. W 2024 roku Rejestr odnotował znaczny wzrost liczby aktywnych nazw. Zarejestrowano wtedy niemal 770 tysięcy domen więcej w porównaniu z rokiem poprzednim. To ponad 2 tysiące rejestracji dziennie! Rosnąca popularność domeny z końcówką .pl umacnia stabilną pozycję Polski w czołówce europejskich rejestrów krajowych.

Dlaczego domena .pl buduje zaufanie?
Z perspektywy odbiorcy domena .pl to jasny komunikat: „działamy w Polsce, znamy lokalny rynek, podlegamy europejskim zasadom". W czasach, gdy użytkownicy są coraz bardziej wyczuleni na oszustwa i fałszywe strony, taka transparentność ma ogromne znaczenie. Domena .pl wzmacnia wiarygodność, skraca dystans i buduje poczucie bezpieczeństwa – szczególnie w relacjach z polskimi klientami i partnerami.

Strona www a profile w mediach społecznościowych
Media społecznościowe są ważnym narzędziem komunikacji, ale nie zastąpią własnej domeny. Profil w serwisie społecznościowym nie należy w pełni do marki – podlega regulaminom, algorytmom i decyzjom platform. Strona internetowa oparta na własnej domenie .pl to niezależna i stabilna forma obecności online – miejsce, nad którym właściciel ma pełną kontrolę i które może rozwijać zgodnie ze swoją strategią.

Bezpieczeństwo domeny .pl
Jednym z kluczowych atutów domeny .pl jest bezpieczeństwo. Rejestr domeny .pl spełnia międzynarodowe normy ISO, co potwierdza wysoką jakość operacyjną i stabilność systemów. Domena .pl jest także zgodna z wymogami dyrektywy NIS2. Dodatkowo użytkownicy nazw domeny .pl mogą korzystać z rozwiązań, takich jak DNSSEC, które m.in. chroni przed przechwyceniem ruchu internetowego, czy też .pl Registry Lock – zabezpieczenia uniemożliwiającego nieautoryzowane zmiany dotyczące domeny.

IDN – domeny z polskimi znakami
Rejestr domeny .pl umożliwia rejestrację nazw z polskimi znakami diakrytycznymi, takimi jak ą, ć czy ł. To rozwiązanie pozwala jeszcze lepiej oddać nazwę marki, miejscowości czy inicjatywy i wzmocnić jej lokalny charakter. W wielu przypadkach to właśnie domena z polskimi znakami jest najbardziej naturalna i czytelna dla odbiorcy.

Korzyści biznesowe i wizerunkowe
Własna domena .pl to inwestycja w profesjonalny wizerunek. Ułatwia budowanie zaufania, wzmacnia rozpoznawalność marki i wspiera długofalowe relacje z klientami. Jest też podstawą działań marketingowych, sprzedażowych i komunikacyjnych – niezależną od zmiennych warunków platform zewnętrznych. Domena staje się cyfrową wizytówką, która pracuje na reputację marki każdego dnia.

Jak zarejestrować domenę lub zostać rejestratorem?
Rejestracja domeny .pl jest prosta i dostępna dla każdego. Firmy zainteresowane współpracą mogą przystąpić do Programu Partnerskiego NASK i zostać rejestratorem nazw domeny .pl.

Domena to dziś znacznie więcej niż element adresu strony internetowej. To fundament zaufania, bezpieczeństwa i profesjonalizmu w sieci. Domena .pl łączy lokalność z najwyższymi europejskimi standardami. Dlatego coraz częściej to właśnie .pl staje się świadomym wyborem marek, firm i organizacji.

eprasa.pl b5d481d5da

Boże Narodzenie: za jedzenie i prezenty zapłacimy więcej

Remigiusz Biały
remigiusz.bialy@polskapress.pl

Na zakupy przed nadchodzącymi świętami Bożego Narodzenia wydamy więcej, niż wydaliśmy rok temu. Nie wszystko jednak podrożało.

Ciąg dalszy ze str. 1

Dane o cenach żywności pochodzą od Urzędu Statystycznego we Wrocławiu.

Ile za ryby

● 1 kg karpia (żywy lub chłodzony) kosztuje średnio 49,36 zł. To o 3,7 proc. więcej, niż przed rokiem.

● Filety śledzia kosztują 23,59 zł za 1 kg - to kilkugroszowy spadek względem zeszłego roku.

● Cena za 100 g łososia wędzonego w płatach lub plastrach kosztuje 14,21 zł i spadła o 1,6 proc.

● Łosoś świeży w postaci schłodzonych filetów czy dzwonków staniał z 95,41 zł na 90,53. Spadek o 5,1 proc.

Te produkty podrożały

● Kawa naturalna ziarnista (500 g) - z 35,89 zł na 48,49 zł, czyli o 35,1 proc.

● Czekolada mleczna bez dodatków (100 g) - z 5,86 zł na 8,29 zł, czyli o 41,5 proc.

● Ogórki kiszone lub kwaszone (1 kg) - z 10,56 zł na 11,79 zł, czyli o 11,7 proc.

● Kapusta kiszona lub kwaszona biała (1 kg) - z 7,00 zł na 7,66 zł, czyli o 9,4 proc.

● Chleb mieszany pszenno-żytni (500 g) - z 5,51 zł na 5,67 zł, czyli o 2,9 proc.

● Krokiety lub paszteciki (500 g) - z 11,84 zł na 12,62 zł, czyli o 6,6 proc.

● Jaja (1 szt.) - z 1,01 zł na 1,17 zł, czyli o 15,8 proc.

● Pomarańcze (1 kg) - z 7,57 zł na 8,28 zł, czyli o 9,4 proc.

● Sernik (1 kg) - z 44,58 zł na 46,68 zł, czyli o 4,7 proc.

● Orzechy włoskie łuskane (100 g) - z 8,54 zł na 8,83 zł, czyli o 3,4 proc.

● Majonez (250 ml) - z 5,95 zł na 6,06 zł, czyli o 1,8 proc.

● Cebula (1 kg) - z 3,65 zł na 3,67 zł, czyli o 0,5 proc.

Nie wszystko poszło w górę

Ceny względem 2024 roku spadły za:

● Grzyby suszone (100 g) - z 42,67 zł na 41,18 zł, czyli o 3,5 proc.

● Masło (200 g) - z 9,06 zł na 8,73 zł, czyli o 3,6 proc.

● Migdały (100 g) - z 9,17 zł na 8,83 zł, czyli o 3,7 proc.

● Jabłka (1 kg) - z 5,39 zł na 5,12 zł, czyli o 5,0 proc.

FOT. REMIGIUSZ BIAŁY

Za karpia na wigilijny stół zapłacimy nieco więcej, niż płaciliśmy rok temu. Ale za to łosoś, czy śledzie są tańsze niż w 2024 roku.

● Mandarynki (1 kg) - z 9,84 zł na 9,27 zł, czyli o 5,8 proc.

● Groszek konserwowy w puszce (400 g) - z 4,28 zł na 4,02 zł, czyli o 6,1 proc.

● Pietruszka (1 kg) - z 9,06 zł na 8,28 zł, czyli o 8,6 proc.

● Marchew (1 kg) - z 3,68 zł na 3,36 zł, czyli o 8,7 proc.

● Rodzynki (100 g) - z 3,37 zł na 3,07 zł, czyli o 8,9 proc.

● Buraki (1 kg) - z 3,11 zł na 2,82 zł, czyli o 9,3 proc.

● Seler (1 kg) - z 7,40 zł na 6,43 zł, czyli o 13,1 proc.

● Ziemniaki (1 kg) - z 2,44 zł na 1,86 zł, czyli o 23,8 proc.

Za kosz podstawowych produktów w 2024 r. przed świętami trzeba było zapłacić 438,67 zł. W tym roku płacimy o 11,20 zł więcej

Droższe także prezenty...

Z danych GUS dotyczących woj. dolnośląskiego wynika, że większość popularnych artykułów prezentowych zdrożała rok do roku.

Najbardziej wzrosły ceny książek beletrystycznych - o ponad 22 proc., z 45,03 do 54,95 zł za egzemplarz. Wyraźnie więcej zapłacimy również za klocki typu „Lego" - średnio o niemal 18 proc., a także za portfele męskie ze skóry (wzrost o 13,5 proc.) i damskie rękawiczki ze skóry, które zdrożały o blisko 13 proc. W górę poszły także ceny gier planszowych (o 9,5 proc.), męskich swetrów (o 6,7 proc.) oraz klasycznych prezentów świątecznych, takich jak bombonierki, które podrożały o ponad 5 proc. Droższe są również zegarki męskie - choć wzrost cen jest tu umiarkowany i wynosi niespełna 5 proc. Symbolicznie, o około 0,3 proc., podrożały także męskie skarpety.

...ale nie wszystkie

Nie wszystkie prezenty jednak zdrożały. Spadki cen dotyczą głównie części zabawek oraz sprzętu elektrycznego. Lalki typu „Barbie" lub „Sindy" potaniały o blisko 3 proc., a pluszowe zabawki - o 3,5 proc. Tańsze są również piłki nożne z tworzywa sztucznego (spadek o ok. 4 proc.), elektryczne golarki męskie (o niemal 5 proc.) oraz suszarki do włosów, których ceny obniżyły się o ponad 6 proc.

Mimo tych spadków, łączny koszt zestawu popularnych prezentów wzrósł rok do roku o około 3,7 proc. Oznacza to, że podobnie jak w przypadku żywności, także świąteczne upominki będą w tym roku wyraźnie droższe. ©℗

AUTOPROMOCJA 0111452133

AKCJA CHARYTATYWNA 0211435247

eprasa.pl b5d481d5da

REKLAMA

0011447593

Wine Wisely
Enjoy Fully

Przyjemność to wiedza i odpowiedzialność
Wybierając wino z oznaczeniem **ChNP (Chroniona Nazwa Pochodzenia) lub ChOG (Chronione Oznaczenie Geograficzne),** stawiamy na autentyczność, smak i jakość w każdym łyku.

Tożsamości jakości

ChNP: Produkcja, od winnicy do butelki, odbywa się w całości w tym samym regionie. Oznaczenie ChNP to certyfikat pochodzenia. Stwierdza, że wino jest produkowane w określonej, prawnie wyznaczonej strefie, z odmian dopuszczonych do użytku w regionie i metodami szanującymi lokalną tradycję. Każde wino z ChNP nosi ślad ziemi, która je zrodziła, aromat miejsca i pamięć o jego historii.

ChOG: Wino zawdzięcza swoją renomę i charakter swojemu pochodzeniu geograficznemu. Oznaczenie ChOG przypisuje się winom związanym z określonym pochodzeniem geograficznym i produkowanym z określonych odmian, na obszarach od całych dystryktów po małe jednostki lokalne.

Delektujemy się odpowiedzialnie

- Spożywamy wino **z umiarem i ze świadomością**
- Nie spożywamy alkoholu **w ciąży, przed prowadzeniem samochodu ani podczas przyjmowania leków**
- Wybieramy **markowe, certyfikowane wino,** a nie wino luzem o nieznanym pochodzeniu
- Dobre wino łączymy z dobrym posiłkiem i pijemy dużo wody

www.winewisely.eu
Wine Wisely

ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΟΥΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ
PROJECT CO - FINANCED BY THE EUROPEAN UNION AND GREECE

eprasa.pl b5d481d5da

KRÓTKO

PROKURATURA

Będzie nowy wniosek o ENA

Prokuratura nie odstępuje od ścigania Marcina Romanowskiego i złoży ponowny wniosek o zastosowanie wobec niego Europejskiego Nakazu Aresztowania - oświadczył w piątek prokurator generalny, szef MS Waldemar Żurek. Wcześniej tego dnia informowano o uchyleniu przez sąd ENA wydanego wobec Romanowskiego w grudniu ub.r.

Do decyzji sądu Żurek odniósł się na platformie X, podkreślając, że została podjęta „jednoosobowo, na posiedzeniu niejawnym, bez wiedzy i zawiadomienia prokuratury, co rodzi poważne wątpliwości proceduralne".

W ocenie Żurka „uzasadnienie postanowienia jest wewnętrznie sprzeczne i pozostaje w oczywistej kolizji z aktami sprawy".

Poseł PiS, były wiceminister sprawiedliwości Marcin Romanowski jest podejrzany w śledztwie dot. nieprawidłowości w Funduszu Sprawiedliwości. 19 grudnia 2024 roku Sąd Okręgowy w Warszawie wydał za posłem Europejski Nakaz Aresztowania.

POŻEGNANIE

Zmarł Michał Urbaniak

FOT. MATERIAŁY PRASOWE POLICJI

W sobotę, 20.12, w wieku 82 lat zmarł Michał Urbaniak - jazzman, kompozytor i aranżer. Zasłynął w świecie, nagrywając płytę „Tutu" z legendą jazzu Milesem Davisem. Nagrał kilkadziesiąt autorskich płyt, był twórcą muzyki do filmów. „Żył i czuł wielkimi nutami. Odszedł w wieku 82 lat" - napisała Dorota Dosia Urbaniak.

TURYSTYKA

Zamknęli szlak na Kasprowy

Od soboty Tatrzański Park Narodowy wprowadził istotne ograniczenie dla turystów odwiedzających Kasprowy Wierch. Do odwołania zamknięty został krótki, ale bardzo popularny odcinek żółto znakowanego szlaku pomiędzy kopułą szczytową Kasprowego Wierchu a górną stacją kolejki linowej PKL. Decyzja podyktowana jest względami bezpieczeństwa. TPN przypomina, że na szczyt Kasprowego Wierchu wciąż można dotrzeć, wybierając trasę przez Suchą Przełęcz i zimowy wariant podejścia na szczyt. Ten wariant jest dostępny wyłącznie wtedy, gdy pokrywa śnieżna chroni roślinność i glebę. Park apeluje o przestrzeganie komunikatów i zachowanie szczególnej ostrożności w górach.

Prezydent Zełenski z wizytą w Polsce. Padły ważne słowa

M. Koziestański, A. Jaros
Warszawa

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski przebywał w piątek w Warszawie. Spotkał się z najważniejszymi przedstawicielami polskich władz.

FOT. ADAM JANKOWSKI/POLSKA PRESS

Tusk i Zełenski spotkali się w Warszawie. Wśród tematów były wsparcie UE i odpowiedzialność Rosji za wojnę

Prezydent Ukrainy spotkał się z prezydentem Karolem Nawrockim oraz marszałkami Sejmu i Senatu - Włodzimierzem Czarzastym i Małgorzatą Kidawą-Błońską oraz premierem Donaldem Tuskiem.

Po spotkaniu z prezydentem Nawrockim Zełenski zadeklarował m.in. gotowość do przyspieszenia ekshumacji na Wołyniu oraz konsultacje w sprawie obrony przeciwdronowej.

O godz. 16 w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów odbyła się rozmowa w cztery oczy prezydenta Zełenskiego i premiera Tuska. Przed rozmowami szef polskiego rządu przypomniał, że Ukraina otrzyma 90 mld euro pożyczki z Unii Europejskiej na kolejne dwa lata. Jak podkreślił, środki te mają zostać spłacone dopiero po uzyskaniu przez Ukrainę reparacji od Rosji.

- To agresor musi zapłacić za wszystko, za wszystkie straty - zaznaczył Donald Tusk.

Donald Tusk podczas spotkania wyraził swoje uznanie dla Zełenskiego, mówiąc mu, że jest „bohaterem nie tylko na Ukrainie, ale też i w Polsce". „Również traktujemy cię jak bohatera (...). Twoja walka jest naszą wspólną walką" - podkreślił premier i dodał z uśmiechem, że wie, co mówi.

Prezydent Ukrainy natomiast stwierdził, że „najbardziej przerażające dla Rosji jest to, że jesteśmy razem". „Oni na pewno nie są w stanie pokonać nas obu" - skwitował.

Podziękował Polsce za wsparcie, którego udziela Ukrainie od początku wojny. Podkreślał również znaczenie decyzji podjętej w czwartek przez europejskich liderów w trakcie szczytu Unii Europejskiej - o udzieleniu Ukrainie wsparcia w formie pożyczki w wysokości 90 mld euro na kolejne dwa lata.

- Wzmacniacie Ukrainę, naszych żołnierzy i cywilów. Myślę, że Europa wykazała się przywództwem i jest to niezmiernie ważne - powiedział Zełenski. - Jest to bardzo mocna, silna pozycja. Dziękuję za to, że popieraliście nas - dodał.

Politycy nie uniknęli trudnych tematów. Premier: nie wszyscy Ukraińcy doceniają nasze wysiłki

Tusk zaznaczył, że Polska i Ukraina są sojusznikami. - Wspieramy Ukrainę z całych sił - podkreślił, wskazując, że Polska oraz Polacy wykonali „olbrzymie wysiłki" w celu obrony wspólnego interesu - niepodległości obu państw.

Zaznaczył jednocześnie, że Polacy i Ukraińcy „muszą wobec siebie wykazać maksimum zrozumienia i cierpliwości".

- Czasami mamy poczucie w Polsce, że nie wszyscy Ukraińcy doceniają nasze wysiłki. Czasami Ukraińcy mają poczucie, że u nas nastroje stały się trochę mniej proukraińskie. Tak, to wszystko prawda. My mamy sobie bardzo dużo do wyjaśnienia i z przeszłości. Musimy mieć wobec siebie bardzo dużo cierpliwości i zrozumienia - powiedział polski premier.

Dodał, że „musimy mądrze myśleć o naszej wspólnej przyszłości, ale to musi być oparte na wzajemnym szacunku i na wzajemnej przyjaźni". - Wszystko da się wyjaśnić, każdy ma tu swoją robotę do wykonania, ale nikt nie może zakwestionować tego wielkiego wspólnego interesu dwóch dumnych narodów - powiedział Tusk.

Spotkanie premiera z prezydentem Ukrainy stało wcześniej pod znakiem zapytania, ponieważ Donald Tusk reprezentował Polskę na unijnym szczycie w Brukseli. Obrady miały być kontynuowane kolejnego dnia, jednak zakończyły się w nocy.
PAP

Tak niemiecka telewizja opisuje prezydenta Karola Nawrockiego: „Silny człowiek wzorowany na Trumpie"

Aleksandra Jaros
LOkalizator

Niemiecka telewizja MDR opisała prezydenta Karola Nawrockiego jako polską wersję Donalda Trumpa. - Superpremier, który chce rządzić nad Tuskiem - czytamy w obszernym artykule.

Od momentu objęcia urzędu Nawrocki stara się narzucać nowe zasady i rozszerzać swoje uprawnienia poza wąskie ramy konstytucji - ocenia polskiego prezydenta niemiecka telewizja MDR.

W obszernym artykule napisano, że Karol Nawrocki stara się stworzyć wrażenie kierującego rządem, niczym „superpremier", który góruje nad Tuskiem. - Jednocześnie kreuje wizerunek „twardziela", który ma wszystko pod kontrolą - czytamy. Zwrócono uwagę na odmowę mianowania ambasadorów, powołania sędziów i podpisania awansu dla oficerów wywiadu.

Według niemieckiej telewizji Nawrocki wykorzystuje niejasne sformułowania polskiej konstytucji, aby uzyskać uprawnienia, których być może nie ma.

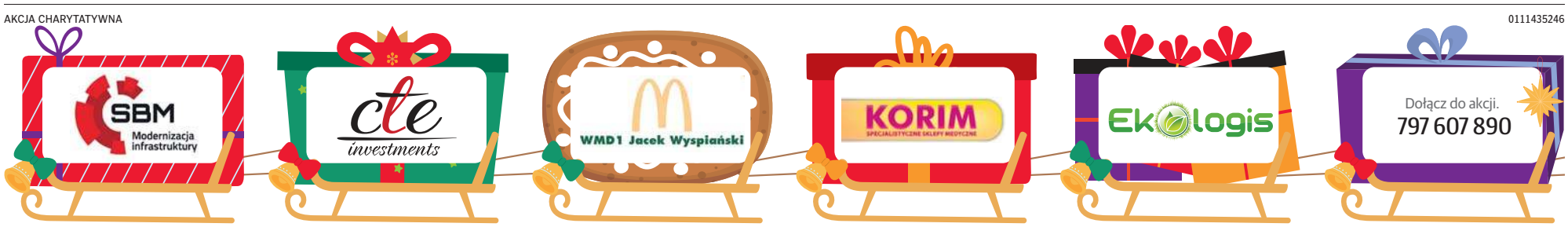
- Rola prezydenta jest przede wszystkim reprezentacyjna, uzupełniona prawem weta wobec ustaw. Podczas gdy poprzedni prezydenci korzystali z tego uprawnienia oszczędnie, Nawrocki wydaje się wykorzystywać je jako broń przeciwko rządowi Tuska - dodano w artykule.

Zdaniem niemieckiej telewizji podobieństwa do Trumpa są oczywiste i wiele wskazuje na to, że amerykański prezydent jest dla niego politycznym wzorem do naśladowania.

- Trumpa i Nawrockiego łączy żądza władzy i podobne konserwatywne poglądy - na przykład na temat imigracji, ról płciowych, praw osób LGBTQ i polityki klimatycznej - pisze MDR.

Zwrócono także uwagę, na dobre kontakty Nawrockiego z prezydentem USA.

AKCJA CHARYTATYWNA



0111435246

eprasa.pl b5d481d5da

Amerykanie zajęli kolejny tankowiec na Morzu Karaibskim. Wenezuela: to kradzież i porwanie

Grzegorz Kuczyński
Ukraina

To już drugi taki przypadek w tym miesiącu. Prezydent Donald Trump ogłosił, że nakazuje „blokadę" tankowców objętych sankcjami, które wpływają do Wenezueli i z niej wypływają

„Te działania nie pozostaną bezkarne" – stwierdzono w oświadczeniu rządu Wenezueli, dodając, że zamierza on złożyć skargę do Rady Bezpieczeństwa ONZ oraz „innych agencji wielostronnych i rządów świata".

Operacja została przeprowadzona przez Straż Przybrzeżną Stanów Zjednoczonych, podobnie jak operacja przeprowadzona na początku tego miesiąca. Statek został zatrzymany przez wyspecjalizowaną jednostkę taktyczną, gdy znajdował się na wodach międzynarodowych.

Sekretarz Departamentu Bezpieczeństwa Krajowego Kristi Noem, której departament nadzoruje Straż Przybrzeżną, opublikowała na X siedmiominutowe wideo z operacji, na którym widać amerykańskie helikoptery lądujące na pokładzie statku z napisem Centuries na burcie. To statek pływający pod banderą Panamy. Nie figuruje on na liście statków objętych sankcjami przez Departament Skarbu USA.

„Stany Zjednoczone będą nadal ścigać nielegalny transport ropy objętej sankcjami, która jest wykorzystywana do finansowania terroryzmu narkotykowego w regionie" – napisała Noem, dodając: „Znajdziemy was i powstrzymamy".

Stany Zjednoczone oskarżyły prezydenta Wenezueli Nicolasa Maduro o kierowanie organizacją terrorystyczną o nazwie Cartel de los Soles, czemu ten zaprzecza. Administracja Trumpa oskarża go i tę grupę o wykorzystywanie „skradzionej" ropy do „finansowania siebie, terroryzmu narkotykowego, handlu ludźmi, morderstw i porwań".

W piątkowym wywiadzie telefonicznym dla NBC News prezydent USA Donald Trump powiedział, że nie wyklucza możliwości wojny z Wenezuelą. Trump dodał, że nastąpią kolejne przejęcia tankowców. PAP

Nowe akta Epsteina: cenzura, dużo Clintona i mało Trumpa

Grzegorz Kuczyński
USA

Departament Sprawiedliwości Stanów Zjednoczonych opublikował w piątek nowy zbiór dokumentów dotyczących śledztwa w sprawie zmarłego finansisty i skazanego przestępcy seksualnego Jeffreya Epsteina.

Przed ujawnieniem dokumentów pojawiało się ważne pytanie: w jakim stopniu Trump będzie w nich obecny? On i Epstein byli przyjaciółmi i często się spotykali. Trump twierdzi, że pokłócili się w połowie pierwszej dekady obecnego wieku, przed pierwszym skazaniem Epsteina w 2008 roku.

W piątek opublikowano setki tysięcy stron dokumentów rządowych, w których nie ma prawie żadnych wzmianek o Trumpie. Departament Sprawiedliwości poinformował jednak, że w ciągu najbliższych dwóch tygodni opublikowane zostaną kolejne dokumenty.

