

Na Litwie obowiązuje stan wyjątkowy. Białoruskie balony mają zagrażać bezpieczeństwu **str. 7**



FOT. ADAM JANKOWSKI / ARCHIWUM

Herbata to jeden z najzdrowszych i najpopularniejszych napojów na świecie. Ale niektórzy powinni jej unikać **str. 8**

STRONA
ZDROWIA

Środa,
10.12.2025
Wydanie 1
Nr 286 (24.868)

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

GŁOS WIELKOPOLSKI

Jarmark świąteczny w Szreniawie już w weekend, nie zabraknie atrakcji **str. 2**



FOT. PKP PLK

Więcej pociągów z Poznania do Piły, powstaje drugi tor na trasie do Obornik **str. 4**

Mainz rywalem Lecha w LKE. Rywal Kolejorza ma nowego trenera oraz sporo problemów **str. 16**



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

EDUKACJA

Wycieczki po Wielkopolsce z dopłatami, ale tylko dla uczniów podstawówek **str. 5**



FOT. ANDRZEJ SZOJDA

RANKING WYŁONIŁ NAJLEPSZE GMINY WOJEWÓDZTWA

Tu żyje się najlepiej w Wielkopolsce

Szymon Paż
szymon.paz@polskapress.pl

Fundacja Rozwoju Demokracji Lokalnej wraz z Głównym Urzędem Statystycznym oceniły wielkopolskie gminy pod kątem rozwoju społeczno-gospodarczego.

Liderami rozwoju w województwie wielkopolskim są: Tarnowo Podgórne, Suchy Las i Kleszczewo. Wyróżniono też liderów w poszczególnych kategoriach gmin. Wśród gmin miejskich są to: Złotów, Puszczykowo i Chodzież, wśród gmin miejsko-wiejskich: Kórnik, Sieraków i Kostrzyn, a wśród gmin wiejskich: Tarnowo Podgórne, Suchy Las i Kleszczewo.

Kryteria oceny gmin były takie same w całym kraju. Pod uwagę brano 25 wskaźników, które zdaniem fundacji i GUS-u odzwierciedlają jakość życia w gminach. Analizowano rozwój ekonomiczny, społeczny, ochronę środowiska oraz rozwój administracji i praktyk zarządzania. Dane opracował GUS.

- Regionalność rankingu umożliwia wyróżnienie liderów w województwie oraz w powiatach, dzięki czemu doceniamy i motywujemy większą liczbę gmin - mówiła Iwona Szablewska z Fundacji. - Mamy nadzieję, że przeprowadzone analizy statystyczne staną się podstawą ważnej dyskusji zarówno nad zarządzaniem lokalnym, jak i strategicznymi kierunkami rozwoju regionu.

To trzeci ranking gmin województwa wielkopolskiego przygotowany przez Fundację Rozwoju Demokracji Lokalnej im. Jerzego Reguńskiego, jednego z ojców polskiego samorządu. Udział w nim jest bezpłatny, koszty przygotowania ponosi fundacja.

Z wojewódzkiego zestawienia wykluczono miasta na prawach powiatu - te oceniono w rankingu ogólnopolskim. Poznań zajął w nim 3. miejsce wśród miast wojewódzkich, Leszno - 11. wśród pozostałych.

- Cieszę się, że fundacja działa i wciąż głosi ideę, że rozwój Polski zawdzięczamy głównie samorządom lokalnym - mówił wójt Tarnowa Podgórnego, Tadeusz Czajka.

Czytaj str. 3

Ojczym katował, matka nie broniła. Pójdą siedzieć?

Prokurator żąda 7 lat pozbawienia wolności dla ojczyma, który katował pięcioletnią pasierbicę i 6 lat więzienia dla matki, która nie reagowała na znęcanie się **str. 4**

Nr ISSN 2353-6179

Nr indeksu 350-281



Sprzedawał cudze mieszkania, miał wyłudzić 6 milionów złotych **str. 4**



Tadeusz Czajka, wójt Tarnowa Podgórnego, odebrał statuetki dla najlepszej gminy w Wielkopolsce

FOT. WALDEMAR WYLEGALSKI

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● W maju 1945 r. Brytyjczycy internowali w Austrii Kozaków dońskich, którzy w czasie wojny walczyli z komunistami Tity, a następnie wydali ich Stalinowi

Zamów prenumeratę

Głos Wielkopolski ☎ 61 333 22 60
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gloswielkopolski.pl

Artystyczny sylwester w poznańskich teatrach

Maciej Szymkowiak
maciej.szymkowiak@polskapress.pl

Nowy Rok to świetna okazja do szampańskiej zabawy nie tylko w klubie czy domowym zaciszu. Ciekawe propozycje przygotowały poznańskie teatry.

Niezależny teatr „U Przyjaciół” przy Mielżyńskiego 27/29 zaprasza na spektakl inspirowany „Mistrzem i Małgorzatą” Michała Bułhakowa oraz „Białymi nocami” Fiodora Dostojewskiego. Start o godz. 19. Bilety w cenie: 40 zł (SMS: 797021028). Z kolei Teatr Polski

przy ul. 27 Grudnia wystawia „Pieścidełko. Teatr Narodowy nad Wartą” o godz. 18 w reżyserii Konrada Marka Cichonia. Bilety w cenie 300 zł. Teatr Nowy przy ul. Dąbrowskiego 5 organizuje trzy spektakle sylwestrowe: „Ellen Babić” (godz. 18, 149 zł), „Młynarski. Trochę miejsca” (godz. 19, 249 zł) oraz „I dlatego nie masz męża” (godz. 20, 199 zł).

Z kolei w Teatrze Muzycznym w Poznaniu zobaczymy „Piękną i Bestię” na podstawie baśniowej historii, wystawiany dwukrotnie o godz. 15 i 19 (bilety w cenie 95-188 zł w zależności od miejsca).



FOT. WALDEMAR WYŁEĞAŁSKI

Jarmark Bożonarodzeniowy w Szreniawie. Zaplanowano świąteczne atrakcje

Marta Jarmuszcak
marta.jarmuszcak@polskapress.pl

Jasełka, warsztaty dla dzieci i inne atrakcje, ręcznie robione ozdoby świąteczne, wypieki, pierniki oraz naturalne wyroby mięsne. To wszystko można będzie znaleźć 14 grudnia na jarmarku w Szreniawie.

Już 14 grudnia w godz. 10-16 w Muzeum Narodowym Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego w Szreniawie czekać będzie wiele świątecznych atrakcji.

Odwiedzający będą mogli zakupić między innymi ręcznie robione ozdoby świąteczne, wypieki, pierniki oraz naturalne wyroby mięsne. Dla najmłodszych przygotowaliśmy specjalne atrakcje, w tym świąteczne przedstawienie i warsztaty rękodzielnicze - zapowiadają organizatorzy.

Zaplanowano przedstawienie dla dzieci „Choinka i jej wigilijne kreacje” w wykonaniu Zespołu Mozaika, jasełka w wykonaniu zespołu Poligrodzianie i występ zespołu wokalnego Sing&Fun. Odbędzie się też regionalny konkurs kulinarny



FOT. ROBERT WOZNIAK

Bilety na wydarzenie w cenie 14 zł - ulgowa i 20 zł - normalna, dostępne są w kasie Muzeum lub online na stronie tobilet.pl.

„Na wigilijnym stole 2025”, wykład „Et Verbum caro factum est. Kilka myśli o adwencie i Świętach Bożego Narodzenia” i pokaz tworzenia „światów” (ozdób z opłatków). Jest taka możliwość odwiedzenia żywej szopki bożonarodzeniowej z rzeźbami naturalnej wielkości i zwierzętami.

Dzieci będą mogły wziąć udział w warsztatach malowania bombek, tworzenia gwiazdkowych stroików i wianków, lampionów bożonarodzeniowych, choinek zapachowych, zawieszek choinkowych ze sklejki i torebek oraz kartek świątecznych.

Odbędzie się też wspólne pieczenie pierników.

Bilety na jarmark w Szreniawie

Wydarzenie jest bileto- wane. Wejściówki w cenie 14 zł - ulgowa i 20 zł - normalna, dostępne są w kasie Muzeum lub online.

Wydarzenie zostało objęte patronatem medialnym redakcji „Głosu Wielkopolskiego”.

REDAKTORZY DYŻURNI

Widziałeś/łaś coś ciekawego? Chcesz tym się z nami podzielić? Zadzwoń do redaktora dyżurnego w wybranym mieście lub wyślij e-mail na wydawca@glos.com

Poznań: Maciej Szymkowiak – 61 860 60 82
Piła: Martin Nowak – 797 607 926
Kalisz: Mariusz Kurzajczyk – 502 499 351
Leszno: Anna Maćkowiak – 502 499 724

Pogoda w regionie

Poznań



Dzień
11°C

Noc
10°C

Barometr
1017 hPa
Wiatr
18 km/godz.
Biomet
korzystny

Kalisz



Dzień
4°C

Noc
0°C

Leszno



Dzień
12°C

Noc
9°C

Piła



Dzień
11°C

Noc
10°C

Do końca tygodnia będą towarzyszyły nam wiosenne temperatury

Międzynarodowy Festiwal Teatralny w P.T.T.

Maciej Szymkowiak
maciej.szymkowiak@polskapress.pl

To już siódmy raz, kiedy odbędzie się Międzynarodowy Festiwal „1 strona - 1 spojrzenie - 180 sekund”. Twórcy przyglądają się ruchowi z perspektywy trzech różnych dziedzin sztuki.

Polski Teatr Tańca organizuje go według zasady trzech dni, w których każdy dzień łączy taniec i ruch z innym rodzajem sztuki.

Pierwszy dzień poświęcony będzie związkowi literatury i ruchu, drugi - relacjom między ruchem a sztukami wizualnymi, a trzeci dzień skoncentruje się na szeroko rozumianym ruchu, zinterpretowanym przez medium filmowe.

Wydarzenia pod hasłem STRONA, pozwolą przyjrzeć się zaskakującym połączeniom ciała, ruchu, gestu oraz tekstu podczas literacko-choreograficz-

nego slamu. Zachęcając tym samym artystów do twórczej rywalizacji, a publiczność do licznego przybycia i oddania swoich głosów na wybranych uczestników. To pomoże wyłonić zwycięzcę, oceniając zarówno literacką wartość tekstu, jak i jego autorską interpretację.

