DZIŚ STRONA ZDROWIA

CHOROBA WIEKU PODESZŁEGO

NIEPOKOJĄCE SYGNAŁY ZWIASTUJĄCE CHOROBĘ ALZHEIMERA

Nr ISSN 1230-6134
Nr indeksu 348-252

www.nto.pl

Nr 209 (10 151) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

nto 74 lata
NOWA TRYBUNA OPOLSKA

Środa, 9.09.2026

PLEBISCYT
Za nami pierwszy tydzień głosowania w wielkim **Plebiscycie Medycznym Hipokrates 2026.** Przedstawiamy sylwetki jego uczestników oraz aktualny ranking
Strona 8

KRAJ
Coraz bardziej widać panikę - ocenił premier, odnosząc się do informacji o prezydenckim projekcie w sprawie kryptoaktywów - Str. 6

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Sport

Mickiewicz Kluczbork lada chwila zaczyna kolejny sezon

Pierwszym rywalem Kluczborczan w Tauron 1 Lidze 2026/2027 będzie SMS PZPS Spała. W składzie Mickiewicza doszło do kilku zmian
– Str. 16

Dochodzenie

Policja sprawdza, dlaczego pies spadł z czwartego piętra

Pod jednym z bloków w Strzelcach Opolskich znaleziono martwego psa. Okazało się, że zwierzę spadło z najwyższego piętra budynku
– Str. 2

W centrum Opola powstanie nowy park. Najpierw jednak przechodniów czekają spore utrudnienia
– Str. 4

Opolska Itaka Arena nadaje się do wielkich koncertów. Miasto chciałoby organizować tam kolejne tego typu imprezy
– Str. 5

FOT. UM OPOLE

Z policji

To była „lista śmierci". Zlecił zabójstwo policjantów, sędziego i byłej żony

Radosław Dimitrow

54-letni mieszkaniec Dąbrowy Górniczej przygotował prawdziwą „listę śmierci", na której znaleźli się była żona, członek jej rodziny, a także sędzia oraz dwoje funkcjonariuszy Komendy Powiatowej Policji w Strzelcach Opolskich. Szokujące plany egzekucji w porę udaremnili funkcjonariusze Centralnego Biura Śledczego Policji (CBŚP).

Jak wynika z ustaleń śledczych, 54-letni mężczyzna nie potrafił pogodzić się z niekorzystnym dla niego rozstrzygnięciem sądu rodzinnego oraz wcześniejszymi interwencjami ze strony strzeleckich mundurowych.

FOT. CBŚP

Zleceniodawca zabójstw został zatrzymany przez policję.

Na celownik wziął m.in. byłą żonę

Postanowił wziąć sprawy we własne ręce i brutalnie zemścić się na osobach, które w jego ocenie przyczyniły się do jego problemów.

Na celowniku zdesperowanego biznesmena znalazła się jego była żona, członek jej rodziny, orzekający w sprawie sędzia oraz dwoje policjantów z KPP w Strzelcach Opolskich. Mężczyzna nie zamierzał jednak działać sam. Aby zrealizować makabryczne plany, nawiązał kontakt z osobą, która w przeszłości odgrywała kluczową rolę w strukturach śląskich grup przestępczych.

Sytuacja majątkowa biznesmena pozwalała mu na zaoferowanie niezwykle wysokiego wynagrodzenia za realizację zlecenia, co miało być główną zachętą dla potencjalnych wykonawców egzekucji. Mężczyzna miał precyzyjnie określać swoje oczekiwania – w przypadku jednej z ofiar domagał się wręcz, aby zginęła ona w pożarze celowo wznieconym w jej własnym domu.

Ruszyła policyjna machina

Kiedy pierwsze informacje o planowanym rozlewie krwi dotarły do nowosądeckiego wydziału CBŚP, ruszyła policyjna machina. Funkcjonariusze musieli działać ostrożnie, żeby zweryfikować realność zagrożenia i jednocześnie zgromadzić twarde dowody, nie płosząc przy tym 54-latka.

Mimo iż podejrzany stosował liczne środki ostrożności, śledczym udało się rozpracować jego działania. Kryminalni precyzyjnie ustalili kanały komunikacji pomiędzy zleceniodawcą a mafijnym pośrednikiem, namierzyli miejsca, w których przekazywano poufne informacje o przyszłych ofiarach, a także poznali dokładne terminy i plany realizacji poszczególnych zleceń.
Czytaj – Str. 3

Czternasta emerytura

Pierwsze wypłaty trafiły już do opolskich seniorów

Milena Zatylna

ZUS rozpoczął wypłatę dodatkowego świadczenia (tzw. „czternastek". W pierwszej transzy pieniądze otrzymało 12,5 tys. osób z województwa opolskiego.

Ale na tym wypłaty się nie kończą. Kolejne będą realizowane przez cały wrzesień. Czternasta emerytura na dobre wpisała się już w jesienne budżety seniorów.

Dla jednych to możliwość spokojniejszego przygotowania się do sezonu grzewczego, dla innych pieniądze na leki, ubrania czy wyposażenie domu.

Są również tacy, którzy przynajmniej część dodatkowej gotówki chcą wydać na przyjemności. W tym roku pełna czternastka wynosi 1978,49 zł brutto, czyli o niemal 100 zł więcej niż przed rokiem.

ZUS rozpoczął tegoroczną operację wypłat jeszcze przed początkiem września. Jako pierwsi dodatkowe pieniądze otrzymali emeryci i renciści, których stały termin płatności świadczenia przypada na pierwszy dzień miesiąca. Kolejni emeryci i renciści otrzymują pieniądze wraz ze swoim podstawowym świadczeniem. ZUS realizuje wypłaty w sześciu terminach: 1., 6., 10., 15., 20. i 25. września.

Jeśli termin przypada w dzień wolny, pieniądze są przekazywane odpowiednio wcześniej. Osoby pobierające świadczenia przedemerytalne otrzymają czternastkę 1 października.
Czytaj – Str. 3

eprasa.pl b84f9308cf

POLECAMY

JUTRO: Czternasta emerytura PIĄTEK: Wybory w Niemczech. To początek brunatnej fali?

9.09.2026
Środa

Dziś imieniny: Piotr, Sergiusz, Aniela
Telefon alarmowy: 112

nto.pl

Redaktor naczelny
Tomasz Kapica
Newsroom
Robert Lodziński
Wydawcy
Bolesław Bezeg,
Wiesław Kaczmar,
Robert Lodziński

www.nto.pl

Redakcja
ul. Powstańców Śląskich 9,
45-086 Opole
tel. 77 44 32 500
w godz. od 8.00 do 16.00
nto@nto.pl oraz online@nto.pl
Dyrektor biura reklamy
Tomasz Jaroch
Dyrektor marketingu
Justyna Duchnowska

Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

PRO MEDIA SPÓŁKA Z O.O.

Wydawca Pro Media Sp. z o.o.
ul. Powstańców Śląskich 9,
45-086 Opole
Prezes zarządu
Robert Glinkowski
Projekt graficzny
Tomasz Bocheński

PBC

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

NYSA

Senior przeżył, bo wszyscy zachowali się wzorowo

Anna Gryglas

Przytomność umysłu przechodnia i błyskawiczna reakcja funkcjonariuszy z Nysy zadecydowały o uratowaniu życia 63-letniego mężczyzny.

Policjanci przejęli reanimację rozpoczętą przez świadka, który zastał leżącego na schodach nieprzytomnego seniora. Ten, po pobycie w szpitalu, wraca już do zdrowia w domu.

Do zdarzenia doszło, gdy patrol nyskiej komendy otrzymał zgłoszenie o zagrożeniu życia starszego mężczyzny. Dyżurny przekazał funkcjonariuszom informację, że na jednej z ulic miasta leży nieprzytomny senior, który nie oddycha.

Osoba zgłaszająca nie ograniczyła się do samego telefonu na numer alarmowy, pozostała przy poszkodowanym i sama rozpoczęła resuscytację, uciskając klatkę piersiową 63-latka.

Kiedy na miejsce dotarli policjanci z ogniwa patrolowo-interwencyjnego, przy wejściu do budynku zastali mężczyznę udzielającego pomocy leżącemu na schodach seniorowi.

Mundurowi natychmiast przejęli prowadzenie akcji ratunkowej. Wkrótce dołączyli do nich przybyli na miejsce ratownicy medyczni i wspólnymi siłami kontynuowano reanimację.

Taka reakcja uratowała życie

Dzięki szybkiej akcji 63-latek odzyskał czynności życiowe i został niezwłocznie przewieziony do szpitala. Obecnie przebywa już w domu i dochodzi do zdrowia pod opieką specjalistów.

- To zdarzenie po raz kolejny pokazuje, jak wielkie znaczenie ma postawa świadków i podstawowa znajomość zasad pierwszej pomocy. Gdyby nie natychmiastowa reakcja przechodnia, a następnie sprawne przejęcie akcji przez policjantów, sytuacja mogłaby zakończyć się tragicznie - informuje policja.

Funkcjonariusze apelują o niepozostawanie obojętnym wobec osób potrzebujących pomocy. Wystarczy telefon pod numer 112. Taka reakcja może uratować życie. ©℗

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Nową Trybunę Opolską”

tel. 77 540 78 30
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nto.pl

POGODA

dziś
29°C/13°C

jutro
20°C/8°C

STRZELCE OPOLSKIE

Pieskie życie zakończył tragiczny upadek

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE / STREETVIEW

Policjanci sprawdzają m.in. wersję, czy to właścicielka nie przyczyniła się do upadku zwierzęcia.

Radosław Dimitrow

Do wstrząsającego zdarzenia doszło w jednym z bloków przy ulicy Jankowskiego w Strzelcach Opolskich. Przypadkowy świadek zauważył leżącego na trawniku pod budynkiem psa. Zwierzę wyglądało na martwe, a jego losem nikt się nie interesował. Świadek natychmiast zaalarmował służby

Funkcjonariusze policji, którzy zjawili się na miejscu, szybko ustalili, że martwy czworonóg należał do 29-letniej kobiety. Właścicielka mieszkała z nim w lokalu na czwartym piętrze i w czasie tragicznego zdarzenia przebywała w środku.

Sąsiedzi nie kryją szoku: - To był bardzo grzeczny pies. Nie szczekał, nie skamlał. Był bardzo spokojny - relacjonuje jedna z sąsiadek.

Mieszkańcy bloku jednocześnie zwracają uwagę na niepokojące sygnały, które pojawiały się już wcześniej. Ludzie od kilku miesięcy skarżyli się na uciążliwy fetor wydobywający się z wnętrza tego konkretnego mieszkania. 29-latka bardzo rzadko była widywana z psem na spacerach. Zrodziło to podejrzenia, że zaniedbany pupil jest zmuszany do załatwiania swoich potrzeb fizjologicznych w zamkniętym pomieszczeniu.

- Po tym, jak policja kazała otworzyć drzwi, potwierdziły się nasze najgorsze przypuszczenia. W tym mieszkaniu panował wszechobecny brud. Na podłodze było widać kał i mocz – dodaje zbulwersowana kobieta.

Niewiarygodne tłumaczenia i policyjne śledztwo

Śledczy szczegółowo wyjaśniają teraz, jak w ogóle mogło dojść do upadku psa z tak dużej wysokości. 29-latka tłumaczyła, że jej pupil sam wyskoczył przez balkon. Ta wersja budzi jednak pewne wątpliwości. Balkony w tym budynku są zabezpieczone balustradami z metalowych szczebelków oddalonych od siebie o zaledwie kilka centymetrów. Wydaje się wręcz nieprawdopodobne, by zwierzę było w stanie się przez nie przecisnąć lub samodzielnie się po nich wspiąć i wyskoczyć.

– Funkcjonariusze rzeczywiście otrzymali zgłoszenie o upadku psa z czwartego piętra – potwierdza podkomisarz Adrian Kulak z Komendy Powiatowej Policji w Strzelcach Opolskich. - W związku z tym zdarzeniem policja prowadzi obecnie postępowanie pod kątem rażącego zaniedbania i znęcania się nad zwierzę

Policjanci sprawdzają m.in. wersję czy to właścicielka nie przyczyniła się do upadku zwierzęcia.

Ciało trafiło do badań patomorfologicznych. Co grozi 29-latce?

Aby dokładnie ustalić przyczyny i mechanizm śmierci psa, służby zasięgnęły opinii specjalistów.

- Na skutek upadku pies doznał obrażeń wielonarządowych - mówi dr Jan Piskoń, lekarz weterynarii. - Na wniosek policji zwłoki psa zostały zabezpieczone, a dzisiaj (8 września) będą przekazane do badań patomorfologicznych w Zakładzie Higieny Weterynaryjnej w Opolu.

To właśnie od wyników sekcji oraz od dalszych ustaleń kryminalnych zależeć będzie, jakie ostatecznie zarzuty usłyszy 29-latka. Zgodnie z obowiązującymi przepisami, za znęcanie się nad zwierzęciem grozi kara pozbawienia wolności do lat 3, a w przypadku działania ze szczególnym okrucieństwem - nawet do 5 lat więzienia. Warto przy tym pamiętać, że w świetle polskiego prawa świadome zaniedbywanie zwierzęcia (np. trzymanie go w skandalicznych warunkach, brak leczenia czy głodzenie) jest traktowane dokładnie tak samo, jak aktywne znęcanie się nad nim. ©℗

eprasa.pl b84f9308cf

AKCJA POLICJI

Funkcjonariusze zatrzymali biznesmena. Postawiono mu ciężkie zarzuty

Radosław Dimitrow

Mając w ręku żelazne dowody, funkcjonariusze CBŚP zatrzymali 54-latka w jego własnym domu.

Akcję zatrzymania przeprowadzili 26 sierpnia 2026 r., ale ze względu na charakter sprawy, o wyniku działań powiadomili dopiero teraz.

Mężczyzna usłyszał w prokuraturze cztery zarzuty. Odpowie za podżeganie do naruszenia nietykalności cielesnej, spowodowanie ciężkiego uszkodzenia ciała, zniszczenie mienia, a przede wszystkim – za podżeganie do pozbawienia życia łącznie czterech osób.

Sąd Rejonowy w Nowym Sączu przychylił się do wniosku prokuratora i zdecydował o tymczasowym aresztowaniu podejrzanego na okres trzech miesięcy. Sprawa ma jednak charakter rozwojowy. Służby wciąż prowadzą czynności operacyjne, żeby w pełni wyjaśnić wszystkie okoliczności tego spisku oraz ustalić, czy w planowanie zbrodni nie były zaangażowane jeszcze inne osoby. ©℗

FOT. CBŚP

Akcję zatrzymania przeprowadzono 26 sierpnia, ale ze względu na charakter sprawy, o wyniku działań policja mówi dopiero teraz.

ŚWIADCZENIA

Emeryt przed zakupami ogląda każdą złotówkę

Milena Zatylna

ZUS nie podał jeszcze ostatecznej liczby osób z województwa opolskiego, które otrzymają czternastkę w tym roku. Skalę wypłat pokazują jednak dane z poprzednich lat.

W 2025 roku czternaste emerytury opolski ZUS wypłacił 208 tys. osób, a do ich domowych budżetów trafiło w sumie prawie 305 mln zł. Rok wcześniej świadczenie otrzymało niemal 216 tys. emerytów i rencistów, a łączna kwota przekroczyła 315 mln zł.

Dodatkowe pieniądze nie dla każdego

- W tym roku czternasta emerytura to 1978,49 zł brutto. To o prawie 100 złotych więcej niż rok temu. Do pełnej kwoty tego dodatkowego świadczenia mają prawo osoby, których miesięczna emerytura lub renta nie jest wyższa niż 2900 złotych brutto - wyjaśnia Sebastian Szczurek, regionalny rzecznik ZUS.

Przy wyższych emeryturach i rentach obowiązuje zasada „złotówka za złotówkę". Oznacza to, że za każdą złotówkę przekroczenia progu 2900 zł wysokość czternastki jest zmniejszana o złotówkę.

Jeżeli więc ktoś pobiera 3500 zł brutto emerytury, przekracza próg o 600 zł. Jego czternastka wyniesie 1378,49 zł brutto.

FOT. POLSKAPRESS/ARCHIWUM

W tym roku czternasta emerytura to 1978,49 zł brutto.

Jest również dolna granica wypłaty. Jeśli po zastosowaniu zasady „złotówka za złotówkę" czternastka byłaby niższa niż 50 zł brutto, świadczenie nie zostanie wypłacone. W praktyce oznacza to, że pieniędzy nie otrzymają osoby, których emerytura lub renta przekracza 4828,49 zł brutto.

Seniorzy nie muszą przy tym składać żadnego wniosku ani odwiedzać placówki ZUS. Czternastka przyznawana jest z urzędu i wypłacana razem z emeryturą lub rentą.

Od dodatkowego świadczenia pobierana jest składka zdrowotna oraz zaliczka na podatek dochodowy. Pieniądze są natomiast wolne od potrąceń i egzekucji komorniczych. Czternastka nie jest również uwzględniana przy ustalaniu prawa do świadczeń uzależnionych od dochodu.