Wstępna analiza przeprowadzona przez agencję Reuters wykazała, że w dokumentach znajduje się niewiele zdjęć Trumpa i niewiele wzmianek o nim. Znaleziono jedno zdjęcie Epsteina trzymającego czek z nazwiskiem Trumpa oraz inne zdjęcie wykonane w rezydencji Epsteina na Manhattanie, na którym widać egzemplarz książki Trumpa z 1997 r. pt. „Trump: The Art of the Comeback" w regale.

Nazwisko Trumpa pojawiło się na listach pasażerów prywatnego samolotu Epsteina, które znalazły się w pierwszej partii materiałów opublikowanych przez Departament Sprawiedliwości w lutym. Trump i kilku członków jego rodziny figuruje również w książce kontaktów Epsteina, która została upubliczniona podczas procesu Ghislaine Maxwell w 2021 r. Trump często zaprzeczał, jakoby dopuścił się jakichkolwiek wykroczeń w związku z Epsteinem lub miał wiedzę o jego przestępstwach, kiedy obaj spotykali się towarzysko na Florydzie.

Departament Sprawiedliwości poinformował, że w ciągu najbliższych dwóch tygodni opublikowane zostaną kolejne dokumenty

Dokumenty zawierały szereg wzmianek i zdjęć byłego prezydenta demokratów Billa Clintona. Było tam kilka zdjęć Clintona, w tym jedno, na którym widnieje on w basenie wraz z Maxwell i nieznaną osobą. Inne zdjęcia przedstawiały Clintona w jacuzzi, a kolejne – młodą kobietę siedzącą na podłokietniku jego fotela z ramieniem owiniętym wokół jego ramion, z zamazaną twarzą. Czwarte zdjęcie przedstawiało obraz Clintona w niebieskiej sukience wiszący w nowojorskim domu Epsteina.

Ujawnienie zdjęć Clintona może być sprzeczne z polityką Departamentu Sprawiedliwości, który nie ujawnia materiałów związanych z trwającymi dochodzeniami. Trump, republikanin, nakazał Departamentowi Sprawiedliwości zbadanie powiązań Clintona z Epsteinem, co krytycy uznali za próbę odwrócenia uwagi od jego własnych relacji z Epsteinem. Clinton zaprzeczył, jakoby wiedział o przestępstwach Epsteina, kiedy obaj spędzali razem czas i podróżowali, i powiedział, że żałuje, iż kiedykolwiek spotkał Epsteina.

Zastępca prokuratora generalnego Todd Blanche poinformował Kongres na piśmie, że departament zidentyfikował ponad 1200 ofiar Epsteina i członków ich rodzin podczas „wyczerpującej analizy" dokumentów. Jednym z dokumentów była lista masażystek Epsteina, zawierająca 254 nazwiska.

Blanche powiedział, że dokumenty opublikowane w piątek obejmowały m.in. akta FBI z dochodzeń prowadzonych w latach 2018 i 2006 w sprawie Epsteina oraz dochodzenia w sprawie jego śmierci w 2019 roku. Wiele dokumentów ujawnionych przez Departament Sprawiedliwości zostało mocno ocenzurowanych. Jeden z ocenzurowanych plików, 119-stronicowy dokument, który wydawał się zawierać zeznania wielkiej ławy przysięgłych, został całkowicie zamazany. Trzy kolejne dokumenty, każdy liczący 100 stron, zostały całkowicie ocenzurowane.

AUTOREKLAMA 0011453922

W sobotę 27 grudnia

w „Gazecie Wrocławskiej" znajdziesz Karty bezTABU

PARTNER WYDANIA SEXED PL

To pomocne narzędzie, które może ułatwić rodzicom rozmowę z dziećmi na trudne tematy

Każda z kart zawiera:
- inspirujące pytanie
- krótki komentarz eksperta
- oraz wskazówkę, jak zacząć rozmowę

Zbuduj bliskość ze swoim dzieckiem z Kartami Bez Tabu!

eprasa.pl b5d481d5da

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Telefonicznie: 800-472-852, 71/37-48-249
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: ogloszenia.wroclawska@polskapress.pl

W Biurze Reklamy:
Biuro Ogłoszeń: **Wrocław**, ul. Świętego Antoniego 2/4
tel. 71/37-48-249, 71/37-48-132
Czekamy od poniedziałku do piątku w godz.: 8.00-16.00

Gazeta WROCŁAWSKA

BIURA W REGIONIE:

Jelenia Góra, tel. 797 607 853
Legnica, tel. 514 800 870
Syców, tel. 514 800 969
Lubin, tel. 514 800 969
Wałbrzych, tel. 502 499 983
Głogów, tel. 798 751 830
Świdnica, tel. 502 499 983

BIURA WSPÓŁPRACUJĄCE:

ARPRO Sp. z o.o. Al. Kasztanowa 20, tel.71/341-23-53
DAMAK'S ul. Kniaziewicza 23 B, tel. 71/341-07-87
EUROPARTNER Centrum Ogłoszeń Prasowych Wrocław, ul. Stefana Czarnieckiego 13, tel. 71/789-44-00 -03
PRESTIGE ul. Kościuszki 128a, tel. 693-693-737
SEBAMAR ul. Sienkiewicza 43, tel. 71/321-29-04
SUNPRESS Biuro Ogłoszeń Prasowych Plac Pereca 3 lok. 1 B, tel. 71/785-55-23

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ bez pośrednika 500-185-254.

KUPIĘ każde, got. w 24 h, 500-002-486

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

SPRZEDAM działkę budowlanom. Biały Kościół gmina Strzelin, tel. 531-000-284.

Handlowe

ANTYKI

ANTYKI, stare obrazy, meble, starocie - kupię, 660-532-696.

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIMY maszyny do obróbki metalu i drewna. Tel.: 782-592-790.

Motoryzacja

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

SPRZĘGŁA-NAPRAWA Szczęki hamulcowe - wymiana okładzin. Świdnica. www.metalowiec.com Tel. 728-493-565.

Praca

ZATRUDNIĘ

BLACHARZA samochodowego zatrudnię, 602 256 256.

SPRZĄTANIE klatek schodowych oraz posesji, Wrocław, tel. 515-144-576.

WORK CENTRE (KRAZ 7098) - Praca w Holandii (od zaraz)! Co tydzień wyjazdy! Tel. 77/441-06-54, 533-155-868, 533-966-678, 519-138-005, 533-111-037, 690-405-016 www.workcentre.com.pl

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

NAŁOGI - www.kudzu.pl 451-575-023.

STOMATOLOGIA

Protetyka 507-650-105.

WIECZORNA, SOBOTNIA pomoc stomatologiczna. Rozpoczynamy dyżury 03.01.2025 od 16.00 do 22.00. PORADENTIC 507 650 105.

Usługi

AGD RTV FOTO

Domowa naprawa telewizorów LED, LCD; 71/351-60-02, 502-175-735.

BUDOWLANO-REMONTOWE

ELEKTRYCZNE inst. Pomiary. 71/351-15-15, 603-867-128.

ELEKTRYCZNE Pogotowie 71/351-15-15, 603-867-128.

KUCHNIE junkersy piece 609-528-079.

MALARZ, gładzie bezpył. 730-325-737

MALOWANIE, tapetowa. 530-501-772.

ROLETKI, żaluzje, moskitiery, okna, rolety, drzwi. Montaż, produkcja, naprawa, tel. 71/341-83-03.

INSTALACYJNE

ANTENA absolutnie profesjonalnie, tel. 603-867-128, 71/351-15-15.

HYDRAULIK 24h, awarie 505-982-689.

Hydraulik natychmiast 500323373

Hydraulik, Elektryk 505-087-474.

PORZĄDKOWE

ZWALCZANIE pluskwy, 660-811-020.

PRZEPROWADZKI

TANIO 508-287-106, 71/784-55-63.

AUTOREKLAMA
ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: **ibo.polskapress.pl**

STOLARSKIE

Tapicerstwo tanio 601-892-927.

TRANSPORTOWE

WYWÓZ starych mebli, 660-811-020.

ZABEZPIECZAJĄCE

AWARIE zamków, montaż, serwis drzwi antywłam. 501-104-158.

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Beskidy koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Różne

SKUP KSIĄŻEK, 668-571-329

WRÓŻBY, porady: profesjonalnie 693611517, www.wrozby.pop.pl

Usługi kamieniarskie

KAMIENIARSTWO. Pomniki granitowe. Koszt z montażem 2.500 zł. Tel. 691-883-105.

REKLAMA 0011453135

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

PRZETARG PRZETARG PRZETARG PRZETARG

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO
ODDZIAŁ REGIONALNY WE WROCŁAWIU

Wyciąg z ogłoszenia nr 116/2025

o I przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż spółdzielczego własnościowego prawa do lokalu mieszkalnego nr 44, znajdującego się w budynku mieszkalnym wielorodzinnym będącym w zasobie Spółdzielni Mieszkaniowej „Zgoda", położonego przy ul. Jana Kochanowskiego 5 w Leśnej, przysługującego Skarbowi Państwa - Agencji Mienia Wojskowego

oznaczenie i powierzchnia nieruchomości: 790/39, AM-1, obręb 0001 Leśna o pow. 0,4039 ha (KW nr JG1L/00027028/7, (grunt) JG1L/00020506/3 (spółdzielcze własnościowe prawo do lokalu))

lokal położony na IV piętrze; o powierzchni użytkowej 26,60 m², składający z się z jednego pokoju, kuchni, przedpokoju oraz łazienki z WC,
cena wywoławcza: 110 000,00 zł, wysokość wadium: 11 000,00 zł

termin i miejsce przetargu: 27.01.2026 r., godz. 10.00, budynek Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego we Wrocławiu, ul. Zwycięska 39, pokój nr 20 (parter)

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń w siedzibie Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego we Wrocławiu, ul. Sztabowa 32 i ul. Zwycięska 39, zamieszczona na stronie internetowej AMW: www.amw.com.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w budynku Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego we Wrocławiu, ul. Zwycięska 39, pokój nr 35 (I piętro) w godzinach od 9:30 do 14:30 oraz telefonicznie: tel. 71 710 72 00, tel.71 710 72 06, fax 71 710 72 01, e-mail: wroclaw@amw.com.pl, strona internetowa: www.amw.com.pl

ODDZIAŁ REGIONALNY AMW we Wrocławiu
• ul. Sztabowa 32, • 50-984 Wrocław
• tel. (71) 710 72 00, • fax (71) 710 72 01
• e-mail: wroclaw@amw.com.pl • www.amw.com.pl

PRZETARG PRZETARG PRZETARG PRZETARG

REKLAMA 0011454889

BURMISTRZ NOWOGRODŹCA
59-730 Nowogrodziec, ul. Rynek 1
tel. 75 738 06 71, fax 75 731 64 16, e-mail: urzad@nowogrodziec.pl
www.nowogrodziec.pl bip.nowogrodziec.pl

Działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U z 2024 r., poz. 1145 ze zm.) Burmistrz Nowogrodźca informuje, że w siedzibie Urzędu Miejskiego przy ul. Rynek 1 w Nowogrodźcu w dniu 22.12.2025 r. **zostały wywieszone wykazy nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży i dzierżawy.**

REKLAMA 0011455126

OGŁOSZENIE O PRZETARGU

Spółdzielnia Mieszkaniowa Lokatorsko-Własnościowa „Energetyk" we Wrocławiu, ul. Dokerska 2a ogłasza przetarg nieograniczony na nw. zadanie:

Przedmiot zamówienia	Termin złożenia ofert	Termin otwarcia ofert	Pożądany termin realizacji zamówienia	Wadium
Naprawa cząstkowa asfaltobetonem dróg osiedlowych, będących pod zarządem Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko – Własnościowej „Energetyk" we Wrocławiu	16.01.2026 r. godz. 9:00	16.01.2026 r. godz. 9:15	15.05.2026 r.	5 600 zł

1. Warunkiem udziału w przetargu jest pobranie Specyfikacji, terminowe złożenie oferty w Sekretariacie Spółdzielni przy ul. Dokerskiej 2a – III p. Galerii Pilczyckiej „Viktor" oraz wpłacenie wymaganego wadium w terminie do 15.01.2026 r. na konto Zamawiającego: BNP Paribas Bank Polska nr: **33 1600 1462 0008 0394 8508 8001** (w tytule przelewu: nazwa przetargu, informacja z adresem firmy i nr NIP).
2. Informacje na temat Specyfikacji Istotnych Warunków Zamówienia oraz przetargu można uzyskać w Biurze Zarządu Spółdzielni przy ul. Dokerskiej 2a, w Dziale Technicznym oraz pod nr tel. 71 798 79 79 w godz. 8.00-14.00 od pn.-pt.
3. Specyfikację można pobrać w formie elektronicznej na stronie internetowej Zamawiającego: *https://energetyk.wroc.pl/aktualnosci/przetargi*
4. Wyjaśnienia dotyczące zapytań do przetargu będą publikowane również pod adresem internetowym: *https://energetyk.wroc.pl/aktualnosci/przetargi*
5. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

REKLAMA 0011455308

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Nowy Dwór"
ogłasza

przetarg ustny (licytacja) na pierwszeństwo zawarcia umowy o ustanowienie odrębnej własności lokalu mieszkalnego przy ul. Budziszyńskiej 119 m. 11, na rzecz osób fizycznych z przeznaczeniem na zaspokojenie własnych potrzeb mieszkaniowych, zwanych dalej osobą, położonego na IV kondygnacji, składającego się z 2 pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c., powierzchnia lokalu 48,60 m², do którego przynależy komórka lokatorska o powierzchni 2,08 m².

Przetarg odbędzie się w siedzibie SM „Nowy Dwór" przy ul. Zemskiej 35 w sali nr 7 w terminach:
I termin (wyłącznie dla osób - Członków SM „Nowy Dwór")
– 19.01.2026 r. o godz. 10.00
II termin (dla wszystkich zainteresowanych osób)
– 28.01.2026 r. o godz. 10.00
III termin (dla wszystkich zainteresowanych osób)
– 6.02.2026 r. o godz. 10.00

Cena wywoławcza: 9 142,90 zł/m². Krok postąpienia: 50 zł/m².
W przetargu ograniczonym w I terminie mają prawo uczestniczyć wyłącznie Członkowie Spółdzielni Mieszkaniowej „Nowy Dwór".
Warunkiem przystąpienia do licytacji jest wpłacenie i okazanie najpóźniej na 3 dni robocze przed wyznaczonym terminem przetargu wadium w wysokości 45 000 zł płatne na konto SM „Nowy Dwór" o numerze 53 1020 5242 0000 2102 0018 0463.

Wszelkie informacje dot. lokalu i przetargu udzielane są w siedzibie Spółdzielni lub telefonicznie 71 356 48 15, 721 721 852 w dni robocze w godzinach 7.00-15.00.

Informacje dotyczące przetargu, dokumentacja fotograficzna lokalu oraz Regulamin przeprowadzania przetargów w SM „Nowy Dwór" dostępne są na stronie internetowej Spółdzielni: www.smnowydwor.com.pl.

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo odwołania, nierozstrzygnięcia lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

eprasa.pl b5d481d5da

REKLAMA 0011455157

OGŁOSZENIE
WÓJTA GMINY GROMADKA

o rozpoczęciu konsultacji społecznych w sprawie projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Gromadka w obrębie Modła, Wierzbowa

Na podstawie art. 8g, 8h, 8i, 8j, art. 17 pkt 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2024 r. poz. 1130 ze zm.) oraz art. 39 ust.1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r., o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2024 r. poz. 1112 ze zm.) zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych w sprawie projektu:

Zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Gromadka w obrębie Modła, Wierzbowa

Z projektem zmiany planu miejscowego oraz z prognozą oddziaływania na środowisko można się zapoznać w siedzibie Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, oraz na stronie https://www.bip.gromadka.pl// w zakładce *planowanie przestrzenne/ ogłoszenia, obwieszczenia.*

Konsultacje społeczne będą prowadzone w dniach od 29 grudnia 2025 r. do 27 stycznia 2026 r. w siedzibie Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, w godzinach urzędowania oraz w każdy czwartek w czasie konsultacji, po godzinach pracy Urzędu do godz. 16:00, a także w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu pod adresem https://www.bip.gromadka.pl/ i obejmują:

- zbieranie uwag do projektu zmiany planu miejscowego w terminie od 29 grudnia 2025 r. do 27 stycznia 2026 r.;
- zbieranie wniosków i uwag do prognozy oddziaływania na środowisko w terminie od 29 grudnia 2025 r. do 27 stycznia 2026 r.;
- spotkanie otwarte poprzedzone prezentacją projektu aktu planowania przestrzennego, które odbędzie się w dniu 15 stycznia 2026 o godz. 16;00 w siedzibie Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka,
- prowadzenie punktu konsultacyjnego w siedzibie Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, w godzinach urzędowania oraz w każdy czwartek w czasie konsultacji, po godzinach pracy Urzędu do godz. 16:00

Uwagi do projektu zmiany planu miejscowego należy składać za pomocą formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego wprowadzonego Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz.U. z 2023 r. poz. 2509).

Formularz dot. aktu planowania przestrzennego jest zamieszczony w Biuletynie Informacji Publicznej https://www.bip.gromadka.pl//w zakładce *planowanie przestrzenne/ druki do pobrania* oraz udostępniony w siedzibie Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, pok. nr 1 .

Dodatkowe informacje, w tym o szczegółowym sposobie i zasadach konsultacji społecznych, można uzyskać pod numerem telefonu: w pon. w godz. 8:00-16:00, wt.-pt. w godz. 7:00-15:00.

Uwagi do projektu planu miejscowego i prognozy oddziaływania na środowisko można wnosić w formie papierowej w siedzibie Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, drogą pocztową na adres Urzędu Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, lub w formie elektronicznej za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym pocztą elektroniczną **na adres gmina@gromadka.pl** oraz poprzez: platformę ePUAP na adres**: /5w31xn3vat/skrytka,** a w przypadku prognozy oddziaływania na środowisko także ustnie do protokołu.

Zgodnie z art. 8g ust. 2 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko lub nazwę, adres zamieszkania albo siedziby, adres poczty elektronicznej (o ile taki posiada), a także wskazanie nieruchomości, której wnioskodawca jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym, której uwaga dotyczy, tj. adres lub numer działki i obrębu ewidencyjnego. Można również podać adres do korespondencji lub numer telefonu.

Zgodnie z art. 40 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, uwagi i wnioski do prognozy oddziaływania na środowisko mogą być wnoszone w formie pisemnej lub ustnie do protokołu lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, o którym mowa w ustawie z dnia 18 września 2001 r. o podpisie elektronicznym, na adres Wójta Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka, e-mail: gmina@gromadka.pl

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Wójt Gminy Gromadka.

Wójt Gminy Gromadka

Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Wójt Gminy Gromadka, który przetwarza te dane na podstawie obowiązujących przepisów prawa, tj. ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1130) oraz na podstawie udzielonej zgody. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest obowiązkowe, w zakresie w jakim stanowi o tym przepis prawa. W pozostałych przypadkach jest dobrowolne. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane w celu wypełnienia obowiązków prawnych ciążących na Administratorze, tj. realizacji partycypacji społecznej w procesie planistycznym oraz – w przypadku danych, których obowiązek podania nie wynika z przepisów prawa – w celu wynikającym z treści tej zgody. W związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych przysługuje Pani/Panu prawo do dostępu do danych osobowych, w tym prawo do uzyskania kopii tych danych, prawo do żądania sprostowania (poprawiania) danych osobowych, prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego właściwego w sprawach ochrony danych osobowych – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, a w określonych prawem sytuacjach – prawo do żądania usunięcia danych osobowych i prawo do żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych. W stosunku do danych przetwarzanych na podstawie zgody, przysługuje Pani/Panu także prawo do cofnięcie udzielonej zgody w dowolnym momencie. Pani/Pana dane mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane. W razie pytań dotyczących sposobu i zakresu przetwarzania Pani/Pana danych osobowych, a także przysługujących Pani/Panu uprawnień, należy kontaktować się z Wójtem Gminy Gromadka - Urząd Gminy Gromadka, ul. gen. Wł. Sikorskiego 9, 59-706 Gromadka. Kontakt: tel. 75 73 82 452, e-mail: gmina@gromadka.pl. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych Osobowych: Katarzyna Graczyk, e-mail iodo@amt24.biz lub pisemnie na adres Administratora. Szczegółowe zapisy klauzuli informacyjnej dostępne są na stronie internetowej

REKLAMA 0011454890

Nadleśnictwo Lądek Zdrój

100 LAT 1924–2024 Lasów Państwowych

Strachocin, dnia r.

Zn. spr.: SA.2101.3.2025

OGŁOSZENIE
o nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży (pustostan)

na podstawie art. 40a ustawy z dnia 28 września 1991 r. o lasach (tekst jednolity Dz. U. z 2025 r. poz. 576.) – zwana dalej „ustawą o lasach" oraz Rozporządzenia Ministra Środowiska z dnia 1 października 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad i trybu sprzedaży lokali i gruntów z budynkami mieszkalnymi w budowie oraz kryteriów kwalifikowania ich jako nieprzydatne Lasom Państwowym, a także trybu przeprowadzania przetargu ograniczonego

Skarb Państwa Państwowe Gospodarstwo Leśne Lasy Państwowe

Nadleśnictwo Lądek Zdrój z siedzibą w Strachocinie 42, 57-550 Stronie Śląskie

Informuje o zamiarze zbycia w trybie art. 40a ust. 9 ustawy o lasach nieruchomości lokalowej (pustostan), zatwierdzonego do sprzedaży przez Dyrektora Generalnego Lasów Państwowych w dniu 17.11.2025 r. i ogłoszonego w Biuletynie Informacji Publicznej Dyrekcji Generalnej Lasów Państwowych dostępnych na stronie: https://www.gov.pl/web/dglp/nieruchomosci-przeznaczone-do-sprzedazy.

Lp.	Nadleśnictwo Obręb leśny Oddział i pododdział	Nazwa obrębu ewidencyjnego Gmina Adres nieruchomości	Numer ewidencyjny działki Nr KW Pow. działki (m²)	Rodzaj zabudowy i sposób zagospodarowania
1.	Lądek Zdrój Stronie Śląskie 90Ap	Stronie Śląskie Stronie Śląskie ul. Nadbrzeżna 2aA/7 57-550 Stronie Śląskie	42,6 m² SW1K/00072669/1 2700 (udział 296/10000)	Samodzielny lokal mieszkalny w budynku wielorodzinnym, wraz z pomieszczeniami przynależnymi. Pustostan.

Lokal mieszkalny (pustostan) położony jest przy ul. Nadbrzeżnej 2aA/7, 57-550 Stronie Śląskie, powierzchnia użytkowa lokalu 42,6 m², umiejscowiony jest na III piętrze budynku mieszkalnego wielorodzinnego. Lokal składa się 2 pokoi, kuchni, łazienki z WC oraz przedpokoju wraz z pomieszczeniem przynależnym znajdującym się w kondygnacji piwniczej o pow. 4,00 m². Posadowiony jest na działce o powierzchni 2700 m² (w udziale 296/10000).

Wartość nieruchomości (lokal mieszkalny z udziałem w gruncie) wynosi 233 000,00 zł, w tym:
- wartość lokalu: 223 600,00 zł
- wartość udziały w gruncie: 9 400,00 zł

Podstawa prawna:
1. Art. 40a i 39a ustawy z 28 września 1991 roku o lasach (tekst jednolity: Dz.U. z 2025 r. poz. 567), zwaną dalej Ustawą.
2. Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 14 października 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad i trybu sprzedaży lokali i gruntów z budynkami mieszkalnymi w budowie oraz kryteriów kwalifikowania ich jako nieprzydatne Lasom Państwowym, a także trybu przeprowadzania przetargu ograniczonego (Dz.U. z 2013 r. poz. 1026) zwanym dalej Rozporządzeniem.

Zamiar nabycia lokalu wolnego (pustostanu) pracownicy i byli pracownicy Lasów Państwowych, o których mowa w art. 40a ust. 9 Ustawy mogą zgłaszać w formie pisemnego wniosku w terminie jednego miesiąca od dnia ukazania się ogłoszenia BILP oraz w prasie, przy czym za dzień rozpoczęcia biegu terminu uważa się dzień ukazania się późniejszego ogłoszenia.

Do wniosku należy załączyć:
1. Oświadczenie o przysługującym pierwszeństwie.
2. Dokumenty potwierdzające okresy zatrudnienia w Lasach Państwowych oraz innych jednostkach, o których mowa w art. 40a ust. 6 ustawy. Jeżeli nastąpiło rozwiązanie stosunku pracy, z podaniem podstawy prawnej. Kopie dokumentów powinny być opatrzone klauzulą „stwierdzam zgodność kopii z oryginałem". Propozycję sposobu spłaty należności, z podaniem ilości rat, w jakich zostanie spłacona należność.