W kolejnym dniu - 12 grudnia, pod hasłem SPOJRZENIE, twórcy zapraszają na zakończenie wystawy fotografii Andrzeja Grabowskiego, zorganizowanej przez Iwonę Pasińską „Historie naturalne”, która po raz pierwszy była prezentowana podczas Tygodnia Województwa Wielkopolskiego w Pawilonie Polskim na Światowej Wystawie EXPO 2025 w Osace.

W tym roku Polski Teatr Tańca gości Kaunas Dance Theater Aura, znany i nagradzany teatr tańca z Kowna, który jest pionierem tańca współczesnego na Litwie. W ciągu jednego wieczoru w PTT zaprezentowane zostaną



FOT. WALDEMAR WYŁEĞAŁSKI

„1 strona - 1 spojrzenie - 180 sekund” potrwa od 11 do 13 grudnia w siedzibie Polskiego Teatru Tańca przy Taczaka

dwa spektakle - „Preludias” w choreografii założycielki Aura Theater, Birutė Letukaitė oraz „Dausos” autorstwa Jacka Przybyłowicza, który jest dobrze znanym miłośnikom Polskiego Teatru Tańca. Jak co roku, 13 grudnia ogłoszeni zostaną zwy-

cięzcy IX Międzynarodowego Konkursu „1 strona - 1 spojrzenie - 180 sekund” w ramach finału festiwalu. W tym roku wpłynęło 282 prace. Część wydarzeń jest za darmo. Szczegółowy program na stronie www.ptt-poznan.pl/@

nasz REGION

www.gloswielkopolski.pl

KRÓTKO

POZNAŃ

Nowa linia minibusowa

Od 7 stycznia 2026 roku mieszkańcy Szczepankowa w Poznaniu zyskają nowe połączenie komunikacji miejskiej. Uruchomiona zostanie linia minibusowa nr 125. Nowa linia ma ułatwić codzienne funkcjonowanie uczniom, rodzicom i mieszkańcom Szczepankowa.

Jak zapowiada Mariusz Wiśniewski, zastępca prezy-

denta Poznania, rozkład jazdy zostanie dopasowany do planów lekcyjnych szkoły podstawowej.

- Jej głównym zadaniem będzie obsługa Szkoły Podstawowej nr 61, a rozkład zostanie dostosowany do planów lekcyjnych, tak aby ułatwić dojazd uczniom i mieszkańcom - podkreślił wiceprezydent.

POZNAŃ

Poznań Ice Festival już w weekend

Od piątku do niedzieli na poznańskim Starym Rynku odbędzie się 19. edycja Poznań Ice Festival. W wydarzeniu weźmie udział 24 rzeźbiarzy z 11 krajów, w tym z Polski, USA, Kanady i Niemiec. W piątek zaplanowano Konkurs Małej Rzeźby, w sobotę konkurencję Speed Ice Carving, a w niedzielę konkurs główny z udziałem 12 międzynarodowych zespołów. Powstałe lodowe rzeźby zostaną podświetlone i udośćniane publiczności, która będzie mogła także oddać głos w konkursie. JPG

POWIAT GRODZISKI

Notoryczne łamał zakaz prowadzenia pojazdów. Czeka go deportacja. 48-letni obywatel Ukrainy, mieszkający w powiecie grodziskim, przekonał się, że lekceważenie prawa ma swoje konsekwencje. Mężczyzna, mimo sądowego zakazu prowadzenia pojazdów, wciąż wsiadał za kierownicę. Po kolejnym zatrzymaniu trafił w trybie przyspieszonym przed sąd. Funkcjonariusze złożyli również wniosek o deportację cudzoziemca. AB



FOT. KPP GRODZISK

POWIAT LESZCZYŃSKI

Uratowali kobietę. Podczas patrolu we Włoszkowicach strażnicy graniczni zauważyli błysk i dym z komina domu. Ewakuowali zaskoczoną seniorkę i wezwali służby. Pożar ugaszono, nikt nie ucierpiał.

Tarnowo Podgórne: rozwój społeczny dzięki gospodarce

Szymon Paż
szymon.paz@polskapress.pl

W Rankingu Gmin Województwa Wielkopolskiego 2025 Tarnowo Podgórne pokonało 221 innych gmin. Pytamy, z czego wynika jego sukces.

Ranking, przygotowany przez Fundację Rozwoju Demokracji Lokalnej i Główny Urząd Statystyczny, to nie jedyne zestawienie, w którym Tarnowo Podgórne lideruje w Wielkopolsce.

- Rozwinięta przedsiębiorczość, w tym inwestycje zagraniczne, uruchomiła rozwój infrastruktury technicznej i społecznej, a to skłoniło ludzi do zamieszkania na terenie gminy. To miejsca pracy w największym stopniu przyciągają nowych mieszkańców - tłumaczy Tadeusz Czajka, od 2006 r. wójt Tarnowa Podgórne.

Ci skuszeni pracą mieszkańcy, jego zdaniem, wnoszą istotny wkład w dalszy rozwój gminy. Na terenie Tarnowa Podgórne działa ponad dwieście organizacji pozarządowych. -



FOT. ARCHIWUM GMINY TARNOWO PODGÓRNE

Tętnie to przykład inwestycji możliwych dzięki wpływom z podatków i przyciągających nowych mieszkańców

To bardzo duża siła. Staramy się więc wspierać rozwój obywatelski, bo jest kluczem do dobrze funkcjonującej wspólnoty. Nieustannie poszukujemy nowych rozwiązań. Budujemy dobry klimat dla przedsiębiorczości - mamy około 7000 podmiotów gospodarczych. W tym roku powołałem Radę Przedsiębiorców, by zasięgać ich opinii. Zależy mi

na tym, żeby się czuli współgospodarzem w naszej gminie, by czuli się jak u siebie.

Czajka zdaje sobie sprawę, że jednym z fundamentów rozwoju jest położenie gminy - przy dawnej trasie międzynarodowej wiodącej z Berlina do Poznania, blisko lotniska w Poznaniu i z dogodnym dojazdem do stolicy Wielkopolski.

- Drugim jest pewna odwaga pierwszych kadencji samorządu w podejmowaniu decyzji m.in. o przyjęciu kapitału zagranicznego. To gmina Tarnowo Podgórne otworzyła się na niego jako pierwsza. Ale to jest powiązane z wyjątkowo przedsiębiorczymi mieszkańcami. W tych 7000 firm 90 procent stanowią małe, rodzinne biznesy - mówi wójt.

Przed Tarnowem Podgórny i wszystkimi gminami Wielkopolski stoi nowe wyzwanie - demografia. W ciągu dwóch 25 lat ludność Wielkopolski może skurczyć się nawet o pół miliona.

- Ten problem dotknie także nas. Do tej pory niemal co roku otwieraliśmy nową szkołę, dziś analizujemy ile dzieci pójdzie do nich w kolejnych latach. Teraz mamy problem z pozyskaniem pracowników, ale to może się stopniowo zmieniać. Do tego dochodzi starzenie się społeczeństwa - musimy myśleć o tym, jak wyjść na przeciw potrzebom tych, którzy przekroczą wiek emerytalny - mówi Tadeusz Czajka.

Śmiertelny wypadek przy pracy. Mężczyzna wpadł do prasy

Natalia Nowotna
natalia.nowotna@polskapress.pl

60-letni pracownik zginął podczas obsługi prasy kanałowej w zakładzie przetwarzania makulatury w Gorszewicach. Sprawę śmiertelnego wypadku bada prokuratura.

Do dramatycznego zdarzenia doszło w ubiegły czwartek na terenie zakładu przetwarzającego odpady papierowe w Gorszewicach w powiecie szamotulskim.

- Około godziny 20 dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Szamotulach otrzymał Zgłoszenie dotyczące wypadku przy pracy do którego doszło na terenie jednej z firm w gminie Kaźmierz - informuje Sandra Chuda z szamotulskiej policji.

Do tragedii miało dojść w trakcie rutynowych czynności wykonywanych przez jednego z pracowników.

Jak wynika ze wstępnych ustaleń funkcjonariuszy, ofiarą zdarzenia jest 60-letni miesz-

kaniec gminy Obrzycko, zatrudniony przy obsłudze urządzeń służących do przerobu makulatury. Mężczyzna wykonywał prace związane z załadunkiem odpadów papierowych do prasy kanałowej - dużej, zautomatyzowanej maszyny wykorzystywanej do zgniatania i belowania makulatury.

- Do wypadku doszło, gdy mężczyzna wykonywał prace związane z załadunkiem makulatury do prasy kanałowej. W wyniku doznanych obrażeń

mężczyzna zmarł na miejscu - przekazuje policjantka.

Na miejsce natychmiast skierowano policjantów z Komendy Powiatowej Policji w Szamotulach. Z uwagi na charakter zdarzenia, czynności prowadzone były pod bezpośrednim nadzorem prokuratora.

Śledczy przeprowadzili szczegółowe oględziny hali produkcyjnej, zabezpieczyli maszynę oraz dokumentację techniczną dotyczącą jej eksploatacji i bezpieczeństwa.

Wykonano również dokumentację fotograficzną, a świadkowie obecni w zakładzie w chwili wypadku zostali przesłuchani. Zabezpieczono zapisy monitoringu, które mają pomóc w ustaleniu dokładnego przebiegu zdarzenia.

- Postępowanie prowadzone jest w kierunku wypadku przy pracy ze skutkiem śmiertelnym, z artykułu 220 kodeksu karnego i nieumyślnego spowodowania śmierci - informuje prok. Łukasz Wawrzyniak z Prokuratury Okręgowej w Poznaniu.

- Prokurator będzie badał, w oparciu o zeznania świadków i zabezpieczoną dokumentację, dlaczego doszło do tego wypadku i dlaczego śmierć poniósł ten pracownik.

Zgodnie z procedurami, o tragicznym incydencie poinformowano Państwową Inspekcję Pracy. Ich kontrola pozwoli ostrzeżono przepisów BHP, a także czy wprowadzone środki bezpieczeństwa były wystarczające, by zapobiec podobnym wypadkom.

AKCJA CHARYTATYWNA

0111434801



GNIEZNO RODZICE 5-LETNIEJ OLIIWII CZEKAJĄ NA WYROK ZA ZNECANIE SIĘ NAD DZIECKIEM

„Tata bił mnie rączką w oczko”

Justyna Piasecka-Gabryel
justyna.piasecka-gabryel@polskapress.pl

- To dziecko bało się we własnym domu. To jest istota tego czynu - zauważył prokurator. W przyszłym tygodniu rodzice 5-letniej Oliwii usłyszą wyrok za znęcanie się nad dzieckiem.