„Muszę kupić węgiel. Zima idzie"

A na co dodatkowe pieniądze wydadzą sami seniorzy? Dla części z nich czternastka będzie przede wszystkim zabezpieczeniem przed jesiennymi i zimowymi wydatkami.

- Pieniądze pójdą na bieżące rachunki. Muszę też kupić węgiel, bo zima idzie. Dziura w portfelu emeryta jest spora. Kiedy jest się we dwoje i ma się dwie emerytury, sytuacja wygląda inaczej. Z jednej emerytury naprawdę ciężko się utrzymać - mówi pan Antoni z Kluczborka. - Trzeba oglądać każdą złotówkę.

Inny plan ma pani Teresa Nowak z Opola. – Otrzymam pomniejszone świadczenie, ale emeryt cieszy się z każdego dodatkowego grosza – tłumaczy pani Teresa. - Kupię sobie bez wyrzutów sumienia coś potrzebnego do domu, a część wydam na przyjemności. Uważam, że wysokość dodatkowego świadczenia powinna być wyższa i nadążać za rosnącymi kosztami życia. ©℗

REKLAMA
0011579992

Moc Małych Społeczności – Opolskie. Edycja 2026. Ruszył nabór wniosków w województwie opolskim

Organizacje pozarządowe i grupy nieformalne z województwa opolskiego mogą już ubiegać się o wsparcie finansowe w ramach programu „Moc Małych Społeczności 2026". Na realizację lokalnych inicjatyw przeznaczono łącznie 576 tys. zł.

Maksymalna wysokość dotacji może wynieść 9 tys. zł.
Opolskie Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych (OCWIP), pełniące funkcję operatora programu w województwie opolskim, ogłosiło nabór wniosków na działania związane z rozwojem aktywności społecznej, integracji mieszkańców oraz wzmacnianiem odporności lokalnych społeczności na sytuacje kryzysowe.

Program „Moc Małych Społeczności" jest finansowany ze środków budżetu państwa w ramach Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych.

Budowanie odporności społecznej
Wszystkie projekty ubiegające się o dofinansowanie muszą realizować główny cel konkursu, którym jest **budowanie odporności społecznej, bezpieczeństwa lokalnego lub przygotowanie mieszkańców do reagowania na sytuacje kryzysowe poprzez rozwój aktywności i integracji społecznej**.

Każdy projekt powinien zawierać wyraźny element związany ze wzmacnianiem odporności lokalnej społeczności na różnego rodzaju kryzysy.

Nabór wniosków rozpoczął się **4 września 2026 roku** i potrwa do **20 września 2026 roku do godziny 23:59**.

Realizacja projektów:
od dnia podpisania umowy do 15 listopada 2026 r.

Kto może otrzymać dotację?
Małe i średnie lokalne organizacje pozarządowe (MIŚLOP)
Warunkiem udziału jest:
- posiadanie siedziby w województwie opolskim,
- prowadzenie działalności na terenach wiejskich lub w miejscowościach liczących do 100 tys. mieszkańców,
- średni roczny przychód z trzech ostatnich zamkniętych lat budżetowych nieprzekraczający 200 tys. zł.

Grupy nieformalne
O środki mogą starać się również grupy składające się z co najmniej trzech pełnoletnich osób mieszkających na terenach wiejskich lub w miejscowościach do 100 tys. mieszkańców w województwie opolskim.
Grupy nieformalne mogą składać wnioski:
- samodzielnie,
- za pośrednictwem Patrona, czyli organizacji pozarządowej wspierającej działania grup nieformalnych.

W przypadku Patrona nie obowiązuje limit średniego rocznego przychodu wynoszący 200 tys. zł.

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO
NIW Narodowy Instytut Wolności Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego
Rządowy Program Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności
ocwip.pl Opolskie Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych

SFINANSOWANO ZE SRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI – CENTRUM ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO
W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU WSPARCIA ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH MOC MAŁYCH SPOŁECZNOŚCI

Szczegółowe informacje oraz regulamin konkursu dostępne są na stronie Opolskiego Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych
www.ocwip.pl
Kontakt: biuro@ocwip.pl
tel. 77 44 150 25

eprasa.pl b84f9308cf

PRUDNIK

Nowa droga rowerowa połączy Polskę i Czechy. Powstaje trasa przez las

Marcin Żukowski

Trwa budowa trasy rowerowej z Prudnika do czeskiego Jindřichova. Jeden odcinek drogi w całości pokrył asfalt, zbudowano też drewniane wiaty. Koniec prac może być przed planowanym czasem.

- Na obu równolegle realizowanych odcinkach pojawił się już pierwszy asfalt, a wkrótce połączą się one w jeden, blisko 9-kilometrowy, bezpieczny ciąg rekreacyjny – informują urzędnicy z prudnickiego starostwa.

W Prudnickim Lesie wykonawca ułożył już gładką nawierzchnię. Powstało tam również nowoczesne Miejsce Obsługi Rowerzystów (MOR) z wiatą, punktem naprawczym i ładowarką dla e-bike'ów.

- Cały odcinek będzie całkowicie wyłączony z ruchu samochodowego i ma zostać oddany do użytku w najbliższych tygodniach – zapowiadają urzędnicy.

FOT. ARCHIWUM

To już druga taka asfaltowa trasa transgraniczna w tym rejonie.

Roboty trwają też na odcinku Prudnik–Dębowiec. Od ul. Dąbrowskiego do stadniny koni w osadzie Chocim ścieżkę pokryto asfaltem. Prace obejmują też m.in. przebudowę parkingu w pobliżu Kobylicy.

Ustalony termin zakończenia prac to koniec listopada, ale są szanse, że nastąpi to wcześniej.

Wspólna inwestycja Polski i Czech

Droga budowana jest w ramach projektu realizowanego wspólnie z czeską gminą Jindřichov. Dofinansowanie prac pochodzi z unijnego programu współpracy transgranicznej Interreg Polska - Czechy. Koszt stworzenia nowej infrastruktury to ponad 11 milionów złotych.

To druga taka asfaltowa trasa transgraniczna przez góry w tamtym rejonie. Dotychczas turyści mogli korzystać z malowniczej drogi z Pokrzywnej do Jindrichova ve Slezsku. Wykorzystanie tych dwóch dróg przy organizacji wycieczki rowerowej pozwala na pokonanie pętli o długości 15 km przez zróżnicowany teren, bowiem są tam zarówno odcinki prowadzące przez tereny zamieszkane, lasy, jak i atrakcyjne pod względem widoków górskie łąki na zboczach góry Svaty Roch (Święty Roch). ©℗

INWESTYCJE

W centrum Opola powstanie nowy park

Sławomir Draguła

Robotnicy ogrodzili właśnie plac robót, a lada dzień zjedzie tu sprzęt. W związku z tym z utrudnieniami muszą się liczyć piesi, bo z ruchu wyłączona została część chodnika

FOT. KOLAŻ NTO

Rusza budowa parku kieszonkowego u zbiegu ulic Reymonta i Ozimskiej w Opolu.

Dziś plac u zbiegu ulic Ozimskiej i Reymonta w Opolu jest antywizytówką miasta. Króluje tu wydeptana trawa wymieszana z chwastami oraz stary chodnik. Wkrótce miejsce w centrum miasta zmieni się nie do poznania, bo powstanie tu park kieszonkowy.

Robotnicy ogrodzili właśnie plac robót, a lada dzień zjedzie tu sprzęt. W związku z tym z utrudnieniami muszą się liczyć piesi, bo z ruchu wyłączona została część chodnika. Nie ma już też dróg na skróty przez plac.

Pomysł zakłada m.in. nasadzenie drzew, ozdobnych krzewów oraz kwiatów, wykonane zostaną również alejki spacerowe i zamontowane ławeczki z oparciami.

- Co ciekawe powstanie też ogród deszczowy, który da mieszkańcom wytchnienie podczas upałów - informuje Arkadiusz Wiśniewski, prezydent Opola.

Całość zostanie oświetlona tak, by miejsce to było przyjazne po zmroku.

Przypomnijmy, że miasto chciało, by w tym miejscu powstał hotel. Inwestycją zainteresowana była zagraniczna sieć hotelarska, z którą ratusz prowadził rozmowy. Obiekt miał mieć 100 miejsc noclegowych i podziemny parking. Nic jednak z tych planów jednak nie wyszło.

- Z budową ruszamy już za parę tygodni. Będzie zielono i z klimatem - dodaje Arkadiusz Wiśniewski.

Prace mają się zakończyć do końca 2026 r. Zielony skwer powstaje dzięki dofinansowaniu z Unii Europejskiej, które pokrywa 85 procent kosztów.

Miasto przygotowuje się również do przebudowy skrzyżowania ul. Ozimskiej z Reymonta. Ma to związek z planami przywrócenia ruchu dwukierunkowego na ulicach Reymonta i Kołłątaja. Miejski Zarząd Dróg w Opolu rozpisał już przetarg na inwestycję.

Najwięcej zmian będzie dotyczyło skrzyżowaniu ul. Ozimskiej z Reymonta. Pojawi się tam dodatkowy pas ruchu, a kierowcy zyskają możliwość jazdy praktycznie we wszystkich kierunkach. Wzdłuż przebudowywanych odcinków powstaną nowe chodniki i ścieżki dla rowerzystów, natomiast na jednokierunkowym dziś odcinku Ozimskiej planowane są dwa przystanki autobusowe - obok Rzemieślnika i parkingu przy wieżowcu Społem. Zmodernizowane zostanie równie oświetlenie uliczne, zmieniona sygnalizacja świetlna i doświetlone przejścia dla pieszych. ©℗

PRZYRODA

Mieszkańcy mogą mieć wpływ na to, jak wyglądają lasy. Każdy może zabrać głos

Marcin Żukowski

Rozpoczęły się prace nad nowym Planem Urządzenia Lasu dla Nadleśnictwa Prudnik. To wieloletni dokument, na podstawie którego prowadzona jest gospodarka leśna.

FOT. MARCIN ŻUKOWSKI

Lasy społeczne mają obejmować m.in. Cichą Dolinę pod Biskupią Kopą.

Jego przygotowanie będzie okazją nie tylko do szczegółowej inwentaryzacji lasów, ale także do rozmowy o ich przyszłości z mieszkańcami i przedstawicielami różnych środowisk lokalnych.

W Prudniku odbyła się narada, w której uczestniczyli m.in. przedstawiciele samorządów lokalnych, służb mundurowych i organizacji pozarządowych. Było to pierwsze z kilku spotkań zaplanowanych w ramach prac nad nowym planem. W ciągu najbliższego roku mają odbyć się jeszcze trzy podobne narady. Działać będzie także tzw. grupa lokalnej współpracy, skupiająca m.in. przedstawicieli nauki, samorządów i branży drzewnej.

- Na spotkaniach mogą wybrzmieć wszystkie opinie dotyczące obecnego i przyszłego sposobu gospodarki leśnej na terenie nadleśnictwa. Mówimy, jakie są oczekiwania, jakie są problemy, gdzie są jakieś kwestie, na które trzeba zwrócić uwagę – mówi Andrzej Kwarciak z Nadleśnictwa Prudnik.

Jak podkreśla, właśnie teraz jest czas na zgłaszanie uwag, które mogą zostać uwzględnione podczas dalszych prac.

Wiadomo, że Nadleśnictwo Prudnik chce na wybranych obszarach Gór Opawskich ustanowić lasy społeczne. Chodzi o masyw Góry Parkowej, Biskupiej Kopy, Srebrnej Kopy i Cichą Dolinę. To najchętniej odwiedzane tereny leśne na południu regionu. - Gospodarka leśna będzie tam prowadzona, ale priorytetowe będą cele społeczne – wyjaśnia Andrzej Kwarciak.

Proces konsultacji jest otwarty także dla mieszkańców. Zainteresowani mogą uczestniczyć w kolejnych spotkaniach. Ich terminy są publikowane m.in. na stronie internetowej Nadleśnictwa Prudnik.

Równolegle trwa terenowa inwentaryzacja lasu. Efekty tych prac zostaną przedstawione podczas spotkania podsumowującego za rok.

Jednym z istotnych tematów jest sposób prowadzenia gospodarki leśnej, w tym pozyskiwanie drewna. Andrzej Kwarciak zwraca uwagę, że decyzje w tym zakresie należy rozpatrywać w kontekście przyrodniczym i z uwzględnieniem długiej perspektywy. - Z uwagi na bogactwo naszych siedlisk praktycznie nie realizujemy cięć rębnych zupełnych. Jedyna taka możliwość jest wtedy, gdy zdarzy się nieszczęście – mówi.

Jako przykład podaje las w Mańkowicach, gdzie po powodzi i zamieraniu jesionów konieczne były działania mające zapewnić ciągłość lasu.

Dlatego ważnym elementem konsultacji jest edukacja. Chodzi o lepsze zrozumienie funkcjonowania lasu, pracy leśników, pozyskiwania drewna oraz procesów odbudowy lasu. Leśnik zaznacza, że potrzebna jest spokojna rozmowa oparta na faktach. - Las nie rośnie jak zboże przez rok, tylko rośnie sto dwadzieścia lat. Więc dostajemy coś w spadku i tak samo zostawimy spadek następnym pokoleniom - wyjaśnia Andrzej Kwarciak.
©℗

eprasa.pl b84f9308cf

OCHRONA ZDROWIA

Rusza rozbudowa szpitala. Powstanie całkiem nowy budynek

Sławomir Draguła

W Pokoju powstanie nowoczesny pawilon, który ze starym budynkiem zostanie połączony łącznikiem. Koszt inwestycji to 76 mln złotych.

Podpisano już umowę z wykonawcą rozbudowy szpitala, będącego częścią Stobrawskiego Centrum Medycznego. Przypomnijmy. W 2022 roku gmina Pokój sprzedała samorządowi województwa z dużą ulgą gminną działkę pod rozbudowę szpitala rehabilitacyjnego.

Zabiegali o to m.in. lekarze Stobrawskiego Centrum Medycznego. Przekazana działka dała zielone światło dla przygotowania projektu i zdobycia funduszy na rozbudowę.

Teraz Stobrawskie Centrum Medyczne uzyskało dofinansowanie unijne do projektu rozbudowy szpitala oraz wsparcie z budżetu województwa. Po rozstrzygnięciu przetargu może rozpoczynać inwestycję. Jej wartość to 76 milionów złotych - w połowie dotacja unijna, w połowie dotacja z budżetu województwa.

- Pokój to dobry szpital rehabilitacyjny, ale swoje lata świetności ma już za sobą. Teraz to będzie zupełnie nowa jakość. A najistotniejsze jest to, że warunki pracy i warunki rehabilitacji dla pacjentów będą nieporównywalne z tym, co dzisiaj - powiedział Szymon Ogłaza, marszałek województwa opolskiego.

Bartłomiej Orpel, prezes Stobrawskiego Centrum Medycznego podkreślał, że szpital rehabilitacyjny w Pokoju ma najwyższą jakość, doskonała kadrę i wspaniały sprzęt.

- Ale zawsze brakowało tu infrastruktury i dzięki temu, że rozpoczynamy tę inwestycję, infrastruktura naszego szpitala będzie dostosowana do tego, czego oczekują pacjenci - przyznaje prezes.

Inwestycja rozpocznie się od opracowania pełnej dokumentacji, zakładającej rozbudowę kompleksu szpitala w o nowy pawilon oraz przebudowę i modernizację wraz z termomodernizacją istniejącej infrastruktury szpitala.

Przedsięwzięcie zrealizuje firma Baumar. Od podpisania umowy będzie miała 26 miesięcy na zakończenie inwestycji. ©℗

OPOLE

Kolejne koncerty na Itaka Arenie? Stadion jest na to przygotowany

Mateusz Majnusz

Pierwszy koncert na Itaka Arenie okazał się wielkim sukcesem. Miasto zapowiada starania o kolejne duże nazwiska, ale na drodze stoją wymogi dotyczące gwarancji murawy oraz konkurencja większych obiektów w sąsiednich miastach.

Piątkowy występ Padre Guilherme był pierwszym tak dużym koncertem na opolskim stadionie od jego oficjalnego otwarcia półtora roku temu. I test wypadł bardzo dobrze. Na stadion przyszło blisko 15 tysięcy osób.

Najpierw wystąpiła Arka Noego, później Skytech, a następnie Padre Guilherme, który przygotował widowisko z efektownym pokazem laserów. Koncert trwał blisko sześć godzin.

Reakcje publiczności były bardzo dobre. Na akustykę stadionu zwracali uwagę sami uczestnicy, a nagrania z koncertu szybko zaczęły krążyć w mediach społecznościowych.

O wydarzeniu informowały media w całym kraju.

FOT. UM OPOLE

Piątkowy koncert Padre Guilherme okazał się wielkim sukcesem, być może będą tu kolejne wielkie imprezy.

Prezydent: chcemy kolejnych koncertów

Arkadiusz Wiśniewski przyznaje, że organizacja tego wydarzenia miała również pokazać artystom i organizatorom, że Opole jest gotowe na duże koncerty.