Wniosek wraz z dokumentami należy złożyć w zaklejonej kopercie z opisem:
„Zakup lokalu mieszkalnego (pustostanu) w miejscowości Stronie Śląskie ul. Nadbrzeżna 2aA/7, 57-550 Stronie Śląskie" w sekretariacie Nadleśnictwa Lądek Zdrój, Strachocin 42, 57-550 Stronie Śląskie albo przesłać pocztą na ww. adres.

Na kopercie należy podać obowiązkowo swoje dane adresowe. Za datę złożenia wniosku uważa się dzień jego wpływu do siedziby Nadleśnictwa. Złożenie wniosku o zamiarze nabycia nieruchomości będzie traktowane jako fakt zapoznania się z wszystkimi informacjami zawartymi w niniejszym ogłoszeniu na potrzeby przeprowadzenia procedury sprzedaży przedmiotowej nieruchomości i wyrażenia na nie zgody.

Jeżeli w terminie jednego miesiąca od dnia ukazania się niniejszego ogłoszenia wpłynie tylko jeden wniosek, to sprzedaż zostanie przeprowadzona w oparciu o przepisy § 5 Rozporządzenia.

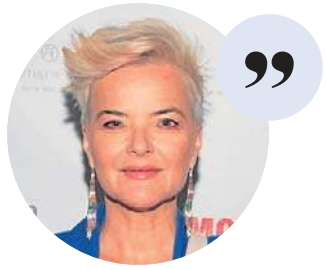
W przypadku większej ilości wniosków zostanie przeprowadzony przetarg ograniczony zgodnie z przepisami rozdziału 4 Rozporządzenia. W przetargu mogą uczestniczyć jedynie osoby uprawnione na podstawie art. 40a ustęp 9 ustawy o lasach, które złożyły pisemny wniosek w terminie jednego miesiąca od dnia ukazania się ogłoszenia.

Dodatkowych informacji udziela Sekretarz nadleśnictwa (od pn. do pt. godz. 6.30 – 14.30) tel. 748141441 w. 671.

Nadleśniczy Nadleśnictwa Lądek Zdrój
Łukasz Pogoński

eprasa.pl b5d481d5da

Bardzo bym chciała mieć żonę, ale nie jest mi dane – Monika Richardson w Kozaczku



Fot. Adam Jankowski

Z ŻYCIA GWIAZD

Aleksander Milwiw-Baron miał dużo sprzątania
Muzyk zrelacjonował ostatnio na Instagramie nieprzespaną noc. Okazało się, jego syn Leonard bardzo źle się poczuł. „Byliśmy sami i nie widziałem go jeszcze tak źle czującego się, nigdy. Nie przespaliśmy praktycznie dłużej niż godzinę. Dużo było przygód, dużo było bólu i dużo było sprzątania" – napisał Baron.

Kevin Mglej dostał gigantyczny tort
Mąż Roksany Węgiel skończył 29 lat. Piosenkarka z tej okazji opublikowała ich zdjęcie i złożyła ukochanemu życzenia. „Każdy dzień z tobą to prezent. Kocham cię najmocniej Kevin!" – napisała na InstaStories, a w domu uraczyła go gigantycznym tortem. Obecnie para przebywa na nartach w urokliwym St. Moritz.

Piotr Głowacki wystąpi na parkiecie
Polsat kompletuje skład 31. edycji „Tańca z Gwiazdami". Producenci prowadzą rozmowy z aktorem Piotrem Głowackim. Zależy im też na udziale jego żony, Agnieszki, której ognisty temperament odkryliśmy w „Azji Express". Doczekamy się małżeńskiej rywalizacji? – Problemem są terminy, ale wszystko jest na dobrej drodze, aby wzięli udział w najnowszej edycji. Głowacki występował już w różnych produkcjach stacji, a widzowie bardzo go lubią – przekazał Pudelkowi informator z Polsatu.

W TELEWIZJI

Green Book
TVN, 20:55
Wybitny muzyk jazzowy pochodzenia afroamerykańskiego zatrudnia jako szofera byłego bramkarza z nowojorskiego klubu i razem wyruszają w trasę koncertową. Wyprawa na głębokie południe USA da początek niewiarygodnej przyjaźni, która połączy dwa zupełnie różne światy.

Sekrety Biblii
Fokus TV, 21:00
Od wieków inspiruje miliardy wierzących ludzi. Twórcy programu zgłębią różne jej znaczenia, interpretacje, redakcje i tłumaczenia. Starają się odpowiedzieć na wiele kontrowersyjnych pytań związanych na przykład z prawdziwością albo brakiem niektórych ksiąg.

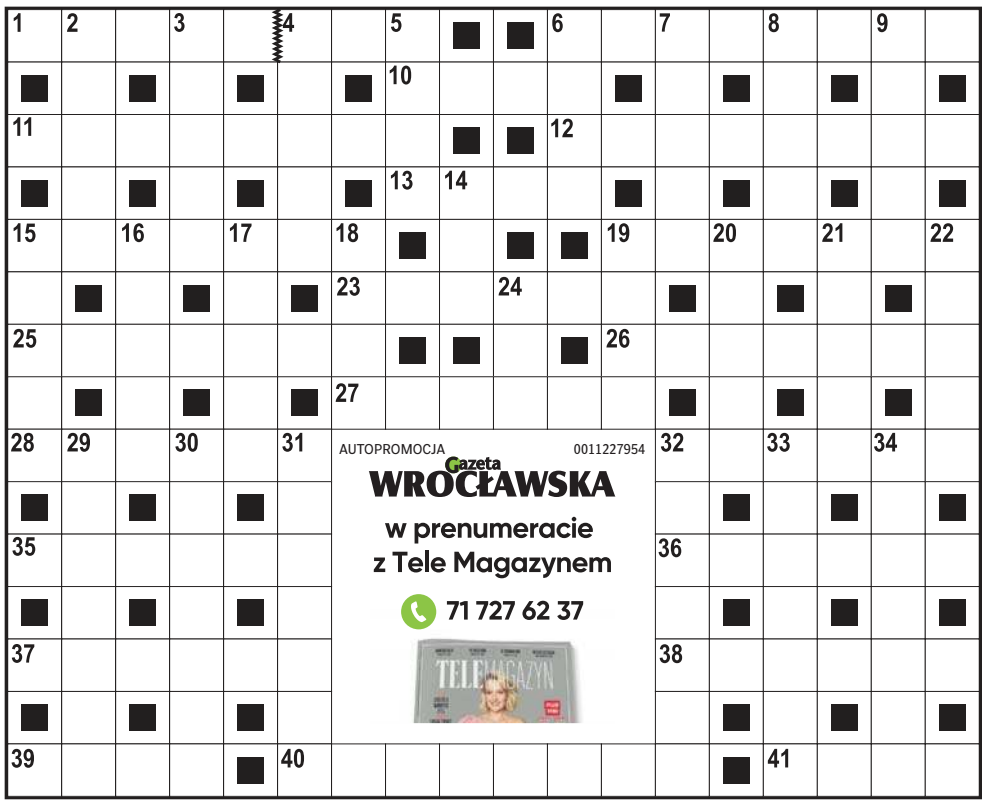
Jan Englert. Spróbuję jeszcze raz pofrunąć
TVP 1, 21:40
Zagrał ponad sto pięćdziesiąt ról teatralnych, przeszło sto filmowych i ponad dwieście telewizyjnych. Jest także reżyserem, był dyrektorem artystycznym Teatru Narodowego w Warszawie. Portret artysty przez pryzmat własnych doświadczeń i oczami najbliższych.

Nędznicy
Epic Drama, 23:05
Najnowsza adaptacja powieści Victora Hugo z udziałem m.in. Dominica Westa, Lily Collins i Olivii Colman. To ponadczasowa opowieść o miłości, niesprawiedliwości i odkupieniu osadzona we Francji początku XIX w.

KRZYŻÓWKA NR 196

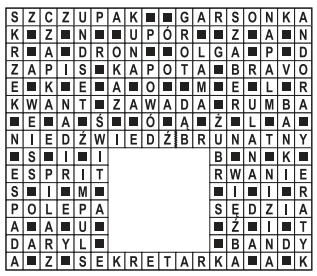
Poziomo:
1) niewielka, zapomniana miejscowość,
6) biała plama z sierści na czole konia,
10) żądany przez porywacza,
11) spis ilości towarów znajdujących się w sklepie,
12) pomocnicze wyposażenie,
13) karczma z wiersza „Pani Twardowska",
15) wielki sklep z wózkami,
19) turystyczny kajak lub rower o ruchomym szkielecie,
23) browar w pobliżu Brzeska,
25) funkcja trygonometryczna,
26) kosmetyk o działaniu regenerującym,
27) ryba gotowa do rozrodu,
28) młoda, nielotna kaczka,
32) … Freeman, aktor z filmu „Siedem",
35) bardzo krótki odcinek czasu, mgnienie oka,
36) hurtowy lub detaliczny,
37) towarzyszy przeziębieniu,
38) drapieżny kot z Syberii,
39) myśl wyznaczająca cel,
40) wigilijny upominek,
41) sieć rybacka ciągniona za statkiem.

Pionowo:
2) Jerozolimskie w naszej stolicy,
3) dokuczliwe pieczenie w przełyku,
4) szczególny sposób żywienia,
5) typek spod ciemnej gwiazdy,
6) niechciana poczta internetowa,
7) rasowy wierzchowiec,
8) choroba płuc, dychawica,
9) urząd podległy biskupowi,
14) przeciwieństwo dobra,
15) podłużny pęczek wełny,
16) wełniana kurtka góralska,
17) ryba z nadbałtyckich jezior,
18) budowany na rzece Kwai,
19) baśniowy wielogłowy stwór,
20) mebel w sypialni,
21) pionowy wyciąg szybowy,
22) bawi cyrkową publiczność,
24) tarcza dla strzelca,
29) … Pietraszak, aktor z filmu „Czarne chmury",
30) Franciszek, filmowy Jańcio Wodnik,
31) alfabetyczny lub rzeczowy w bibliotece,
32) tytuł hinduskich przywódców duchowych,
33) odstępca od wiary, heretyk,
34) Południowa z Argentyną.



AUTOPROMOCJA 0011227954
Gazeta WROCŁAWSKA
w prenumeracie z Tele Magazynem
71 727 62 37

ROZWIĄZANIE NR 195



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Nowe wyzwania dodadzą Ci energii, a spokój pomoże uniknąć konfliktów. Horoskop dzienny mówi, że postanowisz to uczcić...

Ryby (19.02 - 20.03)
Cierpliwość popłaci, a drobna przyjemność poprawi humor. Horoskop na dziś zapowiada, że czeka Cię wyjątkowo udany dzień.

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowy przyniosą inspirację, unikaj plotek, bo horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że szczerość zbuduje ważne porozumienie.

Byk (20.04 - 20.05)
Domowe sprawy wysuną się na plan pierwszy, a wsparcie bliskich doda Ci sił i pewności. Horoskop dzienny zapowiada, że dużo osiągniesz.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi, ale warto też słuchać innych. Horoskop na dziś mówi, że wszyscy na tym dobrze wyjdą.

Rak (22.06 - 22.07)
Porządkowanie spraw przyniesie ulgę, skupienie i konkretne efekty. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi działać bez pośpiechu.

Lew (23.07 - 22.08)
Równowaga emocji będzie kluczowa. Horoskop dzienny zapowiada, że kompromis pozwoli zachować harmonię w relacjach z innymi osobami.

Panna (23.08 - 22.09)
Intensywne emocje mogą zaskoczyć. Horoskop na dziś to wskazówka, by je nazwać i odzyskać dzięki temu kontrolę nad sytuacją.

Waga (23.09 - 22.10)
Chęć poszukiwania przygód wzrośnie. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że planowanie pomoże uniknąć chaosu i zwiększy satysfakcję.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Ambicja pchnie Cię do działania, lecz pamiętaj, że odpoczynek jest konieczny, by utrzymać tempo. Horoskop dzienny radzi dbać o siebie.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Nieszablonowe pomysły znajdą odbiorców. Horoskop na dziś zapowiada, że współpraca z innymi osobami przyniesie niespodzianki.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Intuicja poprowadzi Cię właściwą drogą. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że Twoje inicjatywy będą dobrze przyjmowane.

Gazeta WROCŁAWSKA
www.gazetawroclawska.pl
Redaktor naczelna **Maja Majewska**, Z-ca redaktor naczelnej **Mateusz Różański**, Prezes Makroregionu **Robert Glinkowski**, Dyrektor marketingu oddziału **Anna Bijak-Bednarska**
Redakcja ul. św. Antoniego 2/4 (wejście A, I p.) 50-073 Wrocław, **tel. 71 37 48 151, 71 37 48 100** **redakcja@gazeta.wroc.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.gazetawroclawska.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl b5d481d5da

Gazeta Wrocławska
Dla kibiców. I nie tylko

MAGAZYN SPORTOWY 47

Dziś o godz. 12 startuje głosowanie kibiców w 73. Plebiscycie Gazety Wrocławskiej na Sportowca i Trenera Roku na Dolnym Śląsku STR. 14-15

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Oto 20 wspaniałych. Rusza nasz plebiscyt

Koszykarze Śląska przegrali w Ostrowie. W pierwszej połowie jeden celny rzut za dwa STR. 18

Leonardo Rocha może pozostać w Lubinie. Zagłębie musi jednak zapłacić milion euro STR. 20

Koniec opery mydlanej. Prywatyzacja Śląska Wrocław nie dojdzie do skutku STR. 20

eprasa.pl b5d481d5da

Brady Kurtz gonił Zmarzlika, kto go może prześcignąć

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Finał sprzed roku w hotelu Wyndham Wrocław Old Town. Sport, emocje i dobra zabawa

Jakub Guder
jakub.guder@polskapress.pl

Rozpoczynamy 73. Plebiscyt Gazety Wrocławskiej na Sportowca i Trenera Roku. Dziś rusza głosowanie kibiców. Laureatów poznamy 27. lutego.

Koniec roku to tradycyjnie początek naszego sportowego plebiscytu. Jako spadkobiercy Słowa Polskiego już po raz 73. wybierzemy najlepszych sportowców i trenerów na Dolnym Śląsku. Dziś prezentujemy listę 20 zawodników i 15 szkoleniowców nominowanych do tych zaszczytnych laurów. Grupę tę - po burzliwych obradach - wybrała redakcja sportowa Gazety Wrocławskiej.

Dziś (22.12) o godz. 12 rozpocznie się głosowanie kibiców. Korzystając z instrukcji zamieszczonej pod zdjęciem każdego kandydata można wyrazić poparcie dla swojego faworyta wysyłając SMS-y (koszt - 3,69 zł z VAT) lub klikając na naszej stronie GazetaWroclawska.pl/sport/plebiscyt. **Głosowanie kończy się 30 stycznia 2026 o godz. 22.** Wasze głosy zostaną doliczone go głosów kapituły, która w siedzibie naszej redakcji obradować będzie pod koniec stycznia. Niebawem podamy jej skład. W ten sposób wyłonimy 10 najlepszych sportowców i pięciu najlepszych trenerów w 2025 roku na Dolnym Śląsku. Laureatów uhonorujemy podczas finałowej gali 27. lutego.

Stawka wyrównana

W poprzedniej edycji plebiscytu całe podium trafiło do pań. Wygrała Lucyna Kornobys. Nasza lekkoatletyczna paraolimpijka przywiozła srebrny medal igrzysk w Paryżu. Drugie miejsce zajęła pływaczka Juvenii Wrocław Dominika Sztandera, a trzecie strzelczyni Śląska Wrocław Julia Piotrowska.

Już wiemy, że ta historia się nie powtórzy, bo wśród nominowanych zabrakło Piotrowskiej. Są jednak Kornobys i Sztandera. Ta pierwsza przywiozła kolejny medal z mistrzostw świata, a Sztandera na ostatnich mistrzostwach Europy w pływaniu na krótkim basenie, które rozgrywane były w Lublinie, poprawiła rekord Polski na 100m klasykiem, chociaż medalu jej to nie dało. Cóż - świat pływa szybciej.

Gdyby jednak znów szukać trójki pań na czele, to mocną kandydatką jest z pewnością Sandra Bernal. Rok temu zabrakło jej niewiele, by pojechać na igrzyska do Francji. Nie było lekko, ale ostatecznie się dźwignęła i wywalczyła brązowy medal w trapie na strzeleckich mistrzostwach świata. To pierwszy w historii kobiecego sportu medal tej imprezy dla Polski.

Panowie jednak też swoje zrobili. Brady Kurtz (Betard Sparta Wrocław) nieźle postraszył w tym sezonie Grand Prix Bartosza Zmarzlika. Wygrał pięć turniejów GP z rzędu w końcowej klasyfikacji ulegając Polakowi tylko o punkt. Do tego dołożył brązowy medal drużynowych mistrzostw Polski z Betard Spartą. Jest się czym chwalić.

Swoją klasę potwierdzili powietrzni bracia - Marcin i Michał Chrząszczowie, którzy zostali wicemistrzami świata w lataniu rajdowym. Przypomnijmy, że przed rokiem debiutowali w pierwszej dziesiątce, a teraz mają wszystko ku temu, żeby przynajmniej powtórzyć to osiągnięcie. Zresztą mają dobre geny, bo ich ojciec Zbigniew to też świetny pilot i wielokrotny laureat naszego plebiscytu.

Z pewnością nie możemy lekceważyć przedstawicieli sportów drużynowych. Szczypiornistki Zagłębia Lubin znów wygrały wszystko, co było do wygrania. Nie dziwią więc nominacje dla Joanny Drabik i Moniki Maliczkiewicz. Julii Kucharskiej pewnie wielu z Was nie zna (UKS Orient II Łozina), ale to mistrzyni świata w halowej odmianie hokeja na trawie. Pochodzący z Legnicy Jakub Popiwczak był mocnym punktem siatkarskiej reprezentacji. Na mistrzostwach świata na Filipinach wywalczył brąz.

Karkut i kto jeszcze?

Stawka jest także wyrównana wśród 15 nominowanych trenerów. Nie ukrywajmy, że faworytem znów jest Bożena Karkut, ale trudno nie dostrzec sukcesów Andrzej Adamka z koszykarzami Górnika Wałbrzych, którzy jako beniaminek sięgnęli po Puchar Polski. Sporo jest przedstawicieli piłki nożnej, ale nie za sprawą Śląska Wrocław. Wyjątkiem jest Ryszard Pietraszewski, który pracował z drużyną U19 WKS-u, czego efektem był medal mistrzostw Polski. Nie sposób jednak nie zauważyć także, że zarówno Leszek Ojrzyński w Lubinie, jak i Łukasz Becella w Głogowie zrobili wynik ponad stan. Dobry rok miała także Natalia Kaczmarek. Chociaż porzuciła AZS AWF Wrocław, to jednak wciąż biega pod okiem Marka Rożeja.

Aktualne wyniki głosowania kibiców oraz precyzyjną instrukcję, jak oddać głos, znajdziecie na naszej stronie internetowej w zakładce „sport".

©℗

SPORTOWCY

1. Sandra Bernal, strzelectwo sportowe, WKS Śląsk Wrocław; **SMS na nr 7303 o treści WLX.1**

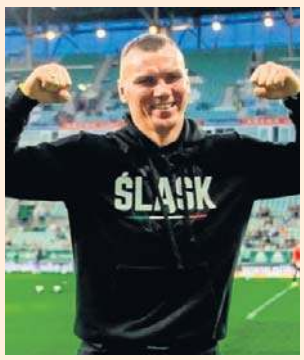
2. Marcin i Michał Chrząszczowie, latanie rajdowe, Wrocław; **WLX.2**

3. Joanna Drabik, piłka ręczna, KGHM MKS Zagłębie Lubin; **WLX.3**

6. Lucyna Kornobys, paralekkoatletyka, Start Wrocław; **WLX.6**

7. Julia Kucharska, hokej na trawie, UKS Orient II Łozina; **WLX.7**

8. Brady Kurtz, żużel, Betard Sparta Wrocław; **WLX.8**



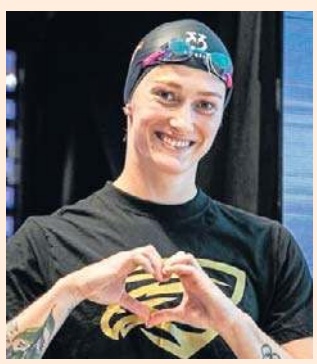
11. Mateusz Masternak, boks, Wrocław; **WLX.11**

12. Adrian Meronk, golf, Wrocław; **WLX.12**

13. Aleksandra Mielnicka, koszykówka, 1KS Ślęza Wrocław; **WLX.13**

16. Karolina Romańczyk, strzelectwo sportowe, WKS Śląsk Wrocław; **WLX.16**

17. Julia Salamon, paraszachy, Start Wrocław; **WLX.17**



18. Dominika Sztandera, pływanie, Juvenia Wrocław; **WLX.18**

eprasa.pl b5d481d5da

w plebiscycie na sportowca roku?

PLEBISCYT
GAZETY WROCŁAWSKIEJ
NA NAJLEPSZEGO SPORTOWCA
DOLNEGO ŚLĄSKA

4. Magdalena Drażyk, piłka ręczna, KPR Gminy Kobierzyce;

WLX.4

5. Kornelia Fiedkiewicz, pływanie, Juvenia Wrocław;

WLX.5

9. Liliana Lewińska, gimnastyka artystyczna, UKS Kopernik Wrocław;

WLX.9

10. Monika Maliczkiewicz, piłka ręczna, KGHM MKS Zagłębie Lubin;
WLX.10

14. Tomasz Pieńko, piłka nożna, KGHM Zagłębie Lubin;

WLX.14

15. Jakub Popiwczak, siatkówka, Legnica;

WLX.15

19. Andżelika Wójcik, łyżwiarstwo szybkie, MKS Cuprum Lubin;

WLX.19

20. Kaja Ziomek-Nogal, łyżwiarstwo szybkie, MKS Cuprum Lubin;

WLX.20

TRENERZY

1. Andrzej Adamek, koszykówka, Górnik Zamek Książ Wałbrzych;
SMS na nr 7303 o treści WLW.1

2. Łukasz Becella, piłka nożna, Chrobry Głogów;

WLW.2

3. Bożena Karkut, piłka ręczna, KGHM MKS Zagłębie Lubin;

WLW.3

4. Kamil Kobiałka, lekkoatletyka, AZS AWF Wrocław;

WLW.4

5. Krystyna Leśkiewicz-Lewińska, gimnastyka artystyczna, UKS Kopernik Wrocław;
WLW.5

6. Monika Łysiak, strzelectwo, WKS Śląsk Wrocław;

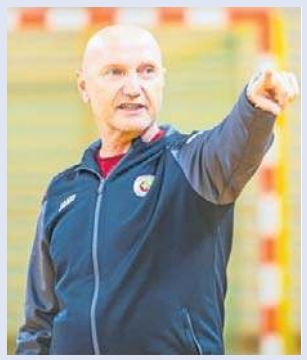
WLW.6

7. Michał Mossoń, paralekkoatletyka, Start Wrocław;

WLW.7

8. Leszek Ojrzyński, piłka nożna, KGHM Zagłębie Lubin;

WLW.8



9. Marcin Palica, piłka ręczna, KPR Gminy Kobierzyce;

WLW.9

10. Ryszard Pietraszewski, piłka nożna, Śląsk Wrocław U-19;

WLW.10

11. Marek Rożej, lekkoatletyka, AZS AWF Wrocław;

WLW.11

12. Arkadiusz Rusin, koszykówka, 1KS Ślęza Wrocław;

WLW.12

13. Dariusz Śledź, żużel, Betard Sparta Wrocław,

WLW.13

14. Zdzisław Tolksdorf, tenis stołowy, AZS UE Wrocław;

WLW.14

15. Grzegorz Widanka, pływanie, Juvenia Wrocław;

WLW.15

NAGRODY KAPITUŁY

Jak co roku kapituła wybierze również: Odkrycie Roku, Drużynę Roku i Imprezę Roku.
Tutaj nie ma jednak listy kandydatów. Zwycięzcy zostaną wyłonieni podczas zamkniętych obrad jury. Każdy z jego członków będzie mógł zgłosić swoją propozycję. Potem nastąpi głosowanie. Odkryciem Roku można zostać tylko raz. To sportowiec, który ma maksymalnie 21 lat. ©℗

eprasa.pl b5d481d5da

Maciej Żurawski: Nasze kluby przed dużą szansą

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

Maciej Żurawski, 72-krotny reprezentant Polski, komentuje mecze piłkarskie. W Ołomuńcu był świadkiem zwycięstwa Lecha Poznań z Sigmą w Lidze Konferencji.