Proces dotyczący znęcania się nad pięcioletnią Oliwią z dobiega końca. Wczoraj przed Sądem Rejonowym w Gnieźnie ogłoszone zostały mowy końcowe, w których prokuratura wniosowała o wieloletnie kary więzienia dla oskarżonych rodziców dziecka - Roberta S. i Karoliny P.

Jak informuje moje-gniezno.pl, prokurator w swojej mowie końcowej najpierw przedstawił materiał dowodowy, który - jak podkreślił - jest spójny, kompletny i jednoznaczny. Wskazał m.in. na zeznania policjantów i ratowników medycznych, dokumentację lekarską oraz oględziny obrażeń dziecka. Kluczowym dowodem były jednak zezna-



Prokuratura domaga się dla ojczyzna dziecka 7 lat więzienia, dla matki - 6. Wyrok zostanie ogłoszony w przyszły piątek

nia samej pięcioletniej dziewczynki.

Prokurator przytoczył słowa Oliwii zapisane w aktach sprawy: „Tata bił mnie rączką w oczko. Bił dużo razy. Bił paskiem, trzonkiem od miotły. Wkładał papier do buzi. Lał zimną wodą prysznicem do nosa”.

Prokurator podkreślał, że dla zrozumienia istoty czynu należy spróbować wyobrazić sobie sytuację pięcioletniego dziecka bitego we własnym domu przez dorosłego opiekuna działającego - jak sam twierdził - w „amoku”. Mówił o zmuszaniu dziecka do wi-

pod ścianą, polewaniu zimną wodą, przemocy fizycznej i psychicznej oraz całkowitemu braku reakcji ze strony dorosłych po zadawanych obrażeniach.

W dalszej części wystąpienia prokurator odniósł się do linii obrony Roberta S., który swoje działania próbo-

wał przedstawiać jako metody wychowawcze.

- To, co oskarżony próbuje przedstawić jako wychowanie, można porównać jedynie do tortur - mówił prokurator. Zaznaczył również, że oskarżony miał możliwość skorzystania z pomocy instytucji i wsparcia, jednak - jak oceniła prokuratura - świadomie wybrał przemoc.

Odniesiono się także do roli Karoliny P., matki dziecka, która - według ustaleń śledztwa - miała wiedzę o stosowanej przemocy, lecz nie reagowała. W trakcie rozprawy przytoczono również słowa dziewczynki: „Nie chcę mieszkać z mamą”, które - jak zauważono - rzadko padają z ust dziecka w takiej sytuacji.

Prokurator wniósł o wymierzenie surowych kar: 7 lat pozbawienia wolności dla Roberta S. oraz 6 lat więzienia dla Karoliny P. Złożył także wniosek o 10-letni zakaz kontaktu i zbliżania się do Oliwii dla obojga oskarżonych.

- To dziecko bało się we własnym domu. To jest istota

tego czynu - podsumował prokurator.

Ogłoszenie wyroku w sprawie znęcania się nad pięcioletnią Oliwią z Gniezna zaplanowano na 19 grudnia.

Wieczorem, 21 stycznia, na gnieźnieński Szpitalny Oddział Ratunkowy przewieziono 5-latkę, która miała liczne ślady pobicia. Koszmar dziecka mógł trwać od dłuższego czasu.

Dramatyczne wydarzenia rozegrały się 21 stycznia tego roku w kamienicy na ulicy Lecha w Gnieźnie. Do jednego z mieszkań wezwano policję - 39-latek, ojczym 5-latki, sam wezwał policjantów po tym, jak skatował pasierbicę.

Oprócz córki z poprzedniego związku kobiety, para miała jeszcze rocznego syna i miesięczne bliźnięta. Tylko 5-latka nosiła widoczne ślady bicia. Jej matka z kolei miała przyznać się, że wiedziała o tym, że konkubent bije jej dziecko, ale nie zgłosiła tego nigdzie, bo bała się, że „i jej coś zrobi”.

Będzie więcej pociągów Poznań-Oborniki-Piła. Budują nowy most

Paweł Antuchowski (oprac.)
pawel.antuchowski@polskapress.pl

Trwa budowa drugiej nitki mostu kolejowego na Warcie w Obornikach. Linia kolejowa Poznań-Oborniki stanie się dwutorowa, co pozwoli na uruchamianie większej liczby pociągów.

Na budowie trwa obecnie montaż ważącego ponad 500 ton przęsła, na którym zostanie ułożony drugi tor kolejowy. Budowa jest pierwszym etapem rozbudowy linii kolejowej łączącej Piłę i Oborniki z Poznaniem o drugi tor. Łącznie w ramach warty blisko 100 mln zł prac dwutorowy odcinek linii kolejowej wydłuży się o ponad 3 kilometry.

- Dodatkowa nitka mostu to większe możliwości przejazd-

dów między Poznaniem a Piłą, czyli ważnej trasy w ruchu regionalnym i dalekobieżnym trasą - podkreśla Radosław Śledziński z PKP PLK. - Drugi tor powstanie między posterunkiem Oborniki Wielkopolskie Most a stacją Oborniki Wielkopolskie (ponad 2 km) oraz w Parkowie, gdzie budujemy mijankę (dodatkowy tor z rozjazdami na długości ponad 1,2 km) - przekazuje.

Prace te mają zlikwidować tak zwane wąskie gardła w miejscach najbardziej obciążonych ruchem. Możliwe będą przejazdy większej liczby pociągów. Wraz z nowymi odcinkami torów powstają nowe perony w Obornikach i Parkowie. Poza standardowym wyposażeniem nowoczesnych peronów na przystanku Oborniki Wielkopolskie Miasto powsta-

nie nowe przejście pod torami, wyposażone w windy.

Nowe perony i tory mają być gotowe w drugiej połowie 2026 roku. Rozbudowa jest prowadzona przy pomocy unijnego dofinansowania z Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO).

Realizowane obecnie prace obliczono na 10 proc. zwiększą liczbę dwutorowych odcinków na linii Poznań - Piła. Obecnie pociągi korzystają z dwóch torów między Poznaniem a Obornikami (około 26 kilometrów) oraz Dziembówkiem a Piłą (około 10 kilometrów). - Na bieżąco analizujemy możliwości kolejnych prac na trasie. Będziemy je mogli konkretyzować w kolejnych latach, gdy znane będą źródła finansowania w następnej perspektywie UE - dodaje Śledziński.

Sprzedawał mieszkania, których nie miał. Odpowie za wyludzenie

Justyna Piasecka-Gabryel
justyna.piasecka-gabryel@polskapress.pl

Ponad 6 mln zł - tyle miał wyludzić 29-latek z Leszna, oferując na sprzedaż nieruchomości, których w rzeczywistości nie posiadał. Do sądu trafił akt oskarżenia obejmujący 59 zarzutów.

Do Sądu Rejonowego w Lesznie skierowano akt oskarżenia przeciwko 29-letniemu mieszkańcowi miasta, któremu śledczy zarzucają wielomilionowe oszustwa związane z obrotem nieruchomościami.

Według ustaleń organów ścigania mężczyzna w ciągu ośmiu miesięcy, na przełomie ubiegłego i bieżącego roku, wyludził od kilkudziesięciu osób ponad 6 milionów złotych. Poszkodowani to za-

równo osoby prywatne, jak i klienci poszukujący pierwszego mieszkania, którzy często przekazywali oszczędności życia.

- Policjanci w trakcie postępowania przesłuchali blisko stu świadków, analizowali dane z kont bankowych oraz dane teleinformatyczne - informuje Monika Żymełka z leszczyńskiej policji.

Mężczyźnie postawiono 59 zarzutów, głównie dotyczących oszustw i wyludzeń pieniędzy.

- Oskarżony oferował na sprzedaż nieruchomości, których w rzeczywistości nie posiadał. Dysponował pojedynczymi mieszkaniami, które prezentował wielu klientom, spisywał na nie umowy i pobierał zaliczki. Mężczyzna oferował także po-

średnictwo w uzyskaniu kredytów na zakup mieszkań i kompleksową pomoc w zakupie nieruchomości, czego w rzeczywistości nie czynił - wskazała Żymełka.

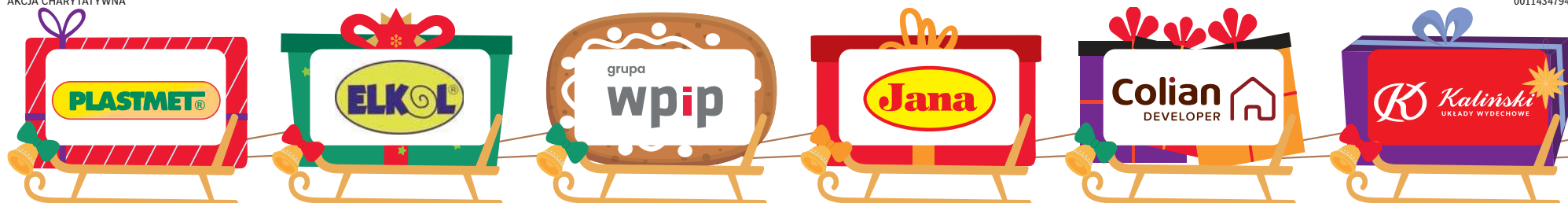
29-latek został zatrzymany w marcu tego roku na terenie województwa śląskiego.

- Zaraz po tym Sąd Rejonowy w Lesznie aresztował podejrzanego na okres trzech miesięcy. Od tamtej pory w trakcie toczącego się postępowania prokurator wnioskował o przedłużenie okresu tymczasowego aresztowania. Podejrzan do teraz przebywa za kratami - dodaje policjantka.

O dalszym losie oskarżonego zdecyduje teraz sąd. Za zarzucane czyny mężczyźnie grozi kara do 10 lat pozbawienia wolności.

AKCJA CHARYTATYWNA

0011434794



WIELKOPOLSKIE MIASTA, GMINY I POWIATY BĘDĄ MOGŁY SKŁADAĆ WNIOSKI O DOFINANSOWANIE

Pół miliona na wycieczki szkolne

Emilia Ratajczak
emilia.ratajczak@polskapress.pl

Urząd Marszałkowski rusza z nowym programem pilotażowym. Na ten cel urząd chce przeznaczyć pół miliona złotych.