- Potrzebny był taki koncert również z tego powodu, żeby artyści, którzy występują uwierzyli w to, że tu się taki koncert uda zorganizować. W przyszłości, szczególnie w tym okresie międzysezonowym, będziemy starali się takie koncerty zorganizować, ale konkurencja jest naprawdę bardzo duża. Nie jest łatwo konkurować z osiemnastotysięczną halą w Gliwicach, osiemnastotysięczną w Krakowie, kilkunastotysięczną we Wrocławiu - mówi prezydent Wiśniewski.

Największe wyzwanie dotyczy jednak murawy. Podczas koncertu została ona specjalnie zabezpieczona.

Na płycie ułożono specjalne podkłady, które miały chronić nawierzchnię. To rozwiązanie pozwoliło przeprowadzić koncert, ale nie oznacza jeszcze, że od teraz każdy koncert będzie można organizować bez ograniczeń.

- Murawa objęta jest gwarancją i określonymi wymaganiami. Przy organizacji tego koncertu udało się jednak uzgodnić warunki z firmami odpowiedzialnymi za jej wykonanie i gwarancję. Nie wiadomo jednak, jak będzie w przyszłości - tłumaczy prezydent Opola.

Takiej akustyki na stadionie zazdrości nam Warszawa

Podczas koncertu bardzo dobrze oceniano oprawę dźwiękową. To kluczowa kwestia w przypadku obiektów sportowych, na których akustyka bywa sporym wyzwaniem - co od lat widać chociażby na PGE Narodowym.

W Opolu prosta konstrukcja stadionu okazała się jednak wielkim atutem. Dźwięk rozchodzi się tu bez przeszkód i dociera do publiczności w czystej formie, nie natrafiając na bariery architektoniczne. ©℗

AUTOPROMOCJA
0011352379

Najważniejsze informacje z regionu
wydarzenia | sport | biznes | nauka | rozrywka

nto NOWA TRYBUNA OPOLSKA
codzienne wydania gazety

OBSERWUJ NAS

nto.pl
największy portal regionalny na Opolszczyźnie

Nowa Trybuna Opolska - Codziennie z Tobą

eprasa.pl b84f9308cf

FOKUS

• **1 152 700 cudzoziemców** z ponad 150 państw pracowało w Polsce na koniec marca tego roku – podał GUS

POLITYKA

„Widać panikę" - Donald Tusk o projekcie prezydenta ws. kryptoaktywów

– W prezydenckim pałacu coraz bardziej widać panikę – ocenił premier Donald Tusk, odnosząc się do informacji o prezydenckim projekcie w sprawie kryptoaktywów

oprac. Karolina Wrońska

Szef Kancelarii Prezydenta Zbigniew Bogucki poinformował, że we wtorek rano w Sejmie został złożony drugi prezydencki projekt ustawy o rynku kryptoaktywów.

Bogucki podkreślił, że potrzebna jest ustawa o rynku kryptoaktywów. – Sensowna, roztropna, umiarkowana, konsensualna regulacja rynku kryptoaktywów i taki projekt prezydent przedkłada po to, aby ten rynek mógł funkcjonować w Polsce, ale pod odpowiednim nadzorem – podkreślił Bogucki.

Jak poinformował, „projekt wraz z uzasadnieniem fizycznie jest już w Sejmie". – Prezydent oczekiwałby, żeby – zgodnie z tym, co deklarują rządzący – zająć się tym na najbliższym posiedzeniu Sejmu – powiedział.

Według szefa prezydenckiej kancelarii projekt stanowi „próbę rozwiązania tego jałowego sporu" wokół uregulowania kwestii kryptowalut. Jak dodał, wśród głównych założeń projektu jest mechanizm ostrzeżeń w postaci obowiązkowych komunikatów przed wpłatą dla chcących zainwestować na rynku kryptoaktywów oraz kontrola sądowa przedłużania blokady rachunku.

Zaznaczył, że „fundamentem" dla tego projektu jest trzecia rządowa ustawa o regulacji rynku kryptoaktywów. – Mamy do czynienia z sytuacją, w której można tę sprawę kompromisowo rozwiązać. Potrzebna jest minimalna, dosłownie minimalna dobra wola po stronie rządzących – powiedział szef KPRP.

FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

Rząd trzykrotnie przedstawiał przepisy w sprawie kryptoaktywów, a prezydent Karol Nawrocki trzykrotnie je wetował.

Tusk odpowiada Boguckiemu

– W prezydenckim pałacu coraz bardziej widać panikę – ocenił premier Donald Tusk, odnosząc się do informacji szefa prezydenckiej kancelarii o złożeniu nowego projektu ws. rynku kryptoaktywów.

– Na początku kilka słów prawdy o tym, co działo się i dzieje wokół ustawy o kryptowalutach. Dzisiaj usłyszeliśmy, że z pałacu prezydenckiego, gdzie coraz wyraźniej widać panikę, wychodzi kolejna propozycja, która według słów ministra Boguckiego jest bliźniaczo podobna do tej poprzedniej prezydenckiej propozycji – powiedział Tusk przed wtorkowym posiedzeniem rządu.

Premier zauważył, że według słów ministra Boguckiego nowy projekt jest bliźniaczo podobny do poprzedniej prezydenckiej propozycji.

Przypomniał, że podczas procedowania pierwszego rządowego projektu wpłynęła poprawka, którą „poprzez Związek Banków Polskich forsowała Zondacrypto".

– Proponowaliśmy, aby państwo mogło blokować strony internetowe, których funkcjonowanie narażało na straty i szkody obywateli. Przyszła poprawka, podpisana przez pana ministra Boguckiego (...), która powołując się na prawa i wolności konstytucyjne, próbowała wyrzucić de facto ten artykuł, tak go zmienić, aby państwo nie mogło blokować stron internetowych, których aktywność narażała na straty obywateli polskich – ocenił Tusk.

Zdaniem premiera argument opozycji, która wskazywała, że rządowa ustawa jest za długa i dlatego warto było ją blokować, był „kolejną groteskową próbą zablokowania za wszelką cenę tych przepisów, które dawały szanse państwu polskiemu na skontrolowanie i nadzór nad takimi przedsięwzięciami jak Zondacrypto". – Projekt rządowy – 106 stron i 168 artykułów, projekt autoryzowany przez prezydenta Nawrockiego – 108 stron i 170 artykułów – powiedział Tusk przed posiedzeniem rządu. **PAP**

WARSZAWA

Wątpliwości prezydenta ws. Macieja Berka

oprac. Karolina Wrońska

Szef Kancelarii Prezydenta Zbigniew Bogucki stwierdził, że kandydatura Macieja Berka na sędziego Trybunału Konstytucyjnego budzi poważne wątpliwości formalne związane ze stażem pracy.

Jak mówił Bogucki, wątpliwości budzi nie wpis na listę radców prawnych, ale faktyczne „wykonywanie" tego zawodu. Powtórzył, że choćby aplikujący do sądu powszechnego radca prawny „musi wykazać dokumentami, że wykonywał faktycznie, realnie ten zawód" i „nie wystarczy przedłożenie zaświadczenia od dziekana swojej Izby czy swojej Rady, że był wpisany przez odpowiedni okres na listę radców prawnych".

Pytany, kiedy będzie można poznać decyzję prezydenta, podał, że „to jest uzależnione od współpracy i odpowiedzi" na pisma, które zostaną wysłane z KPRP. – Tak jak już mówiłem, te pisma są przygotowywane – podkreślił Bogucki.

PAP

WARSZAWA

Andrzej Poczobut przekroczył granicę z Białorusią

oprac. Grzegorz Kuczyński

Andrzej Poczobut przekroczył we wtorek w Bobrownikach polską granicę w kierunku Białorusi – dowiedziała się PAP w źródłach zbliżonych do polskich służb.

Po zwolnieniu w kwietniu br. – w ramach zorganizowanej głównie przez USA wymiany więźniów z Rosją i Białorusią – Poczobut niejednokrotnie zapowiadał swój powrót na Białoruś. Bezpośrednio po uwolnieniu mówił, że przed powrotem chce mieć pewność, że jego stan zdrowia jest dobry. Później deklarował, że we wrześniu wróci do kraju, mimo świadomości konsekwencji.

– Jadę wspierać działalność Związku Polaków na Białorusi. Ci ludzie potrzebują mojej obecności, kiedy rozmawiamy, to pytają, kiedy już przyjadę – powiedział pod koniec sierpnia podczas spotkania Campus Polska Przyszłości w Olsztynie.

Według informacji PAP zbliżonych do polskich służb Poczobutowi towarzyszy kobieta.

KRÓTKO

Lublin

Nowa wieża kontroli lotów na lubelskim lotnisku

Za ponad 20 mln zł wybudowana zostanie nowa wieża kontroli lotów w Porcie Lotniczym Lublin – poinformowała we wtorek Polska Agencja Żeglugi Powietrznej. Koszt budowy wieży wyniesie ponad 20 mln zł. Zakończenie robót budowlanych przewidziano w połowie 2027 r., zaś wyposażenie w systemy operacyjne na przełomie 2027 i 2028 roku. Nowa wieża kontroli ruchu ma zostać oddana do użytku w 2028 r.

Warszawa

Co czwarty Polak nie ma żadnych oszczędności

Jedna czwarta Polaków nie posiada żadnych oszczędności, a 34 proc. osób mających finansową poduszkę musiało w ciągu ostatniego roku sięgnąć po zgromadzone środki. Z badania VeloBanku wynika jednocześnie, że 14 proc. respondentów odłożyło ponad 100 tys. zł. Większość oszczędzających gromadzi pieniądze przede wszystkim na nieprzewidziane wydatki.

Rzeszów

Ruszyła budowa Centrum Medycyny Dziecięcej

Sześć klinik pediatrycznych, 195 łóżek, dziecięcy SOR, 24 poradnie i zaplecze do kształcenia lekarzy znajdą się w Podkarpackim Centrum Medycyny Dziecięcej w Rzeszowie. We wtorek rozpoczęto budowę wartego ponad 763 mln zł szpitala. – Podkarpackie Centrum Medycyny Dziecięcej to znacznie więcej niż nowy budynek. To przede wszystkim szansa na zapewnienie dzieciom dostępu do wysokospecjalistycznej opieki medycznej blisko domu, tu, na Podkarpaciu – powiedziała dyrektor KSW nr 2 Barbara Rogowska.

FOT. DARIUSZ BLOCH

Bierzemy na siebie pełną odpowiedzialność jako rząd Rzeczpospolitej, jako większość parlamentarna za budowę silnej i bezpiecznej Polski

WŁADYSŁAW KOSINIAK-KAMYSZ
minister obrony narodowej

eprasa.pl b84f9308cf

FINLANDIA

Finlandia odgrodziła się od Rosji. Bariera na granicy kosztowała 356 mln euro

Grzegorz Kuczyński

Finlandia zakończyła budowę 200-kilometrowego ogrodzenia na wybranych odcinkach granicy z Rosją. Całkowity koszt projektu wyniósł 356 mln euro, a jego roczne utrzymanie będzie kosztowało 1,5 mln euro.

Ogrodzenie stanowi metalowa konstrukcja siatkowa wyposażona w kamery monitorujące, latarnie i głośniki, a wzdłuż niego przebiega droga dla patroli. Kompleks obejmuje kilka odcinków granicy: 140 km przypada na Karelię Południową i Kymenlaakso, kolejne 35 km na Karelię Północną, a 25 km na Kajnuu, Koillismaa i Laponię. Ogrodzenie zbudowano w celu zapobiegania nielegalnemu przekraczaniu granicy.

Bałtycka Linia Obrony

Również inne kraje NATO zajmują się wzmacnianiem granic. Kraje bałtyckie budują Baltic Defence Line – system przeszkód przeciwpancernych, okopów, bunkrów i innych obiektów obronnych wzdłuż granic z Rosją i Białorusią.

Estonia zbudowała już 110 km z 135 km planowanych umocnień, a pozostałe 25 km ma być gotowe do 2027 roku. Łotwa wzniosła 280-kilometrowy mur na granicy z Rosją, a obecnie buduje tam również drogi, mosty, wieże i obiekty inżynieryjne. Łotwa zbudowała ogrodzenie o długości 145 km na odcinku granicy z Białorusią.

Polska Tarcza Wschód

Polska realizuje projekt Tarcza Wschód o długości około 700 km wzdłuż granicy z Białorusią i obwodem królewieckim, którego budżet wynosi około 2,3 mld euro. Projekt przewiduje budowę przeszkód przeciwczołgowych, umocnień, systemów obserwacyjnych oraz infrastruktury wojskowej.

Norwegia również wzmocni 198-kilometrową granicę z Rosją, instalując ogrodzenia na niektórych odcinkach oraz rozmieszczając tam nowoczesne czujniki, kamery monitorujące i drony.

FOT. THE MOSCOW TIMES

Płot postawiono przy drogach i szlakach tranzytowych, z których korzystali migranci.

BLISKI WSCHÓD

Ropa drożeje, ale Iran coraz mocniej odczuwa skutki sankcji

Grzegorz Kuczyński

Bank inwestycyjny Goldman Sachs przewiduje wzrost ceny ropy do 120 dolarów za baryłkę, jeśli ataki na statki na Bliskim Wschodzie będą się nadal nasilać. Cena ropy Brent osiągnęła we wtorek rano poziom blisko 99 dolarów, zbliżając się do najwyższego poziomu od półtora miesiąca.

VAHID SALEMI/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Wojna na Bliskim Wschodzie jest obecnie głównym czynnikiem utrzymującym cenę ropy na tak wysokim poziomie.

Cena ropy Brent, która pod koniec sierpnia oscylowała w okolicach 85 dolarów, gwałtownie wzrosła na początku września w związku z nową eskalacją konfliktu między Iranem a USA. W poniedziałek wzrosła o około 1%, osiągając poziom powyżej 97 dolarów za baryłkę, co jest bliskie maksimum z ostatnich sześciu tygodni.

– Cena ropy może wzrosnąć do 120 dolarów za baryłkę, jeśli ataki na statki w trakcie konfliktu z Iranem nasilą się – stwierdził w programie Bloomberg TV Daan Streven, współdyrektor globalnego działu badań surowcowych w Goldman Sachs. Według niego wydarzenia ostatnich dni wskazują, że ryzyko rozszerzenia się zakłóceń w żegludze stało się znaczące. Drugi scenariusz banku zakłada cenę 80 dolarów za baryłkę, jeśli eksport z regionu powróci do normy.

Oficjalna prognoza amerykańska była bardziej konserwatywna. Amerykańska Agencja Informacji Energetycznej (EIA) w sierpniowym przeglądzie przewidywała średnią cenę 85 dolarów za baryłkę w trzecim kwartale, powrót wydobycia na Bliskim Wschodzie do poziomu sprzed wojny na początku 2027 roku oraz spadek ceny ropy Brent do średnio 69 dolarów w 2027 roku. Nowa wersja przeglądu ukaże się 9 września – w niej trzeba będzie już uwzględnić wydarzenia z września.

Co dzieje się w cieśninie Ormuz

W sobotę Stany Zjednoczone przeprowadziły ataki na trzy irańskie statki: tankowce przewożące ropę w pobliżu wyspy Chark i portu Jask zostały unieruchomione, a kolejny pusty tankowiec zniszczono w Zatoce Omańskiej – poinformowało Centralne Dowództwo USA (CENTCOM). Ataki te poprzedziło wystrzelenie rakiet balistycznych przez Korpus Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC) w kierunku amerykańskiego lotniskowca i niszczyciela.

Przewodniczący irańskiego parlamentu i główny negocjator Mohammad Bagher Galibaf zagroził w odpowiedzi atakiem na infrastrukturę energetyczną w Zatoce Perskiej, w tym na aktywa amerykańskich firm naftowo-gazowych. Z kolei sekretarz Najwyższej Rady Bezpieczeństwa Narodowego Iranu, Mohsen Rezai, ogłosił utworzenie nowej strefy zamkniętej – rozciągającej się od linii, gdzie kończy się amerykańska blokada morska, w głąb Zatoki Perskiej.

Siła przetargowa Iranu słabnie

Obliczenia Teheranu, że zakłócenia w cieśninie Ormuz wywołają globalny wstrząs gospodarczy i skłonią Waszyngton do powrotu do stołu negocjacyjnego, nie sprawdziły się – stwierdza agencja Reuters. Rynki dostosowały się, istnieją alternatywne źródła dostaw, a Iran, według analityka ds. tego kraju Arasha Aziziego, traci część swoich atutów, ponieważ nie udało mu się całkowicie zamknąć cieśniny.

Trzy wysoko postawione irańskie źródła agencji przyznały, że kampania USA mająca na celu zablokowanie eksportu ropy naftowej staje się dla Teheranu coraz trudniejsza: dostęp do waluty, import i finansowanie zagraniczne są drastycznie ograniczone, a deficyt paliwa i pszenicy rośnie. Minister finansów USA Scott Bessent nazwał połączenie blokady i sankcji „ciosem w dwóch taktach".