Jak oceniasz występy polskich zespołów w fazie ligowej Ligi Konferencji 2025/2026?

Maciej Żurawski: Lecha na pewno było stać na większą zdobycz punktową, a przegraną z Lincoln nazywam pomyłką. Nie chciałbym się nawet na temat wyjazdu do Gibraltaru rozwodzić, w piłce nożnej dzieją się takie rzeczy, których nie da się pojąć. Na pewno Lech mógł wywalczyć przynajmniej punkt na Rayo, prowadził w Madrycie 2:0. Zwycięstwem w Ołomuńcu z Sigmą poznaniacy poprawili sytuację, a 11 punktów to niezłe osiągnięcie. W Czechach Lech powinien wygrać okazalej, sam zafundował sobie nerwową końcówkę, nie strzelając karnego przy prowadzeniu 2:0 i drżał, gdy gospodarze uzyskali kontaktowego gola. W drugim półroczu 2025 Kolejorz miewał wahania formy, ale wpływ na to miały problemy kadrowe wynikające z kontuzji. Jedni wypadali, inni wracali, tak w kółko, ale sumując, nie da się nie zauważyć, że zespół Nielsa Frederiksena pozostał w grze na trzech frontach. W ekstraklasie nie jest za wysoko w tabeli, lecz traci cztery oczka do lidera, mając mecz zaległy. W Pucharze Polski czeka na ćwierćfinał, a w Lidze Konferencji na 1/8 finału. Wszystkie cele na jesień zostały zrealizowane. Jagiellonia dojrzalsza na arenie międzynarodowej też dostała się do tej samej fazy Ligi Konferencji i nie jest bez szans w walce o 1/8 finału, nawet gdyby przyszło jej się mierzyć z Fiorentiną. W najlepszej szesnastce zameldował się Raków, który może nie gra efektownie, ale na pewno efektywnie. Kto przed sezonem liczył, że po fazie ligowej europejskich pucharów na placu boju zostanie nam tercet przedstawicieli, a jeszcze w tym gronie zabraknie Legii? Naprawdę nie mamy co narzekać.

Ten sezon Legii można określić słowem „blamaż"?

FOT. PAP/EPA

Raków Częstochowa zajął drugie miejsce w fazie zasadniczej Ligi Konferencji

Legia sama zawiesiła sobie wysoko poprzeczkę w poprzednim sezonie, kiedy dotarła do ćwierćfinału Ligi Konferencji. Od tego czasu w klubie, drużynie z Łazienkowskiej nie działo się najlepiej, a jak jest cały czas zamieszanie, musiało się odbić na rezultatach. Trudno wymagać od Legii, będącej w strefie spadkowej ekstraklasy, sukcesów na arenie międzynarodowej. Teraz jestem ciekaw, jak Marek Papszun to poukłada.

Raków bez Papszuna stać na półfinał Ligi Konferencji?

Wyniki Rakowa nie są dziełem przypadku. Ten klub wyrobił sobie markę, ma już doświadczenie w pucharach i nie dziwią duże aspiracje. W fazie ligowej Raków zaimponował, wyprzedził go tylko Strasbourg. Nowy trener stoi przed wielką szansą, może w spokoju przygotowywać drużynę do 1/8 finału, gdzie też są w stanie przebić się Lech i Jagiellonia, najbardziej poukładana polska ekipa. Drużyna Adriana Siemieńca nie musi się bać Fiorentiny, tak zawodzącej w Serie A. Lech jest chimeryczny, ale drzemie w nim ogromny potencjał. Wiadomo, że im dalej w takich rozgrywkach jak Liga Konferencji, tym bardziej skala trudności rośnie, ale nasze kluby są w stanie powalczyć nawet o triumf w rozgrywkach. W tym sezonie nie ma takich przeciwników jak Chelsea, każdy chce skorzystać.

Wisła Kraków z czasów, kiedy eliminowała w Pucharze UEFA Parmę i Schalke, byłaby w stanie triumfować w takiej obecnej Lidze Konferencji?

Trochę lat minęło od pamiętnych bojów z Parmą, Schalke, Lazio, futbol ewoluował, ale kibice cały czas pozytywnie wyrażają się o Wiśle Henryka Kasperczaka. My wtedy mogliśmy zajść bardzo daleko, po remisie w Rzymie z Lazio 3:3 uznawano nas za faworyta rewanżu, niestety pechowo przegraliśmy w Krakowie 1:2. Teraz możemy sobie gdybać, zastanawiać się nad błędami bramkarza Wisły, który miał słabszy dzień, ale historii się już nie zmieni. ©℗

Zmiany, zmiany, zmiany. Końca nie widać. Rewolucja grudniowa w stołecznej Legii

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

- Jestem wzruszony - tymi słowami Marek Papszun przywitał się ze społecznością Legii Warszawa. Dla drużyny będącej w głębokim kryzysie porzucił Raków Częstochowa.

- Hej Marek, sprzątnij ten burdel - apelowali nieliczni kibice Legii Warszawa obecni na pożegnalnym meczu drużyny w Lidze Konferencji.

Słowa adresowali do nieobecnego jeszcze na stadionie Marka Papszuna, który w tym samym czasie żegnał się z Rakowem wygraną na Cyprze. Następnego dnia był już Warszawie...

Zamienił dres na garnitur, by na powitalnej konferencji opowiedzieć, jak planuje wydobyć Legię z kryzysu. Otrzymał gwiazdorski kontrakt do połowy 2028 roku i dużą władzę, wykraczającą poza kompetencje przeciętnego szkoleniowca. Ma bowiem mieć wpływ również na kształt kadry.

W cień postanowił się za to usunąć krytykowany zewsząd prezes Dariusz Mioduski. Właściciel Legii nie zrezygnował ze stanowiska, ale do zarządzania oddelegował Marcina Herrę. Wiceprezes obecny na spotkaniu z mediami nie zdobył się na przeprosiny w kontekście zawalonej jesieni. Nie zrobił tego również jego przełożony cytowany w komunikacie obwieszczającym ściągnięcie Papszuna. - Wiem, co mam robić. Dariusz Mioduski będzie dalej w zarządzie, ale wszystkie decyzje formalne podejmował będę ja - tłumaczył dziennikarzom Herra.

Rodowity warszawiak

Przed Markiem Papszunem bardzo trudne zadanie, ponieważ Legia jest na przedostatnim miejscu w tabeli PKO Ekstraklasy. Jej strata do lidera wynosi aż 11 punktów. Poza tym odpadła nie tylko z Ligi Konferencji, ale i Pucharu Polski. Sam trener mówi, że uniknięcie spadku to jego pierwszy cel.

51-latek jest pierwszym od 2007 roku trenerem Legii urodzonym w Warszawie.

- Trudno mi wyrazić moje uczucia. Szczęśliwy to za mało. Jestem wzruszony, że zostałem trenerem Legii. Z tym klubem, z tym miastem, wiąże mnie bardzo dużo. Tu się urodziłem, tu toczyło się moje życie. Wiem, jaka czeka mnie odpowiedzialność. Ten klub, jego kibice, zasługują na dużo więcej.

FOT. ADAM JANKOWSKI/POLSKA PRESS

Nowy trener Legii Warszawa - Marek Papszun (z lewej) w towarzystwie wiceprezesa klubu - Marcina Herry

Pierwszy cel to odbudowanie zaufania. A dalej, krok po kroku, wejście na należyty poziom - powiedział Papszun.

Nowy trener weźmie piłkarzy stołecznej Legii w obroty dopiero 4 stycznia, bo wtedy drużyna wróci do zajęć po przerwie świąteczno-noworocznej.

W planach jest m.in. zgrupowanie w andaluzyjskiej miejscowości Mijas i cztery sparingi. Oficjalny debiut trenera nastąpi 1 lutego w „domowym" meczu z Koroną Kielce.

- Musimy zakasać rękawy i wziąć się do roboty - podkreślił Marek Papszun podczas oficjalnej prezentacji w roli trenera Legii Warszawa.

51-latek podpisał kontrakt obowiązujący do końca sezonu 2027/2028.

- Dziękuję pionowi sportowemu za zaufanie oraz cierpliwość i determinację. Cieszę się, że mogę tu być. Jestem wzruszony, że zostałem trenerem Legii. W Warszawie się urodziłem. Tu się wychowałem i jestem bardzo związany z tym miastem - oświadczył Papszun.

Legia jest w trudnej sytuacji, gdyż po rundzie jesiennej zajmuje dopiero 17. miejsce w ekstraklasie. Odpadła już z Pucharu Polski i Ligi Konferencji.

Jednocześnie warszawski klub poinformował o zmianach w zarządzie od nowego roku. Będzie on dwuosobowy - już bez Jarosława Jurczaka, który obejmie funkcję w strukturach właścicielskich. Pełną odpowiedzialność za zarządzanie przejmie Marcin Herra.

W tabeli ekstraklasy Legia jest na przedostatniej pozycji z 19 punktami. Z Pucharu Polski odpadła w 1/16 finału.

Hojność właścicielska

Na dobre rozkręciły się za to zimowe transfery. Na rynku szaleje zwłaszcza Widzew Łódź dysponujący największym budżetem dzięki hojności swojego właściciela Roberta Dobrzyckiego. Piętnasty zespół ligowej tabeli już wyśrubował nowy rekord, wydając aż 5 500 000 euro na skrzydłowego Osmana Bukariego z amerykańskiego FC Austin. Ghańczyk ma zrobić różnicę, tak jak w środku 32-letni Lukas Lerager ściągnięty z duńskiej FC Kopenhagi.

- Fantastyczny ruch - ocenił już Zbigniew Boniek, który stara się doradzać ukochanemu klubowi.

Ruchy kadrowe

Łódzki Widzew dokonał w sumie aż trzech wzmocnień i na nich nie poprzestanie. Media donoszą o zainteresowaniu Polakami kojarzonymi z reprezentacją.

W bramce mógłby stanąć sam Bartłomiej Drągowski, defensywą pokierować Tomasz Kędziora, a na drugim skrzydle, o gole i asysty mógłby zadbać Przemysław Płacheta. Temu ostatniemu jest ponoć najbliżej do łodzian.

Pierwszego transferu dokonała walcząca o utrzymanie Arka Gdynia. Do drużyny beniaminka dołączył 30-letni napastnik rodem z Łotwy - Vladislavs Gutkovskis występujący ostatnio w lidze... południowokoreańskiej (Daejeon Hana Citizen).

Wcześniej z powodzeniem grał w Polsce, dla Rakowa Częstochowa, świętując z nim nawet dwa lata temu tytuł mistrzowski. ©℗

eprasa.pl b5d481d5da

Mbappe wyrównał rekord CR7

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

LALIGA. **Francuski napastnik Realu Madryt Kylian Mbappe uświetnił swoje urodziny golem strzelonym Sevilli na 2:0, czym wyrównał bramkowy rekord legendarnego Cristiano Ronaldo.**

FOT. EPA/PAP

Kylian Mbappe świętuje gola strzelonego Sevilli w stylu „Siuuu" swojego idola, legendarnego Cristiano Ronaldo

Kylian Mbappe strzelił swojego 59. gola dla Realu Madryt w 2025 roku, w wygranym 2:0 meczu z Sevillą w 17. kolejce LaLiga. Francuz celebrował gola, zdobytego w swoje urodziny, w charakterystycznym stylu „Siuuu" Cristiano Ronaldo, bowiem powtórzył rekord liczby 59 bramek w roku kalendarzowym Portugalczyka w „Los Blancos" z 2013 roku.

Mbappe komentując swój wyczyn, zauważył, że Cristiano Ronaldo jest dla niego nie tylko idolem, ale także przyjacielem, który pomógł mu zaadaptować się w Madrycie. Celebracja po strzeleniu gola była dedykowana specjalnie dla Portugalczyka.

- Cristiano jest moim przyjacielem i idolem. Uroczystość była poświęcona jemu. Cristiano pomógł mi się tu zaaklimatyzować. Chcę mu złożyć najserdeczniejsze życzenia, wesołych świąt i szczęśliwego nowego roku. Dużo rozmawialiśmy. Było miło. Mam własną uroczystość, ale chciałem zadedykować tę bramkę specjalnie jemu - zacytował Mbappe włoski influencer Fabrizio Romano w mediach społecznościowych.

Mbappe strzelił gola z rzutu karnego w 86. minucie ostatniego meczu Realu w 2025 roku. 27-letni Kylian w mijającym roku będzie miał na swoim koncie 66 bramek zdobytych dla „Los Blancos" i reprezentacji Francji. W 2025 roku Mbappe strzelił 59 goli dla klubu i 7 dla „Les Bleus".

Francuz mógł ustanowić nowy rekord goli dla Realu w jednym roku kalendarzowym. W 89. minucie meczu z Sevillą sędzia podyktował kolejny rzut karny za faul na Jude Bellinghamie, ale w 90. minucie arbiter zmienił decyzję po interwencji VAR i tym samym pozbawił Mbappe samodzielnego rekordu bramkowego.

Kylian powiększył przewagę nad atakującym Barcelony Ferranem Torresem w wyścigu o Trofeo Pichichi dla najlepszego strzelca ligowego; Francuz ma już na koncie 18 bramek w lidze w bieżącym sezonie przy 11 trafieniach „Rekina" z „Blaugrany". ©℗

LALIGA

17. kolejka: Valencia - Real Mallorca 1:1 (Duro 52 - Samu Costa 23), **Real Oviedo - Celto Vigo 0:0, Levante - Real Sociedad San Sebastian 1:1** (Dela 80+4 karny - Kubo 45+1), **Osasuna Pampeluna - Deportivo Alaves 3:0** (Budimir 72, 81,Garcia 90+3), **Real Madryt - Sevilla 2:0** (Bellingham 38, Mbappe 86 karny; czerwona kartka: Sevilla - Almeyda 45+4 poza boiskiem, Marcao 68).
Prowadzi Barcelona z 43 punktami (mecz mniej) przed Realem Madryt - 42 pkt i Villarrealem - 35 pkt (dwa mecze mniej). Tabelę zamyka Levante - 10 pkt.

Norweski „Terminator" nie do zatrzymania

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

PREMIER LEAGUE. **Piłkarze Arsenalu Londyn - po golu Szweda Viktora Gyökeresa - pokonali na wyjeździe Everton 1:0 i po pięciu godzinach wrócili na prowadzenie w angielskiej ekstraklasie.**

Drugi w tabeli Manchester City pokonał West Ham United 3:0. Wygrywając z drużyną Łukasza Fabiańskiego, piłkarze trenera Josepa Guardioli wywarli presję na Arsenalu, który w ostatnich tygodniach stracił kilka punktów i z mozołem wypracowaną na początku sezonu przewagę nad ligowymi rywalami.

Ale w sobotę londyńczycy stanęli na wysokości zadania, choć nie zachwycili. Jedynego gola uzyskał Viktor Gyökeres z rzutu karnego w 56. minucie. To piąte ligowe trafienie Szweda, za którego Arsenal latem zapłacił ponad 60 000 000 euro.

Pod koniec roku lepsze wrażenie sprawia jedenastka z Manchesteru, a wygrana z „Młotami" była już jej piątą z rzędu w Premier League.

Dwa z trzech goli uzyskał Norweg Erling Haaland i z 19 trafieniami - w 17 występach - jest zdecydowanym liderem klasyfikacji strzelców.

W tym sezonie dla angielskiego zespołu zdobył już 25 bramek. Natomiast w połowie czwartego sezonu w Premier League jego bilans to 104 bramki w 114 spotkaniach. To o jedną więcej niż w barwach Manchesteru United odnotował słynny Cristiano Ronaldo, ale Portugalczyk potrzebował do tego 236 gier.

Łącznie z Ligą Mistrzów i Pucharem Ligi w Anglii „Obywatele" wygrali ostatnich siedem meczów.

- Powiedziałem piłkarzom: „Wesołych świąt, ale to, co prezentujecie, nie wystarczy, jeśli się nie poprawicie". Dobrze być na szczycie tabeli, ale musimy grać lepiej, bo inaczej w marcu czy kwietniu nie będzie nas wśród pretendentów do tytułu - podkreślił Guardiola i wyraził nadzieję, że jeżeli piłkarze zaakceptują jego koncepcję, to ekipa City będzie jeszcze groźniejsza.

Jak dodał, widzi jednak, że w porównaniu z poprzednim sezonem do drużyny wrócił odpowiedni duch i głód gry.

- Duch jest. W zeszłym sezonie brakowało tego ducha, ale też wynikających z tego agresji i głodu gry. To pochodzi z wnętrza zespołu i teraz to bez wątpienia widzę - ocenił.

Po dużym kryzysie właściwy rytm odzyskuje Liverpool. Obrońcy tytułu pokonali w Londynie Tottenham Hotspur 2:1 po golach letnich nabytków - Alexandra Isaka i Hugo Ekitike.

W przypadku Francuza ostatnie trzy ligowe występy to jego pięć trafień, choć w sobotę wielu obserwatorów widziało wcześniej jego faul. Z kolei Szwed, który wszedł do gry od początku drugiej połowy, zdobył co prawda bramkę, ale z powodu kontuzji opuścił boisko już po kwadransie.

Złych wieści dla ekipy trenera Arne Slota jest więcej, gdyż do końcowego gwizdka nie dotrwał też wprowadzony do gry za Isaka rekonwalescent Jeremie Frimpong. ©℗

PREMIER LEAGUE

17. kolejka: Newcastle United - Chelsea 2:2 (Woltemade 4, 20 - James 49, Joao Pedro 66), **Bournemouth - Burnley 1:1** (Semenyo 67 - Broja 90), **Brighton & Hove Albion - Sunderland 0:0, Manchester City - West Ham 3:0** (Haaland 5, 69, Reijnders 38), **Wolverhampton Wanderers - Brentford 0:2** (Lewis-Potter 63, 83), **Tottenham - Liverpool 1:2** (Richarlison 83 - Isak 56, Ekitike 66), **Everton - Arsenal 0:1** (Gyökeres 27), **Leeds - Crystal Palace 4:1** (Calvert-Lewin 38, 45+4, Ampadu 60, Stach 90+11 - Devenny 90+2).

RB Lipsk znów zawiódł, Dortmund za plecami Bayernu

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

BUNDESLIGA. **RB Lipsk przestał pełnić rolę najgroźniejszego rywala Bayernu Monachium w sezonie 2025-26. W sobotę przegrał kolejny mecz, tym razem z Bayerem Leverkusen.**

Listopad i grudzień z pewnością nie były udane dla ekipy dowodzonej przez Ole Wernera. Jego podopieczni wygrali jedynie dwa z sześciu ostatnich ligowych spotkań, tracąc punkty w starciach m.in. z Unionem Berlin, Borussią Moenchengladbach i Hoffenheim. Z pierwszym i trzecim z wymienionych rywali przegrał po 1:3, a wynik ten najwyraźniej spodobał się graczom z Lipska, w sobotę w identycznym stosunku ulegli bowiem na własnym obiekcie Bayerowi.

Potyczka rozpoczęła się lepiej dla gospodarzy, którzy w 35. minucie objęli prowadzenie po golu Xavera Schlagera. Nim jednak zabrzmiał gwizdek oznajmujący koniec pierwszej części gry, padły kolejne dwa gole - obydwa dla Aptekarzy. Próby doprowadzenia do wyrównania nie przyniosły zamierzonych efektów, a w siódmej minucie doliczonego czasu gry przyjezdni trafili po raz trzeci i to oni mogli cieszyć się z trzech punktów, dzięki którym awansowali na trzecią pozycję w tabeli, wyprzedzając sobotniego rywala.

Najbliżej liderujących Bawarczyków po zwycięstwie z Moenchengladbach znajduje się obecnie Borussia Dortmund, która, biorąc pod uwagę sporą stratę do Bayernu, chyba na razie powinna skupić się na walce o utrzymanie lokaty. ©℗

BUNDESLIGA

14. kolejka: Borussia D. - Borussia M. 2:0 (Brandt 10, Beier 90+7), **Augsburg - Werder 0:0, RB Lipsk - Bayer 1:3** (Schlager 35 - Terrier 40, Schick 44, Culbreath 90+7), **Koeln - Union 0:1** (Schafer 90+1), **Hamburg - Eintracht 1:1** (Lokonga 19 - Larsson 26), **Stuttgart - Hoffenheim 0:0, Wolfsburg - Freiburg 3:4** (Pejcinovic 13, 49 i 69 - Treu 5, Grifo 56, Seelt 71 sam, Scherhant 78).

Czwartoligowiec sprawił niespodziankę

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

PUCHAR FRANCJI. **W ostatni przedświąteczny weekend zamiast kolejki Ligue 1 rozegrano mecze 1/32 finału Pucharu Francji.**

Faworyci potyczek z reguły z większymi lub mniejszymi problemami radzili sobie z niżej notowanymi przeciwnikami. Do kolejnej rundy awans wywalczyli m.in. PSG, Lens, Metz czy Paris FC. Wymęczone zwycięstwo z czwartoligowym US Lusitanos, po golu strzelonym w 80. minucie przez Mariusa Broholma, odnieśli także gracze Lille. Nie oznacza to jednak, że kibice nie byli świadkami żadnej niespodzianki.

Zawód fanom sprawili gracze Stade Brest, którzy jeszcze w poprzednim sezonie grali w Lidze Mistrzów. Klub nieoczekiwanie został wyeliminowany przez czwartoligowy US Avranches. Mowa nie o żadnej czołowej drużynie tego poziomu rozgrywkowego, ale o średniaku, zajmującym w jednej z trzech grup ósmą pozycję i mającym na koncie aż pięć porażek.

Zadanie gospodarzom ułatwiła czerwona kartka dla gracza Brest - Juliena Le Cardinala, którą ów zawodnik obejrzał już w 21. minucie meczu.Trzy minuty później Nassim Sabihi dał Avranches prowadzenie, goście szybko jednak wyrównali. Zwycięzcę wyłoniła seria jedenastek, którą lepiej wykonywali czwartoligowcy (5:4) i sensacja stała się faktem. Palców w niej nie maczał Radosław Majecki (Brest), który przesiedział mecz na ławce. ©℗

Arkadiusz Milik wraca na włoskie boiska

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SERIE A. **W szlagierze 16. kolejki włoskiej ekstraklasy piłkarskiej, Juventus Turyn wygrał na „Allianz Stadium" AS Roma 2:1. W drużynie gości, cały mecz rozegrał nasz Jan Ziółkowski.**

Na pierwszy występ od ponad półtora roku musi niestety jeszcze poczekać Arkadiusz Milik, który w sobotę był rezerwowym. Do kadry Juventusu na mecz ligowy wrócił po 574 dniach...

„Stara Dama" objęła prowadzenie tuż przed przerwą, po golu Portugalczyka Francisco Conceicao. Na 2:0 podwyższył Belg Lois Openda, a goście odpowiedzieli tylko jednym golem - do siatki trafił Tommaso Baldanzi.

W sobotnim szlagierze nie zagrał Milik, choć jego obecność wśród rezerwowych i tak jest wydarzeniem. 32-letni napastnik, którego karierę przerywają poważne kontuzje, po raz ostatni wystąpił w barwach Juventusu 25 maja 2024 roku. Dwa tygodnie później reprezentant Polski doznał kontuzji kolana już na początku towarzyskiego spotkania z Ukrainą w Warszawie, jednego z ostatnich sprawdzianów przed Euro w Niemczech. Uraz wykluczył go z gry w tym turnieju.

Mimo kontuzji Milik przedłużył w tym roku kontrakt z „Juve". Polak ma pensję podstawową w wysokości ok. 2 240 000 euro brutto... ©℗

SERIE A

16. kolejka:: Lazio - Cremonese 0:0, Juventus - AS Roma 2:1(Conceicao 44, Openda 70 - Baldanzi 75).

eprasa.pl b5d481d5da

Zacięte derby Dolnego Śląska dla Chrobrego

Dawid Foltyniewicz
dawid.foltyniewicz@polskapress.pl

PIŁKA RĘCZNA. **Po wyrównanych derbach Dolnego Śląska KGHM Chrobry Głogów pokonał w Lubinie miejscowe Zagłębie 30:28.**

Szczypiorniści Zagłębia i Chrobrego zapewnili kibicom sporo emocji. W 57. minucie lubinianie przegrywali 26:27. Ostatnie akcje meczu przyniosły jednak sporo chaosu, a więcej zimnej krwi zachowali goście. Chrobry wygrał 30:28, a „Miedziowi" zmarnowali okazję na opuszczenie ostatniego miejsca w tabeli Orlen Superligi.