Od stycznia 2026 roku Urząd Marszałkowski Województwa Wielkopolskiego startuje z pilotażem programu dofinansowania wycieczek szkolnych - „Wielkopolska z klasą”.

- Program skierowany jest do wielkopolskich jednostek samorządu terytorialnego - gmin, powiatów i miast, które zarządzają szkołami podstawowymi. Głównym celem programu jest realizacja jednodniowych wycieczek szkolnych w najciekawsze miejsca Wielkopolski - mówi Jacek Bogusławski, członek zarządu województwa wielkopolskiego. Samorząd województwa wielkopolskiego na pilotażowy program przeznaczy pół miliona złotych. Z programu może skorzystać 261 jednostek samorządu terytorialnego, w tym 1132 szkoły i ponad 320 tys. uczniów.



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Od stycznia przyszłego roku jednostki samorządu terytorialnego będą mogły składać wnioski o dofinansowanie wycieczek szkolnych

Celem programu ma być między innymi promocja Wielkopolski jako regionu turystycznego, ale także wykształcenie w młodych ludziach potrzeby zwiedzania najbliższej okolicy. - Turystą może być każdy, nie trzeba specjalnie jechać do Egiptu, żeby zobaczyć ciekawe rzeczy. Często „cudze chwalicie, swego nie

znacie”, dlatego wspieranie procesu edukacji tymi wycieczkami uważamy za dobre rozwiązanie. Sami wychodzimy z założenia, że podróże kształcą - mówi Krzysztof Piechocki, zastępca dyrektora Departamentu Sportu i Turystyki.

Organizowane wycieczki mają być także impulsem dla

lokalnej branży turystycznej. Włączenie lokalnych przedsiębiorców, tj. przewodników, właścicieli czy restauratorów w organizację wycieczek ma być konkretnym wsparciem gospodarczym. - Często słyszę, że nie mamy morza, nie mamy gór, ale mamy to, czego nie mają inne regiony - to tutaj po-

wstał rdzeń państwa polskiego i od tego można rozpocząć edukację najmłodszych - dodaje Piechocki.

Do wniosku do dofinansowania urząd dołączył listę rekomendowanych atrakcji turystycznych. Wyznaczonych jest prawie sto obiektów. Co to za miejsca? Instytucje kultury Samorządu Województwa Wielkopolskiego, czyli jednostki muzealne, Muzeum Narodowe w Poznaniu wraz z oddziałami, wielkopolskie parki krajobrazowe, obiekty wpisane na listę Pomników Historii, obiekty Szlaku Piastowskiego czy zwiedzanie wielkopolskich miast z przewodnikiem.

- Nie chcielibyśmy, aby te wycieczki odbywały się do parków zabaw, centrów rozrywki czy parków wodnych. Raczej skupiamy się na takiej turystyce przez duże „T” i takich obiektach, które niosą za sobą ten aspekt edukacyjny, kulturowy, historyczny, związany z Wielkopolską - mówi Piechocki. - Fajnie byłoby jakby program wycieczek powiązany byłby z aktualnym programem

edukacyjnym przerabianym przez nauczycieli.

Wycieczki na których finansowanie może ubiegać się samorząd, obejmują wyjazdy jednodniowe, na które mogą jeździć uczniowie klas I-III i IV-VII, dany samorząd, czyli gmina, powiat czy miasto może złożyć max. 2 wnioski o dofinansowanie wyjazdu. Uczestnicy to minimum 10 uczniów, a program wycieczki musi być dostosowany do wieku uczniów i uwzględniać przynajmniej 1 punkt z listy rekomendowanych atrakcji turystycznych.

Budżet programu wynosi 500 tys. złotych, a wysokość dotacji jednorazowo może wynieść 80 proc. kosztów całkowitych, nie więcej niż 10 tys. złotych. Wkład własny danej jednostki natomiast to około 20 proc. kosztów. Chodzi przede wszystkim o środki zapewnione przez jednostkę lub wpłaty rodziców uczniów.

Wnioski można składać od 2 do 23 stycznia. Organizacja wycieczek nastąpi natomiast w maju i czerwcu oraz wrześniu i październiku.

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJA OKULISTYKA 21, POZNAŃ

0911423479

Retinopatia Cukrzycowa: co każdy cukrzyk powinien wiedzieć?

Prof. dr hab. med. Andrzej Grzybowski
Katedra Okulistyki,
Uniwersytet
Warmińsko-Mazurski, Olsztyn
Kierownik Instytutu
Okulistycznych Badań
Naukowych, Fundacja
Okulistyka21, Poznań

Retinopatia cukrzycowa (RC) jest jednym z najpoważniejszych powikłań cukrzycy, stanowiąc główną przyczynę utraty wzroku u osób w wieku produkcyjnym. Choroba ta rozwija się w wyniku uszkodzenia naczyń krwionośnych siatkówki - kluczowej struktury oka odpowiedzialnej za odbiór bodźców wzrokowych. Artykuł omawia epidemiologię, czynniki ryzyka, objawy kliniczne oraz znaczenie profilaktyki i leczenia retinopatii cukrzycowej.

Epidemiologia i skala problemu

Na świecie na cukrzycę choruje około **463 miliony osób**, a liczba ta ma wzrosnąć do **700 milionów do 2045 roku**. Szacuje się, że **jedna trzecia** z nich ma objawy retinopatii cukrzycowej, a u około **93 milionów** choroba jest już rozwinięta. Spośród nich **28 milionów** osób doświadcza zaawansowanej postaci zagrażającej widzeniu. W Polsce na cukrzycę choruje około **3 miliony osób**, z czego większość stanowią pacjenci z cukrzycą typu 2. Retinopatia cukrzycowa dotyczy

60–80% chorych z cukrzycą typu 1 oraz 20–40% z cukrzycą typu 2. Dane te wskazują na znaczną skalę problemu zdrowotnego w kraju.

Czynniki ryzyka

Najważniejszym czynnikiem ryzyka jest **czas trwania cukrzycy** - im dłużej trwa choroba, tym większe ryzyko wystąpienia zmian w siatkówce. Istotne znaczenie ma również **kontrola glikemii** - utrzymywanie stabilnego poziomu glukozy we krwi ($HbA_{1c} < 7\%$) ogranicza uszkodzenie naczyń. Do innych kluczowych czynników należą **nadciśnienie tętnicze, dyslipidemia, palenie tytoniu oraz brak aktywności fizycznej**. Czynniki genetyczne mogą również wpływać na indywidualną podatność na rozwój RC, choć ich mechanizmy nie są w pełni poznane.

Objawy kliniczne

Retinopatia cukrzycowa rozwija się często bezobjawowo przez wiele lat, dlatego jej wczesne wykrycie wymaga regularnych badań okulistycznych. W miarę postępu choroby pojawiają się:

- **zamazane widzenie** i trudności w czytaniu,
- **mroczki i plamy w polu widzenia**,
- **zaburzenia rozpoznawania kolorów**,
- **utrata pola widzenia**,
- a w zaawansowanych przypadkach - **nagła utrata wzroku**.

Częstym powikłaniem jest **obrzęk plamki (makulopatia cukrzycowa)**, który znacząco pogarsza ostrość widzenia centralnego.

Postęp choroby

Retinopatia cukrzycowa przebiega przez kilka stadiów - od wczesnych mikroskopowych zmian po proliferację nowych, kruchych naczyń krwionośnych, co prowadzi do krwotoków, włóknienia i odwarstwienia siatkówki. W zaawansowanej fazie konieczne jest leczenie specjalistyczne.

Profilaktyka i leczenie

Kluczowe znaczenie mają:

- **utrzymywanie prawidłowego poziomu glukozy**,
- **kontrola ciśnienia tętniczego i lipidów**,
- **oraz coroczne badania okulistyczne**.

U pacjentów z cukrzycą typu 1 badania zaleca się rozpocząć po 5 latach od rozpoznania, a u chorych z typem 2 - już w momencie diagnozy. W leczeniu stosuje się **fotokoagulację laserową, iniekcje anty-VEGF** w przypadku obrzęku plamki oraz **witrekтомиę** w razie krwotoków do ciała szklistego. Metody te skutecznie hamują progresję choroby i poprawiają jakość życia pacjentów.

Znaczenie edukacji

Autor podkreśla, że **edukacja pacjentów** w zakresie samokon-

troli glikemii, zdrowego stylu życia i potrzeby regularnych badań jest niezbędna, aby skutecznie ograniczyć ryzyko utraty wzroku. Wiedza i współpraca pacjenta z zespołem medycznym są kluczowe dla długoterminowego sukcesu terapeutycznego.

Wnioski

Retinopatia cukrzycowa pozostaje poważnym problemem zdrowia publicznego. Wczesna diagnostyka, kompleksowa kontrola metaboliczna i edukacja pacjentów stanowią podstawę skutecznej profilaktyki. Nowoczesne terapie, wspierane przez rozwój technologii okulistycznych, umożliwiają coraz skuteczniejsze leczenie i poprawę jakości życia osób z cukrzycą.

Fundacja Okulistyka 21 prowadzi obecnie drugą edycję „Programu Profilaktyki retinopatii cukrzycowej w województwie wielkopolskim”, który jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków EFS+ oraz budżetu Państwa w ramach Programu Operacyjnego Fundusze Europejskie dla Wielkopolski na lata 2021-2027. W naszym projekcie założyliśmy współpracę z poradniami diabetologicznymi oraz poradniami POZ na terenie całej Wielkopolski. Wykorzystujemy też mobilny gabinet okulistyczny „Retinobus”, aby z programu

skorzystać mogła jak największa liczba pacjentów cierpiących na cukrzycę.