UKRAINA

Zełenski zapowiada przełomowe spotkanie z Trumpem

oprac. Anna Nagel

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski ma nadzieję, że jeszcze we wrześniu spotka się z prezydentem USA Donaldem Trumpem.

Ukraiński przywódca wyraził też przekonanie, że podczas takiego spotkania można byłoby omówić kwestie dotyczące obrony antybalistycznej Ukrainy.

„Oni (Amerykanie – PAP) usłyszeli dokładnie, czego potrzebujemy i kiedy. Mam nadzieję na spotkanie z prezydentem Trumpem po 20 września, poruszenie tego tematu i daj Boże – będzie rezultat" – powiedział Zełenski podczas spotkania z dziennikarzami.

Zaznaczył, że w trakcie niedzielnych rozmów z wysłannikami prezydenta USA – Steve'em Witkoffem i Jaredem Kushnerem – omówiono kwestie dotyczące pakietów pomocy dla ukraińskiej obrony przeciwlotniczej, jakie będą niezbędne zimą wobec wyczerpania zapasów pocisków do systemów Patriot.

„Idziemy w stronę trójstronnego formatu rozmów (z udziałem Ukrainy, USA i Rosji – PAP). Nie mogę mówić o wszystkich szczegółach (...) – najpierw wszystko przygotujemy, a potem będziemy komunikować to społeczeństwu" – poinformował ukraiński prezydent. Dodał, że spotkanie w formule trójstronnej mogłoby odbyć się w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, Szwajcarii lub Turcji.

W poniedziałek rzecznik Kremla Dmitrij Pieskow oznajmił, że jest „zbyt wcześnie", aby mówić o spotkaniu w formule trójstronnej.

PAP

FRANCJA

Zuchwała kradzież w muzeum. Renoir w rękach złodziei

oprac. Anna Nagel

Cztery obrazy Renoira padły łupem złodziei, którzy ukradli je z muzeum malarza w Cagnes-sur-Mer, niedaleko Nicei na południu Francji. Wartość skradzionych dzieł oceniana jest na 9 mln euro.

Do kradzieży doszło we wtorek rano w muzeum Renoira w miejscowości Cagnes-sur-Mer na Lazurowym Wybrzeżu. Alarm włączył się krótko przed godz. 6. Policja była na miejscu pięć minut później. Kamery miejskiego monitoringu zarejestrowały dwóch złodziei, którzy ukradli obrazy i uciekli, pozostawiając jeden z nich - poinformował mer Cagnes-sur-Mer, Bryan Masson.

Muzeum, utworzone w 1960 roku, mieści się w miejscu, gdzie Renoir mieszkał i pracował w ostatnich latach życia. Znajdują się tam oryginalne meble i przedmioty, które należały do malarza, jego sztalugi i namalowane przez niego dzieła.

Jesienią 2025 roku doszło do najgłośniejszej kradzieży we Francji - rabunku klejnotów koronnych znajdujących się w zbiorach Luwru. Choć sprawcy włamania zostali ujęci, klejnotów dotąd nie odnaleziono. Ministerstwo kultury uznało za priorytet zapewnienie bezpieczeństwa muzeów. Mimo to w ostatnich miesiącach doszło do kradzieży cennych obiektów archeologicznych i artystycznych m.in. w muzeum w Chatillon-sur-Seine, we wschodniej Francji i w Strasburgu, również na wschodzie kraju.

PAP

eprasa.pl b84f9308cf

HIPOKRATES 2026

LIDERZY RANKINGÓW

Więcej na:
www.nto.pl/hipokrates

LEKARZ RODZINNY LUB POZ ROKU
1. **Krzysztof Hadzik,** NZOZ Medyk, Kluczbork
2. **Agata Kulkowska-Gaj,** Centrum Zdrowia, Opole
3. **Elżbieta Markowska-Kardyś,** NZOZ Panaceum, Chrząstowice

PEDIATRA ROKU
1. **Marcin Galica,** Klinika Silesia, Opole
2. **Halina Leszczyna-Mensah,** Prywatny Gabinet Pediatryczny Halina Leszczyna-Mensah, Olesno
3. **Magdalena Cycon,** Gminny Zespół Lecznictwa Otwartego, Kietrz

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Adela Małek,** ZOZ, Olesno
2. **Elżbieta Stefańska,** Medicus Medical Clinic, Prudnik
3. **Joanna Balicka-Karbowiak,** CTN, Moszna

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU
1. **Milena Różewska,** Centrum Zdrowego Uśmiechu, Kluczbork
2. **Jacek Drab,** Mega Dent, Olesno
3. **Beata Karuga,** Beta-Med, Głuchołazy

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Ewa Gutkowska,** Kliniczne Centrum Ginekologii, Położnictwa i Neonatologii, Opole
2. **Agnieszka Szczakiel,** Krapkowickie Centrum Zdrowia, Krapkowice
3. **Syntia Knefel,** Centrum Zdrowia, Opole

GINEKOLOG ROKU
1. **Waldemar Ilczyszyn,** Centrum Szybkiej Diagnostyki NZOZ, Grodków
2. **Wojciech Niemczyk,** Parens, Opole
3. **Edyta Misiak,** ZOZ, Olesno

CHIRURG ROKU
1. **Nicholas Pickering,** Namysłowskie Centrum Zdrowia, Namysłów
2. **Renata Popiołek,** Centrum Medyczne PZU Zdrowie, Opole
3. **Jacek Wąsik,** Gabinet Chirurgii Dziecęcej, Opole

ORTOPEDA ROKU
1. **Jakub Gurbierz,** SP ZOZ MSWiA, Opole
2. **Aleksander Mnich,** Uniwersytecki Szpital Kliniczny, Opole
3. **Grzegorz Maurer,** SP ZOZ MSWiA, Opole

FIZJOTERAPEUTA/OSTEOPATA ROKU
1. **Magdalena Kożuchowska,** NZOZ Fizjo-Med, Kluczbork
2. **Katarzyna Wróblewska,** The Sparrow Fizjoterapia, Opole
3. **Michał Jarczok,** FizjoPracownia mgr Michał Jarczok, Opole

KARDIOLOG ROKU
1. **Wojciech Bujak,** Vita Przychodnia Rodzinna, Nysa
2. **Mateusz Koenigsberg,** Brzeskie Centrum Medyczne, Brzeg
3. **Joanna Płonka,** Przychodnia Centrum, Opole

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Dominik Dziadkowiak,** ProMedic, Opole
2. **Jacek Jastrzębski,** CM Ars-Med, Brzeg
3. **Marek Olesz,** Uniwersytecki szpital kliniczny, Opole

OKULISTA ROKU
1. **Małgorzata Michali,** MI CLINIC, Strzelce Opolskie

ANESTEZJOLOG ROKU
1. **Agata Gbylik,** Brzeskie Centrum Medyczne, Brzeg
2. **Jan Iżykowski,** Medrem Poliklinika, Opole
3. **Rafał Podsiadło,** Brzeskie Centrum Medyczne, Brzeg

NEUROLOG ROKU
1. **Izabela Czarnopolska-Larisch,** GOZ, Gogolin
2. **Bartłomiej Adamczyk,** MEDSAL Przychodnia Specjalistyczna, Opole

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Łukasz Ulfik,** Krapkowickie Centrum Zdrowia, Krapkowice
2. **Marek Woźniak,** Falck Medycyna, Opole
3. **Andrzej Wojnarowski,** Stobrawskie Centrum Medyczne, Kup

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Marcin Morys,** Druga Apteka Zdrowit, Głubczyce
2. **Urszula Pilch,** Apteka Zdrowid, Głubczyce
3. **Karina Mirowska,** Apteka Isofarm, Paczków

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU
1. **Natalia Sachta,** Pracownia Zdrowego Myslenia, Strzelce Opolskie
2. **Agnieszka Zielińska,** Rozwojowy Zakątek, Opole
3. **Monika Deschka,** Gabinet Psychologiczny Monika Deschka, Kędzierzyn-Koźle

PSYCHIATRA ROKU
1. **Aleksandra Kozar-Konieczna,** NZOZ Andrzej Proszewski Sp. z o.o., Olesno
2. **Anna Wróbel,** Mediana Centrum Zdrowia Psychicznego, Opole

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
1. **Patryk Greupner,** Opolskie Centrum Słuchu i Mowy MEDINCUS, Opole
2. **Krzysztof Pałka,** Fizjoterapia Artromed, Głogówek
3. **Tomasz Halski,** Centrum Zdrowia, Opole

Troska i dbałość o nasze zdrowie mają ich twarz

Za nami pierwszy tydzień głosowania w wielkim Plebiscycie Medycznym Hipokrates 2026. Wśród nominowanych są ci, którym powierzamy to, co najcenniejsze - zdrowie, a są to, między innymi, lekarze rodzinni, pediatrzy i pielęgniarki. Plebiscyt jest okazją do uhonorowania ich pracy, ale także do pokazania tych ludzi, którzy na co dzień stoją za medycznymi tytułami i zawodami. Bo przecież za każdym gabinetem, diagnozą czy badaniem stoi człowiek. Jego wiedza i doświadczenie, ale również decyzje, odpowiedzialność i codzienna praca, której pacjent widzi tylko niewielki fragment. Dziś przedstawiamy pierwsze historie osób związanych z ochroną zdrowia. Zapytaliśmy ich, dlaczego wybrali właśnie tę drogę; co po latach daje im satysfakcję zawodową; co w tej pracy jest najmniej widoczne. W kolejnych tygodniach będziemy przedstawiać następnych bohaterów plebiscytu Hipokrates. Dziś oddajemy głos pierwszym z nich, a więcej o samej akcji i głosowaniu znajdziecie na naszej stronie internetowej.

Szczegółów szukajcie na: www.nto.pl/hipokrates

Czasami żart uzdrawia już w gabinecie! Uśmiech jest ważny

Zdzisław Karczewski (NZOZ Pro-Familia, Namysłów) miał sześć lat, gdy postanowił, że będzie lekarzem. Jak opowiada, cały czas właśnie do tego dążył. - W szkole podstawowej priorytetowymi przedmiotami były biologia, chemia i fizyka. W szkole średniej klasa o profilu biolchem. Matura - chemia i biologia obowiązkowo na 5, reszta zdać, a co więcej, to sukces dodatkowy. Studia. Praca w Namysłowie od 40 lat - wylicza Zdzisław Karczewski, nominowany w kategorii Lekarz Rodzinny i POZ Roku. Co w tej pracy daje mu najwięcej satysfakcji? Czy są to relacje z pacjentami, możliwość realnej pomocy, a może jeszcze coś zupełnie innego, co osładza trudy tego odpowiedzialnego zawodu? - Uśmiech pacjentów, ich zaufanie. To, że mogę pomóc. Wdzięczność i pamięć. Słowa „Pamięta pan, jak mi pan pomógł, dzięki panu jeszcze żyję". Dobre słowo i uśmiech są równie ważne jak lekarstwa, czasami żart uzdrawia już w gabinecie - mówi. Odpowiedzialność za życie i zdrowie pacjentów to podstawa. Czasem trzeba też im się sprzeciwić, kiedy ich wyobrażenie o leczeniu jest dla nich szkodliwe, a w dobie AI jest to coraz częstsze wyzwanie.

Pacjent powinien widzieć kogoś odpowiedzialnego, życzliwego

Małgorzata Przybylska (Stobrawskie Centrum Medyczne, Kup) opisuje, że wybrała liceum medyczne, bo według niej to była najlepsza szkoła średnia. Dawała zawód, czyli samodzielność. - Przekonałam się, że praca ta sprawia mi ogromną przyjemność, ponieważ lubię ludzi i kontakt z nimi. Zrozumiałam, że pomoc komuś, kto jej potrzebuje, to najlepsze, co można robić z życiu - wyjaśnia.

Bardzo sobie ceni zarówno relacje z pacjentem, jak również efekt pracy.

Czego pacjenci często nie widzą, patrząc jej pracę z drugiej strony? Czy jest coś, co warto wiedzieć o odpowiedzialności, emocjach, zaangażowaniu albo jej zawodowej codzienności? - Pacjent powinien widzieć kogoś , kto jest życzliwy, odpowiedzialny i pomocny. Własne odczucia pozostawię sobie - mówi Małgorzata Przybylska.

Marzyła, aby leczyć dzieci. Nie było to łatwe, jak się okazało

Halina Leszczyna-Mensah (Prywatny Gabinet Pediatryczny Halina Leszczyna-Mensah, Olesno) opisuje, że w dzieciństwie była wielokrotnie pacjentką oddziału pediatrii i już wtedy marzyła, aby w przyszłości leczyć dzieci, ale jak okazało się, nie było to łatwe. Pochodzi z małego miasta. Świadectwo maturalne było odpowiednie, ale wymagania konkursowe... Egzamin wstępny zdawała trzykrotnie. W międzyczasie pracowała w szpitalu w Oleśnie na punkty jako salowa przez 10 miesięcy, po następnym niepowodzeniu przez jeden rok szkolny była słuchaczką pomaturalnego Studium Pielęgniarstwa we Wrocławiu. Po trzecim starcie została studentką Wydziału Lekarskiego Śląskiej Akademii Medycznej. Po ukończeniu studiów i 2-letniego stażu podyplomowego pracowała w oddziale pediatrii w Oleśnie. Pierwszy stopień specjalizacji zdała w Klinice Pediatrii w Bytomiu, drugi stopień, po odbyciu trzymiesięcznego kursu atestacyjnego, w Warszawie w CMPK pod przewodnictwem profesor Marii Janiny Niżnikowskiej-Marks. Po uzyskaniu tych kwalifikacji wygrała konkurs na stanowisko ordynatora oddziału noworodków w Oleśnie, w którym przepracowała 21 lat. Następnie rozpoczęła pracę w Szpitalu Powiatowym w Kluczborku w Oddziale Pediatrii i Noworodkowym jako starszy asystent, przez 12 lat. Obecnie jest kierownikiem oddziału pediatrii, ponadto od ponad 30 lat prowadzi praktykę prywatną w Oleśnie i była przez wiele lat lekarzem sądowym.

PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU
synoptis® pharma

eprasa.pl b84f9308cf

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Nie tylko koronawirus, grypa czy RSV. Te wirusy są w obiegu. Co warto o nich wiedzieć?

SENIORZY

Niepokojące sygnały choroby Alzheimera. Te objawy jako pierwsze mogą zwiastować chorobę

Choroba Alzheimera to najczęstsza forma demencji. Zanim jednak dojdzie do poważnych zmian, wywołuje subtelne objawy, które łatwo pomylić ze skutkami stresu czy zmęczenia

Monika Piorun

FOT. 123RF

Choroba Alzheimera dotyka coraz więcej osób, na całym świecie choruje na nią aż 55 milionów ludzi. Jest to choroba stale postępująca i nieuleczalna

Choroba Alzheimera jest najczęstszą postacią demencji (otępienia), czyli utraty funkcji poznawczych, takich jak myślenie, pamięć czy logiczne rozumowanie, oraz zdolności związanych z zachowaniem, która ma negatywny wpływ na codzienne funkcjonowanie. Jest wywołana przez zmiany neurodegeneracyjne w mózgu, czyli uszkodzenia komórek nerwowych.

Czynniki i mechanizm jej rozwoju wciąż są przedmiotem badań. Choć wiadomo, że powstają w wyniku procesów zapalnych związanych ze stresem oksydacyjnym, do tej pory nie udało się ustalić, co dokładnie inicjuje zmiany w mózgu. Przyczyniają się one do powstawania złogów zawierających specyficzne związki w postaci białka tau i amyloidu. Ich obecność powoduje zakłócenia przewodnictwa nerwowego, prowadzi do utraty połączeń między komórkami nerwowymi i całymi ich grupami.

Postępowanie zmian degeneracyjnych w mózgu trwa co najmniej 20 lat. Zachodzą one już na długo przed tym, jak wystąpią objawy choroby – za pomocą specjalistycznych badań można wykryć je nawet prawie dekadę wcześniej.

Rozwój alzheimera już na początku choroby powoduje pewne dyskretne symptomy, które łatwo przypisać działaniu innych czynników, takich jak zmęczenie czy stres, które mają zresztą wpływ na samą chorobę. Warto ich nie przeoczyć, bo pozwoli to na szybsze wykrycie ewentualnych zaburzeń i wdrożenie działań, które pomogą jak najdłużej zatrzymać je na wczesnym etapie.

10 sygnałów, które mogą zaniepokoić

1. Zaburzenia pamięci

Osobom, u których podejrzewa się alzheimera, zdarza się zapominać, co robiły zaledwie chwilę temu. Mogą za do doskonale pamiętać wydarzenia sprzed kilkudziesięciu lat. To właśnie dlatego tak trudno rozpoznać u nich chorobę. Rodzinie pacjenta często wydaje się, że skoro ich babcia czy dziadek bez problemu opisuje, co spotkało ich w dzieciństwie, to ma dobrą pamięć. Niestety, brak umiejętności przywołania tego, co zdarzyło się przed chwilą (co jadło się na śniadanie, czy zażyło się leki itp.), zwykle jest jednym z pierwszych symptomów choroby Alzheimera.