ORLEN SUPERLIGA

17. KOLEJKA

Zagłębie Lubin - KGHM Chrobry Głogów 28:30 (14:16)

Zagłębie: Schodowski, Byczek - Krysiak 2, Gębala 1, Wojtala 3, Pedryc 2, Czuwara 4, Dudkowski 7, Drozdalski 1, Michalak 4, Świtała , Kałużny, Krupa 2, Pietruszko 2.

Chrobry: Dereviankin, Stachera - Strelnikov, Żyszkiewicz, Kosznik 8, Paśko, Orpik, Dadej 4, Adamski 5, Styrcz 2, Mosiołek 3, Paterek 3, Skiba 1, Pavlovskyi 4.

Pozostałe mecze: Orlen Wisła Płock - Energa Bank PBS MMTS Kwidzyn 38:28, Piotrkowianin Piotrków Trybunalski - Rebud KPR Ostrovia Ostrów Wielkopolski 21:29, PGE Wybrzeże Gdańsk - Zepter KPR Legionowo 34:26, Netland MKS Kalisz - Handball Stal Mielec 27:24, Corotop Gwardia Opole - KS Lotto Puławy (dziś, godz. 20:30).

1. Industria Kielce	16	45	+226
2. Wisła Płock	15	45	+189
3. Wybrzeże Gdańsk	16	33	+36
4. Ostrovia Ostrów Wlkp.	15	31	+23
5. Chrobry Głogów	16	30	+1
6. MKS Kalisz	16	25	-23
7. MMTS Kwidzyn	16	23	-22
8. Stal Mielec	16	22	-43
9. KPR Legionowo	16	18	-26
10. Piotrkowianin	16	10	-91
11. Gwardia Opole	15	9	-73
12. KS Puławy	16	8	-124
13. Zagłębie Lubin	15	7	-73

ORLEN SUPERLIGA KOBIET

11. KOLEJKA

KGHM MKS Zagłębie Lubin - Sośnica Gliwice 39:25 (20:11)

Zagłębie: Maliczkiewicz, Zima, Piotrowska - Jakubowska 7, Drabik 1, Weber 6, Kochaniak 5, Cesareo 3, Cavo 2, Grzyb 3, Janas 6, Fraga 6.

Sośnica: Wawrzynkowska, Glosar - Guziewicz 4, Tukaj, Andronik 1, Leśniak 3, Dmytrenko 6, Kaczmarek 2, Mokrzka 1, Szczotka 1, Skubacz 1, Szczygieł, Osowska, Strózik 3, Kozimur 2, Pilikauskaite.

Pozostałe mecze: Enea MKS Gniezno - MKS Piotrcovia Piotrków Trybunalski 35:28, **KPR Gminy Kobierzyce** - Tauron Ruch Szczypiorno Kalisz, PGE MKS El-Volt Lublin - Piłka Ręczna Koszalin, Energa Start Elbląg - Galiczanka Lwów (zakończone po zamknięciu wydania).

1. Zagłębie Lubin	11	33	+126
2. Piotrcovia Piotrków Tryb.	11	27	+48
3. MKS Lublin	9	21	+49
4. MKS Gniezno	11	21	+39
5. KPR Kobierzyce	10	15	-1
6. Galiczanka Lwów	10	12	-29
7. Piłka Ręczna Koszalin	10	12	-45
8. Start Elbląg	10	8	-54
9. Sośnica Gliwice	11	4	-59
10. Ruch Kalisz	9	0	-74

©℗

Siatkówka #VolleyWrocław ponownie zwycięski

Ponad dwa miesiące czekania

Dawid Foltyniewicz
dawid.foltyniewicz@polskapress.pl

#VolleyWrocław po ponad dwóch miesiącach odniósł ligowe zwycięstwo. Dolnośląski zespół w trzech setach pokonał Sokoła Mogilno.

Przed meczem różnica między oboma zespołami wynosiła pięć punktów na korzyść gospodyń, dlatego bezpośrednie starcie - rozegrane tuż przed półmetkiem rundy zasadniczej - miało ogromne znaczenie w kontekście walki o utrzymanie.

Szukająca przełamania drużyna z Wrocławia potrafiła zachować więcej zimnej krwi w kluczowych momentach setów. Volley pierwszą partię wygrał 26:24, a drugą 25:22. Choć Sokół prowadził 21:20, od tego momentu zdobył już tylko jeden punkt, podczas gdy rywalki odpowiedziały czterema skutecznymi akcjami. W efekcie wrocławianki wyszły na prowadzenie 2:0 w setach i miały już zapewnione co najmniej jedno „oczko" do ligowej tabeli.

Liderkami punktowymi dolnośląskiej ekipy były Barbara Dapić oraz Diana Frankiewicz, które wzięły na siebie odpowiedzialność za wynik i poprowadziły zespół do zwycięstwa w trzech setach. Ostatnia odsłona miała jednak bardzo nieoczywisty przebieg - Volley odskoczył na 16:8, później pozwolił rywalkom doprowadzić do remisu 22:22, by w decydującym fragmencie znów podkręcić tempo i triumfować 25:23.

FOT. PAP/TYTUS ŻMIJEWSKI

Dwa ostatnie zwycięstwa #VolleyWrocław w Tauron Lidze dzieliło aż dziewięć porażek z rzędu

Podopieczne Wojciecha Kurczyńskiego dopisały do swojego dorobku trzy punkty. Wciąż zajmują 11. miejsce w tabeli, ale do 10. Sokoła tracą tylko dwa „oczka".

TAURON LIGA

11. KOLEJKA

Sokół & Hagric Mogilno - #VolleyWrocław 0:3 (24:26, 22:25, 23:25)

Sokół: Stachowicz 1, Tsitsigianni 9, Stronias 6, Nowak 6, Cygan 14, Kowalska 6, Pancewicz (libero) oraz Priante, Świętoń 3, Pinczewska 2, Cur-Słomka 3.

Volley: Łazowska 7, Lemire 8, Frankiewicz 10, Kaczmarzyk 6, Dróżdż 8, Dapić 12, Łucenko (libero) oraz Grysak, Gancarz.

Pozostałe mecze: BKS Bostik ZGO Bielsko-Biała - PGE Budowlani Łódź 0:3, Moya Radomka Radom - Uni Opole 1:3, Ita Tools Stal Mielec - Lotto Chemik Police (zakończony po zamknięciu wydania), ŁKS Commercecon Łódź - KS DevelopRes Rzeszów (dziś, godz. 17:30), EcoHarpoon Nowel Los Nowy Dwór Mazowiecki - Metalkas Pałac Bydgoszcz (dziś, godz. 20:00).

1. DevelopRes Rzeszów	10	28	29-6
2. Uni Opole	11	27	28-9
3. Budowlani Łódź	11	27	29-10
4. ŁKS Łódź	10	21	25-16
5. BKS Bielsko-Biała	11	20	24-20
6. Pałac Bydgoszcz	10	14	17-20
7. Chemik Police	10	12	18-22
8. Radomka Radom	11	11	18-23
9. Stal Mielec	10	11	16-24
10. Sokół Mogilno	11	10	17-27
11. #VolleyWrocław	11	8	11-27
12. LOS Nowy Dwór Maz.	10	0	2-30

©℗

WYNIKI LOTTO

LOTTO
PIĄTEK, 19.12
Multi Multi, godz. 14.00
5, 7, 13, 16, [17], 19, 28, 29, 30, 40, 49, 56, 58, 63, 64, 67, 68, 73, 76, 79
Kaskada, godz. 14.00
1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 19, 24
Multi Multi, godz. 22.00
1, 3, 6, 25, 33, 36, 42, 45, 46, 49, 52, 54, 55, 58, 59, 60, 63, 73, 77, [78]
Kaskada, godz. 22.00
1, 2, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 16, 17, 20, 23
Mini Lotto
6, 21, 24, 33, 36
Ekstra Pensja
12, 13, 20, 24, 34 - 4
Ekstra Premia
7, 11, 24, 25, 31 - 1
Eurojackpot
8, 9, 15, 35, 45 - 2, 5
SOBOTA, 20.12
Multi Multi, godz. 14.00
[1], 3, 6, 7, 15, 18, 22, 24, 27, 39, 45, 49, 50, 54, 55, 56, 71, 74, 77, 79
Kaskada, godz. 14.00
1, 3, 6, 7, 10, 12, 14, 17, 18, 19, 21, 24
Multi Multi, godz. 22.00
2, 8, 11, 13, 16, 20, 21, 24, 27, [28], 30, 33, 36, 40, 44, 45, 60, 64, 71, 80
Kaskada, godz. 22.00
1, 2, 4, 5, 10, 11, 18, 20, 21, 22, 23, 24
Lotto
4, 6, 11, 16, 24, 41
Lotto Plus
5, 9, 26, 30, 41, 46
Mini Lotto
2, 14, 20, 28, 39
Ekstra Pensja
12, 13, 26, 28, 33 - 1
Ekstra Premia
19, 21, 23, 27, 30 - 4
NIEDZIELA, 21.12
Multi Multi, godz. 14.00
2, 4, 5, 14, 19, 22, 26, 28, 29, 30, 31, 37, 40, [45], 49, 52, 60, 66, 68, 75
Kaskada, godz. 14.00
4, 6, 7, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 24

Osobliwy mecz Śląska. W pierwszej połowie tylko jeden celny rzut za dwa punkty!

Dawid Foltyniewicz
dawid.foltyniewicz@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. **Śląsk Wrocław przegrał na wyjeździe z Tasomix Rosiek Stalą Ostrów Wielkopolski 72:93. Skuteczność WKS-u, zwłaszcza w pierwszej połowie, zakrawała o pomstę do nieba.**

W koszykówce czasem zdarzają się mecze, które przeczą prawom rachunku prawdopodobieństwa. Do takich bez wątpienia należy zaliczyć spotkanie w Ostrowie Wielkopolskim. W pierwszej połowie gracze Śląska oddali zaledwie jeden (!) celny rzut za dwa punkty. Na szczęście wrocławianie mieli lepiej ustawione celowniki przy próbach z większego dystansu, co pozwoliło im uniknąć totalnej kompromitacji. Mimo tego do przerwy przegrywali 31:52.

FOT. WKS ŚLĄSK WROCŁAW BASKETBALL

Był to trzeci mecz Śląska w ciągu niespełna tygodnia

Na usprawiedliwienie WKS-u można powiedzieć, że był to jego trzeci mecz w ciągu sześciu dni. W poniedziałek podopieczni Ainārsa Bagatskisa pokonali w Hali Orbita Energę Czarnych Słupsk, niespełna dwie doby później w tym samym miejscu przegrali z BAXI Manresa, a w sobotę czekał ich wyjazd do Ostrowa Wielkopolskiego.

Po zmianie stron Śląsk podjął próbę gonienia rywali, ale gospodarze dość szybko pozbawili WKS złudzeń. Na początku czwartej kwarty ostrowianie prowadzili już 85:48. Ostatecznie sobotnie starcie zakończyło się ich zwycięstwem w stosunku 93:72. Zdecydowanym liderem Stali był Luka Sakota, zdobywca 29 punktów. W ekipie z Wrocławia tylko Ajdin Penava zdołał uzbierać dwucyfrową zdobycz (11).

Koszykarze Śląska wrócą na parkiet jeszcze przed krótką świąteczną przerwą. We wtorek (godz. 20:15) zagrają w Hali Orbita z Dzikami Warszawa w ramach zaległej 1. kolejki Orlen Basket Ligi.

Czerwona latarnia ligi się przełamała

PGE Start Lublin przystępował do meczu z Górnikiem Wałbrzych jako ostatni zespół w tabeli. Aktualni wicemistrzowie Polski sprawili jednak nie lada niespodziankę, pokonując dolnośląską drużynę 85:79.

Teraz Górnik, jedyna ekpia Orlen Basket Ligi, która w bieżącym sezonie nie przegrała na własnym boisku, zagra u siebie z Arriva Lotto Twardymi Piernikami Toruń. Spotkanie zaplanowano na 27 grudnia (godz. 17:30) w hali Aqua Zdroju w Wałbrzychu.

ORLEN BASKET LIGA

12. KOLEJKA

Tasomix Rosiek Stal Ostrów Wielkopolski - Śląsk Wrocław 93:72 (24:17, 28:14, 24:17, 17:24)

Stal: Sakota 29, Brzović 18, Jackson 16, Mejeris 11, Gibson 11, Pluta 4, Laster 2, Rutecki 2, Czoska 0.

Śląsk: Penava 11, Czerniewicz 9, Coleman-Jones 8, Urbaniak 7, Kirkwood 6, Nizioł 6, Wiśniewski 6, Kulikowski 6, Nunez 5, Djordjević 4, Gray 2, Sternicki 2.

PGE Start Lublin - Górnik Zamek Książ Wałbrzych 85:79 (22:22, 18:18, 24:15, 21:24)

Start: Wright 18, O'Reilly 16 Tokoto 16, Krasuski 11, Ford 10, Griffin 9, Frankamp 3, Put 2, Pelczar 0.

Górnik: Smith 18, Jogèla 16, Wyka 13, Cabbil 13, Benson 11, Marchewka 7, Garcia 1, Anderson 0, Łapeta 0.

Pozostałe mecze: Miasto Szkła Krosno - MKS Dąbrowa Górnicza 92:87, Energa Czarni Słupsk - Dziki Warszawa 96:102, King Szczecin - AMW Arka Gdynia 90:81, Tauron GTK Gliwice - Legia Warszawa 81:89, Arriva Lotto Twarde Pierniki Toruń - Energa Trefl Sopot 95:86, Zastal Zielona Góra - Anwil Włocławek (spotkanie zostało zakończone po zamknięciu wydania).

1. Trefl Sopot	11	19	+99
2. King Szczecin	11	19	+32
3. Arka Gdynia	11	19	+40
4. Górnik Wałbrzych	11	18	+7
5. Śląsk Wrocław	11	18	+63
6. Dziki Warszawa	11	18	+66
7. Legia Warszawa	11	18	+56
8. Stal Ostrów Wlkp.	11	16	-38
9. Anwil Włocławek	10	16	+46
10. Zastal Zielona Góra	10	15	+42
11. Czarni Słupsk	11	15	-34
12. Twarde Pierniki Toruń	11	15	-19
13. MKS Dąbrowa Górnicza	11	15	-21
14. Start Lublin	11	14	-127
15. GTK Gliwice	11	13	-136
16. Miasto Szkła Krosno	11	13	-76

©℗

eprasa.pl b5d481d5da

Iga Świątek dla Polska Press: Jestem odświeżona

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

Już tylko kilka dni zostało do pierwszego po dłuższej przerwie meczu Igi Świątek. W drugi dzień świąt Polka zagra w turnieju World Tennis Continental Cup w chińskim Shenzhen.

Zanim raszynianka wystąpi w Azji, zorganizowała w Warszawie wydarzenie „Droga do marzeń", spotkanie stypendystów z założoną przez siebie Fundacją. W stolicy wręczyła właśnie stypendia pięciu młodym sportowcom reprezentującym różne dyscypliny. Każdy otrzymał po 100 tysięcy złotych oraz gwarancje kompleksowej pomocy ekspertów przez najbliższe dwanaście miesięcy, począwszy od 1 stycznia 2026 roku.

- Chciałam stworzyć program, który realnie pomaga utalentowanym sportowcom na ich drodze. Zależało mi, aby nie było to tylko i wyłącznie wsparcie finansowe, ale także dostęp do wiedzy, ekspertów. Wiem z własnego doświadczenia, jak ważne są oba te elementy, zarówno na początku kariery, jak również w jej trakcie" - mówi Iga Świątek, założycielka Fundacji.

Polka niebawem rozpocznie nowy sezon. Oficjalnie stanie się to w styczniu, ale pierwszy mecz po przerwie wakacyjnej zagra już w drugi dzień świąt Bożego Narodzenia. Iga wystąpi w meczu pokazowym przeciwko Jelenie Rybakinie w ramach cyklu World Tennis Continental Cup w chińskim Shenzhen. Wcześniej miejscowej publiczności zaprezentują się Belinda Bencić i Xinyu Wang.

W swoim drugim meczu, w nocy z piątku na sobotę czasu polskiego, podopieczna belgijskiego trenera Wima Fissette'a zagra z Chinką Xinyu Wang, a na koniec zmagań, 28 grudnia zagra w mikście u boku Valentina Vacherota. Ich rywalami będą Rybakina i Andriej Rublow.

- Jestem trochę odświeżona dzięki temu, że spędziłam w domu więcej czasu niż zazwyczaj. Mam nadzieję, że okres przygotowawczy spowoduje, że w nowym sezonie będę grała dobrze, solidnie i że nauczę się czegoś nowego. Wiadomo, trzy tygodnie w sporcie na naukę czegoś nowego to nie jest dużo, jednak wierzę, że w trakcie sezonu będziemy szlifować to, nad czym pracujemy teraz - mówi dla Polska Press Iga Świątek.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Do nowego sezonu Świątek przystąpi wypoczęta. Podczas świąt zagra w Chinach

2025 rok Polka zakończyła na pozycji wiceliderki rankingu WTA. W minionym sezonie wygrała Wimbledon, awansowała też do półfinałów w Australian Open i Roland Garros. Naszą najlepszą tenisistkę zapytaliśmy również o plany na 2026 rok.

- Na razie nie stawiam sobie celów wynikowych. Myślę, że dopiero, kiedy pojadę do Sydney i zobaczę, jak mój tenis będzie wyglądać, pomyślę o tym, co chciałabym osiągnąć w kolejnych turniejach. Koncentruję się na tym, aby rozwinąć się pod kątem technicznym i samej gry w tenisa oraz żeby zrobić rzeczy, na które nie miałam czasu w sezonie - powiedziała nam Iga Świątek.

Po turnieju w Chinach Iga Świątek przeniesie się do Australii, gdzie weźmie udział w zmaganiach United Cup w barwach reprezentacji Polski. To będzie już czwarta edycja tych rozgrywek. Zawody rozegrane zostaną w dniach od 2 do 11 stycznia w Perth i Sydney. Oprócz Świątek w Australii w polskiej kadrze zagrają także Katarzyna Kawa, Katarzyna Piter, Hubert Hurkacz, Daniel Michalski i Jan Zieliński. Biało-Czerwoni trafili do grupy F w Sydney razem z reprezentacjami Niemiec oraz Holandii. Polacy rozpoczną zmagania w czwartym dniu turnieju - w poniedziałek 5 stycznia meczem z naszymi zachodnimi sąsiadami. Zmagania mają rangę WTA 500 i ATP 500, a do wygrania będzie 17 milionów dolarów.

Tuż po United Cup rozpocznie się Australian Open. Dla Świątek będzie to najważniejsza impreza pierwszej części, a może nawet całego sezonu. To jedyny turniej wielkoszlemowy, którego 24-latka nie ma jeszcze w swojej kolekcji. Turniej rozegrany zostanie od 12 stycznia do 1 lutego. ©℗

Ruszył Puchar Narodów Afryki. Z piłkarzami z naszej ekstraklasy i wielkich lig

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

W 2004 roku Maroko zagrało po raz ostatni w finale Pucharu Narodów Afryki i wówczas przegrało z gospodarzem turnieju - Tunezją 1:2. Na złoto kibice „Lwów Atlasu" czekają dłużej, bo od 1976 roku.

Reprezentację Maroka prowadził wtedy Rumun Virgil Mardarescu, ale można to nazwać futbolową prehistorią.

Tym razem od Marokańczyków goszczących na przełomie lat 2025 i 2026 wielką imprezę wymaga się triumfu, są faworytem zawodów, jednak konkurencję mają mocną.

Maroko cieszy się, że do zdrowia powróciła największa gwiazda zespołu - Achraf Hakimi, ważne ogniwo zespołu, który w 2022 roku zajął czwarte miejsce na mundialu i kadry olimpijskiej, brązowych medalistów igrzysk 2024.

Marzeniem wspaniałego prawego obrońcy aktualnie Paris SG, wcześniej innych wielkich klubów - Realu Madryt, Borussii Dortmund, Interu Mediolan, jest triumf w Pucharze Narodów Afryki.

- Czuję się dobrze. Realizuję przygotowany dla mnie program. Po kontuzji kostki byłem przerażony, bo nie chciałem opuścić tego Pucharu Narodów, który organizujemy. Moje miejsce jest z zespołem. Nie wiem, kiedy trener ze mnie skorzysta, ale jestem gotowy - mówi Hakimi, najlepszy piłkarz roku 2025 w Afryce, który weźmie udział w prestiżowej imprezie po raz trzeci.

Na poprzednich edycjach musiał przełknąć gorzkie pigułki - w 2022 roku Maroko zatrzymało się na ćwierćfinale z Egiptem, a w 2025 już w 1/8 finału zostało wyeliminowane przez Republikę Południowej Afryki, zaś Hakimi nie wykorzystał rzutu karnego. - Nasze rozczarowanie jest ogromne, liczyliśmy na zwycięstwo w całym turnieju - powiedział po odpadnięciu z imprezy Walid Regragui, selekcjoner kadry Maroka, zajmujący eksponowane stanowisko od 31 sierpnia 2022 roku.

Po niepowodzeniu na boiskach Wybrzeża Kości Słoniowej nie było mowy o jego zwolnieniu, bo przecież to z nim Lwy Atlasu zrobiły furorę w Katarze, eliminując z mundialu Hiszpanię i Portugalię i kończąc zmagania na czwartym miejscu, najwyższym w dziejach afrykańskiego futbolu. Apetyt rośnie w miarę jedzenia. Dziś Maroko liczy się w kategoriach młodzieżowych (w tym roku triumf kadry U-20 w finałach MŚ w Chile i ćwierćfinał zespołu U-17 w finałach MŚ w Katarze), a jak wiadomo apetyt rośnie w miarę jedzenia. Na swoim terenie ekipa Regragui po prostu musi wywalczyć złoto, a piłkarze zdają sobie sprawę, jaka presja na nich ciąży.

FOT. PAP/JAKUB KACZMARCZYK

W maju tego roku piłkarz Legii Warszawa - Steve Kapuadi zadebiutował w kadrze Demokratycznej Republiki Kongo

- Mamy jeden cel - podkreśla Hakimi, który ma znakomitych kompanów. Obrońca Paris SG rozegrał w drużynie narodowej 88 meczów, defensor Roman Saiss (Al-Sadd) ma 85, napastnik Youssef En-Nesyri (Fenerbahce) 85, bramkarz Yassine Bounou (Al-Hilal) 80, pomocnik Sofyan Amrabat (Betis) 70.

Maroko ma składzie na obecny PNA piłkarzy z klubów Anglii, Hiszpanii, Włoch, Niemiec i Francji, wystarczy wspomnieć jeszcze o takich postaciach, jak Noussair Mazraoui (Manchester United), Brahim Diaz (Real Madryt), Nayef Aguerd (Olimpique Marsylia). - Maroko to faworyt turnieju, ale w Afryce życie faworyta nie należy do łatwych - mówi Henryk Kasperczak, ceniony polski szkoleniowiec.

Legenda Orłów Kazimierza Górskiego z Wybrzeżem Kości Słoniowej zajęła 3. miejsce w PNA 1994, z Tunezją 2. miejsce w PNA 1996 i osiągnęła ćwierćfinał w 1998, z Mali 4. miejsce w 2002, nie wyszło z Senegalem w 2015 (odpadnięcie w grupie i zwolnienie) i tak sobie poszło znów z Tunezją w 2017 - ćwierćfinał. Henry - bo tak nazywają Kasperczaka na Czarnym Lądzie - zdobył sobie tam ogromny szacunek.

Prowadził afrykańskie zespoły łącznie w 30 meczach (12-7-11), lecz nie udało mu się spełnić największego marzenia - wygrać tak uwielbiany na Czarnym Lądzie turniej.

Bliski triumfu w Pucharze Narodów Afryki był jako zawodnik polskiego klubu Prejuce Nakoulma w 2013 roku. Wówczas piłkarz Górnika Zabrze dostał się z Burkina Faso do finału, w którym w Johannesburgu lepsza okazała się Nigeria. Z Górnika Nakoulma trafił do Turcji, potem grał we Francji, m.in. w Nantes.

Teraz z ekstraklasy na marokański czempionat dostało się dwóch zawodników - Steve Kapuadi z Legii Warszawa jest w kadrze Demokratycznej Republiki Kongo, a Iban Salvador z Wisły Płock w Gwinei Równikowej. DRK Kongo zalicza się nawet do grona faworytów, po zakończonych sukcesem barażach z Kamerunem i Nigerią.