W ramach udziału w projekcie zapewniamy dostęp do bezinwazyjnego, szybkiego badania dna oka wykonywanego automatyczną fundus kamerą. Badanie nie wymaga rozszerzenia źrenicy, co umożliwia późniejsze normalne funkcjonowanie pacjenta. Następnie zdjęcie dna oka jest analizowane przez algorytm sztucznej inteligencji, który bardzo dokładnie rozpoznaje retinopatię cukrzycową. Stosowane algorytmy są zarejestrowane na terenie EU jako urządzenia medyczne oparte na sztucznej inteligencji. Projekt jest największym tego typu badaniem w Europie i pierwszym w Polsce. Grant UE zapewnia nam środki dla Poradni oraz osób wykonujących badania. Opis projektu oraz informacje dla pacjentów znajdują się na stronie: <https://retinopatiacukrzycowa.pl/>

Lista podmiotów uczestniczących w programie:

1. Lekarska Praktyka Prywatna Krystyna Pawlaczyk-Adamczak - osiedle Wieniawa 58, 64-100 Leszno
2. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Kępnie - ul. Szpitalna 7, 63-600 Kępno

3. Wojewódzki Szpital Zespolony w Koninie - ul. Szpitalna 45, 62-504 Konin
4. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ZDROWIE” - ul. Kopernika 19A, 62-240 Trzemeszno
5. GOMED - ul. Przy Dworcu 8A, 63-800 Gostyń
6. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Obornikach - ul. Szpitalna 2, 64-600 Oborniki
7. Przychodnia Podstawowej i Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej „ESKULAP” - ul. Dworcowa 4, 63-500 Ostrzeszów
8. Przychodnia Lekarska POZ - Ambulatorium Jędruszcak - ul. Wrzesińska 28, 62-200 Gniezno
9. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Krotoszynie - ul. Młyńska 2, 63-700 Krotoszyn
10. Szpital Miejski im. F. Raszei w Poznaniu - ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań
11. NOVAMED Czerniejewo - ul. Pałacowa 40, 62-250 Czerniejewo
12. Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Turku - ul. Poduchowne 1, 62-700 Turek
13. Wojewódzki Szpital Wielospecjalistyczny im. dr. Jana Jonstona w Lesznie - ul. Jana Kiepury 45, 64-100 Leszno

Fundusze Europejskie
dla WielkopolskiRzeczpospolita
PolskaDofinansowane przez
Unię EuropejskąSAMORZĄD
WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

PRZESTĘPCZOŚĆ

Przemyt papierosów w „karetce”

Ponad 105 tys. paczek papierosów bez polskich znaków akcyzowych przejęła straż graniczna w Reszlu (woj. warmińsko-mazurskie). By uniknąć podejrzeń i kontroli, papierosy przewożono dwoma autami wyglądającymi z zewnątrz jak... karetki pogotowia.

Tadeusz Gruchalla z zespołu prasowego Morskiego Oddziału Straży Granicznej powiedział PAP, że oba samochody do przewożenia nielegalnych papierosów były wymalowane jak karetki i miały

zamontowane tzw. koguty. - Ale w środku nie było sprzętów medycznych, tylko nielegalne papierosy - powiedział.

Gdyby papierosy trafiły na rynek, Skarb Państwa straciłby ponad 3 mln zł z tytułu opłat akcyzowych.

Straż graniczna uważa, że za paserstwo celne i akcyzowe odpowiadają zatrzymani w tej sprawie 50-letni mężczyzna i 47-letnia kobieta. Przedstawiono im już zarzuty, za które grozi do 3 lat więzienia. PAP

WARSZAWA

Rząd o kryptowalutach



Rząd ponownie przyjmie projekt ustawy o kryptowalutach, niezbędny do zapewnienia bezpieczeństwa zarówno inwestorom, jak i państwu polskiemu - zapowiedział we wtorek premier Donald Tusk przed posiedzeniem Rady Ministrów. Szef rządu zwrócił się do prezydenta Karola Nawrockiego o podpisanie ustawy.

INWESTYCJE

Wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski nadał rygor natychmiastowej wykonalności dla decyzji lokalizacyjnej CPK, co otwiera drogę do uzyskania pozwoleń na budowę oraz uruchomiony zostaje proces odszkodowawczy dla przejmowania brakujących działek. Według przyjętego harmonogramu budowa lotniska CPK na terenie gmin Baranów, Wiskitki i Teresin ma rozpocząć się w 2026 roku.

”

Teren, który jest objęty decyzją lokalizacyjną, znajduje się w gminach Teresin, Wiskitki i Baranów

Mariusz Frankowski, wojewoda mazowiecki

Zelenski gotowy do spotkania z Nawrockim. Szczegółów brak

Grzegorz Kuczyński
Warszawa

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski jest gotowy przyjechać na pierwsze spotkanie z prezydentem Karolem Nawrockim do Polski, gdy otrzyma odpowiednie zaproszenie.

W poniedziałek Zełenski, pytany przez dziennikarzy o perspektywę pierwszego spotkania z prezydentem Polski Karolem Nawrockim, odpowiedział, że „z przyjemnością się z nim spotka” i że podczas rozmowy telefonicznej podziękował mu za polską pomoc, zaprosił go do Ukrainy i zaproponował wybranie dogodnego terminu.

Zełenski poinformował, że zaprosił prezydenta Polski Karola Nawrockiego do złożenia wizyty w Ukrainie. Zapewnił też, że sam odwiedzi Polskę, gdy otrzyma zaproszenie od polskiej głowy państwa. Podkreślił, że jest to dla niego ważne i wyraził wdzięczność wobec Polski za pomocy w wsparcie.

- Niedawno usłyszałem w mediach, że mnie zaprosił. Cóż, prawdopodobnie, aby przyjechać, potrzebuję daty. I wtedy, jeśli prezydent - oficjalnie, nieoficjalnie, jak chce - zaprosi i zaproponuje datę, oczywiście przyjadę z oficjalną wizytą do Polski. To dla mnie ważne - powiedział Zełenski.

Po słowach przywódcy Ukrainy szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej Marcin Przydacz oznajmił, że trwają prace „w kontaktach dyplomatycznych, które są otwarte i aktywne”, nad datą spotkania obu prezydentów w Warszawie.

Do sprawy odniósł się też we wtorkowym wpisie na platformie X szef kancelarii prezydenta Zbigniew Bogucki.



Szef kancelarii prezydenta Zbigniew Bogucki przekazał, że Karol Nawrocki liczy na spotkanie z przywódcą Ukrainy

ki. „Prezydent RP wyraża nadzieję, że prezydent Zełenski odwiedzi go w Warszawie, aby omówić kwestie, które Polska ma do załatwienia z Ukrainą. Polska - jak podkreśla (prezydent - PAP) - ze swoich zobowiązań sojusznicych wywiązuje się w pełni” - napisał szef kancelarii prezydenta.

Stwierdził również, że Polsce należy się wdzięczność i szacunek ze strony Ukrainy za wielką pomoc, jaką państwo polskie i Polacy udzielili Ukraincom po rosyjskiej napaści.

„Pan prezydent Nawrocki mówi wprost: »domagam się konsekwentnie symetrii w relacjach między Polską a Ukrainą«. Jak podkreśla, jeśli przeanalizujemy setki tysięcy do-

nacji - od pomocy humanitarnej, przez sprzęt wojskowy i amunicję - widać ogromny wysiłek narodu polskiego, który pozostaje stałym, niezmiennym i strategicznym wsparciem dla Ukrainy” - wskazał Bogucki.

Dodał, że prezydent liczy na to, że „Zełenski uszanuje ten wysiłek Polaków, otworzy się na pewne sugestie państwa polskiego i wyrazi wdzięczność wobec polskich żołnierzy, polskich obywateli i państwa polskiego w zakresie strategicznego wsparcia Ukrainy”.

Bogucki przypomniał też stanowisko Karola Nawrockiego, że wsparcie Ukrainy pozostaje tym, co Polskę i Ukrainę łączy w sposób fundamentalny.

We wrześniu i październiku ze strony ukraińskiej pojawiły się sygnały, że strona ukraińska przygotowuje spotkanie prezydentów i może ono odbyć się w najbliższych tygodniach, jednak nic więcej się nie wydarzyło.

17 listopada w wywiadzie dla „Do Rzeczy” prezydent Nawrocki mówił, że zaprasza prezydenta Wołodymyra Zełenskiego do Polski. - Mam nadzieję, że będzie moim gościem w Warszawie. Zapraszam prezydenta Zełenskiego, aby spotkał się z Ukraińcami, którzy są w Polsce, podziękował Polakom i aby przywiózł dobre informacje w sprawie ekshumacji na Wołyniu, na które czekamy - dodał. PAP



Rząd Litwy wprowadził stan wyjątkowy w całym kraju

Adam Kiehar
Wilno

Litewski rząd ogłosił, że wprowadza stan wyjątkowy. Decyzja ta jest spowodowana wysyłaniem nad jej terytorium balonów przemysłowych z Białorusi, co „zagroza bezpieczeństwu narodowemu”.

Stan wyjątkowy na Litwie nazywany jest „stanem sytuacji ekstremalnej” i nie wiąże się z ograniczeniami praw obywatelskich mieszkańców kraju. Jak podają litewskie media, na czele operacji stanu wyjątkowego stanie minister spraw wewnętrznych Litwy Władysław Kondratowicz.

Szefowa rządu Inga Ruginiene podkreśliła w komunikacie, że wprowadzenie stanu wyjątkowego ma celu ułatwienie pracy grupy dochodzeniowej powołanej do zwalczania balonów. W jej skład wchodzi funkcjonariusze straży granicznej, policji, służby celnej oraz Służby ds. Dochodzeń Finansowych. Decyzja o stanie wyjątkowym pozwoli na uruchomienie pewnych mechanizmów i działań



Wprowadzenie stanu wyjątkowego na Litwie zapowiedziała w piątek (5 grudnia) premier tego kraju Inga Ruginiene. Nie wiadomo, jak długo będzie obowiązywać

łań właściwych dla takiej sytuacji prawnej.

„Wprowadzenie stanu wyjątkowego w kraju nie spowoduje niedogodności dla mieszkańców. Zastosowane środki będą skierowane wyłącznie w organizatorów i sprawców nielegalnych działań” - poinformowało MSW Litwy. Decyzja o wprowadzeniu stanu nadzwyczajnego jest spowodowana falą balonów

przemysłowych, które nadlatują nad litewskie terytorium z Białorusi.

Białoruskie balony przemysłowe

Według władz litewskich balony są wysyłane z Białorusi przez przemytników papierosów, a winę za to ponoszą białoruskie władze, które nie powstrzymują tego procederu.