2. Kłopoty z wykonywaniem podstawowych czynności, realizacją planów, abstrakcyjnym myśleniem

Jeśli naszym seniorom zdarzy się zapomnieć, po co weszli do kuchni – to jeszcze nie ma się czym martwić. Naszą czujność powinna jednak wzbudzić nieumiejętność wykonania przez nich dobrze znanych im czynności: problem z dodawaniem czy odejmowaniem, podstawową obsługą telefonu czy wykonaniem najprostszych zadań – zapominaniem, czy umyło się głowę podczas kąpieli i... jak to w ogóle zrobić! Jeśli nasz senior nagle zaczyna mieć problem z wykonywaniem najprostszych działań matematycznych, może to świadczyć o tym, że grozi mu choroba Alzheimera.

3. Zaburzenia orientacji w czasie i przestrzeni oraz chowaniem rzeczy w niewłaściwe miejsca

Wyobraź sobie, że zapominasz drogi do własnego domu. Nie pamiętasz ani tego, w jakim mieście mieszkasz, ani na jakiej ulicy. Takie problemy mają osoby, które cierpią na chorobę Alzheimera.

Zanim uda się u nich ją zdiagnozować, zwykle zaczynają się u nich drobne zaburzenia orientacji. Nie są sobie w stanie przypomnieć, gdzie i w jakim celu idą, w którym miejscu odłożyły klucze lub gdzie wsadziły listy ze skrzynki pocztowej.

Choroba zazwyczaj rozwija się stopniowo. Objawia się drobnym zapominaniem i trudnościami w skupieniu się. Następnie prowadzi do pogorszenia pamięci krótkotrwałej i długotrwałej oraz innych funkcji poznawczych

Niepozorne roztargnienie może być jednym z sygnałów świadczących o tym, że bliska nam osoba może mieć alzheimera.

4. Zaburzenia mowy, problemy ze znalezieniem odpowiedniego słowa i zmiana tembru głosu

Jednym z podstawowych symptomów choroby Alzheimera, które możemy zaobserwować u naszych najbliższych bez skomplikowanej aparatury, są problemy ze znalezieniem odpowiedniego słowa, używanie niewłaściwych przyrostków lub przedrostków, stosowanie nietypowych zbitek wyrazowych lub nagła zmiana tembru głosu i częstsze mówienie szeptem.

5. Problem z właściwą oceną sytuacji i podejmowanie nieracjonalnych działań

Z nieba leje się żar, a nasza babcia zakłada... najcieplejsze futro? Na zewnątrz mróz, a dziadek w krótkich spodenkach i domowych kapciach wybiera się na ryby? Nie zawsze powodem dziwnych zachowań osób starszych jest zwykłe roztargnienie.

Jeśli naszym bliskim takie niepokojące sytuacje zdarzają się coraz częściej, a na dodatek zaobserwujemy u nich problemy z pamięcią, warto zwrócić się o pomoc do lekarza specjalisty, który może ocenić, czy nasze obawy o chorobę Alzheimera są uzasadnione.

6. Zmiany osobowości, utrata zainteresowania własnym hobby, pasywność i brak inicjatywy

Pełen życia pasjonat fotografii z dnia na dzień odstawia swoje sprzęty w kąt i zaczyna bezmyślnie wpatrywać się w sufit? Nieśmiały domator nagle staje się bardzo wylewny, nie ma problemu z okazywaniem emocji i traci poczucie wstydu obnażając przed innymi swoje słabości?

Mimo że nasza osobowość wraz z wiekiem nieco się zmienia, to jednak wyraźne zmiany w zachowaniu osób starszych mogą być jednym z objawów choroby.

7. Problemy ze wzrokiem

W początkowej fazie choroby mogą wystąpić zaburzenia wzrokowe związane z obniżeniem przepływu krwi w naczyniach siatkówki. Skutkuje to zwykle upośledzeniem tych czynności, które mają związek z prawidłowym rozróżnianiem barw. Mogą mieć urojenia, omamy wzrokowe.

8. Zaburzenia nastroju

Osobom, u których podejrzewa się chorobę Alzheimera, często towarzyszą nietypowe zachowania, m.in. nagłe napady lęku (u tych, którzy wcześniej byli pewni siebie), czy apatia (u ludzi, którym nigdy nie brakowało energii).

9. Zaniedbanie higieny osobistej

Chorzy na chorobę Alzheimera tracą kontrolę nad własną fizjologią, nie są w stanie przypomnieć sobie, czy się załatwili, wymyli ręce czy wzięli kąpiel.

eprasa.pl b84f9308cf

SANATORIA

Kuracjusze chętnie dzielą się swoimi opiniami. Warto z nich skorzystać

Sprawdziłem recenzje i stworzyłem ranking TOP 5 sanatoriów górskich. W tych miejscach z pewnością warto zaplanować turnus

Emil Hoff

Lato i wczesna jesień to chyba najlepsza pora na turnus w sanatorium na NFZ. Nie każde sanatorium cieszy się jednak takim samym uznaniem kuracjuszy. Niektóre zakłady to prawdziwe perełki, inne są często krytykowane.

Przedstawiamy listę 5 najlepszych sanatoriów w polskich górach. To idealne miejsca na wypoczynek i wzmocnienie zdrowia, nie tylko dla kuracjuszy, ale też dla zwykłych turystów.

Górskie i podgórskie uzdrowiska

W Polsce jest sporo miejscowości o statusie uzdrowiska górskiego lub podgórskiego. Według oficjalnej listy NFZ, uzdrowiska górskie to: Jelenia Góra, Krynica-Zdrój, Lądek-Zdrój, Rabka-Zdrój, Szczawnica, Świeradów-Zdrój, Wysowa-Zdrój, Żegiestów-Zdrój.

Uzdrowiska podgórskie to z kolei: Długopole-Zdrój, Duszniki-Zdrój, Iwonicz-Zdrój, Kraków Swoszowice, Kudowa-Zdrój, Muszyna, Piwniczna-Zdrój, Polanica-Zdrój, Polańczyk, Rymanów-Zdrój, Szczawno-Zdrój, Ustroń, Wapienne.

Jak powstał ranking?

W rankingu uwzględniłem sanatoria zlokalizowane w uzdrowiskach górskich.

- Sprawdziłem wykaz wszystkich świadczeniodawców w zakresie leczenia uzdrowiskowego z listy NFZ dla województw małopolskiego i dolnośląskiego. Wybrałem sanatoria działające w miejscowościach z wykazu górskich uzdrowisk.
- Przeanalizowałem średnie oceny i recenzje każdego z sanatoriów w Opiniach Google. To dobre miejsce, by przekonać się, co o danym sanatorium piszą sami kuracjusze.
- Każdy obiekt dostał punktację: średnią ocen mnożyłem przez liczbę recenzji, czyli im wyższa średnia i im więcej ocen, tym lepiej (liczba recenzji świadczy o popularności danego miejsca i sprawia, że średnia ocen jest bardziej pewna).
- Ostatecznie do rankingu, zestawionego na podstawie punktacji, trafiły te sanatoria, które uzyskały 500 lub więcej punktów.

FOT. MATERIAŁ PRASOWY

Planując pobyt w sanatorium, warto wcześniej przeglądnąć opinie kuracjuszy. Hotel SPA Budowlani w Szczawnicy ma pozytywne

1: Hotel SPA „Budowlani" Szczawnica-Zdrój

Jedzenie przepyszne, codziennie świeże sałatki, ciasta na świeżo pieczone - mistrzostwo. Nie sposób się oprzeć. Strefa basenowa i saun bardzo przyjemna, różnorodna. Średnia ocen: 4,4. Liczba recenzji: 554. Punktacja: 2437,6 pkt.

2: Śląskie Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowe im. Dra Adama Szebesty w Rabce-Zdroju

Ten zakład jest szalenie popularny. Kuracjusze, choć ogólnie cenią sobie to miejsce, mają jednak nieco zastrzeżeń, na co wskazuje średnia ocen na poziomie 3,7. Uznałem, że sanatorium ze średnią poniżej 4.0 nie powinno zająć pierwszego miejsca w rankingu. Średnia ocen: 3,7. Liczba recenzji: 824. Punktacja: 2648,8 pkt.

3: Uzdrowisko Wysowa nad Parkiem (Instytut Zdrowia Człowieka).

- Kto otrzyma skierowanie tutaj, wygrał los. Pominę oczywiste walory klimatu, cudowną okolicę, prawdziwy spokój i ciszę. Poczynając od recepcji, przez przyjęcie, przez personel medyczny, pomocnych fizjoterapeutów, panie sprzątające, aż po stołówkę nie spotkałam osoby nieuprzejmej, naburmuszonej, a przede wszystkim nieprofesjonalnej - czytamy w jednej z opinii. Średnia ocen: 4,3. Liczba recenzji: 555. Punktacja: 2386,5 pkt.

4: Uzdrowisko Lądek - Długopole S.A.

- Personel medyczny wykazał się wysokim poziomem kwalifikacji. Program był dostosowany do indywidualnych potrzeb, z naciskiem na kompleksową hydroterapię, uzupełnioną (m.in. fizjoterapią i kinezyterapią).

Dobrze zorganizowane zabiegi pozwoliły na maksymalną efektywność każdego dnia pobytu. Średnia ocen: 4,5. Liczba recenzji: 473. Punktacja: 2128,5 pkt

5: Ośrodek Sanatoryjno-Wypoczynkowy „Lwigród" w Krynicy-Zdroju

Obsługa rewelacyjna. Błyskawiczna reakcja na każdą prośbę, zapytanie czy też zgłaszaną usterkę.

Wysoki standard. Panie pokojowe sprzątały pokój bardzo dokładnie.

Średnia ocen: 3,9. Liczba recenzji: 579. Punktacja: 2258,1 pkt.

FOT. EAST NEWS

Angielka jest obecnie najstarszą osobą na świecie. Samochód prowadziła do setnych urodzin. Ma rady na długowieczność

SENIORZY

117-latka przeżyła wojny i pandemię. Oto jej recepta na długie życie

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Ethel Caterham, najstarsza osoba na świecie, zdradziła, jaka zasada pomagała jej przejść przez życie.

Ethel Caterham, urodzona 21 sierpnia 1909 r. w hrabstwie Hampshire, jest obecnie najstarszą żyjącą osobą na świecie. Jej rekordowy wiek 117 lat potwierdziły 30 kwietnia 2025 r. Księga Rekordów Guinnessa i organizacja LongeviQuest. Tytuł ten przypadł Brytyjce po śmierci brazylijskiej zakonnicy Inah Canabarro Lucas, która dożyła 116 lat.

Ethel Caterham, przedostatnia z ośmiorga rodzeństwa, przyszła na świat jeszcze za panowania króla Edwarda VII. Urodziła się trzy lata przed katastrofą Titanica i pięć lat przed wybuchem I wojny światowej.

W 1927 roku, mając 18 lat, opuściła Anglię i wyjechała do kolonialnych Indii. Pracowała tam jako au pair w domu oficera armii brytyjskiej.

Po powrocie do ojczyzny poznała Normana Caterhama, podpułkownika armii brytyjskiej, którego poślubiła w 1933 roku. Małżonkowie przez wiele lat mieszkali poza Wielką Brytanią, dzieląc życie między Gibraltarem i Hongkongiem. W tym drugim mieście Ethel założyła i prowadziła przedszkole.

Owdowiała w 1976 roku. Przeżyła także swoje dwie córki, jednak przez lata zachowała niezwykłą samodzielność. Samochód prowadziła aż do setnych urodzin.

W ciągu swojego życia Ethel Caterham była świadkiem dwóch wojen światowych, lądowania człowieka na Księżycu i ogromnych przemian technologicznych. Dała się też poznać jako osoba o wyjątkowej odporności. W wieku 110 lat pokonała Covid-19.

W ciągu ostatniego roku stulatka zebrała nowe, wyjątkowe doświadczenia, które z ironią podsumowała, mówiąc, że przeżyła wiele „pierwszych razów" – od głaskania lamy po trzymanie za rękę króla Karola III. Brytyjski monarcha odwiedził ją osobiście w Surrey, po wcześniejszym wysłaniu listu z gratulacjami z okazji osiągniętego wieku.

Zapytana o sekret długiego życia i zachowania sprawności umysłu, Ethel Caterham streściła swoją filozofię w jednej podstawowej zasadzie: unikać kłótni, słuchać innych i poświęcać się wyłącznie temu, co się kocha.

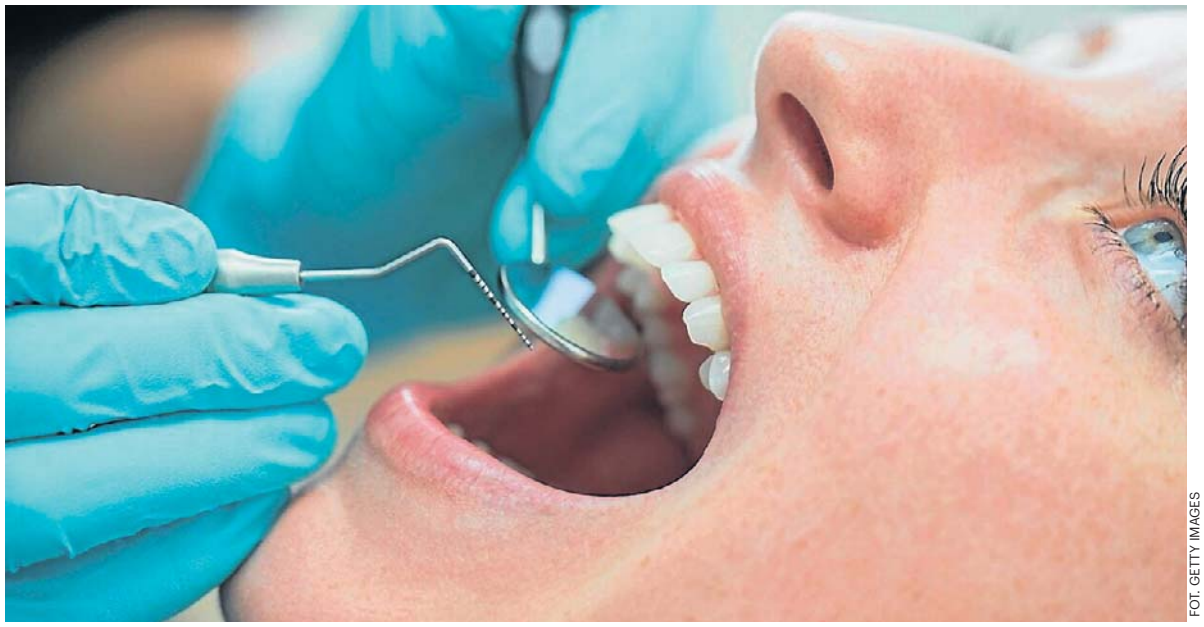
Obecnie Brytyjka zajmuje 13. miejsce na liście najdłużej żyjących osób w historii, których wiek został oficjalnie potwierdzony. Rekord należy nadal do Francuzki Jeanne Calment, która zmarła w 1997 roku w wieku 122 lat i 164 dni.

Z najnowszego zestawienia przygotowanego przez ZUS wynika, że populacja stulatków w Polsce systematycznie rośnie. Jeszcze pod koniec września 2025 r. świadczenie honorowe należne każdemu stulatkowi pobierało 3863 najstarszych Polaków, w grudniu liczba ta przekroczyła próg 4 tys., a według stanu na koniec marca 2026 r. osiągnęła poziom 4179 świadczeniobiorców.

W 2025 roku wprowadzono jednolitą kwotę świadczenia dla wszystkich uprawnionych, którzy ukończyli 100 lat. Obecnie wynosi ona 6938,92 zł brutto, a kwota ta , jak informuje ZUS, będzie się zwiększać każdego roku dzięki waloryzacji.

eprasa.pl b84f9308cf

U STOMATOLOGA



FOT. GETTY IMAGES

Profilaktyka stomatologiczna postrzegana jest nie tylko jako sposób na zachowanie estetycznego uśmiechu, ale także jako jeden z elementów wspierających zdrowe starzenie się organizmu

To może skończyć się miażdżycą, a nawet chorymi nerkami. Nie ignoruj

Przewlekły stan zapalny w jamie ustnej nie pozostaje bez wpływu na cały organizm. Zwiększa ryzyko problemów m.in. z sercem czy mózgiem

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Choroby dziąseł rozwijają się powoli i długo nie dają wyraźnych sygnałów alarmowych. Krwawienie podczas szczotkowania, tkliwość dziąseł czy sporadyczny nieświeży oddech łatwo zbagatelizować.

Z czasem jednak objawy stają się coraz bardziej dokuczliwe: dziąsła cofają się, odsłaniając szyjki zębowe, pogłębiają się kieszonki przyzębne, a krwawienie pojawia się niemal codziennie. Tak często zaczyna się paradontoza, czyli przewlekłe zapalenie przyzębia.