Za dobry omen zespół Sebastiana Desabre uważa fakt, że baraże miały miejsce w Maroku, a 49-letni trener broni honoru francuskiej piłki. Najwięcej szkoleniowców spoza Czarnego Ląd ma w marokańskich zawodach Belgia - 3, ale widać tendencję stawiania na afrykańskich trenerów. Dostęp do wiedzy, możliwości rozwoju są teraz o niebo lepsze niż 10, 20 lat temu.

Wielu tamtejszych szkoleniowców kształciło się w Europie i z powodzeniem to pożytkuje. Puchar Narodów Afryki stał się globalną imprezą, wzbudza zainteresowanie klubów z innych kontynentów, pokazywany jest wszędzie w telewizji i ma piękną otoczkę.

Afryka to kontynent piłkarsko nieprzewidywalny, a najlepszym potwierdzeniem tego był poprzedni PNA - mistrzostwo zdobyło Wybrzeże Kości Słoniowej, które w trakcie zawodów zwolniło trenera, a z grupy wyszło niesłychanym fartem, potem padali faworyci z Marokiem na czele. ©℗

eprasa.pl b5d481d5da

Koniec opery mydlanej – prywatyzacji nie będzie

Piotr Janas, Jakub Guder
x.com: @Piotr_K_Janas

Śląsk Wrocław nie będzie miał prywatnego inwestora. W piątek miasto ostatecznie ogłosiło zakończenie rozmów z Mariuszem Iwańskim. Co to oznacza dla WKS-u?

Śląsk Wrocław od wielu tygodni pozostawał w stanie zamrożenia. Spółce brakowało środków na bieżące funkcjonowanie, a przeciągające się w nieskończoność rozmowy z potencjalnym inwestorem uniemożliwiały uruchomienie środków z miasta.

Upraszczając: ustalenia były takie, że pan Mariusz Iwański gwarantuje 10 mln złotych rocznie, drugie tyle daje gmina Wrocław i z tych pieniędzy + tego, co spółka wygeneruje (sponsorzy, prawa do transmisji, przychody z dnia meczowego itd.) miał składać się budżet. Oczywiście należało mieć z tyłu głowy, że rozmowy zakończą się fiaskiem i wtedy to miasto będzie w dalszym ciągiem jedynym właścicielem.

Do tej pory gmina dofinansowywała spółkę poprzez podniesienie kapitału zakładowego. To najlepsze rozwiązanie pod kątem prawnym i podatkowym, a na dodatek nie wymaga zgody Rady Miasta, gdzie jak powszechnie wiadomo często zmieniają się nastroje, układ sił politycznych i co za tym idzie podejście do finansowania piłkarskiego Śląska.

Z przyczyn obiektywnych nie można było tego zrobić teraz, ponieważ trwał proces prywatyzacyjny, do którego sporządzono wycenę. Podniesienie kapitału w tym momencie z prawnego punktu widzenia sprawiłoby, że całą procedurę trzeba rozpoczynać od nowa. To fatalne wieści dla klubu, ponieważ zwyczajnie zaczęło brakować pieniędzy na bieżącą działalność. Przez to właśnie kilka tygodni temu Rada Miejska dofinansowała spółkę kolejnymi 5 mln zł, ale była to tzw. dotacja celowa, na organizację meczów i treningi.

Brak obiecywanych wcześniej środków uniemożliwił Śląskowi organizację wyjazdu na obóz zagraniczny. Czas na dopięcie formalności zwyczajnie minął, przez na szybko trzeba było zaplanować okres przygotowawczy w Polsce. Już wiadomo, że będzie problem ze sparingparterami, bo choć część klubów Betclic 1 ligi także zostaje w kraju, to ma już zakontraktowanych rywali. Zresztą brak wyjazdu to tylko jeden problem. Drugi - chyba nawet poważniejszy - to brak możliwości ruchu na rynku transferowym.

– Trzeba to powiedzieć otwarcie: cały klub jest w zamrażarce. Nie ma mowy o organizacji wyjazdu na obóz, nie ma mowy o transferach. Część piłkarzy już nam odmówiła, bo nikt nie chce czekać, mając na stole inne oferty – powiedziano nam w czwartek przy Oporowskiej.

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

O zakończeniu rozmów z Iwańskim poinformował wiceprezydent Młyńczak (z lewej)

Śląska nie stać na wyjazd za granicę, a organizowanie obozu w innej części Polski uznano za bezzasadne, bo także wygeneruje koszty, a najprawdopodobniej i tak będzie trzeba trenować na sztucznej murawie. Postanowiono więc zostać we Wrocławiu i... modlić się o dobrą pogodę, która umożliwi treningi przy Oporowskiej. Jeśli aura będzie mniej łaskawa, to zostają sztuczne płyty w mieście (Kłokoczyce lub ul. Racławicka).

Warto w tym miejscu przypomnieć, że WKS ma tylko dwa boiska trawiaste przy Oporowskiej, w tym płytę główną swojego starego stadionu. Nietrudno się domyślić, w jakim stanie będą te boiska po intensywnych zimowych treningach, a przecież na Stadionie Oporowska grają też rezerwy czy juniorzy. Mówiąc wprost: przeciągające się od sierpnia rozmowy z panem Iwańskim zaczęły realnie szkodzić Śląskowi Wrocław i to nie jest hiperbola. Winę za to ponosi przede wszystkim Komisja Prywatyzacyjna, która wyznaczyła pięć, sześć lub nawet siedem terminów granicznych na osiągnięcie porozumienia. W piątek - zapewne po części ze względu na presję medialną - postanowiono przerwać tę farsę.

Koniec opery mydlanej. Prywatyzacji nie będzie

W piątek na godz. 13 zwołano konferencję prasową w Sukiennicach, na której przedstawiciele Komisji Prywatyzacyjnej wyszli do dziennikarzy, by zakomunikować, że prywatyzacji nie będzie.

– Po zapoznaniu się z opinią doradcy prywatyzacyjnego spółki LTT Sports oraz po analizie i zapoznaniu się z opinią prawną doradców firmy Grand Thorton, zespół (prywatyzacyjny) podjął negatywną rekomendację dla oferty złożonej przez Mariusza Iwańskiego. Na tym etapie zamykamy negocjacje – powiedział wiceprezydent Wrocławia Michał Młyńczak, przewodniczący Komisji Prywatyzacyjnej.

Poza nim w skład 12-zespołowej komisji weszli: Renata Granowska (wiceprezydent Wrocławia), Włodzimierz Patalas (sekretarz miasta), Wojciech Szuster (szef zespołu radców prawnych), Sergiusz Kmiecik (przewodniczący Rady Nadzorczej Śląska, radca prawny), Jakub Śliwa (członek Rady Nadzorczej Śląska, radca prawny), dr Piotr Soroka (przedstawiciel Stowarzyszenia Wielki Śląsk, adwokat), Łukasz Kasztelowicz (radny miejski, radca prawny), Dominik Kłosowski (radny miejski), Robert Leszczyński (radny miejski), Adrian Zawisza (sekretarz zespołu, adwokat, szef Biura Nadzoru Właścicielskiego w mieście).

Warto dodać, że decyzja o odrzuceniu Iwańskiego została podjęta niejednogłośnie. 11 członków głosowało za, a sprzeciwił się tylko przedstawiciel kibiców. Komisja nie była zbyt chętna do zagłębiania się w szczegóły. Poinformowano tylko, że poznamy je - wraz z dokumentami - na najbliższej sesji Rady Miejskiej, na początku 2026 roku.

Czy wówczas dowiemy się, ile ta komisja, która znów nie doprowadziła do prywatyzacji klubu oraz cały proces kosztował podatników? Oby, bo na ten moment zapowiedziano tylko, że po nowym roku ruszy... kolejna próba prywatyzacji. Marne to pocieszenie dla Śląska i jego kibiców, bo klub pozostaje w miejskich szponach i nieprędko się to zmieni. ©℗

Portugalski snajper może pozostać w Zagłębiu. Decyzja należy do Miedziowych

Piotr Janas
x.com: @Piotr_K_Janas

Raków Częstochowa poinformował, że skraca wypożyczenie Leonardo Rochy do Zagłębia Lubin. Okazuje się jednak, że Portugalczyk może zostać w Lubinie, a decyzja należy od władz Miedziowych.

Leonardo Rocha od początku swojej przygody w Lubinie stał się gwiazdą drużyny. KGHM Zagłębie Lubin wypożyczyło go latem rzutem na taśmę, ostatniego dnia okna transferowego. Raków Częstochowa trenera Marka Papszuna nie widział go w składzie, mimo iż gdy były napastnik m.in. Radomiaka Radom pojawiał się na boisko, to potrafił zdobywać bramki.

Raków latem zatrzymał Jonatana Brauta Brunesa, sprowadził Lamine Diaby-Fadigę z Jagiellonii Białystok, Imada Rondicia z 1. FC Köln oraz... Tomasza Pieńkę z Zagłębia, bijąc wewnątrzligowy rekord transferowy (ok. 2 mln euro). Wówczas stało się jasne, że Rocha będzie dostawał mało szans i sam nalegał na transfer. Finalnie został wypożyczony do Zagłębia, gdzie szybko wywalczył miejsce w składzie i błyszczał skutecznością. W 11 ligowych występach strzelił 7 bramek i zanotował jedną asystę. Szkopuł w tym, że jest tylko wypożyczony i choć umowa zawiera klauzulę wykupu, to „Medaliki" zagwarantowały sobie także prawo do skrócenia wypożyczenia zimą i postanowiły z niego skorzystać. Sam piłkarz dość enigmatycznie zareagował na tę informację w mediach społecznościowych, ale wyraźnie chciał dać do zrozumienia, że nie wszystko jest przesądzone.

FOT. PAP

Leonardo Rocha strzelił dla Zagłębia 7 goli w 11 meczach ekstraklasy. Miedziowi mogą go wykupić za ok. 1 mln euro

Rocha woli Lubin niż Częstochowę

Już w oświadczeniu Rakowa zawarta była informacja, że Zagłębie wciąż może zmienić bieg wydarzeń, jeśli - zgodnie z zapisami w umowie - do rozpoczęcia piłkarskiej wiosny zapłaci określoną kwotę. Wedla naszych informacji ta cena to okolice 1 mln euro. Oczywiście z niewolnika nie ma pracownika i transferu definitywnego musiałby chcieć sam zawodnik. W przestrzeni medialnej pojawiały się spekulacje, że Rocha może chcieć raz jeszcze spróbować swoich sił w drużynie, która wiosną będzie występowała w fazie pucharowej europejskich pucharów. Przede wszystkim nie ma tam już Papszuna, bo ten objął Legię Warszawa, a jeden z konkurentów - Imad Rondić - okazał się niewypałem.

Tu dochodzimy do clue: z naszych potwierdzonych u źródła informacji wynika, że Rocha chce zostać w Lubinie. Zaaklimatyzował się na Dolnym Śląsku, jest wzorem dla młodych adeptów Akademii KGHM Zagłębie, a kibice go uwielbiają. Najwyraźniej nie tęskni za Częstochową, więc Zagłębie ma wszystkie karty w swoich rękach.

Mało tego: z bardzo wiarygodnego źródła zbliżonego do Zagłębia usłyszeliśmy, że Rocha o decyzji Rakowa dowiedział się z medialnego komunikatu o tym, że zimą ma wrócić pod Jansą Górę. To także miało mu się nie spodobać i jeszcze bardziej zniechęcić go do powrotu. To samo źródło twierdzi, że Portugalczyk bardzo dobrze dogaduje się z młodymi piłkarzami, prywatnie bardzo się lubi z Marcelem Regułą i wychwala jego umiejętności na tym etapie kariery, więc na papierze jest to transfer bez wad. ©℗

eprasa.pl b5d481d5da

naszemiasto.pl
22.12.2025

BT

eprasa.pl b5d481d5da

02

#hallo

22.12.2025

Dziś Pierwszy Dzień Zimy (Przesilenie Zimowe) oraz związane z nim tradycyjne Święto Godowe (Szczodre Gody) u Słowian, a także Dzień Piernika.

„GDY W BOŻE NARODZENIE POLA SĄ ZIELONE, NA WIELKANOC BĘDĄ ŚNIEGIEM PRZYWALONE"
PRZYSŁOWIE LUDOWE

naszemiasto.pl

ADRES REDAKCJI
50-073 Wrocław, ul. św. Antoniego 2/4
tel. 71 374 81 51; 71 374 81 61
redakcja.wroclaw@naszemiasto.pl

REDAKTOR PROWADZĄCY
Bożena Kończal, b.konczal@polskapress.pl

PROJEKT GRAFICZNY/DYR. ART.
Tomasz Bocheński

BIURO REKLAMY
50-073 Wrocław, ul. św. Antoniego 2/4
tel. 71 374 81 29; 71 374 82 09

BIURO OGŁOSZEŃ
50-073 Wrocław, ul. św. Antoniego 2/4
tel. 71 374 82 49

WYDAWCA
Polska Press Sp. z o.o. 02-672 Warszawa,
ul. Domaniewska 45, tel. 22 201 41 00

PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY
Zenon Nowak

DRUK
Drukarnia Sosnowiec
41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a

DYSTRYBUCJA
tel. 71 37 48 111
prenumerata@gazeta.wroc.pl

Materiałów nie zamówionych nie zwracamy.

#święta

Coraz bliżej święta. Dla tych, którzy nie mieli czasu, aby zabrać się za przygotowanie świątecznych dań, przygotowaliśmy bożonarodzeniowe last minute. Na kolejnych stronach umieściliśmy przepisy na pyszne potrawy autorstwa znanych kucharzy. Szybkie zakupy i do dzieła! Jeszcze zdążycie. Wesołych Świąt!

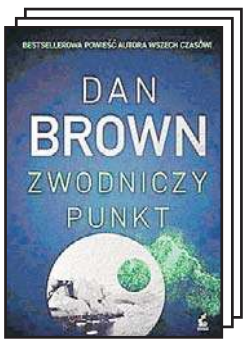
FOT. 123RF

#książki

Warto czytać przez cały rok, także w święta

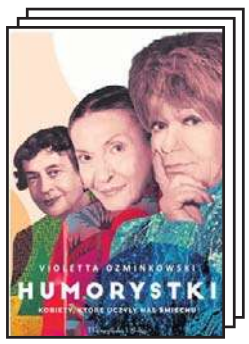
opracowanie Bożena Kończal

„ŚWIĘTA NA ULICY CZEREŚNIOWEJ"
TEKST I ILUSTRACJE: ROTRAUT SUSANNE BERNER
tłumaczenie: Maciej Byliniak
Lektura dla naszych dzieci czy wnuków, które nie mogą się już doczekać świąt.
Już Wigilia! Od rana pada śnieg. Ale do wieczoru jeszcze tak daleko... Jak wytrzymać tyle godzin? Mieszkańcy Czereśniowej wpadają na świetny pomysł: spędzą ten czas razem! Będą robić świąteczne ozdoby, jeść barszcz z uszkami i pierniczki, lepić bałwana i śpiewać kolędy. A gdy zapadnie zmierzch – powędrują świątecznym pochodem przez zasypaną śniegiem Czereśniową. Dołącz do nich i poczuj magię świąt!
WYDAWNICTWO DWIE SIOSTRY

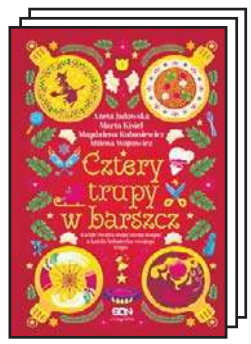


„ZWODNICZY PUNKT"
DAN BROWN
Najnowszy satelita NASA wykrywa niezwykły obiekt w lodowcach Arktyki, meteoryt ze śladami życia pozaziemskiego. Biały Dom przygotowuje się do poinformowania o odkryciu światowej opinii publicznej. Stanowiłoby ono sensację na miarę lądowania człowieka na Księżycu i zapewniło urzędującemu prezydentowi USA reelekcję. W celu zbadania meteorytu i stwierdzenia jego autentyczności na Arktykę udaje się grupa naukowców.
Do grupy na osobiste polecenie prezydenta dołącza Rachel Sexton, analityk wywiadu, by przygotować opis znaleziska dla Białego Domu.
WYDAWNICTWO SONIA DRAGA

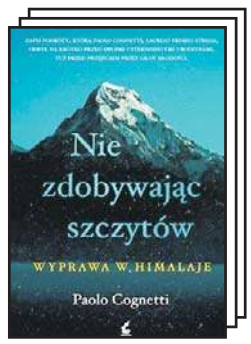
„RZEŹBIĘ W SŁOWACH"
URSULA K. LE GUIN
Zbiór przemówień, esejów, wstępów i recenzji książek autorstwa Ursuli K. Le Guin, jednej z najwybitniejszych intelektualistek literackich naszych czasów. To lektura obowiązkowa, podręcznik do zrozumienia głębi współczesnej fikcji oraz – poprzez pryzmat głębokich rozważań nad współczesnym pisarstwem – sposób na poznawanie świata, w którym wszyscy żyjemy. Le Guin opublikowała ponad sześćdziesiąt książek – od literatury pięknej po literaturę faktu, od książek dla dzieci po poezję – i zdobyła wiele nagród za całokształt twórczości. Powyższy opis pochodzi od wydawcy.
WYDAWNICTWO PRÓSZYŃSKI MEDIA



„HUMORYSTKI. KOBIETY, KTÓRE UCZYŁY NAS ŚMIECHU"
VIOLETTA OZMINKOWSKI
Pełna śmiechu i łez opowieść o Magdalenie Samozwaniec, Stefanii Grodzieńskiej i Marii Czubaszek. Każda z nich była nazywana pierwszą damą polskiego humoru, każda z nich miała ogromny dystans do świata, ale przede wszystkim do siebie. Były pogodne, ale nie naiwne. Potrafiły być niesłychanie złośliwe, ale też ciepłe i życzliwe. Miały klasę i odwagę, żeby mówić własnym językiem. Życie nie było specjalnie łaskawe dla żadnej z nich. Każda w pewnym momencie musiała zdecydować, co będzie najlepsze dla niej i dla tych, których kochała.
WYDAWNICTWO PRÓSZYŃSKI MEDIA



„CZTERY TRUPY W BARSZCZ. KRYMINALNA ANTOLOGIA ŚWIĄTECZNA"
MAGDALENA KUBASIEWICZ, MARTA KISIEL, MILENA WÓJTOWICZ, ANETA JADOWSKA
Cztery autorki. Cztery światy z pogranicza fantastyki i kryminału. Cztery trupy – bo nic tak nie podkręca magii świąt jak porządne śledztwo!
Boże Narodzenie w pałacyku myśliwskim, LARP w klimatach Opowieści wigilijnej, syrena, chimera, nocnica i gotowanie bigosu – co wyjdzie z takiego połączenia? Czy raczej: co wylezie?!
Sabat pisarek polskiej fantastyki wraca z nową antologią i nową porcją rozrywki.
WYDAWNICTWO SON



„NIE ZDOBYWAJĄC SZCZYTÓW. WYPRAWA W HIMALAJE"
PAOLO COGNETTI
Zapis podróży, którą Paolo Cognetti, laureat Premio Strega za Osiem gór, odbył na krótko przed swoimi czterdziestymi urodzinami.
„W końcu pojechałem w Himalaje. Nie po to, by się wspinać na szczyty, o czym marzyłem jako dziecko, ale żeby poznawać doliny. Chciałem zobaczyć, czy jeszcze gdzieś na świecie istnieją prawdziwe pierwotne góry, ujrzeć je na własne oczy, nim i one zginą. Znalazłem się w najdalszym zakątku Nepalu, w małym Tybecie, który przetrwał i trwa w cieniu Tybetu wielkiego i już na zawsze utraconego.
WYDAWNICTWO SONIA DRAGA

eprasa.pl b5d481d5da

MATERIAŁ INFORMACYJNY EKOSYSTEM SPÓŁKA Z OGRANICZONA ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ 0011446879

OD EDUKACJI PO SĄSIEDZKIE PIKNIKI. Wrocławianie odkrywają PSZOK-i na nowo

Jeszcze kilka lat temu Punkty Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych (PSZOK) kojarzyły się mieszkańcom dość jednowymiarowo – jako miejsca techniczne, służące wyłącznie do pozbycia się poremontowego gruzu czy wysłużonej kanapy. Dziś ten obraz odchodzi w niepamięć. Wrocławskie PSZOK-i to nie tylko miejsca selektywnej zbiórki odpadów, ale także np. wymiany ubrań, sąsiedzkich wydarzeń, a przede wszystkim nowoczesnej edukacji ekologicznej.

PIKNIK W MIEJSCU, KTÓRE ZASKAKUJE

Najlepszym dowodem na tę zmianę są wydarzenia, które przyciągają tłumy. W czerwcu na terenie PSZOK-u przy ulicy Szwajcarskiej bawiło się blisko 600 osób. Co istotne, organizatorzy zadbali o to, by przestrzeń stała się przyjaznym miejscem sąsiedzkich spotkań. Hasło „Nie ma nowego bez... starego!" idealnie oddało ducha imprezy, promując recykling bez zbędnego zadęcia.

Sukces letniego spotkania zainspirował Ekosystem do dalszych działań. 7 grudnia odbyła się zimowa edycja wydarzenia, która potwierdziła, że wrocławianie chcą spędzać czas w duchu eko. Podczas imprezy, również przy ulicy Szwajcarskiej, mieszkańcy uczyli się tworzyć ozdoby świąteczne z tekstyliów, a także ustanowili nietypowy rekord: stworzono najdłuższy we Wrocławiu łańcuch z papieru, który osiągnął długość 8 metrów i 80 centymetrów.

3000 DZIECI I ARMIA WOLONTARIUSZY

Statystyki za rok 2025 mówią same za siebie – mieszkańcy są głodni wiedzy. W warsztatach organizowanych na PSZOK-ach przez Ekosystem wzięło udział ponad 3300 osób. To wzrost o niemal tysiąc uczestników w porównaniu do roku poprzedniego.

Szczególnie cieszy fakt, że aż 3000 z tych osób to dzieci. Dzięki programom, takim jak „Rozważny przedszkolak" czy „Wrocławska Akademia Małego Ekologa", najmłodsi stają się domowymi ekspertami. To oni często edukują swoich rodziców, pilnując zasad segregacji w kuchni. Ale ekologia we Wrocławiu wychodzi daleko poza szkolne mury. W akcje „Sprzątania Świata" zaangażowało się aż 4500 wolontariuszy, którzy podczas 115 lokalnych zbiórek udowodnili, że biorą odpowiedzialność za swoją okolicę.

SZOT I „WIESZAK OSTATNIEJ SZANSY", CZYLI TEKSTYLIA TO ZASÓB

Jednym z kluczowych wyzwań w domowej segregacji jest odzież. Wiele osób wciąż zastanawia się: „co zrobić z tą bluzką?". Wyrzucenie jej do odpadów zmieszanych to błąd – tekstylia to cenny surowiec. Odpowiedzią jest SZOT – Samochód Zbierający Odzież i Tekstylia. To mobilny punkt zbiórki i projekt edukacyjny w jednym.

Specjalny bus regularnie kursuje po wrocławskich osiedlach, co jest ogromnym ułatwieniem dla mieszkańców, którzy nie muszą samodzielnie wozić tekstyliów do punktów stacjonarnych. Harmonogram jego wizyt można łatwo sprawdzić na stronie internetowej Ekosystemu. Z kolei podczas wybranych wydarzeń plenerowych, SZOT-owi czasami towarzyszy inicjatywa „Wieszak ostatniej szansy". Choć pojawia się on okazjonalnie, zawsze budzi duże zainteresowanie – to prosta lekcja „zero waste", w której ubrania trafiają bezpośrednio w ręce nowych właścicieli.

FAKTY KONTRA „ODPADOWE PLOTKI"

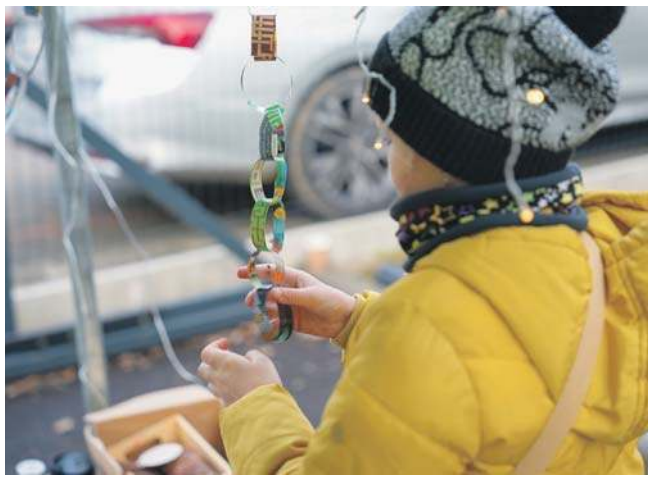
Wokół segregacji narosło wiele mitów. Mieszkańcy wciąż często pytają: czy trzeba myć słoiki? Gdzie wyrzucić karton po mleku?. Aby rozwiać te wątpliwości, w przestrzeni miejskiej pojawiły się plakaty z serii „Odpadowe plotki", które w zabawny i przystępny sposób prostują najczęstsze pomyłki.