Rząd Litwy uznaje te incydenty za ataki hybrydowe. Premier Inga Ruginiene powiedziała 4 grudnia, że takie działania Mińska mogą być uznane również za akty terroru. Według danych MSW Litwy w tym roku odnotowano około 600 przypadków naruszenia jej przestrzeni powietrznej przez balony przemysłowe z Białorusi i 197 przez drony. Z powodu balonów lotnisko w Wilnie było w październiku i listopadzie zamknięte kilkanaście razy. Do ostatniej takiej sytuacji doszło w minioną sobotę wieczorem. Minister spraw wewnętrznych Litwy Władysław Kondratowicz, któremu powierzono koordynowanie działań związanych ze stanem wyjątkowym, nie potrafił odpowiedzieć dziennikarzom na pytanie, na jak długo został on wprowadzony. - Nie przewidujemy dzisiaj daty wygaszenia stanu wyjątkowego, ale sądzę, że za miesiąc powrócimy do tej kwestii - powiedział minister po wczorajszym posiedzeniu rządu. - Będzie to zależało od wyników całej operacji - dodał. PAP

Papież Leon XIV przyjął w Castel Gandolfo prezydenta Ukrainy

Oprac. Karolina Wrońska
Watykan

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski spotkał się z papieżem Leonem XIV. Głównym tematem rozmowy była wojna na Ukrainie.

Rozmowa w Villa Barberini, w której zatrzymuje się papież podczas pobytu w Castel Gandolfo, trwała ponad pół godziny.

Po rozmowie Leon XIV i prezydent stanęli na balkonie rezydencji. Jak informuje Biuro Prasowe Stolicy Apostolskiej, spotkanie przebiegało w serdecznej atmosferze.

W wydanym komunikacie Watykan poinformował, że „podczas serdecznej rozmowy, której głównym tematem była wojna na Ukrainie, Ojciec Święty powtórzył konieczność kontynuowania dialogu i ponownie wyraził pilne życzenie, by trwające inicjatywy dyplomatyczne mogły doprowadzić do sprawiedliwego i trwałego pokoju”. Ponadto wśród tematów rozmów Watykan wymie-



Podczas spotkania rozmawiano o wojnie na Ukrainie i powrocie z porwania ukraińskich dzieci

nił kwestię jeńców wojennych i potrzebę powrotu ukraińskich dzieci do ich rodzin. To nawiązanie do kwestii dzieci wywiezionych do Rosji.

Było to trzecie spotkanie Leona XIV z prezydentem Ukrainy Wołodymyrem Zełenskim. Po raz pierwszy doszło do niego w maju podczas inauguracji pontyfikatu Leona XIV, po raz kolejny - w lipcu, kiedy papież przebywał na urlopie w Castel Gandolfo. PAP

Rewolucja na Atlantyku? Wielka Brytania wdraża program Atlantic Bastion

Grzegorz Kuczyński
Londyn

Przewaga, jaką miała Wielka Brytania na Atlantyku od zakończenia II wojny światowej, jest zagrożona - ocenił w poniedziałek gen. Gwyn Jenkins, szef sztabu Królewskiej Marynarki Wojennej.

Ministerstwo obrony, które w poniedziałek ujawniło elementy programu Atlantic Bastion, stwierdziło w oświadczeniu, że program ten jest „bezpośrednią odpowiedzią na ponowne nasilenie działalności rosyjskich okrętów podwodnych i nawodnych”.

W przemowie wygłoszonej podczas Międzynarodowej Konferencji Sił Morskich w Londynie Jenkins podkreślił znaczenie obrony morskiej, mówiąc, że



Niszczyciele stanowią trzon Royal Navy

„praktycznie cały nasz handel, dane (teleinformatyczne) i energia przepływają albo po morzu albo pod nim”. - To dosłownie nasza linia życia, zarówno dla nas jako narodu wyspiarskiego, jak i dla NATO - zaznaczył.

- Dla nas NATO przede wszystkim oznacza zaangażowanie

w odstraszenie nuklearne, które trwa już 57 lat i którego celem jest nie tylko ochrona 67 milionów ludzi na Wyspach, ale także miliarda ludzi w państwach sojuszu NATO. Oczywiście, NATO jest najważniejsze, ale nie tylko, dlatego mamy partnerów z całego świata - powiedział szef sztabu Royal Navy, weteran brytyjskich marines.

Podczas swojego pierwszego wystąpienia publicznego od objęcia swojej funkcji w maju, Jenkins zwrócił szczególną uwagę na wzrost sił militarnych Rosji. - Pomimo milionów ofiar i kosztów ich skandalicznej nielegalnej inwazji na Ukrainę, (Rosjanie) nadal inwestują miliardy w swój potencjał morski, a w szczególności we Flotę Północną - oznajmił. Generał przytoczył słowa brytyjskiego ministra obrony Johna Healeya, który zwrócił się

niedawno bezpośrednio do rosyjskiego przywódcy Władimira Putina, mówiąc: „Widzimy was i wiemy, co robicie”.

Rząd w Londynie twierdzi, że w ciągu ostatnich dwóch lat liczba rosyjskich statków zagrażających wodom terytorialnym Wielkiej Brytanii wzrosła o 30%.

Brytyjski rząd poinformował w poniedziałek, że rozpoczyna wdrażanie nowego programu militarnego, Atlantic Bastion. Łączy on działania jednostek bezzałogowych, okrętów podwodnych i samolotów za pomocą technologii opartej na sztucznej inteligencji w celu identyfikacji zagrożeń ze strony Rosji na Atlantyku. Jego wartość inwestycyjna wynosi 14 mln funtów. Brytyjskie ministerstwo obrony zapowiedziało, że nowa technologia ma zostać wprowadzona w 2026 r.

An-22 runął do wody. Cios dla armii Rosji

Grzegorz Kuczyński
Moskwa

W obwodzie iwanowskim, na północny wschód od Moskwy, rozbił się wojskowy samolot transportowy An-22, informuje agencja TASS, powołując się na źródło w służbach operacyjnych.

Na pokładzie samolotu znajdowało się siedem osób. Ich los jest nieznany. Wiele wskazuje jednak na to, że wszyscy zginęli.

Samolot rozbił się w okolicy zbiornika wodnego Uwodskij, a jego szczątki, według służb operacyjnych, zostały znalezione na wodzie. Według danych kanałów Telegramu „112” i Shot, samolot spadł w rejonie Furmanowskim, położonym na północ od zbiornika wodnego. An-22 to ciężki turbośmigłowy samolot

transportowy, pierwszy na świecie samolot szerokokadłubowy i największy na świecie w tej klasie. Jest przeznaczony do transportu broni, sprzętu wojskowego i żołnierzy na duże odległości.

Samolot został zaprojektowany w latach 60. XX wieku, a seryjna produkcja trwała od 1965 do 1975 roku.

W sumie w czasach sowieckich wyprodukowano 69 egzemplarzy An-22, w tym dwa do testów wytrzymałościowych. Samolot był eksploatowany w różnych okresach przez Siły Powietrzne ZSRR, Rosji i Ukrainy, a także przez komercyjne linie lotnicze Air Sofia Cargo i Sigi Air Cargo. Latem 2024 roku dowództwo Sił Powietrznych Federacji Rosyjskiej ogłosiło, że eksploatacja pozostałych jeszcze w służbie samolotów An-22 zostanie zakończona.

AKCJA CHARYTATYWNA

0211439955



W NUMERZE: Popularne i zdrowe!

Choć sama myśl o wejściu do lodowatej wody potrafi wywołać dreszcze, morsowanie może okazać się nie tylko wyjątkowym przeżyciem, ale także źródłem licznych ko-

rzyści zdrowotnych. Warto spróbować - zwłaszcza zimą, gdy warunki do tej aktywności są idealne. Sprawdź, czy morsowanie rzeczywiście jest zdrowe, jak bezpiecznie rozpocząć swoją przygodę oraz kto powinien z niego zrezygnować.

ZA TYDZIEŃ:

- Niedoceniana ryba, którą uwielbiają Polacy. Ma mało rtęci i więcej omega-3 niż orzechy włoskie
- Tak zamroziś pierogi na Wigilię oraz nadmiar świątecznego jedzenia



FOT. TIMOLINA/FREEPIK.COM

Tym osobom herbata może zaszkodzić. Kto powinien jej unikać?

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Herbata jest jednym z najzdrowszych napojów na świecie, a także najpopularniejszym zaraz po czystej wodzie. Nie każdy może jednak korzystać z jej cennych właściwości.

Regularne picie herbaty jest zalecane niemal każdemu, bo napój ten zmniejsza ryzyko rozwoju schorzeń przewlekłych, w tym chorób serca, cukrzycy, zapalenia stawów i nowotworów. Są jednak osoby, które herbaty pić nie powinny, a także muszą unikać określonych rodzajów lub bardzo ograniczać jej spożycie. Wynika to z obecności silnie działających bioaktywnych związków, które w pewnych sytuacjach mogą nie być korzystne.

Polifenole z herbaty są związkami antyoksydacyjnymi o działaniu przeciwzapalnym i ochronnym. Herbata zawiera stymulującą teinę, wyciszającą teaninę (herbata zielona) czy teofilinę o właściwościach rozkurczowych.

Picie herbaty bywa polecane po posiłku, np. śniadaniu, ale zwłaszcza po tym większym, czyli obiedzie. Często też służy do popijania posiłków. Tymczasem jest to nawyk bardzo niezalecany, bo ma niekorzystny wpływ na jakość diety. Związki zawarte we wszystkich rodzajach herbaty, a zwłaszcza w tej czarnej, wiążą niezbędne składniki mineralne, uniemożliwiając ich wchłanianie. Dotyczy to nie tylko żelaza, ale także innych ważnych pierwiastków, m.in. takich jak cynk, magnez czy w mniejszym stopniu wapń. Zmniejsza też przyswajalność kluczowych dla zdrowia aminokwasów zawartych w białkach. Herbatą nie należy więc popijać jedzenia, tylko zrobić sobie co najmniej 30 minut przerwy lub nawet więcej, jeśli posiłek był obfity.

Herbaty nie powinno się także pić na noc - nie tylko dlatego, że ma właściwości moczopędne. Choć ma delikatne działanie stymulujące, trwa ono znacznie dłużej niż w przypadku kawy.

Herbata jest zdrowa, gdy wypija się ją w ilościach 3-5 szklanek



FOT. LIGHTFIELDSTUDIOS/123RF

Picie herbaty jest zdrowe, ale nie dla każdego. Skutki uboczne bywają dotkliwe!

dziennie, niezależnie od rodzaju. Im jest mocniejsza, tym ilość powinna być mniejsza. Przy sięganiu po ten napój należy pamiętać, że nie jest jedynym źródłem kofeiny.

Kto nie powinien pić herbaty?

● Dzieci.