Przewlekły stan zapalny przyzębia powoduje wzrost stężenia mediatorów zapalnych, m.in. cytokin i białka C-reaktywnego (CRP), a także ułatwia przedostawanie się bakterii i ich toksyn do krwiobiegu. Narastający stan zapalny może przyczyniać się do rozwoju zmian miażdżycowych oraz zwiększać ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, szczególnie u pacjentów z cukrzycą, nadciśnieniem tętniczym, dyslipidemią oraz w podeszłym wieku.

– Do rozwoju chorób dziąseł i przyzębia dochodzi głównie w efekcie niedostatecznej higieny jamy ustnej lub jej braku. Nie pomaga palenie papierosów, ale także niektóre choroby ogólnoustrojowe, np. cukrzyca i choroby autoimmunologiczne, które oddziałują na odporność organizmu. Bakterie kumulujące się w kieszonkach dziąsłowych stopniowo wnikają do przyzębia, skąd mogą rozprzestrzeniać się po całym organizmie wraz z krwiobiegiem. W skrajnych przypadkach mogą powstawać ropnie przyzębne, które doprowadzając np. do infekcyjnego zapalenia wsierdzia, stanowią dla pacjenta bezpośrednie zagrożenie życia – przestrzega lek. dent. Adrianna Zgórska-Śleziak z Polmedico Poliklinika Stomatologiczna Medicover Stomatologia w Bielsku-Białej.

Obecność bakterii odpowiedzialnych za paradontozę w blaszkach miażdżycowych stanowi jeden z dowodów na związek między chorobami przyzębia a schorzeniami sercowo-naczyniowymi. Wskazuje to, że drobnoustroje zasiedlające jamę ustną mogą wpływać również na procesy chorobowe zachodzące w innych częściach organizmu.

Coraz więcej badań wskazuje również na związek między przewlekłymi stanami zapalnymi w jamie ustnej a zdrowiem mózgu oraz układu nerwowego. Naukowcy przypuszczają, że bakterie odpowiedzialne za paradontozę, a także utrzymujący się przez lata stan zapalny, mogą wpływać na naczynia krwionośne zaopatrujące mózg, zwiększając ryzyko udaru i pogorszenia funkcji poznawczych.

Lista schorzeń, których ryzyko może być powiązane z nieleczonymi chorobami przyzębia, jest znacznie dłuższa. Od lat wiadomo już o dwukierunkowej zależności między paradontozą a cukrzycą. Lista schorzeń, których ryzyko może być powiązane z nieleczonymi chorobami przyzębia, jest znacznie dłuższa. Od lat wiadomo już o dwukierunkowej zależności między paradontozą a cukrzycą.

Dentyści zwracają również uwagę, że przewlekłe stany zapalne przyzębia mogą przyspieszać procesy starzenia zachodzące w organizmie. Znaczenie ma także przedwczesna utrata zębów i związane z nią pogorszenie funkcji żucia, które zwłaszcza u osób starszych może prowadzić do mniej zróżnicowanej diety, niedoborów składników odżywczych i spadku ogólnej sprawności.

Profilaktyka stomatologiczna

Przewlekłe stany zapalne przyzębia mogą przyspieszać procesy starzenia. Znaczenie ma także przedwczesna utrata zębów i związane z nią pogorszenie funkcji żucia. Dbałość o stan jamy ustnej pozwoli nam dłużej cieszyć się komfortem życia.

LEKARZ RODZINNY

Pasożyty mogą bytować w naszym organizmie i wywoływać przykre objawy. Nie tylko u dzieci

Emil Hoff

Choroby pasożytnicze to nadal problem w Polsce. Warto wiedzieć, jakie objawy dają pasożyty, by w razie potrzeby od razu odwiedzić lekarza.

Choroby powodowane przez pasożyty – tzw. parazytozy – wywołują wyjątkowe obrzydzenie wśród pacjentów. Trudno się dziwić: sama świadomość, że źródłem dolegliwości jest jakaś larwa, glista, czy pierwotniak, które zalęgły się w naszym ciele, bywa bardzo przykra.

Pasożyty czyhają na nas w wodzie, glebie, na spożywanych pokarmach, i nie zawsze udaje się uniknąć skutecznego ataku. Warto znać objawy chorób pasożytniczych, żeby jak najszybciej zareagować i rozpocząć leczenie. Im szybciej pozbędziecie się pasożyta, tym lepiej.

Parazytozy dają szereg objawów, które jednak są nieswoiste, tzn. mogą być spowodowane przez wiele różnych czynników i chorób, nie tylko atak pasożyta. Objawy swoiste, występujące w zaawansowanych stadiach zakażenia, zależą od rodzaju pasożyta i jego umiejscowienia.

W Polsce najczęściej występują pasożyty układu pokarmowego. Do typowych objawów należą:

- ból brzucha,
- mdłości i wymioty,
- biegunka,
- utrata apetytu,
- spadek wagi,
- ogólne osłabienie,
- w zaawansowanym stadium niedokrwistość i anemia.

Nieoczywiste objawy chorób pasożytniczych mogą zaskoczyć. Wśród nich wymienić warto:

- zwiększone łaknienie na cukier, zwłaszcza zawarty w produktach mlecznych,
- bruksizm, czyli zgrzytanie zębami, zwłaszcza w nocy.

Owsica

Wywoływana przez owsiki, atakuje najczęściej młodsze dzieci. Charakterystycznymi objawami jest świąd okolic odbytu, nasilający się wieczorem i w nocy. Mogą się zdarzać luźne stolce z widocznymi owsikami. Do innych objawów należą pobudliwość, bezsenność, nocne zgrzytanie zębami.

Glistnica

Wywoływana przez glistę ludzką. Początkowo daje objawy nieswoiste, głównie silne bóle brzucha. Potem mogą wystąpić wysypki i świąd skóry, w końcu obrzęk twarzy i rąk w wyniku reakcji alergicznych. Glistnica może też wywoływać duszności i kaszel.

Tasiemczyca

Powodują ją dwa rodzaje tasiemców: uzbrojony lub nieuzbrojony. Można się nimi zarazić, jedząc niedogotowane mięso wołowe lub wieprzowe. Początkowo objawy są nieswoiste: bóle brzucha i nudności, spadek apetytu, chudnięcie. Przy zaawansowanym zakażeniu mogą wystąpić niedokrwistość i anemia, zaburzenia snu, zmiany skórne.

Toksoplazmoza

Wywołują ją pierwotniaki Toxoplasma gondii, zalegające w mięsie i kocich odchodach. Przebieg najczęściej jest bezobjawowy lub przypomina przeziębienie. Z czasem pojawia się powiększenie węzłów chłonnych, wątroby i śledziony, bóle mięśni i głowy, zaburzenia widzenia. Toksoplazmoza jest szczególnie groźna dla kobiet w ciąży, pierwotniaki mogą uszkodzić płód.

FOT. FREEPIK.COM

Parazytozy dają szereg objawów. Wiele z nich ma charakter nieswoisty, stąd wielu pacjentów długo szuka przyczyny choroby

eprasa.pl b84f9308cf

PROGRAMOWO

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Policja dokonuje zatrzymania Ryby i go przesłuchuje. Smolny ma nadzieję, że wkrótce zobaczy żonę. Mężczyzna jednak wypiera się porwania. Tymczasem przetrzymywana w jakiejś piwnicy Basia próbuje się ratować. Słysząc nadchodzącego porywacza, udaje nieprzytomną, a kiedy oprawca zbliża się do niej, Basia nagle atakuje go! Zdziera z głowy porywacza kominiarkę i zamiera... Zna tę twarz bardzo dobrze! Z kolei Kluskowa jest zła na męża. Śledzi Bożydara i trafia na Wspólną, gdzie trwa protest mieszkańców przeciwko powstaniu restauracji na dachu ich domu. Bożydar przekonuje ich nalewkami i obietnicą remontu dziedzińca. Żeby udobruchać żonę, proponuje, by zrobiła... projekt nowej inwestycji! Natomiast Bednarczuk prosi Danutę o ocenę jej powieści po poprawkach. Mąż Teresy jest zaniepokojony zachowaniem żony. Podejrzewa najgorsze!

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Marcin bezskutecznie nakłania Renatę do powrotu do ośrodka leczenia uzależnień. Niestety, ona sama wypiera swój problem. Co gorsza, potajemnie zdobywa kolejne leki, a jej zachowanie jest coraz bardziej niepokojące. Na widok partnera w towarzystwie koleżanki z pracy reaguje bowiem wybuchem nieokiełznanej zazdrości! Tymczasem Karolina, w kompletnej tajemnicy przed Brunem, konsultuje projekt intercyzy z mecenas Paszkowską. Z kolei w hotelu Stańskich zjawia się policja. Powodem ich wizyty jest zawiadomienie, które złożył Justin. Funkcjonariusze zabezpieczają nagrania z monitoringu. Równocześnie Natalia finalizuje wreszcie umowę najmu z Jaworskim. Przygotowania do do przeprowadzki ruszają pełną parą. Natomiast Tolek podejmuje próbę przekonania Basi do ugoszczenia w jej domu Rawiczowej. Czy odniesie sukces?

G. 20:30

FELICITA

TVP 1

Po spotkaniu z Giulią Zośka nie może zasnąć. Podczas nocnego spaceru „spotyka" Kamila. W rozmowie z nieżyjącym mężem wraca do jednej z największych ran ich małżeństwa: niespełnionego pragnienia posiadania drugiego dziecka. Boli ją świadomość, że życie, którego tak bardzo chciała, on stworzył z inną. Oliwia tymczasem oswaja się z rzeczywistością. Nico jest zachwycony siostrą, a między Oliwią i Davide rodzi się bliskość. Chłopak zdradza jej, że jego matka nie żyje, ale unika rozmowy o rodzinie i przeszłości. Jagoda i Ewka martwią się o Zośkę. Ona tymczasem próbuje na chwilę oderwać się od rodzinnego dramatu. Poznaje miejscowych i coraz swobodniej rozmawia, a wręcz flirtuje z Marco. Kamil jednak nadal pojawia się w jej wyobraźni. Relacja Oliwii z Nico rozwija się błyskawicznie. Chłopiec zaprasza ją na kolację, a Giulia rozszerza zaproszenie na Zośkę. Wiadomość o tym dociera do Zośki w chwili, gdy siedzi ciesząc się spokojnym popołudniem i zainteresowaniem Marco. Nagle okazuje się, że ma usiąść przy jednym stole z kobietą, która była kochanką jej męża, i z jego synem.

G. 15:55

Gliniarze

Polsat

Późną nocą zostaje napadnięta młoda kobieta – prawie dochodzi do gwałtu. Poszkodowana nie chce zgłosić sprawy na policję, ukrywa coś. Roksana przekonuje ją do złożenia zeznań. Okazuje się, że tropy prowadzą do portalu erotycznego, a sprawca zna się na środkach odurzających. Tymczasem Olgierd dostaje anonimową pocztówkę z ciepłych krajów. Olgierd szybko domyśla się, kto ją nadał. Czy Majka jest bezpieczna?.

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Marta przygotowuje się do egzaminu, gdy jej zespół zostaje wezwany do kobiety po domniemanej próbie samobójczej.Okazuje się, że to Sabina Krawczyk. Daria Bursztyn odbiera poród ciąży mnogiej, który rozpoczyna się w zablokowanej windzie. Konflikt między Sabiną a Zytą narasta.

G. 16:55

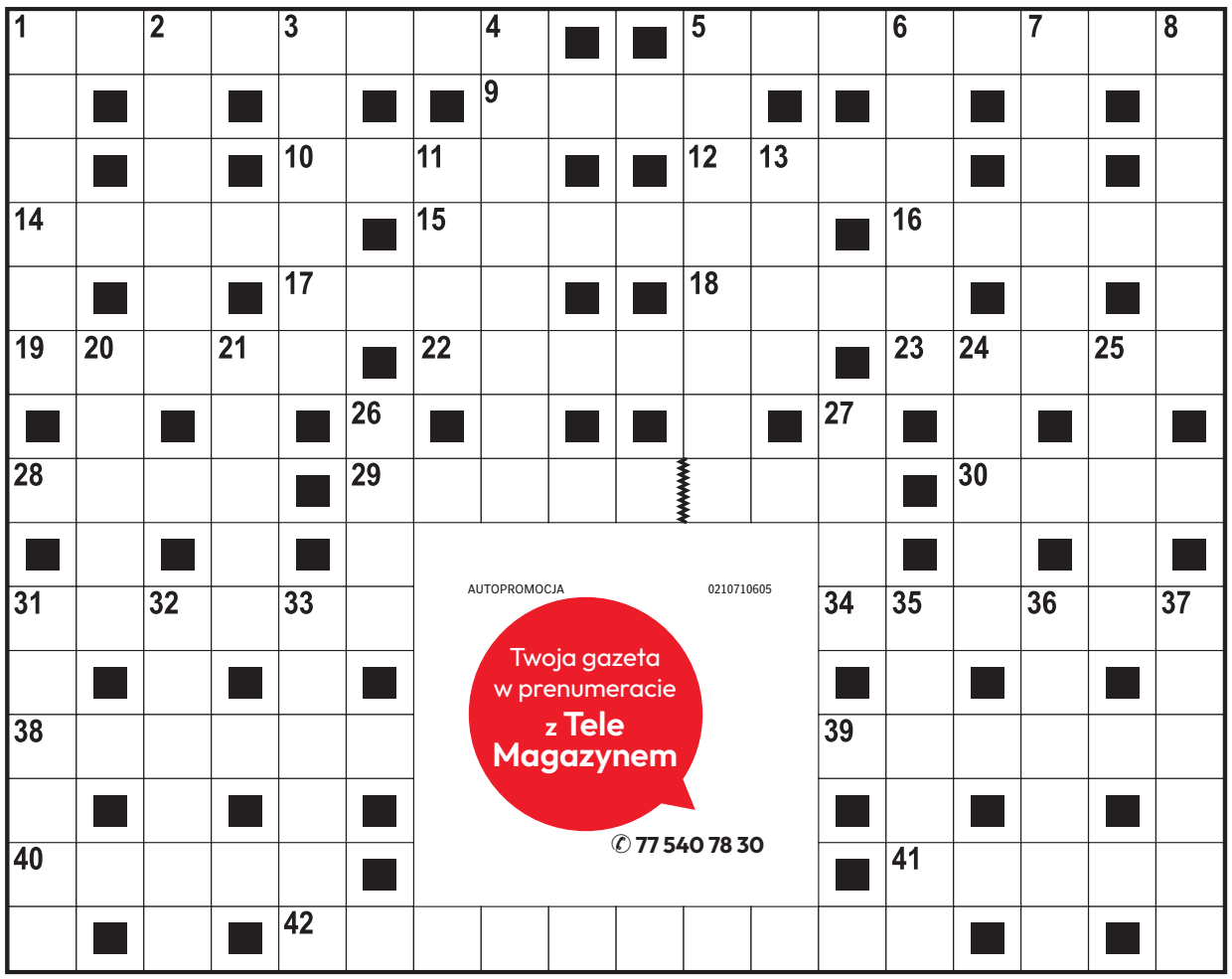
Gliniarze Śląsk

Polsat

Po meczu lokalnej drużyny Sandra Kipiel zostaje brutalnie zgwałcona na terenie kontrolowanym przez kibiców wrogiego klubu. Jedyny świadek, Dorota Zarzycka, twierdzi, że winni są członkowie konkurencyjnej bojówki. Gutek Gucman i Igor Kowalski rozpoczynają śledztwo, które szybko grozi wybuchem otwartej wojny pomiędzy zwaśnionymi grupami.

eprasa.pl b84f9308cf

KRZYŻÓWKA NR 139



Poziomo:

1) Maria, wielka miłość Norwida,
5) jeden z pięciu sosów bazowych w gastronomii,
9) Jessica, aktorka z filmu „Fantastyczna Czwórka",
10) miejsce pracy klaunów,
12) gimnastyka ze Wschodu,
14) pojazd konny na resorach,
15) troskliwa piecza, kuratela,
16) pospolity chwast, świńska trawa,
17) dawniej o matce chrzestnej,
18) alotropowa odmiana tlenu,
19) stała opłata urzędowa,
22) ślad po operacji, szrama,
23) Barack, 44. prezydent Stanów Zjednoczonych,
28) zagrywka Igi Świątek,
29) dar Wernyhory przekazany Gospodarzowi,
30) ciastko z ubitego białka,
31) metropolia nad Tygrysem,
34) spotkanie Laury z Filonem,
38) imię wykonawczyni piosenki „Małgośka",
39) zwrotka sonetu lub limeryku,
40) grecka wyspa na Morzu Jońskim,
41) zbiór głównych zasad wiary,
42) potrawa z piekarnika.