Dla tych, którzy wolą twarde konkrety, powstał z kolei poradnik „PSZOK-owy Savoir-Vivre". Wiedza ta trafia do szerokiego grona odbiorców – od pracowników różnych branż i podopiecznych WCRS, aż po seniorów, którzy swoją znajomość frakcji odpadów mogą szlifować, rozwiązując specjalne ekologiczne krzyżówki.

O tym, jak wygląda „kuchnia" wrocławskiej gospodarki odpadami, można było się przekonać nawet w ogólnopolskiej telewizji. Ekipa programu „Pogromcy Chaosu" z Dorotą Szelągowską odwiedziła wrocławski PSZOK, pokazując szerszej publiczności kulisy jego funkcjonowania.

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ?

Wrocławski Ekosystem udowadnia, że edukacja ekologiczna jest dostępna dla każdego – niezależnie od tego, czy jesteś przedszkolakiem, czy przedstawicielem lokalnej instytucji. Jeśli chcesz zorganizować warsztaty w swojej placówce lub po prostu dowiedzieć się więcej o ofercie, warto skontaktować się z zespołem edukatorów pod adresem: **edukacja@ekosystem.wroc.pl**. Więcej informacji znajdziesz na stronie: **ekosystem.wroc.pl**.



eprasa.pl b5d481d5da

#świąteczny przepis

BARSZCZ WIGILIJNY

Składniki: Wywar na barszcz

- pęczek jarzyny jak do rosołu (cebula, marchewka, seler, por, pietruszka – koniecznie bez kapusty)
- buraki
- kilkanaście ziarenek pieprzu
- kilka ziaren ziela angielskiego
- liść laurowy
- 70-80 g suszonych prawdziwków
- sól

Przygotowania

W jednym garnku gotować obrane jarzyny i przyprawy (w ok. 2 l wody), w drugim, mniejszym grzyby (wody znacznie mniej). Ugotowane wywary cedzimy i łączymy, jarzyny wyrzucamy (zafarbowały z powodu obecności buraka, jeśli gotujemy wywar bez buraka, można je zostawić do sałatki jarzynowej), grzyby zostawiamy na uszka. Mieszamy wywar z zakwasem buraczanym (1,5 l wywaru na 0,5 l zakwasu), podgrzewamy nie zagotowując (barszcz straci kolor), ewentualnie doprawiamy sokiem z cytryny, solą, cukrem i świeżo zgniecionym czosnkiem.

Przepis autorstwa Roberta Makłowicza - maklowicz.pl

FOT 123RF

Skosztowanie każdej potrawy ma zapewnić nam szczęście i dobrobyt

12 potraw wigilijnych? Co zgodnie z polską tradycją powinno znaleźć się na naszym stole?

ŚWIĘTA

12 potraw wigilijnych przygotowanych jest z płodów ziemi, takich jak: buraczki, mak, ryby, kapusta, grzyby, groch i miód. Symbolizują one dostatek, witalność i szczęście.

#Katarzyna Piojda

CZERWONY BARSZCZ Z USZKAMI

Wigilijny barszcz ma dodawać urody. Czerwone buraki zapewnią powodzenie i pomyślność oraz zagwarantują życie w zdrowiu.

ZUPA GRZYBOWA

Zjedzenie nawet kilku łyżek zupy grzybowej powinno zapewnić zdrowie ciała, trwałe siły, witalność oraz trzeźwość umysłu.

KARP I INNE RYBY

Ryba stanowi symbol płodności i odradzania się. Kto zje karpia lub inną rybę w wigilijny wieczór, ten będzie miał spokojny żywot w nowym roku.

PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI

To danie ma dodać nadprzyrodzonych sił, magicznej mocy, nie tylko w wigilijną noc. Kapusta oraz grzyby mają zapewnić dobrobyt.

KLUSKI Z MAKIEM

Chociaż mak kojarzy się ze śmiercią i końcem, to jednocześnie oznacza pomoc. Mak, tak samo, jak zboża, symbolizuje dostatek i urodzajność.

KUTIA

Ma ułatwić pojednanie z Bogiem oraz ze zmarłymi. To dlatego, że pszenica, z której przygotowuje się tę potrawę, zwiastuje nieśmiertelność. Migdały z kutii dodają mądrości.

GROCH Z KAPUSTĄ

Kapusta ma zapewnić ponadprzeciętną siłę i witalność. Pomoże chronić przed chorobami fizycznymi i psychicznymi, a jeśli choroby już zaatakowały, to przepędzi je z ciała i rozumu.

CHLEB

Nasz chleb powszedni jest symbolem dobrobytu, pomyślności i mądrości życiowej. Zwiastuje również przyjaźń i gościnność. Jest symbolem wspólnoty.

Każda potrawa ma swoje znaczenie

FOT123RF

KOMPOT Z SUSZU

Owoce mają wyjść na zdrowie – także te w suszu, z którego ugotowano kompot. Jabłka zapewniające urodzaj i odkupienie, ale jednocześnie symbolizujące miłość i władzę. Gruszka ma gwarantować dostatek i obfitość. W kompocie z suszu są jeszcze morele, zwiastujące długowieczność i szczęście.

PIERNIK

To symbol dobrobytu i powodzenia. Śliwki mają odpędzać złe duchy. Są symbolem harmonii umysłu.

MAKOWIEC

Jeżeli makowiec jest z orzechami, symbolizuje płodność oraz witalność. Orzech to ponadto symbol szczęścia i spokojnego snu.

Samotność w święta bywa koniecznością, a czasem wyborem

ŚWIĘTA

Samotność w Boże Narodzenie najczęściej dotyka osoby starsze i zazwyczaj nie jest to ich wybór. Ale coraz więcej także młodych ludzi świętuje w pojedynkę.

#Marta Siesicka-Osiak

Co z tymi, którzy cierpią z powodu braku towarzystwa bliskich? Przed pogrążeniem się w depresji może uratować ich drobny gest, na który stać każdego z nas.

JAK SAMOTNOŚĆ WPŁYWA NA JAKOŚĆ ŻYCIA? MOŻE MIEĆ DOBRE I ZŁE SKUTKI

Każdy człowiek bywa samotny na pewnym etapie swojego życia – po stracie kogoś bliskiego, rozstaniu czy przeprowadzce. Nie zawsze jest to stan odbierany, jako zły i wbrew pozorom może przynieść korzyści.

Dla wielu jest to czas samorozwoju, refleksji czy rozwijania swoich pasji. Często to także szansa na nowy początek. Bywa jednak tak, że im dłużej trwa okres alienacji, tym trudniej go przerwać. Problem ten dotyka przede wszystkim osób starszych.

Badania naukowe przeprowadzone w Indiach potwierdzają, że samotność i izolacja społeczna mają wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne, zwiększając ryzyko zachorowania m.in. na:

cukrzycę,
nowotwory,
otyłość,
toczeń,
reumatoidalne zapalenie stawów,
choroby naczyniowo-sercowe.

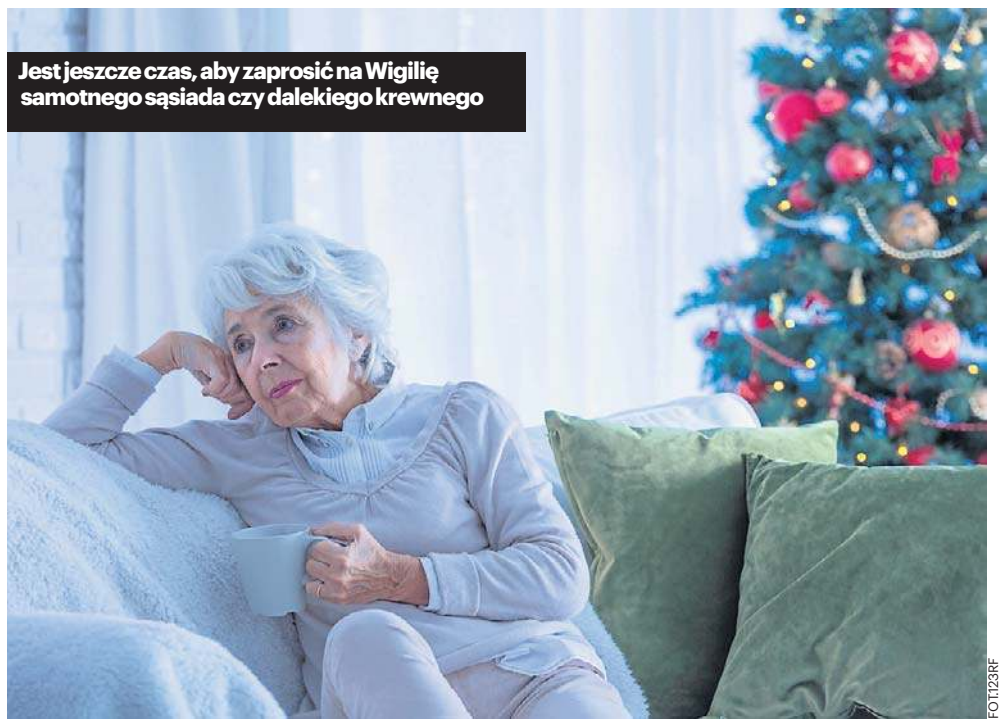
Dłuższe życie w pojedynkę może także zwiększyć ilość wytwarzanego kortyzolu – hormonu stresu oraz wpłynąć negatywnie na jakość snu oraz doprowadzić do nadużywania alkoholu, depresji i agresji.

JAK OSOBA SAMOTNA MOŻE POMÓC SOBIE SAMA? SPOSOBÓW JEST WIELE

Jeśli samotność nie jest wyborem – niesie za sobą smutek i poczucie alienacji – należy bezzwłocznie podjąć działania, mające na celu powrót do życia społecznego. Może w tym pomóc:

Wolontariat – przebywanie wśród ludzi i możliwość niesienia pomocy innym ma terapeutyczny wpływ na samopoczucie. Ponadto daje możliwość nawiązywania nowych znajomości i może przywrócić sens życia.

Czworonożny przyjaciel - sprawowanie opieki nad psem lub kotem działa kojąco na nerwy, zwiększa poczucie bezpieczeństwa, a także motywuje do codziennych aktywności. Spacery z psem mogą sprzyjać nawiązywaniu nowych znajomości.



Jest jeszcze czas, aby zaprosić na Wigilię samotnego sąsiada czy dalekiego krewnego

FOT123RF

Hobby – nic nie łączy tak, jak wspólna pasja. Przynależność do różnych klubów i organizacji oraz uprawianie sportów to okazja do przebywania wśród ludzi o podobnych zainteresowaniach, a tym samym szansa na zawarcie wartościowych znajomości.

Korzystanie z nowoczesnych technologii lub wręcz przeciwnie – osoby starsze, które mają trudności z wychodzeniem z domu, mogą traktować nowoczesne technologie jak „okno na świat". W przypadku osób młodszych – lepszym rozwiązaniem może być detoks, przerwa w korzystaniu z mediów społecznościowych, które mogą pogłębiać poczucie samotności.

JAK POMÓC OSOBIE SAMOTNEJ W OKRESIE ŚWIĄT?

Samotność najdotkliwiej odczuwana jest w okresie świąt, wigilia - to nie czas, aby samotnie rozpamiętywać, co złego nam się przydarzyło w życiu. Właśnie wtedy osobom, które pozostają w tym czasie same, najbardziej przyda się wsparcie rodziny i znajomych. Pomocną dłoń nie zawsze muszą wyciągnąć najbliższe osoby.

– Jeśli mamy w otoczeniu starszą osobę, która samotnie spędzi święta, możemy wyjść z inicjatywą zaproszenia jej do nas i wspólnego spędzania czasu. Natomiast pamiętajmy, żeby zrobić to z odpowiednim wyprzedzeniem oraz z dużą dozą delikatności – nie dla każdego spędzenie świąt w gronie, bądź co bądź, obcych sobie ludzi to komfortowa sytuacja – mówi terapeutka, Magdalena Pytel.

A CO Z OSOBAMI MŁODSZYMI, KTÓRE SPĘDZĄ WIGILIĘ W POJEDYNKĘ?

– U nich samotność w święta może być wyborem i po prostu chęcią spędzenia czasu w ten sposób. Natomiast, jeśli mamy kogoś w bliskim otoczeniu, kogo znamy i wiemy, że to nie jest jego wymarzony sposób na spędzanie świąt, zaoferujmy nasze towarzystwo i miejsce przy stole – dodaje.

eprasa.pl b5d481d5da

#świąteczny przepis

PASZTET KLASYCZNY

Składniki:
● 700 g mięsa wieprzowego np. łopatki, ● 400 g surowego boczku, ● 200 g wątróbki np. drobiowej, ● 1 marchewka, ● 1/8 selera, ● 1 mała pietruszka, ● 300 g cebuli, ● 5 ząbków czosnku, ● 3 liście laurowe, ● 5 ziaren ziela angielskiego, ● 1 łyżeczka mielonej gałki muszkatołowej, ● 1,5 łyżeczki soli, ● ¼ łyżeczki pieprzu, ● 3 jajka, ● 2 łyżki masła, ● masło i bułka tarta do formy.

Przygotowanie:
Mięso wieprzowe pokrój na kawałki (ok. 4 cm x4 cm). Włóż do garnka, dodaj marchewkę, selera, pietruszka, dodaj ziele angielskie, liść laurowy. Gotuj ok. 90 minut aż do miękkości mięsa. Ugotowane mięso i warzywa wyjmij z wody i odstaw do wystygnięcia. Na patelni rozgrzej masło i podsmaż cebulę pokrojoną w półplasterki aż stanie się miękka. Dodaj czosnek, wątróbkę i smaż po kilka minut z każdej strony.
Wystudzone ugotowane mięso z warzywami oraz wątróbkę z cebulą i czosnkiem włóż do dużej miski, dodaj gałkę muszkatołową (1 łyżeczka), sól (1,5 łyżeczki), pieprz (¼ łyżeczki), jajka (3 szt.) i miksuj blenderem do uzyskania gładkiej masy.
Zmiksowaną masę przełóż do aluminiowych blaszek.
Piecz w temperaturze 180°C przez 35-40 minut „góra-dół".
Przepis autorstwa Jakuba Kuronia kuron.co.pl

FOT.JAKUB KURON.PL

Świetna zabawa dla całej rodziny i jaka satysfakcja z choinkowych ozdób

Te ozdoby możesz zrobić samodzielnie!
Będą cieszyć oko i wprowadzą w świąteczny nastrój

ŚWIĄTECZNE INSPIRACJE

Łańcuchy i błyszczące stroiki z papieru, szyszek. Te ozdoby są nieodłącznym elementem dekoracyjnym na święta Bożego Narodzenia. Możesz je mieć za parę złotych.

 # Kinga Furtak

Liczy się pomysł. Z szyszek, papieru, słomy możemy wyczarować cudeńka
FOT.123RF

Ozdoby z papieru pasują do każdego wnętrza j i można je wykonać niewielkim kosztem. Do ich wykonania potrzeba w zależności od upodobań tylko kolorowego lub białego papieru, nożyczek, kleju, wstążki.

Najprostszą ozdobą jest łańcuch. Wystarczy przygotować papierowe paski i klej. Pierwsze oczko powstaje poprzez sklejenie dwóch końców papierowego paska. Przez każde kolejne oczko przekładaj kawałek papieru, którego końce następnie są łączone.

ŚNIEŻYNKI
Kolejną propozycją ozdoby z papieru są śnieżynki. Do ich przygotowania wystarczy kartka papieru, nożyczki troszkę wyobraźni. Z papieru wycinamy kwadrat składamy go kilkukrotnie na pół tak, aby finalnie otrzymać trójkąt. Następnie wycinamy wzorki! Gotowe dekoracje można zawiesić na choince, w oknie, ozdobić nimi zapakowany w papier świąteczny prezent.

MIKOŁAJ
Świetną bazą do przygotowania świątecznych figurek są... rolki po papierze toaletowym. Z nich zrobimy korpus figurki. Wybieramy kolor papieru w zależności, od tego, czy chcemy stworzyć św. Mikołaja, bałwanka, czy na przykład renifera. Kolorowym papierem owijamy całą rolkę. Figurka św. Mikołaja - odrysowujemy na kartce papieru kółko, wycinamy je i przecinamy je tak, jak przebiega promień w okręgu. Teraz wystarczy złączyć oba fragmenty koła skleić i mamy już mikołajkową czapkę! Możena ją przyozdobić watą - zrobić pompon. Mikołajową twarz robimy z papieru, rysujemy oczy, doklejamy brodę z waty. Na kubraczku możesz przykleić malutkie guziczki, które będą ozdabiały strój grudniowego gościa. Tu z pomocą może przyjść tzw. magiczny klej, który możesz kupić w każdym sklepie papierniczym.

REKLAMA 0011448640

Eko logis

Czas na odświeżenie domu, ogrodu albo strychu?

Kontener pojawi się pod Twoim domem w ustalonym terminie.

Masz 7 dni na załadunek
— resztą zajmujemy się my.

Nie zastanawiaj się, co zrobić z odpadami – zamów kontener i pozbądź się problemu w prosty sposób.

Firma Eko-Logis oferuje kompleksowy odbiór odpadów budowlanych i poremontowych, gruzu, starych mebli, papy, styropianu, wykładzin, odpadów zielonych i wielu innych.

Podstawiamy kontenery o pojemności od 2,5 m³ aż do 36 m³, dokładnie tam, gdzie ich potrzebujesz.

Zamówienie jest szybkie i wygodne.
Nie musisz dzwonić – wystarczy,
że wejdziesz na naszą stronę i skorzystasz
z prostego formularza online:

1. wybierasz rodzaj odpadów i rozmiar kontenera,
2. datę podstawienia i odbioru,
3. wpisujesz dane i gotowe!

Wolisz tradycyjny kontakt?
Tel: 48 514 006 006
Mail:
zamowienia@eko-logis.com.pl
www.eko-logis.com.pl

Nasi doradcy wszystko z Tobą ustalą.

Eko-Logis – sprawdzony partner w porządkach, remontach i budowie

eprasa.pl b5d481d5da

#świąteczny przepis

KAPUSTA Z GROCHEM I SUSZONYMI GRZYBAMI

FOTSOWAROBERT.PL

Składniki:
- 1 kg kiszonej kapusty
- 200 g namoczonego w wodzie grochu
- kilka namoczonych suszonych grzybów
- sól, ● pieprz biały mielony, ● ziele angielskie, ● liść laurowy,
- kminek Prymat do smaku

Przygotowanie
Grzyby zagotować, wystudzić i pokroić na mniejsze kawałki, pozostawiając wodę, w której gotowały się grzyby.
Kapustę pokroić, przełożyć do garnka i zalać wodą. Dodać groch, suszone grzyby i przyprawy.
Całość gotować do miękkości, dodając niewielką ilość wody, w której gotowały się grzyby.
Tak przygotowaną kapustę podawać z gotowanymi ziemniakami skropionymi olejem lnianym.

Przepis autorstwa Roberta Sowy - sowarobert.pl

Najtrwalsza powinna być sosna. Nawet ponad miesiąc będzie zdobiła dom

Jodła, sosna czy świerk? Co wybrać? Co robić, aby prawdziwe drzewko jak najdłużej było piękne

ŚWIĘTA

Naturalna choinka to niepowtarzalny klimat Świąt Bożego Narodzenia. Żywe drzewko roztacza żywiczny aromat, a robi to, dopóki igiełki z niego nie opadną.

#Katarzyna Piojda

Jodła, sosna i świerk to najpopularniejsze choinki w polskich domach. W naturalnych warunkach rosną nawet do 50 metrów wysokości. Te, które sprowadzamy do domu na święta Bożego Narodzenia, z reguły nie przekraczają 2 m wysokości.

CHOINKI W DONICZCE
Jeśli decydujemy się na zakup żywej choinki, wybierzmy tę w doniczce, ukorzenioną.

Przy wyborze drzewka trzeba jednak uważać, ponieważ niektórzy sprzedawcy oferują ścięte choinki, które wsadzają do donicy z ziemią i wystawiają na sprzedaż jako ukorzenione. Czasem już po około tygodniu od zakupu drzewko wyglądatak marnie , że trzeba je wyrzucić. Jak sprawdzić, czy upatrzona przez nas choinka w donicy rzeczywiście ma korzenie? Wystarczy podnieść drzewko i powinno być widać korzenie. Zdarza się także, że korzenie widać gołym okiem, jak wystają z ziemi. Warto też zwrócić uwagę na igły: jeśli robią się brązowe albo opadają, zrezygnujmy z takiego zakupu.

Kiedyś w modzie były drzewka z plastiku

FOT. 123 RF

JAK DBAĆ O CHOINKĘ W DOMU?
Regularne podlewanie świątecznego drzewka, tego ukorzenionego ma ogromne znaczenie.

Ponadto można zastosować specjalne preparaty, często proekologiczne. Dolewając je czy dosypując do wody, którą zamierzamy podlać choinkę, sprawią, że będzie ona cieszyła swoim wyglądem jeszcze w lutym. Te środki mają jeszcze jedną zaletę: pomagają choince ukorzenić się. Takie drzewko będzie można potem zasadzić w ogrodzie.

Gdy kupujemy ciętą choinkę, bez korzeni, powinniśmy sprawdzić, jak wygląda odcięta część pnia. Jeżeli jest jasna i ma kropelki żywicy, to znaki, że drzewko jest świeżo ścięte. Życie ściętego drzewa, bez korzeni, jest o wiele krótsze.

Najmniej trwały jest świerk, który już po tygodniu od ścięcia zaczyna marnieć - dodaje ogrodnik.

Jodła pozbawiona korzeni powinna ładnie się prezentować przez około 3-4 tygodnie. Najtrwalsza powinna być sosna. Będzie zdobiła dom nawet ponad miesiąc.

REKLAMA 0011452744

STOWARZYSZENIE OCHRONY ZWIERZĄT EKOSTRAŻ

Podaruj wigilijny cud psom odebranym z łańcucha

Pomóż wyremontować azyl dla uratowanych psów

Wpłać darowiznę: www.ekostraz.pl/cud

blik 501 639 507

eprasa.pl b5d481d5da

Ryba jest źródłem witamin: A, D, K i B oraz kwasów tłuszczowych omega-3 i -6

Jak wybrać świeżego karpia? Sprawdź właściwości odżywcze i zdrowotne tej popularnej ryby

JEDZENIE

Karp nieodłącznie kojarzy się z kolacją wigilijną. Ta ryba to symbol Bożego Narodzenia w Polsce. Karp królewski często nazywany jest karpiem galicyjskim lub lustrzeniem.

 # Martyna Jaros

Główny Inspektorat Weterynaryjny zaleca kupowanie ryby uśmierconej przez wykwalifikowaną osobę

FOT.123RF

Karp (Cyprinus carpio) to ryba słodkowodna, naturalnie występująca w głębokich rzekach oraz rozlewiskach. Obecnie hodowany jest na skalę przemysłową w specjalnie przygotowanych stawach. W Polsce najpopularniejszy jest karp królewski, zwany także lustrzeniem lub karpiem galicyjskim. Obecnie ryba ta najczęściej gości na stole podczas Wigilii.

Mięso karpia jest koloru bladoróżowego, o specyficznym zapachu rzecznego mułu. Porcja 100 g ma ok. 110 kcal i 18 g białka. Karp jest również źródłem witamin: A, D, K oraz B.

Karp jest zaliczany do ryb średnio tłustych, ponieważ jego stugramowa porcja jest źródłem 4,2 g tłuszczu, w tym tylko 0,7 g niezdrowych tłuszczów nasyconych. Pozostałość stanowią nienasycone kwasy tłuszczowe omega-3 oraz omega-6, które wykazują prozdrowotne działanie na organizm człowieka. Mają właściwości przeciwzakrzepowe, wspierają układ odpornościowy, zmniejszają ryzyko rozwoju nadciśnienia tętniczego i miażdżycy, a także cukrzycy typu 2 oraz chorób nowotworowych. Filet z karpia produkowanego w Polsce zawiera ok. 15-17 proc. białka oraz 6-11 proc. tłuszczu. Szczególnie cenny jest skład kwasów tłuszczowych, wśród których te nasycone stanowią tylko 25-30 proc., jednonienasycone – 55-60 proc., a najcenniejsze wielonienasycone kwasy tłuszczowe – 13-20 proc.