Ze względu na zawartość kofeiny herbaty nie należy podawać dzieciom poniżej 12. roku życia. Nastolatki w wieku 12-18 lat nie powinny przyjmować więcej niż 100 mg dziennie, co odpowiada porcji ok. 1 litra napoju.

● Chorzy na anemię.

Herbata przyjmowana podczas i po posiłkach zawiera taniny, które wiążą żelazo i ograniczają jego wchłanianie. Obserwowano, że może zmniejszać poziom magazynu tego pierwiastka, czyli ferrytyny, bez wpływu na inne formy we krwi,

które są rutynowo badane. Chorzy na anemię z niedoboru żelaza, również przyjmujący ten składnik, powinni maksymalnie ograniczyć spożycie herbaty. Dotyczy to także kobiet ciężarnych z niskim poziomem żelaza w organizmie.

● Osoby nadwrażliwe

Z picia herbaty powinny zrezygnować (albo ją ograniczyć) osoby, u których występują działania niepożądane, takie jak: nudności, ból brzucha, zawroty i ból głowy, biegunka. Nadwrażliwość na teinę, czyli herbacianą kofeinę, wywołuje także objawy takie, jak

Są osoby, które powinny zrezygnować z picia herbaty lub je ograniczyć ze względu na potencjalną szkodliwość i działania niepożądane

szybkie czy nieregularne tętno i zmiany nastroju, w tym nerwowość, dezorientację, roztrzęsienie czy gonić myśli, a także bezsenność.

● Osoby uczulone

Reakcja alergiczna na herbatę występuje rzadko, ale jest jak najbardziej możliwa. Możliwe objawy to m.in. wysypka i opuchlizna, zwłaszcza języka, gardła i twarzy, ciężkie zawroty głowy i/lub problemy z oddychaniem.

● Osoby z aktywnymi chorobami

Duże ilości herbaty nie są polecane przy ostrych chorobach wątroby i jej niewydolności. Nie wskazane może być także jednoczesne przyjmowanie leków, które obciążają ten narząd. To m.in. niektóre leki przeciwzapalne, przeciwdepresyjne czy statyny. Picie herbaty może być niezalecane przy chorobach serca, m.in. arytmii i po niedaw-

nym zawale, przy wrzodach żołądka i refluksie, gdyż może podrażniać błonę śluzową przewodu pokarmowego (zwłaszcza na czczo), a także przy leczeniu jaskry. W przypadku cukrzycy trzeba mieć świadomość, że duże ilości mogą prowadzić do obniżenia poziomu glukozy we krwi i wystąpienia niebezpiecznej hipoglikemii. W przypadku niskiego poziomu wapnia i osteoporozy nadmiar herbaty może utrudniać remineralizację kości.

● Osoby z zaburzeniami krzepliwości krwi

Herbata ma właściwości przeciwzakrzepowe. Sprzyja to m.in. zasinieniom ciała, a w niektórych przypadkach może doprowadzić do niebezpiecznego krwotoku.

● Osoby przyjmujące leki z teofiliną

Teofilina to substancja występująca naturalnie w herbacie,

stosowana leczniczo w stanach przebiegających ze zwężeniem dróg oddechowych. Działa rozkurczowo m.in. w chorobach takich, jak astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc czy stany zapalne oskrzeli z odczynem spastycznym. Spożywanie herbaty podczas leczenia może prowadzić do jej przedawkowania.

● Osoby przyjmujące inne leki

Związki aktywne z herbaty wchodzi w interakcje z wieloma lekami, w tym z niektórymi antybiotykami, środkami hormonalnymi, nasercowymi czy psychiatrycznymi. Nie należy pić jej w początkowym stadium terapii, gdy konieczne jest szybkie zwiększenie jej stężenia we krwi, co pozwala uzyskać efekty terapeutyczne.

Trzeba też zachować odstęp między ich przyjmowaniem a sięganiem po herbatę oraz ograniczyć jej ilość.

Popularne i zdrowe! Morsowanie niesie szereg korzyści zdrowotnych

Agata Siemiaszko
agata.siemiaszko@polskapress.pl

Choć sama myśl o wejściu do lodowatej wody potrafi wywołać dreszcze, morsowanie może okazać się nie tylko wyjątkowym przeżyciem, ale także źródłem licznych korzyści zdrowotnych.

Morsowanie stało się bardzo popularne i coraz więcej osób decyduje się na takie krótkie zimne kąpiele. Warto pamiętać, że do morsowania należy odpowiednio się przygotować. Zanim wejdzie się do lodowatej wody, organizm powinien stopniowo przyzwyczajać się do coraz niższej temperatury, by nie doznał szoku termicznego.

Zażywanie bardzo zimnych kąpieli w otwartych akwenach wodnych, nierzadko w wydrążonych w lodzie przeręblach, to zajęcie praktykowane w grupach, co pomaga przełamać opory i zwiększyć bezpieczeństwo morsowania. Osoby, które lubią właśnie w taki sposób spędzać wolny czas, potocznie nazywane są morsami.

Dlaczego warto morsować?

- Lepsza odporność organizmu. Regularne wchodzenie do zimnej wody hartuje organizm i zwiększa tolerancję na zimno, co bezpośrednio przekłada się na wzrost odporności. Podobny efekt można osiągnąć również stosując codzienne zimne prysznice o temperaturze ok. 10 stopni. W przypadku morsowania najlepsze efekty osiąga się przy regularnych cotygodniowych se-



Warto spróbować – zwłaszcza zimą, gdy warunki do tej aktywności są idealne

sjach. Warto pamiętać, że nie powinno się morsować częściej niż co 2 dni, ponieważ organizm potrzebuje regeneracji.

- Rzadsze infekcje i krótszy czas trwania choroby. Zwiększenie odporności i zahartowanie organizmu sprawiają, że morsy znacznie rzadziej chorują na różnego rodzaju infekcje wirusowe. Dodatkowo w przypadku choroby zaobserwowano, że jest ona znacznie łżejsza, a czas regeneracji krótszy średnio o 2 dni.

- Lepszy nastrój. Morsowanie wywołuje swojego rodzaju szok w organizmie, a także zwiększenie wydzielania adrenaliny, czyli hormonu nazywanego hormonem strachu, ucieczki lub walki. Adrenalina pobudza organizm do działania, dodaje energii i znacząco poprawia nastrój. Rozpoczynając morsowanie, warto zapisać się do tzw. Klubu Morsa, który zrzesza bardzo dużo osób. Wspólne morsowanie stanowi świetną rozrywkę, a obcowanie z innymi ludźmi dodatkowo może poprawiać nastrój.

- Poprawa kondycji skóry i redukcja cellulitu. Regularne morsowanie zostawia również pozytywny ślad na skórze. Podczas lodowatych kąpieli dochodzi do zwiększenia pracy serca i usprawnienia krążenia, a tym samym szybszej eliminacji toksyn z organizmu. Dodatkowo zaobserwowano, że regularne morsowanie znacząco redukuje widoczność cellulitu, potocznie nazywanego pomarańczową skórą.

- Szybsze odchudzanie. Morsowanie może również wspierać proces odchudzania. Dlaczego? Ponieważ lodowata woda oziębia temperaturę nie tylko tkanek, ale również krwi. Po wyjściu z wody organizm chce jak najszybciej wrócić do prawidłowej temperatury ciała, więc potrzebuje energii, która magazynowana jest m.in. w tkance tłuszczowej. Regularne morsowanie może zatem być jedną z form aktywności fizycznej, która korzystnie wpływa na wygląd sylwetki.

- Poprawa krążenia. Przebywanie w lodowatej wodzie powoduje rozszerzenie się naczyń krwionośnych, przyspieszenie akcji serca, a tym samym usprawnienie pracy układu krążenia. Regularne morsowanie zalecane jest osobom ze słabym krążeniem krwi, jednak nie w przypadku przebytego zawału serca lub udaru mózgu. Ten sport chętnie uprawiany jest przez osoby z objawami zimnych dłoni i stóp, ponieważ po takiej sesji poprawia się krążenie również w kończynach.

- Łagodzenie stanów zapalnych i bólu stawów. Morsowanie może wspierać również leczenie chorób zapalnych stawów. Zwiększony przepływ krwi przyspiesza eliminację toksyn prozapalnych, a także zwiększa transport składników odżywczych do komórek i tkanek, dzięki czemu dochodzi do ich lepszego odżywienia. Warto jednak wspomnieć, że w przypadku zapalenia stawów morsowanie należy rozpocząć

powoli od zimnych pryszniców, ponieważ nagły szok temperatury może tylko nasilić sztywność stawów.

- Morsowanie to okazja do spotkania ze znajomymi i wspólnego spędzenia czasu na świeżym powietrzu. A jak wiadomo, zarówno towarzystwo przyjaciół, jak i kontakt z naturą są niezbędne dla naszego zdrowia psychicznego.

Jak zacząć morsować?

Przed rozpoczęciem morsowania trzeba odpowiednio się do niego przygotować. Poniżej przedstawiamy kilka zaleceń, które mogą ułatwić przebywanie w lodowatej wodzie:

- Morsowanie warto rozpocząć jesienią, np. w październiku lub listopadzie, ponieważ w jesiennych miesiącach woda jest znacznie cieplejsza niż zimą.

- Kilka tygodni przed planowanym morsowaniem codziennie warto brać kilkuminutowe zimne prysznice o temperaturze 10 stopni Celsjusza.

- W okresie jesiennym chodzić boso po zimnej nawierzchni, np. brzegu plaży – należy dokładnie sprawdzić teren i usunąć ostre przedmioty, aby chodząc boso, nie skaleczyć się.

- Dzień przed morsowaniem należy zrezygnować z picia alkoholu, ze względu na właściwości rozrzedzające krew.

- Zawsze przed wejściem do zimnej wody należy zrobić kilkuminutową rozgrzewkę.



Jeśli masz wątpliwości, czy bezpiecznie przyjmujesz preparat, zawsze skonsultuj się z lekarzem

Lekarz radzi: z czym łączyć witaminę D, by działała?

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Niewłaściwe przyjmowanie suplementów diety może być również niebezpieczne, co niedobór witamin, które mają uzupełniać.

Dermatolog dr Jo Ward opublikowała na TikToku pilne ostrzeżenie dla wszystkich, którzy sięgają po suplementy witaminy D bez konsultacji z lekarzem. Choć jest to popularny i często zalecany środek, ekspertka stanowczo radzi, by nigdy nie przyjmować go samodzielnie. Według lekarki, branie samej witaminy D to zły pomysł, ponieważ może zaszkodzić twojemu sercu.