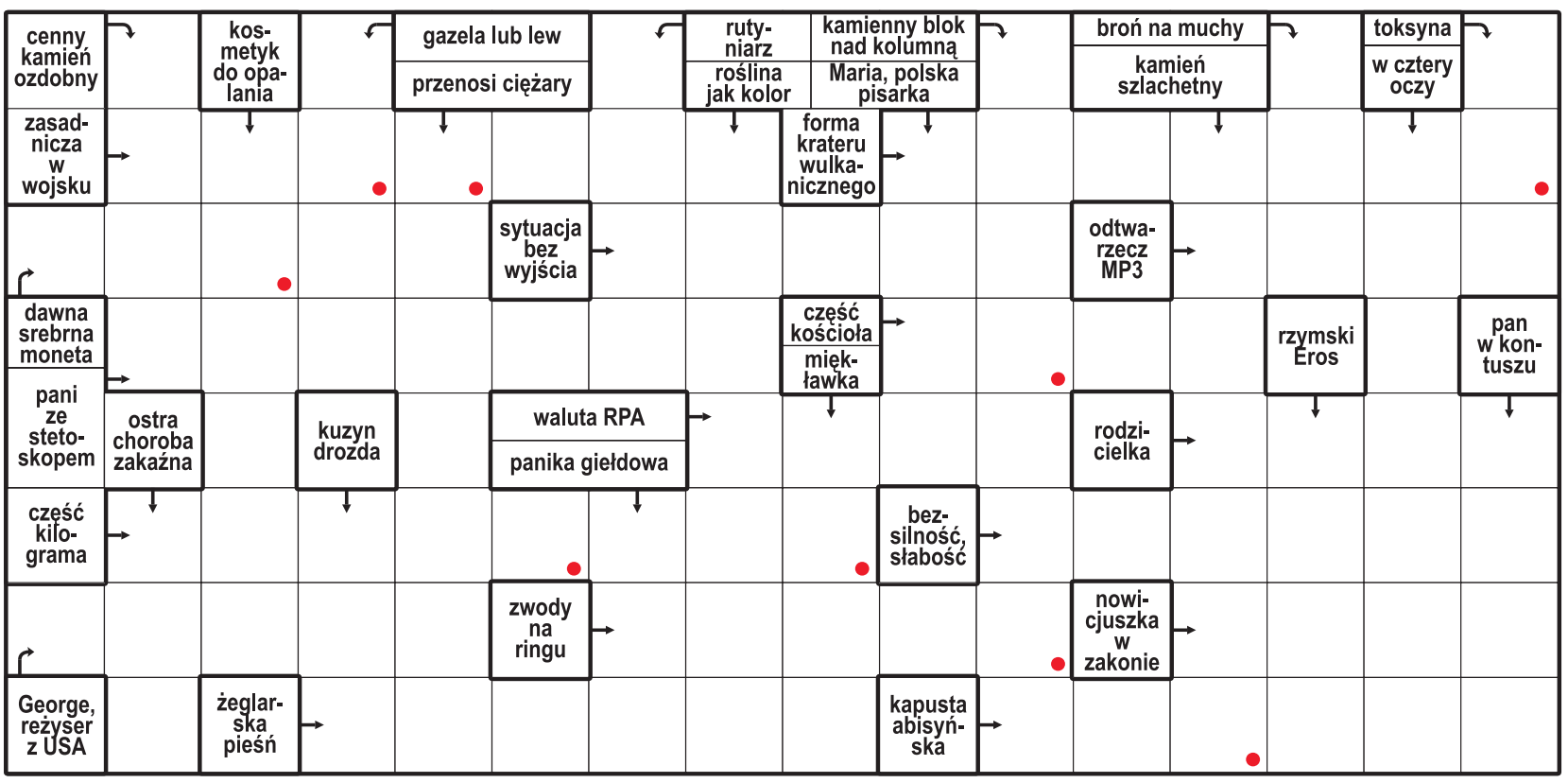
Pionowo:

1) napój z owoców ugotowanych w wodzie,
2) … XIV, zwany Królem Słońce,
3) „… gotuje", program kulinarny,
4) dawny płaszcz męski,
5) kosmodrom w Kazachstanie,
6) trafia się ślepej kurze,
7) służy do rozcierania farb malarskich,
8) podłużny, wąski kawałek drewna,
11) czworobok o równych bokach,
13) miejsce postoju karawany,
20) organizm jednokomórkowy, pełzak,
21) np. Alfred Nobel, chemik i wynalazca,
24) walec do nawijania kabli,
25) jazzowy lub kawiarniany,
26) ozdobna uprząż końska,
27) nie obsiane pole, nieużytek,
31) stolica i największe miasto Mali,
32) … Butler, aktor z filmu „Olimp w ogniu",
33) wielki poklask, aprobata,
35) sklep z medykamentami,
36) karta w talii z wizerunkiem trefnisia,
37) znawca budowy organizmu.

ROZWIĄZANIE NR 138

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: STALAGMIT.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Odważnie ruszysz naprzód. Horoskop dzienny mówi, że szansa na sukces pojawi się tam, gdzie jej nie czekasz.

Ryby (19.02 - 20.03)
Cierpliwość zaprocentuje. Horoskop na dziś wróży, że spokojna rozmowa przyniesie Ci ważną wiadomość.

Baran (21.03 - 19.04)
Błyśniesz pomysłem. Horoskop dzienny na środę mówi, że nowa znajomość otworzyć przed Tobą ciekawą drogę.

Byk (20.04 - 20.05)
Zaufaj dziś swojej intuicji. Horoskop dzienny zapowiada, że poprowadzi Cię w dobrym kierunku.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Energia będzie Twoim atutem. Horoskop na dziś zapowiada, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć.

Rak (22.06 - 22.07)
Uporządkuj sprawy odkładane na później. Horoskop dzienny na środę wróży, że ucieszy to Twoich bliskich.

Lew (23.07 - 22.08)
Nie unikaj dziś ważnej decyzji. Horoskop dzienny zapowiada, że serce podpowie Ci właściwy kierunek.

Panna (23.08 - 22.09)
Odkryjesz coś, co zmieni Twoje spojrzenie. Horoskop na dziś radzi zachować spokój i działać rozważnie.

Waga (23.09 - 22.10)
Czeka Cię niespodziewana okazja. Horoskop dzienny na środę sugeruje powiedzieć „tak" i ruszać przed siebie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie dziś efekty, horoskop dzienny radzi jednak nie spieszyć się.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Świeży pomysł poprawi Ci humor. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś doceni Twoją oryginalność.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Pozwól sobie na odpoczynek. Horoskop dzienny na środę mówi, że intuicja wskaże Ci osobę, której warto zaufać.

eprasa.pl b84f9308cf

REKLAMA 0010981938

Szukasz pracy? Szukasz pracownika? Szukaj z nto!

Zapraszamy do współpracy!

gratka nto nto.pl naszemiasto.

e-mail: reklama@nto.pl
tel.: 534 902 476
693 960 978

DROBNE

Usługi

BIUROWO - PROJEKTOWE

KIEROWNIK budowy, kosztorysy, odbiory i świadectwa charakterystyki energetycznej. Kierownik Piotr Gaweł - 601 811 913

REKLAMOWE

ZAMÓW ogłoszenie drobne w nto wyślij e-mail z treścią na adres reklama@nto.pl; zwrotnie otrzymasz ofertę. Zapraszamy do współpracy.

REKLAMA 0011580449

OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 43 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2026 r. poz. 670, z późn. zm.) w związku z art. 19 ust. 1a ustawy z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody (Dz.U. z 2026 r. poz. 13, z późn. zm.)

Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Opolu informuje

o przyjęciu dokumentu, tj. o wejściu w życie zarządzenia Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Opolu z dnia 31 sierpnia 2026 r. w sprawie ustanowienia planu ochrony dla rezerwatu przyrody „Gogolińskie Gniewosze" (Dz. Urz. Woj. Op. poz. 2141).

Z treścią i uzasadnieniem do zarządzenia można zapoznać się w siedzibie Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Opolu, ul. Firmowa 1, 45-594 Opole, w sekretariacie od pon. do pt. w godz. od 7:30 do 15:30 oraz na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej RDOŚ w Opolu (adres: https://www.gov.pl/web/rdos-opole/rok-2026).

Krzysztof Kręciproch
Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Opolu
/ – podpisany cyfrowo/

REKLAMA 0011579975

OGŁOSZENIE

o rozpoczęciu konsultacji społecznych w sprawie projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w miejscowości Domaszowice w rejonie ulicy Strzeleckiej, gmina Domaszowice

Na podstawie art. 8h oraz art. 17 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 ze zm.), art. 39, w związku z art. 46 i art. 54 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2026 r. poz. 670), uchwały nr XXII.155.2026 z dnia 24 marca 2026 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w miejscowości Domaszowice w rejonie ulicy Strzeleckiej, gmina Domaszowice, zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych w sprawie projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w miejscowości Domaszowice w rejonie ulicy Strzeleckiej, gmina Domaszowice, wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w dniach od 9.09.2026 r. do 7.10.2026 r. w siedzibie Urzędu Gminy Domaszowice, ul. Główna 26, 46-146 Domaszowice, w godz. 7:30 do 15:30.

Spotkanie otwarte poprzedzone prezentacją projektu planu odbędzie się w dniu 24.09.2026 r. o godz. 16:00 w Gminnym Centrum Kultury w Domaszowicach.

Dyżur projektanta w sprawach związanych z projektem planu odbywał się będzie w dniach od 9.09.2026 r. do 7.10.2026 r., pod nr komórkowym 600 349 457, w godz. 15.00 do 18.00 lub e-mail: wojciech_zabawa@o2.pl.

Projekt ww. planu miejscowego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko będzie również udostępniony w terminie konsultacji na stronie internetowej bip.domaszowice.pl.

Zgodnie z art. 8i ust. 1, pkt 1 ustawy zainteresowani mogą wnieść uwagi do projektu planu opracowywanego na podstawie wymienionej wyżej uchwały oraz w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko w terminie prowadzenia konsultacji społecznych, tj. do dnia 7.10.2026 r.

Uwagi 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), zamieszczonego w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie bip.domaszowice.pl. Uwagi mogą być wnoszone w formie pisemnej na adres Urzędu Gminy Domaszowice, ul. Główna 26, 46-146 Domaszowice, ustnie do protokołu, za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem, o którym mowa w ustawie z dnia 5 września 2016 r. o usługach zaufania oraz identyfikacji elektronicznej (Dz. U. z 2024 r., poz. 422 ze zm.) na adres: ug@domaszowice.pl.

Zgodnie z art. 8g ust. 2 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Obowiązek informacyjny: Administratorem danych osobowych jest Wójt Gminy Domaszowice. Więcej informacji na temat przetwarzania danych osobowych w Urzędzie Gminy Domaszowice znajduje się na stronie internetowej pod adresem: bip.domaszowice.pl.

Wójt Gminy Domaszowice
/-/ Urszula Medyk

REKLAMA 0011576812

REKLAMA 0111562220

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

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

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011260277

PRZESTRZEŃ DLA TWOJEGO BIZNESU

WYNAJMIJ BIURO W OPOLU!

- LOKALE przestronne, dobrze doświetlone i klimatyzowane, o różnym metrażu dowolna ilość i konfiguracja
- Możliwość aranżacji pomieszczeń: łączenia i przestawienia drzwi (na koszt najemcy).
- Budynek wyposażony w instalacje elektryczne, wodno-kanalizacyjne z sieci miejskiej, ogrzewanie własne – kotłownia gazowa zasilana gazem miejskim, wentylacja grawitacyjna i mechaniczna, własna przepompownia ścieków.
- Budynek chroniony jest przez monitorowaną z grupami interwencyjnymi instalacją alarmową oraz system wejścia/wyjścia do budynku oraz poszczególnych pomieszczeń.

Zadzwoń ✆ 695 396 902

REKLAMA 0010981956

nto NOWA TRYBUNA OPOLSKA

reklama • ogłoszenie • komunikat • ogłoszenie drobne • artykuł sponsorowany • ogłoszenie rekrutacyjne • przetarg • reklama w NTO

Zamówisz: • e-mailem: reklama@nto.pl • SMS-em – tylko ogłoszenia drobne
Wszelkie informacje dostępne pod numerami telefonów: 693 960 978, 534 902 476, 691 582 692
Uwaga! Telefonicznie ogłoszeń nie przyjmujemy. Cennik, regulamin oraz kontakt znajdziesz na www.nto.pl/reklama

eprasa.pl b84f9308cf

TENIS

Iga Świątek „na zakręcie”. Wróciły demony przeszłości

Zbigniew Czyż

Iga Świątek po raz pierwszy od 2021 roku nie wygra wielkoszlemowego turnieju. O trudnym momencie w jej karierze rozmawiamy z Michałem Kaznowskim, trenerem Polki w latach 2011-2016.

FOT. COVER IMAGES/EAST NEWS

Iga Świątek odpadła w 1/8 finału wielkoszlemowego turnieju US Open w Nowym Jorku. Lepsza od niej była Chinka Qinwen Zheng

Świątek pożegnała się już z US Open. W 1/8 finału przegrała z Chinką Qinwen Zheng 5:7, 3:6, mimo że w pierwszym secie prowadziła już 5:0.

To była w pewnym sensie pułapka, w którą Iga dała się złapać. Wysokie prowadzenie nie było do końca wynikiem jej bardzo dobrej i równej gry. W tym wysokim prowadzeniu pomagała jej też Chinka, która popełniała dużo błędów. Oddawała wiele punktów, a Iga nie mogła wejść w rytm. Chyba czuła, że ten wynik nie do końca wynika z jej dobrej postawy. Zheng nie odpuściła i z każdym gemem czuła się coraz lepiej, a Iga coraz gorzej.

Świątek w tyle głowy mogła mieć porażkę z Chinką w półfinale igrzysk olimpijskich w Paryżu?

U Igi mogły się obudzić jakieś demony z przeszłości. Myślę jednak, że do tej przegranej powinna podejść jak do kolejnej odebranej lekcji. To powinien być sygnał, że w dalszym ciągu trzeba jeszcze coś poprawić, wzmocnić, budować.

Iga skomentowała tę porażkę, twierdząc, że właściwie nic wielkiego się nie stało. Taka postawa może trochę niepokoić jej fanów?

Iga pokazała w tym turnieju, że wraca do dawnej gry, bardziej naturalnej, intuicyjnej, rotacyjnej, do częstszego budowania akcji. Jej gra oparta jest na solidnej obronie, ale też na naciskaniu rywalki z rozwagą. Nie podejmuje dużego ryzyka, ale widać u niej postęp. Jeśli dalej będzie szła tym torem, to wkrótce znów będzie się bić o najwyższe lokaty w rankingu. Odbierając lekcję w takich warunkach, jesteśmy w stanie zbudować wewnętrzną siłę w głowie, na tyle dużą, że znów będzie mogła wrócić na szczyt rankingu WTA.

Można znaleźć jakieś pozytywy występu Świątek w Nowym Jorku mimo braku awansu choćby do ćwierćfinału?

Widać, że jest coraz groźniejsza, gra coraz lepiej i ma pomysł na swoje mecze, co też sprawia jej przyjemność. Jest na dobrej drodze, a taka porażka najwidoczniej była jej potrzebna. Nie traktujmy więc tego występu przeciwko Chince jak jakiejś tragedii.

Gdy Świątek schodziła z kortu, widzieliśmy ją zapłakaną, przez co znów wracają pytania o jej stan psychiczny.

To była wysoce emocjonalna sytuacja i bardzo trudne doświadczenie. Tak duże emocje są jednak czymś naturalnym na tym poziomie.

Może Świątek powinna jednak rozważyć zmianę psychologa?

Trudno jest mi się wypowiadać na ten temat. Pod względem emocjonalnym na pewno ma jakieś elementy do poprawy i to jest informacja dla jej sztabu, że taka sytuacja zaistniała. Rozmawiają, więc Iga na pewno powie, co się działo w jej głowie w tych trudnych momentach. Wszyscy w sztabie będą mieć zatem wiedzę, nad czym trzeba pracować. Na pewno jest to moment, aby się zastanowić, co wymaga zmiany, żeby w następnym sezonie startować już z zupełnie innego miejsca.

PIŁKA NOŻNA

Koniec transferów w Polsce. Kto królem letniego polowania?

Jacek Czaplewski

Środa to ostatni dzień letniego okienka transferowego w Polsce. Czekają nas emocjonujące godziny. Wiele klubów z PKO BP Ekstraklasy, ale i Betclic 1 Ligi postanowiło bowiem właśnie teraz zamknąć swoje kadry na rundę jesienną.

Kluby z najwyższego szczebla wydały dotąd na wzmocnienia około 30 mln euro. To ciągle promil w porównaniu do topowych lig europejskich. Z drugiej jednak strony trend jest ewidentnie rosnący.