Warto również dodać, że karp zalicza się do lekkostrawnych ryb, zawierających znaczne ilości kolagenu, czyli składnika wspierającego prawidłowe funkcjonowanie stawów i chrząstek.

Żeby karp był smaczny, należy go przechowywać i transportować w odpowiednich warunkach. Mięso ryby, która nie miała miejsca do pływania, będzie zdecydowanie bardziej gorzkie, niż tej, której zapewniono możliwość swobodnego poruszania się.

JAK WYBIERAĆ KARPIA:

- Zdrowy karp powinien swobodnie pływać w czystej wodzie grzbietem do góry.
- Nie kupuj karpia unoszącego się na powierzchni wody lub pływającego bokiem.
- Łuski muszą dobrze przylegać do skóry, a płetwy nie mogą być poszarpane lub uszkodzone.
- Skóra powinna być brązowo-żółta i pod wpływem światła mienić się na niebiesko.
- Skrzela zdrowego karpia mają różową lub czerwoną barwę, natomiast jeśli są blade, może to oznaczać, że ryba jest chora.
- Kupuj ryby ważące 1,5-2,5 kg. Zbyt duże będą zawierały znacznie więcej tłuszczu, a mniejsze zdecydowanie ciężej będzie obrać i filetować.

#świąteczny przepis

WIGILIJNY KARP NA CHRUPKO

Składniki:

- 1 karp o wadze 1,5 – 5 kg (lub już gotowe dzwonka)
- 1 cytryna
- 5 łyżek bułki tartej
- 5 łyżek mąki
- olej roślinny do smażenia
- sól, pieprz

Przygotowanie:

Wypatroszonego i umytego karpia pokrój na w miarę równej wielkości dzwonka.
Rybę skrop sokiem z cytryny, dodaj sól, pieprz, odstaw na godzinę do lodówki.
Mąkę wymieszaj z bułką tartą, obtaczaj w niej kawałki karpia.
Rybę smaż na rozgrzanym oleju około 5 - 6 minut z każdej strony.
Po usmażeniu rybę układaj na ręcznik papierowy, aby pozbyć się nadmiaru tłuszczu. Podawaj na ciepło lub na zimno, najlepiej z kawałkiem cytryny.

Przepis autorstwa Ani Starmach - ania.starmach.pl/przepisy

FOT. ANIASTARMACH.PL

REKLAMA 0011449072

536 160 000 | Biuro sprzedaży: ul. Pabianicka 25 | nowapabianicka.pl

eprasa.pl b5d481d5da

Warto wcześniej zaplanować świąteczne aktywności, wtedy łatwiej ruszymy się zza suto zastawionego stołu

Spacery, jazda na rowerze - ruch pozwoli nam stracić trochę kalorii i zyskać dobry humor

ZDROWIE

Aktywność fizyczna w święta jest ważna dla zdrowia, pomaga spalić kalorie i poprawić samopoczucie. Wybierzmy się więc choćby na spacery z rodziną.

 # opr. BMK

Sposobów na utrzymanie dobrego samopoczucia w świąteczne dni jest sporo. Może to być wspominanie miłych wydarzeń rodzinnych, gra w planszówkę, albo zgadywankę, wspólne obejrzenie zabawnego czy ambitnego filmu. Najszybciej jednak, odzyskamy dobry humor i przestaniemy mieć poczucie, że przesadziliśmy z podjadaniem świątecznych pyszności, po dawce aktywności fizycznej.

Możliwości jest sporo. Wszystko zależy od naszych upodobań i oczywiście kondycji.

Ćwiczenia na trampolinach czy wizyta w siłowni, to też dobry pomysł na relaks

FOT. 123ARF

SPACER

Najprościej wybrać się na rodzinny spacer. Pół godziny chodzenia pozwoli nam spalić od około 90 do 200 kalorii. Wszystko w zależności od wagi, tempa i terenu: osoba ważąca 70 kg spali ~100-120 kcal w wolnym tempie (4 km/h), a przy szybkim marszu (6 km/h) może spalić 150-170 kcal.

Spacery poprawiają zdrowie fizyczne (serce, krążenie, kości, mięśnie, regulacja cukru, waga), mentalne (redukcja stresu, lepszy nastrój, kreatywność, dotlenienie mózgu) i społeczne (wzmacnianie więzi), a do tego są prostym sposobem na dotlenienie organizmu i zwiększenie odporności, pomagając w walce z chorobami cywilizacyjnymi.

GRA W PIŁKĘ

Jeśli pogoda pozwoli można pograć w piłkę np. w nożną co pozwoli nam spalić znaczną ilość kalorii, średnio od 600 do 850 kcal na godzinę dla przeciętnej osoby (np. 80 kg). Godzina koszykówki to utrata od 500 do ponad 700 kcal, w zależności od intensywności, Twojej wagi i kondycji.

Gra w piłkę nożną przynosi mnóstwo korzyści, wzmacniając zdrowie fizyczne (serce, płuca, mięśnie, koordynacja, wydolność), poprawiając zdrowie psychiczne (redukcja stresu, samopoczucie, koncentracja), oraz rozwijając kluczowe umiejętności społeczne i charakterologiczne, takie jak praca zespołowa, dyscyplina, odpowiedzialność, wytrwałość i szacunek, co czyni ją idealnym sportem dla wszechstronnego rozwoju

JAZDA NA NARTACH

Ci, którzy będą spędzać wakacje w zimowej scenerii (marzenie!) zapewne bez namawiania pójdą pobawić się na śniegu.

Godzina jazdy na nartach spala od 300 do nawet ponad 700 kalorii, w zależności od intensywności, prędkości, rodzaju nart (zjazdowe, biegowe, skitouring) i wagi narciarza, przy czym szybsza jazda, trudniejszy teren (głęboki śnieg, podchodzenie) i większa masa ciała zwiększają wydatek energetyczny.

Rekreacyjna jazda to ok. 300-400 kcal, a intensywna, poza trasami, może przekroczyć 900 kcal, angażując całe ciało.

Co poza relaksem daje jazda na nartach? Otóż pozwala wzmocnić mięśnie (nóg, brzucha, pleców), poprawić kondycję i koordynację, spalić kalorie, usprawnić układ krążenia, a do tego redukuje stres, poprawia nastrój i pozwala na kontakt z naturą, co wzmacnia odporność i zapewnia świetną zabawę w gronie bliskich, budując pewność siebie.

PRZEJAŻDŻKA NA ROWERZE

Jeśli nikt z grona osób, z którymi spędzamy święta nie ma ochoty na spacer, to może wyciągnijmy z garażu czy piwnicy rower.

Jazda na rowerze to świetny sposób na ruch i spalanie kalorii. Godzina jazdy ze średnią prędkością (ok. 20 km/h) spala około 400-500 kcal u osoby ważącej 70 kg. Przy spokojnej, rekreacyjnej jeździe można spalić 200-300 kcal w godzinę, a podczas intensywnego treningu nawet 700-1000 kcal.

Łatwo zapamiętać prostą zasadę: 1 km jazdy na rowerze to około 20-30 kcal. Oznacza to, że 10 km przejażdżki to ok. 230 kcal. Rower pozwala więc spalić kilkaset kcal na godzinę, a przy tym jest łagodniejszy dla stawów niż bieganie, co czyni go jedną z najzdrowszych i najprzyjemniejszych form aktywności fizycznej.

Jazda na rowerze przynosi ogromne korzyści, wzmacniając serce i układ krążenia, poprawiając kondycję, redukując stres, kształtując mięśnie nóg, pośladków i brzucha, a także pomagając w kontroli wagi i obniżaniu poziomu cholesterolu, oferując przy tym satysfakcję i kontakt z naturą.

Jest to aktywność mało obciążająca stawy, idealna dla różnych grup wiekowych i osób z nadwagą, poprawiająca również samopoczucie psychiczne

ZABAWA NA TRAMPOLINIE

Ćwiczenia na trampolinie zdobywają coraz większą popularność. To nie tylko przyjemna forma ruchu, ale też świetny sposób na skuteczne spalanie kalorii. Może warto zaplanować rodzinny wypad do parku trampolin? W końcu nie tylko dzieci lubią odczucie wolności i fruwania.

Podczas godziny skakania na trampolinie spalamy od 400 do nawet 600 kcal - to więcej niż podczas szybkiego marszu czy rekreacyjnej jazdy na rowerze. W zależności od intensywności ruchu i Twojej wagi, możesz osiągnąć naprawdę imponujące wyniki.

Jakie efekty daje regularne skakanie na trampolinie? Szybkie spalanie tkanki tłuszczowej - co przekłada się na redukcję masy ciała i poprawę sylwetki. Wysmuklenie ud, pośladków i brzucha - trampolina świetnie angażuje dolne partie ciała. Ujędrnienie skóry i redukcja cellulitu - dzięki poprawie krążenia. Lepszą kondycję i większą wydolność organizmu - regularny trening na trampolinie działa jak cardio! Poprawa działania systemu limfatycznego - dzięki temu organizm szybciej pozbywa się toksyn.

Zabawa na trampolinie - może dodatkowo poprawić nastrój i zmniejszyć poziom stresu.

Skoki na trampolinie to nie tylko świetna zabawa, ale także doskonały sposób na poprawę kondycji serca i układu krążenia.

TRENING W DOMU

Jeśli nie chce się nam opuszczać domu, także możemy stracić trochę kalorii i poprawić nastrój. Zróbmy kilka przysiadów, pompek, w celu utrzymania formy, albo zdecydujmy się na sesję jogi. Dzięki ćwiczeniom wzmacniamy i uelastyczniamy mięśnie, poprawiamy postawę, równowagę, metabolizm, odciążamy kręgosłup. Korzysta także nasze psyche joga pomaga redukować stres i lęk, uspokaja umysł, poprawia koncentrację, co prowadzi do harmonii, lepszego samopoczucia. A przy tym możemy spalić od 100 do 700 kcal w ciągu godziny, w zależności od intensywności ćwiczeń, a także wagi praktykującego.

Zaplanujmy aktywność jeszcze przed świętami, wtedy łatwiej nam będzie odejść od suto zastawionego stołu.

#świąteczny przepis

DORSZ Z FETĄ W AROMACIE ZIÓŁ I ORZECHÓW

Składniki:

- 4 filety z dorsza, każdy ok. 150 g
- 1 pęczek bazylii - posiekany
- 80 g orzechów włoskich - rozgniecionych
- 250 g sera feta w oliwie (kostki)
- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 20 czarnych oliwek drobno pokrojonych
- sól,
- pieprz,
- pieprz czerwony
- 10 drobno pokrojonych suszonych pomidorów

Przygotowanie:

Rozgrzej piekarnik do 200 C.

Ser feta rozgnieć widelcem w misce.

Zmiksuj krótko w kielichu miksera orzechy, oliwki, pomidory, bazylię i oliwę z oliwek.

Uzyskaną masę połącz następnie z rozgniecionym serem. Wymieszaj dokładnie i przełóż na talerz.

Jeśli filety są grube, przekrój je na pół. Oprósz solą i pieprzem z obu stron.

Każdy kawałek obtocz w masie serowej i ułóż w naczyniu do zapiekania.

Posyp świeżo rozgniecionym w moździerzu czerwonym pieprzem i wstaw do piekarnika na 10 minut.

Biały ryż lub komosa będą doskonałym dodatkiem do tego dania.

Przepis autorstwa Pascala Brodnickiego pascalbrodnicki.pl

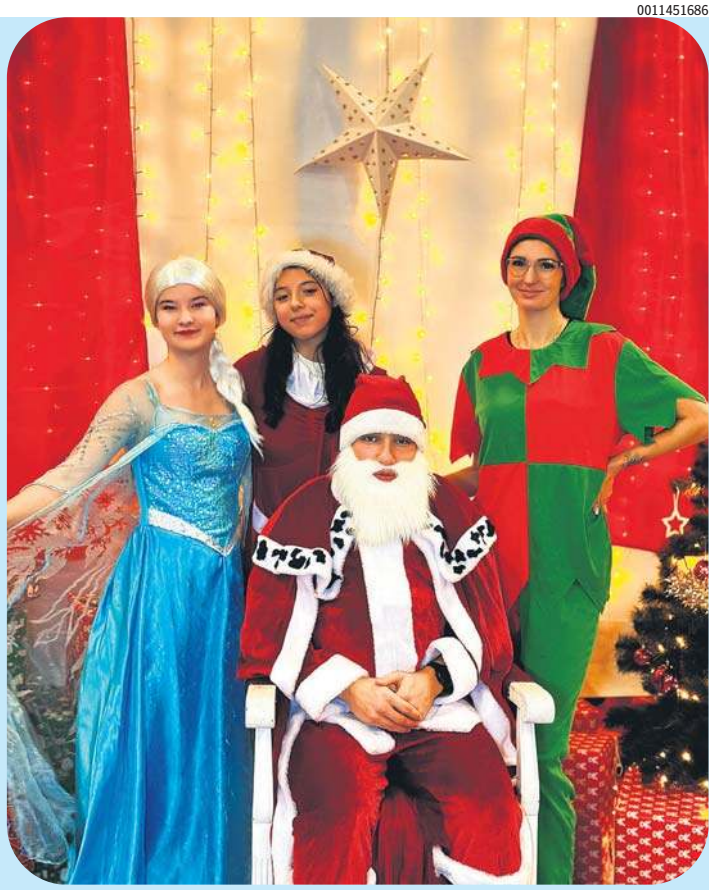
FOT. 123RF

eprasa.pl b5d481d5da

REKLAMA 0011451686

CHUBI BOOM

Zapraszamy na dobrą zabawę :)



- organizacja urodzin
- wycieczki klasowe
- karaoke w każdy piątek
- warsztaty dla dzieci
- pizza z pieca opalanego drewnem
- torty i ciasta na zamówienie
- powierzchnia 3000 m²
- imprezy i animacje tematyczne

Chubi-Boom

Wrocław
aleja Aleksandra Brücknera
32/34, 51-411 Wrocław

godziny otwarcia:

pon. – czw. 11:00 – 20:00
pt. 11:00 – 21:00
sob. – nd. 10:00 – 21:00

eprasa.pl b5d481d5da

Z czasem świąt od dawnych lat łączą się rytuały związane m.in z rolnictwem, religią, a także zbliżającym się rokiem

Nietypowe przesądy świąteczne. Czy znasz je wszystkie i dobrze wiesz co oznaczają

TRADYCJE

Święta to okazja do spotkań w szerszym gronie, wspólnego spędzenia czasu i odpoczynku po intensywnych przygotowaniach. Poznaj świąteczne przesądy.

#Anna Moyseowicz

Należy pamiętać, by na przesądy patrzeć z przymrużeniem oka

FOT. 123RF

Pocałunek pod jemiołą ma przynieść szczęście i miłość

FOT. A123RF

Boże Narodzenie i Wigilia związane są z przesileniem zimowym, przypadającym, w przybliżeniu, na ten czas. 21 grudnia rozpoczyna się astronomiczna zima, od tego czasu dzień się wydłuża, a noc jest krótsza. Z czasem świąt od dawnych lat łączą się rytuały związane między innymi z rolnictwem, religią, a także kolejnym, zbliżającym się rokiem.

Jeden z ciekawszych, choć niezbyt popularnych przesądów świątecznych, dotyczy odwiedzin. Jeśli w Wigilię do naszego domu jako pierwszy z życzeniami przyjdzie albo zatelefonuje mężczyzna, oznacza to szczęście, z kolei jeśli jest to kobieta, lepiej uważać, bo oznacza to chorobę lub innego rodzaju pecha.

KAŻDEJ POTRAWY TRZEBA SPRÓBOWAĆ
Wierzono, że ilu potraw się nie spróbuje, tyle przyjemności ominie człowieka w ciągu następnego roku. Zjedzenie każdej z potraw miało z kolei zapewnić urodzaj da nej rośliny w przyszłym roku

PRZEWRÓCONA CHOINKA
Takie zdarzenie było złym symbolem, ponieważ choinka symbolizuje życie.

ŁUSKI KARPIA W PORTFELU
To jeden z bardziej znanych przesądów. Łuski karpia, którego spożyliśmy podczas Wigilii należy nosić w portfelu, aby przyciągnęły pieniądze.

ZAMIATANIE OD DRZWI
Jeśli panna szuka męża, powinna zamiatać w kierunku od drzwi, ponieważ odwrotny kierunek może odgonić od niej kawalerów.

WRÓŻENIE Z SIANA
Po Wigilii niegdyś panny wróżyły, wyciągając siano spod obrusa. Zielone źdźbło oznacza ślub , brązowe, że na zamążpójście trzeba jeszcze zaczekać, a żółte, że nigdy nie wyjdzie za mąż.

CHOROBY
Jeśli w trakcie Wigilii jesteś chora bądź się skaleczysz, najprawdopodobniej zdrowie nie będzie ci dopisywać przez cały kolejny rok. Jeśli jednak kichniesz, cały kolejny rok będziesz zdrowa.

KŁÓTNIE
W Wigilię nie powinno się kłócić ani płakać, ponieważ kłótnie i smutek będą częstym gościem w domu aż do następnej Wigilii.

NIE NALEŻY POŻYCZAĆ
W Wigilię nie należy pożyczać nikomu swoich rzeczy, ponieważ wówczas niczego się nie dorobi.

ZWIERZĘTA PRZEMAWIAJĄCE LUDZKIM GŁOSEM
Bajki o zwierzętach przemawiających w Wigilię ludzkim głosem opowiadane są dzieciom jako pozytywna ciekawostka, tymczasem usłyszenie rozmowy zwierząt jest niezwykle złym znakiem. Ten, kto usłyszy mówiące zwierzęta, nie dożyje ranka. Z kolei inne źródła podają, że rozmowy zwierząt może usłyszeć jedynie człowiek niewinny i bezgrzeszny.

POŻYCZENIE OD KOGOŚ
Aby mieć szczęście, należy pożyczyć od kogoś niepostrzeżenie jakiś drobiazg. Następnie daną rzecz należy niepostrzeżenie zwrócić.

UJRZENIE ZMARŁEGO
Z pustym miejscem przy stole wiąże się przesąd. Po zjedzeniu kolacji wigilijnej należy spojrzeć przez dziurkę od klucza na wolne miejsce przy stole. Będzie można tam zobaczyć osobę, która zmarła w bieżącym roku.

SZYCIE I PRANIE PRZEZ KOBIETY W CIĄŻY
Ciężarne w Wigilię nie powinny szyć, ani prać, ponieważ ich dziecko może urodzić się chore.

POCAŁUNEK POD JEMIOŁĄ
Całowanie pod jemiołą ma nie tylko wymiar w kulturze popularnej. Taki pocałunek ma przynieść szczęście i miłość.

JABŁKA I ORZECHY
Jabłko zjedzone w Wigilię ma zapobiec bólowi gardła, a orzech bólowi zęba.

BUTY W PREZENCIE ŚWIĄTECZNYM
Butów nie należy dawać pod choinkę, ponieważ osoba, która je otrzyma, może w nich odejść z waszej znajomości.

W NOWYCH BUTACH NA WIGILIĘ
Na Wigilię nie zakładajmy nowych butów! Przyniesie to nieszczęście w kolejnym roku.

BUTY W RZĄDKACH
Kolejny przesąd związany z butami zakłada, że aby uniknąć świątecznych kłótni, osoby, które zasiądą do Wigilii, powinny ustawić swoje buty obok siebie w rzędach.

WIENIEC NA DRZWIACH
Wieniec zawieszony na drzwiach ma ochronić dom przez czarownicami.

ZJEDZENIE JABŁKA
Zjedzenie jabłka w Wigilię o północy ma zapewnić szczęście na kolejny rok.

SEN
Sen, który nam się przyśni w Wigilię jest proroczy, więc warto zwrócić na niego uwagę.

Należy pamiętać, by na przesądy patrzeć z przymrużeniem oka i nie brać ich do siebie, a traktować bardziej jako interesującą ciekawostkę.

#świąteczny przepis

MIODOWNIK

Składniki:
- 4 jajka,
- 150 g cukru,
- łyżka cukru waniliowego,
- 150 g masła,
- 4 łyżki miodu,
- 200 g mąki,
- 20 g kakao,
- 300 g bakalii,
- łyżka proszku do pieczenia,
- łyżka przyprawy do piernika.

Przygotowanie:
Jajka z cukrem i cukrem waniliowym ubić nad garnkiem z gorącą wodą na sztywny krem.
Dodać przesianą mąkę, wymieszaną z kakao, proszkiem do pieczenia i przyprawą do piernika.
Mieszać, aż powstanie gładka masa.
Dodać roztopione masło z miodem, wymieszać.
Dodać bakalie - orzechy wcześniej uprażyć (5 minut w piekarniku nagrzanym do 200 st. C).
Następnie przełożyć do ściereczki i pocierając pozbawić skórki, posiekać.
Wszystko dobrze wymieszać.
Przełożyć do foremki wysmarowanej masłem i wysypanej bułką tartą.
Piec godzinę (a najwyżej godzinę i 10 minut) w piekarniku rozgrzanym do 180 st. C.

Przed wyjęciem sprawdzić patyczkiem, czy się upiekło.

Przepis Ewy Wachowicz
ewawachowicz.pl

FOT.123RF

eprasa.pl b5d481d5da

MATERIAŁ INFORMACYJNY BROSE SITECH 0011440947

brose sitech
Interior Solutions

Wspieramy młode talenty: Brose Sitech podpisało umowę o współpracy z Uniwersytetem WSB Merito we Wrocławiu

1 grudnia 2025 r. odbyło się oficjalne podpisanie umowy o współpracy pomiędzy Brose Sitech a Uniwersytetem WSB Merito we Wrocławiu. To ważny krok w kierunku wspierania innowacji, edukacji i rozwoju talentów. Partnerstwo zostało zainaugurowane podczas wydarzenia, w ramach którego otwarto strefę Brose Sitech dedykowaną studentom.

Inicjatywa podkreśla zaangażowanie Brose Sitech w budowanie marki pracodawcy oraz długoterminową strategię pozyskiwania i rozwoju młodych talentów. Tworząc możliwości współpracy akademickiej, firma umacnia swoją pozycję jako pracodawcy w branży motoryzacyjnej, którego warto wybrać. Kooperacja otwiera studentom drzwi do nauki praktycznej, staży oraz wspólnych projektów łączących teorię z realnymi wyzwaniami biznesowymi.

„Ta współpraca to coś więcej niż formalna umowa – to wspólna wizja przyszłości. Łącząc doskonałość akademicką z doświadczeniem przemysłowym, tworzymy możliwości, które wzmacniają studentów i przygotowują ich do kariery w dynamicznym rynku pracy" – podkreślił Rektor dr hab. Johannes Platje, prof. UWSB Merito.

Nowo otwarta strefa Brose Sitech symbolizuje tę wizję, oferując studentom przestrzeń do nawiązywania kontaktów i wymiany pomysłów – kluczowych dla kształtowania kreatywności oraz innowacji.

„W Brose Sitech wierzymy, że rozwój młodych talentów to inwestycja w przyszłość całej branży. Partnerstwo z WSB Merito nie tylko wzmacnia nasze działania Employer Branding, ale także pokazuje nasze zaangażowanie w edukację i tworzenie miejsc, w których pomysły mogą się rozwijać. Wierzę, że świeże spojrzenie studentów pomoże nam być na bieżąco, myśleć nowocześnie i pozostawać otwartymi na nowe pomysły" – zaznaczyła Manuela Böhme, CPMO Brose Sitech Group.

Od lewej: dr hab. Johannes Platje, prof. UWSB Merito, Rektor Manuela Böhme, CPMO Brose Sitech Group, dr inż. Agnieszka Pawlak-Wolanin, Dyrektor Centrum Lean UWSB Merito

Kontakt dla mediów

Grupa Brose Sitech
Marta Skowrońska, Rzecznik prasowy
marta.skowronska@brose-sitech.com
Telefon: 48 795 160 922

Brose Sitech sp. z o.o.

ul. Strefowa 2
59-101 Polkowice
+48 76 726 70 00

ul. Północna 14
67-200 Głogów
+48 76 726 75 00

ul. Legnicka 48A
54-202 Wrocław
+48 76 726 70 00

Chocicza Mała 26
62-300 Września
+48 76 726 75 95

BroseSitechPolska

BroseSitechGroup

info@brose-sitech.com

Szczegóły rekrutacji na stronie: www.brose-sitech.com/pl
Zakładka: KARIERA. Aktualne oferty pracy

eprasa.pl b5d481d5da

REKLAMA 0011449055

ROBYG

Radosnych Świąt

I SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU

www.robyg.pl