Najwięcej, i tu nie ma żadnego zaskoczenia, wydał mistrz kraju. Z myślą o trzecim tytule z rzędu, ale też o zawojowaniu europejskich pucharów, Lech Poznań przeznaczył blisko 10 mln euro, czyli najwięcej w swojej historii. Prawie połowę z tej kwoty pochłonął wykup Luisa Palmy ze szkockiego Celtiku Glasgow. Za odchodzących zawodników „Kolejorz” otrzymał nieco ponad 4 mln euro. Przy Bułgarskiej udało się zatrzymać praktycznie wszystkich najważniejszych graczy (no, może poza Bartoszem Mrozkiem, który miał zgodę na transfer, i wybrał włoskie Udinese). – Więcej ruchów już nie będzie – zapewnił zawczasu dyrektor sportowy Tomasz Rząsa. Ta deklaracja bardzo ucieszyła kibiców, bo oznacza, że w zespole zostają utalentowani Wojciech Mońka i Michał Gurgul.

W stolicy o takim okienku mogli jedynie pomarzyć. Pretendująca do mistrzostwa Legia Warszawa znajduje się w tak trudnej sytuacji finansowej, że latem nie wydała dosłownie nic, szukając wyłącznie okazji. Ugrała za to prawie 5 mln euro – głównie z tytułu sprzedaży Jana Leszczyńskiego do niemieckiej Borussii Mönchengladabach. Szaleńczych działań nie odnotowaliśmy też w Widzewie Łódź, który wydał tylko i aż 2 mln euro, z czego połowę na Karola Świderskiego z Panathinaikosu Ateny.

Kto więc namieszał? Bez wątpienia Korona Kielce aspirująca do ligowej czołówki. Jej trzy transfery opiewały na siedmiocyfrowe kwoty. Rekordzistą okazał się Patrik Hellebrand wyciągnięty z Górnika Zabrze za 1,7 mln euro. Rozpychać na rynku postanowiła się również debiutująca w ekstraklasie Wieczysta Kraków, do której dołączyli tacy znani piłkarze, jak Efthymis Koulouris, Mateusz Kochalski, Antonio Milić i Mateusz Wieteska. Głośno było jeszcze o ruchach Górnika Zabrze i Jagiellonii Białystok.

Aż trudno w to uwierzyć, ale najwięcej na transferach zarobiła... pierwszoligowa Lechia Gdańsk. Po spadku zainkasowała w sumie 20 mln euro (!), z czego około 11-13 mln za sprzedaż króla strzelców Tomasa Bobcka do włoskiego Frosinone. To od teraz nowy polski rekord. Dla porównania w ekstraklasie najwięcej, czyli po 6 mln euro, ugrali w tym okienku Jagiellonia, Motor Lublin i Raków Częstochowa, puszczając w świat kolejno Bartosza Mazurka (RB Salzburg), Brighta Ede (Deportivo La Coruna) i Jonatana Brauta Brunesa (Sparta Praga).

Co przed nami, czyli w finałowym dniu okienka? Potencjalnie ostatnie transfery mogą przeprowadzić przede wszystkim wspomniane już „Jaga”, Widzew i Raków, Pogoń Szczecin oraz Radomiak. Kto się spóźni, temu – jako ewentualne wzmocnienia – zostaną później wyłącznie piłkarze bez kontraktów...

PIŁKA NOŻNA

Statystycy najwyżej oceniają szanse Arsenalu, Bayernu, City i Barcelony

Jacek Kmiecik

Na inaugurację fazy ligowej Ligi Mistrzów Opta opublikowała prognozy swojego superkomputera dotyczące zwycięzcy tegorocznej edycji.

Po przeprowadzeniu blisko 10 tysięcy symulacji angielska firma specjalizująca się w analizie statystyk wskazała Arsenal Londyn jako faworyta sezonu.

Zdaniem autorów notowania „Kanonierzy” mają 20,9% szans na zdobycie swojego pierwszego tytułu Ligi Mistrzów. Bayern Monachium jest tuż za Arsenalem, z 19,4% szans na zdobycie tytułu – wyprzedza Manchester City (12,3%) oraz Barcelonę (8,2%).

Mimo dwóch triumfów z rzędu PSG zajmuje dopiero 5.miejsce wśród faworytów, z 7,1% szans na zdobycie potrójnej korony, wyprzedzając Liverpool (6,1%) i Real Madryt (4,4%).

Jako główny argument podano słaby początek Paryżan, którzy nie wygrali jeszcze meczu w Ligue 1, oraz fakt, że potrójne korony są niezwykle rzadkie w Lidze Mistrzów. W latach 2016-2018 tylko Real Madryt, z Cristiano Ronaldo w składzie, osiągnął taki sukces.

Warto dodać, że w zeszłym roku superkomputer Opty wskazał Liverpool jako głównego pretendenta, jednak „The Reds” zostali wyeliminowani przez PSG w ćwierćfinale...

FOT. GRZEGORZ WAJDA

Mimo rozstania z Robertem Lewandowskim, FC Barcelona nadal postrzegana jest jako jeden z głównych faworytów Ligi Mistrzów

eprasa.pl b84f9308cf

PIŁKA NOŻNA

Podsumowanie ostatnich gier w opolskiej klasie okręgowej

Wiktor Gumiński

Prezentujemy wyniki wszystkich spotkań 6. kolejki Football World Klasy Okręgowej oraz strzelców goli w poszczególnych meczach.

GRUPA 1

LZS LIGOTA TURAWSKA - OKS ORAS OLESNO 2-0 (1-0)

Bramki: 1-0 Wołkowicz - 36., 2-0 Wołkowicz - 49.

MOTOR PRASZKA - KS KRASIEJÓW 0-6 (0-2)

Bramki: 0-1 Skorzybót - 7., 0-2 Skorzybót - 22., 0-3 Krawczyk - 52., 0-4 Skorzybót - 60., 0-5 Gos - 74., 0-6 Gos - 81.

CHRZĄSZCZ CHRZĄSZCZYCE - ORZEŁ ŻLINICE 0-7 (0-3)

Bramki: 0-1 Bugayev - 22., 0-2 Parella - 35., 0-3 Malinowski - 43., 0-4 Błazy - 47., 0-5 Grel - 65., 0-6 Mokrzycki - 74., 0-7 Błazy - 77.

PIAST STRZELCE OPOLSKIE - STAL II BRZEG 2-3 (1-0)

Bramki: 1-0 Hryszkanych - 43., 1-1 Jasiński - 54., 1-2 Sikora - 67., 1-3 Marek - 68., 2-3 Kryś - 89.

ŻUBRY SMARCHOWICE ŚLĄSKIE - LZS MECHNICE 1-2 (1-1)

Bramki: 1-0 Gałaszewski - 10., 1-1 Kownacki - 11., 1-2 Jaworski - 90+4.

ŹRÓDŁO KROŚNICA - SKALNIK GRACZE 2-0 (1-0)

Bramki: 1-0 Fogel - 10., 2-0 Stępień - 88.

LZS KUNIÓW - STEGU START JEŁOWA 1-0 (0-0)

Bramka: 1-0 Serzhaniuk - 70.

TOR DOBRZEŃ WIELKI - SWORNICA CZARNOWĄSY OPOLE 7-0 (3-0)

Bramki: 1-0 Madeła - 10., 2-0 Wróbel - 31., 3-0 Madeła - 38., 4-0 Madeła - 53., 5-0 Przebinda - 83., 6-0 Passon - 86., 7-0 Zalewski - 89.

1.TOR Dobrzeń Wielki	6	18	19-1
2.KS Krasiejów	6	13	24-5
3.Źródło Krośnica	6	12	26-14
4.Orzeł Żlinice	6	12	17-8
5.Stal II Brzeg	6	12	16-19
6.Skalnik Gracze	6	10	17-10
7.LZS Ligota Turawska	6	10	10-8
8.Start Jełowa	6	9	11-19
9.Chrząszcz Chrząszczyce	6	9	10-19
10.LZS Mechnice	6	8	12-12
11.Żubry Smarchowice Śl.	6	7	9-8
12.LZS Kuniów	6	7	5-12
13.OKS Olesno	6	6	13-13
14.Motor Praszka	6	4	6-22
15.Swornica Czarnowąsy	6	3	5-16
16.Piast Strzelce Opolskie	6	0	9-23

FOT. WERONIKA KWAŚNIEWSKA

Rezerwy LZS-u Starowice Dolne wygrały wyjazdowe spotkanie w Ujeździe. Tamtejszy Union to ciągle wicelider tabeli grupy 2

GRUPA 2

POGOŃ PRUDNIK - POLONIA GŁUBCZYCE 4-2 (1-2)

Bramki: 0-1 Jamuła - 26., 0-2 Myśków - 30., 1-2 Choiński - 45., 2-2 Choiński - 78., 3-2 Bawoł - 81., 4-2 Szala - 90+1.

UNIA KRAPKOWICE - LZS RACŁAWICZKI 3-0 (2-0)

Bramki: 1-0 Wójcik - 25., 2-0 Martyniuk - 27., 3-0 F. Przybyła - 90.

CHEMIK KĘDZIERZYN-KOŹLE - GKS TRIOBUD GRODKÓW 0-3 (0-1)

Bramka: 0-1 Boczarski - 44., 0-2 Rabanda - 54., 0-3 Gryl - 63.

ORZEŁ BRANICE - POLONIA PRÓSZKÓW-PRZYSIECZ 1-1 (0-0)

Bramki: 1-0 Sinhaievskyi - 53., 1-1 Jakwert - 86.

LZS RASZOWA - KS CISOWA KĘDZIERZYN-KOŹLE 2-1 (0-1)

Bramki: 0-1 Klęk - 42., 1-1 Płaczek - 77., 2-1 Reinert - 87.

UNION UJAZD - LZS II STAROWICE DOLNE 1-2 (0-2)

Bramki: 0-1 Laskowski - 39., 0-2 Setla - 41., 1-2 Stranczik - 88.

ORZEŁ REŃSKA WIEŚ - KS TWARDAWA 2-1 (1-1)

Bramki: 1-0 Podoluk - 9., 1-1 Ociepka - 36., 2-1 Kulbaka - 86.

GKS GŁUCHOŁAZY - CZARNI OTMUCHÓW 0-0

1.GKS Grodków	6	18	28-4
2.Union Ujazd	6	13	16-5
3.Orzeł Reńska Wieś	6	13	15-8
4.Pogoń Prudnik	6	12	20-13
5.Orzeł Branice	6	11	11-9
6.KS Twardawa	6	10	12-9
7.LZS II Starowice Dolne	6	10	17-15
8.Czarni Otmuchów	6	10	16-15
9.Polonia Prószków	6	9	13-8
10.Polonia Głubczyce	6	7	9-16
11.LZS Racławiczki	6	6	6-12
12.Unia Krapkowice	6	6	6-16
13.LZS Raszowa	6	5	8-18
14.Chemik K-Koźle	6	4	9-12
15.GKS Głuchołazy	6	2	4-13
16. KS Cisowa K-Koźle	6	0	6-21

SIATKÓWKA

Zespół z Kluczborka zaczyna ligowe zmagania. Nieco się w nim pozmieniało

Wiktor Gumiński

Domową potyczką z SMS PZPS Spała rywalizację w Tauron 1 Lidze 2026/2027 zainauguruje Mickiewicz Kluczbork. Jej początek 10 września o godz. 18.

Kluczborczanie będą zdecydowanym faworytem tego meczu, ponieważ drużyna złożona z uczniów Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Spale ma charakter szkoleniowy i jej zadaniem na 1-ligowym szczeblu jest przede wszystkim zdobywanie doświadczenia (nie dotyczą jej reguły dotyczące spadku z rozgrywek).

Mickiewicz to z kolei od dwóch sezonów czołowa siła Tauron 1 Ligi. Minione rozgrywki zakończył na 4. miejscu, a rok wcześniej był nawet wicemistrzem.

W składzie ekipy z Kluczborka latem doszło do kilku zmian. Odeszli z niej Michał Łysiak, Marcin Jaskuła, Koshiro Nishi, Bartłomiej Janus, Jędrzej Kaźmierczak oraz Yasser Amrat.

Nowymi siatkarzami Mickiewicza zostali z kolei: Bartłomiej Wójcik (środkowy, ostatnio KPS Siedlce), Jakub Abramowicz (środkowy, Lechia Tomaszów Mazowiecki), Mateusz Frąc (atakujący, CD Cisneros Alter - Hiszpania), Dawid Pruszkowski (libero, Tectum Achel - Belgia) oraz Bartosz Makoś (Steam Hemarpol Norwid Częstochowa).

Terminarz gier Mickiewicza Kluczbork w sezonie 2026/2027

1. kolejka (10.09, godz. 18): Mickiewicz Kluczbork - SMS PZPS Spała
2. kolejka (4.11): BBTS Bielsko-Biała - Mickiewicz Kluczbork
3. kolejka (26.09): Mickiewicz Kluczbork - CUK Anioły Toruń
4. kolejka (4.10): KPS Płock - Mickiewicz Kluczbork
5. kolejka (10.10): Mickiewicz Kluczbork - MCKiS Jaworzno
6. kolejka (17.10): Mickiewicz Kluczbork - Stal Nysa
7. kolejka (24.10): Nowak-Mosty MKS Będzin - Mickiewicz Kluczbork
8. kolejka (31.10): Mickiewicz Kluczbork - PZL Leonardo Avia Świdnik
9. kolejka (8.11): KPS Siedlce - Mickiewicz Kluczbork
10. kolejka (14.11): Mickiewicz Kluczbork - Avia Sędziszów Małopolski
11. kolejka (22.11): ICT Pierrot Czarni Radom - Mickiewicz Kluczbork
12. kolejka (27.11): Mickiewicz Kluczbork - Lechia Tomaszów Mazowiecki
13. kolejka (5.12): Fort Poznań - Mickiewicz Kluczbork
14. kolejka (12.12): Mickiewicz Kluczbork - BKS Bydgoszcz
15. kolejka (19.12): Sparta Grodzisk Mazowiecki - Mickiewicz Kluczbork
16. kolejka (22.12): SMS PZPS Spała - Mickiewicz Kluczbork
17. kolejka (6.01): Mickiewicz Kluczbork - BBTS Bielsko-Biała
18. kolejka (9.01): CUK Anioły Toruń - Mickiewicz Kluczbork
19. kolejka (16.01): Mickiewicz Kluczbork - KPS Płock
20. kolejka (22.01): MCKiS Jaworzno - Mickiewicz Kluczbork
21. kolejka (29.01): Stal Nysa - Mickiewicz Kluczbork
22. kolejka (5.02): Mickiewicz Kluczbork - Nowak-Mosty MKS Będzin
23. kolejka (13.02): PZL Leonardo Avia Świdnik - Mickiewicz Kluczbork
24. kolejka (20.02): Mickiewicz Kluczbork - KPS Siedlce
25. kolejka (28.02): Avia Sędziszów Małopolski - Mickiewicz Kluczbork
26. kolejka (5.03): Mickiewicz Kluczbork - ICT Pierrot Czarni Radom
27. kolejka (13.03): Lechia Tomaszów Mazowiecki - Mickiewicz Kluczbork
28. kolejka (21.03): Mickiewicz Kluczbork - Fort Poznań
29. kolejka (28.03): BKS Bydgoszcz - Mickiewicz Kluczbork
30. kolejka (3.04): Mickiewicz Kluczbork - Sparta Grodzisk Mazowiecki

FOT. AGATA BRUDZIŃSKA

Siatkarze Mickiewicza Kluczbork w ostatnich sezonach spisywali się tak dobrze, że każdy musiał się z nimi bardzo mocno liczyć

PIŁKA NOŻNA

W Częstochowie ciągle czekają na trenera

Jacek Sroka

Raków ciągle negocjuje warunki zatrudnienia nowego szkoleniowca, a już w piątek czeka go mecz z Motorem.

Czas ucieka, a na Limanowskiego jak nie było stałego następcy zwolnionego na początku poprzedniego tygodnia trenera Dawida Kroczka tak nie ma. Taki stan obowiązywał przynajmniej na wczorajsze popołudnie.

Negocjacje z prowadzącym od czerwca zespół Radomiaka Tomaszem Kaczmarkiem cały czas trwają. Według nieoficjalnych informacji Raków ma zapłacić przeżywającemu kłopoty finansowe klubowi z Radomia ponad 200 tys. euro aktywując klauzulę wykupu 42-letniego trenera.

Nie jest to pierwszy kontakt „Medalików" z Kaczmarkiem, bo pod Jasną Górą sondowali możliwość jego zatrudnienia zarówno zimą jak i latem, ale ostatecznie za pierwszym razem działacze postawili na pochodzącego z Częstochowy Łukasza Tomczyka, a za drugim na znającego specyfikę tego klubu Kroczka.

Dodajmy, że kontrkandydatem opiekuna Radomiaka do przejęcia zespołu Rakowa był Lukas Kwasniok, ale urodzony w Gliwicach, lecz wychowany i pracujący w Niemczech m.in. w FC Koeln, trener miał bardzo wysokie wymagania finansowe.

Częstochowianie starają się nie tylko o nowego szkoleniowca, ale także zawodników. Tuż przed zamknięciem okienka transferowego piłkarzami Rakowa mogą zostać dwaj Szwedzi: obrońca Sheffield Utd Nils Zätterström i pomocnik GAIS Göteborg William Milovanović.

eprasa.pl b84f9308cf