– Większość osób nie wie, że gdy bierze witaminę D, powinna ją połączyć z suplementacją witaminy K2. Jest ona niezbędna, żeby zapobiegać zwężeniu tętnic. Większość suplementów z witaminą D nie zawiera witaminy K2, a powinno – podkreśla dr Jo Ward.

Jak wyjaśnia dr Ward, witamina K2 działa jak strażnik. Zapewnia, że wapń trafia tam, gdzie powinien, czyli do kości, a nie odkłada się w naczyniach krwionośnych. Dlatego poszukuj suplementów, które zawierają obie te witaminy w jednym preparacie.

To prosta zasada, która może mieć ogromne znaczenie dla

twojego zdrowia. Zanim sięgniesz po witaminę D, sprawdź, czy w składzie znajduje się też jej kluczowy partner.

Dr Ward zaleca, aby przyjmować suplement z witaminą D3 i K2 w dawce 2000-4000 IU dziennie. Taka dawka powinna pokryć zapotrzebowanie na witaminę D u większości osób.

– Jeśli masz ciemniejszą skórę, wysokie BMI lub większość czasu spędzasz w pomieszczeniach, będziesz potrzebować wyższej dawki – podkreśla specjalistka.

Lekarka przypomina, że w Wielkiej Brytanii, podobnie jak w Polsce, suplementacja witaminy D jest zalecana od września do maja ze względu na niski indeks promieniowania UVB. Promieniowanie to jest bardzo ważne, ponieważ to właśnie pod jego wpływem w skórze wytwarzana jest witamina D.

– Receptory witaminy D znajdują się w każdej komórce naszego ciała. Układ immunologiczny potrzebuje witaminy D, żeby prawidłowo funkcjonować. Witamina D chroni nas także przed nowotworami, wpływa na działanie hormonów oraz zapewnia długowieczność – dodaje dermatolożka.

Wiedza na temat prawidłowej suplementacji jest kluczowa. Zanim zaczniesz przyjmować jakiegokolwiek preparat, sprawdź, czy robisz to w bezpieczny sposób.



Bierzesz witaminę D na własną rękę? Nie zapomnij o połączeniu jej z suplementem witaminy K2

Odra to wysoce zaraźliwa choroba. Szczepienie może zapobiec poważnym powikłaniom!



Najczęściej na odrę chorują małe dzieci. Najskuteczniejszą ochroną jest szczepionka przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR), która nie tylko chroni przed odrą, ale także przed tymi dwiema groźnymi chorobami wirusowymi

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Odra to wysoce zakaźna choroba wirusowa, która może dotknąć każdego, kto nie przeszedł jej wcześniej lub nie został zaszczepiony.

Odra należy do najbardziej zakaźnych chorób wieku dziecięcego. Główną przyczyną odrę jest wirus odrę (morbillivirus) z grupy paramyksowirusów. Do zakażenia dochodzi przede wszystkim drogą kropelkową, co sprawia, że choroba łatwo przenosi się w skupiskach ludzkich. Okres inkubacji trwa zwykle 10-12 dni.

Źródłem zakażenia odrą jest osoba chora, która wydała wirusa przez jamę nosowo-gardłową. Patogen przenika następnie do komórek układu oddechowego, krwi oraz układu fagocytarnego, skąd rozprzestrzenia się do kolejnych narządów.

U osób, które nie były szczepione i nie przeżyły choroby, ryzyko zarażenia po kontakcie z chorym wynosi nawet 90 proc.

Jakie są objawy odrę?

Odra to choroba wirusowa o kilkuetapowym przebiegu, z długim okresem inkubacji trwającym zwykle 10-12 dni.

Najczęstsze objawy odrę to: wysoka gorączka, często powyżej 39°C, nieżyt nosa (katar), łzawienie oczu, suchy, uporczywy kaszel, zapalenie spojówek ze światłowstrętą, małe, białe

plamki na języku i wewnętrznej stronie policzków (tzw. plamki Koplika), obrzęk powiek i nadmierna wrażliwość oczu na światło, apatia, brak apetytu, ogólne osłabienie organizmu.

Po kilku dniach od pojawienia się powyższych symptomów rozwija się najbardziej charakterystyczny objaw odrę - wysypka. Początkowo jest drobnoplamista i białoróżowa, z czasem staje się gruboplamista i ciemnoróżowa.

Wysypka najpierw pojawia się na twarzy, a następnie systematycznie rozprzestrzenia się w dół ciała. Ten charakterystyczny wzór, od głowy do stóp, jest istotnym wskaźnikiem diagnostycznym odrę i pozwala odróżnić ją od innych chorób egzantematycznych.

Odra u dzieci, dorosłych i kobiet w ciąży

Przebieg odrę w dużej mierze zależy od wieku pacjenta oraz jego ogólnego stanu zdrowia. Najczęściej z odrą spotykają się lekarze dziecięcy, ponieważ choroba najczęściej dotyka dzieci do 15. roku życia.

Niemowlęta są szczególnie narażone na ciężki przebieg choroby, który może prowadzić do poważnych powikłań, w tym trwałych uszkodzeń mózgu. Na szczęście dzieci do około 6. miesiąca życia korzystają z ochrony dzięki przeciwciałom przekazanym przez matkę, co zmniejsza ryzyko zachorowania w tym okresie.

Odra w ciąży stanowi poważne zagrożenie zarówno dla matki, jak i dla dziecka. Zakażenie wirusem odrę w tym okresie może skutkować przedwczesnym porodem, poronieniem, niską masą urodzeniową dziecka, a także zwiększonym ryzykiem zachorowania noworodka na odrę w pierwszych miesiącach życia.

WARTO WIEDZIEĆ

Powikłania po odrze

Do najczęstszych i najgroźniejszych powikłań po odrze należą: zaburzenia pracy układu pokarmowego, takie jak biegunki, wymioty czy zaparcia; zapalenie płuc, które może prowadzić do poważnych problemów oddechowych; zapalenie ucha środkowego mogące powodować trwałe uszkodzenie słuchu; zapalenie mózgu, w tym podostre stwardniające zapalenie mózgu (SSPE), które może pojawić się kilka lub nawet kilkanaście lat po przebiegu choroby; powikłania w ciąży, takie jak poronienie lub przedwczesny poród.; zapalenie rogówki, które w ciężkich przypadkach może skutkować utratą wzroku.

Dorośli zwykle przechodzą odrę w sposób podobny do dzieci, jednak im starszy pacjent, tym ciężiej mogą przebiegać objawy. U osób starszych, zwłaszcza z chorobami serca lub układu krążenia, odrą może prowadzić do poważnych komplikacji, a nawet stanowić zagrożenie życia.

Szczepienie na odrę

Szczepionki przeciw odrze wykonywane są od lat 70. XX w. Obecnie występują w postaci skojarzonej zawierają one żywe, osłabione wirusy trzech chorób: odrę, świnki i różyczki, tzw. szczepionka MMR. Skuteczność szczepienia po podaniu dwóch dawek szczepionki wynosi 98-99 proc., utrzymuje się do końca życia.

W przypadku małych dzieci pierwsza dawka podawana jest w 13.-15. miesiącu życia, dawkę uzupełniającą podaje się w 6. roku życia celem uzyskania długotrwałej odporności.

Osoba dorosła może zaszczepić się przeciwko odrze w kilku sytuacjach: dla dorosłych, którzy nie byli szczepieni w dzieciństwie, dla osób pracujących z dziećmi - w szkołach, przedszkolach, żłobkach czy przychodniach - bo dzieci łatwo zarażają się odrą, dlatych, którzy nieskończyli pełnego cyklu szczepień MMR; jeśli w dzieciństwie podano dwie dawki, zwykle nie trzeba kolejnej, dla podróżujących do krajów, gdzie odrą jest częsta.

Jak kontakt z psem zmienia seniorów? Uspokaja, przywraca uśmiech, zachęca do aktywności

Ingrid Hintz-Nowosad
redakcja@stronazdrowia.pl

Coraz więcej badań naukowych wskazuje, że zwierzęta domowe mogą odgrywać istotną rolę w promowaniu zdrowego i aktywnego życia.

W Polsce osoby 55+ stanowią już 20% opiekunów psów i kotów - to tyle samo, co osoby w wieku 25-34 lata oraz 45-54 lata. Seniorzy stają się zatem jedną z najszybciej rosnących grup opiekunów zwierząt domowych. Ten trend to nie tylko statystyka, to rzeczywista zmiana stylu życia i priorytetów, w których zwierzęta stają się ważnymi towarzyszami codzienności, źródłem motywacji do aktywności, a także katalizatorem więzi społecznych.

Najnowsze badania Mars Incorporated „Mars Global Pet Parent Study”, dotyczące opiekunów zwierząt domowych, prowadzone w ponad 20 krajach, pokazują, że osoby w wieku 55+ coraz częściej decydują się na adopcję czworonożnego przyjaciela. To trend, który zmienia oblicze świata pet parentów - dojrzałe osoby nie tylko czerpią radość z towarzystwa pupili, ale także traktują je jako ważne wsparcie w codziennym życiu.

Zwierzęta pomagają seniorom utrzymać aktywność, strukturę dnia i poczucie wspólnoty, a jednocześnie łagodzą skutki samotności i izolacji.

Coraz więcej badań potwierdza, że interakcje ze zwierzętami mogą przynosić seniorom wymierne korzyści psychiczne, fizyczne i społeczne. Ekspert z Instytutu Nauki o Zwierzętach Waltham wskazują na wyraźny potencjał zwierząt w redukcji samotności, wzmacnianiu poczucia wspólnoty, łagodzeniu stresu oraz wspieraniu rosnącego poziomu aktywności. Psy pomagają w organizacji codziennej rutyny, zachęcając do regularnych spacerów, dbania o karmienie i pielęgnację. Dla opiekunów w każdym wieku oznacza to więcej regularnego i zaplanowanego ru-

chu. Dzięki temu poprawia się wydolność tlenowa, równowaga i siła, co ma istotne znaczenie dla utrzymania sprawności i wysokiej jakości życia.

Zwierzęta działają jak „społeczny katalizator”: wyprowadzanie psa sprzyja spotkaniom z sąsiadami, rozmowom na ławce czy w parku, co buduje lokalne sieci wsparcia i przeciwdziała izolacji. Badania pokazują, że opiekunowie zwierząt częściej nawiązują nowe kontakty i rzadziej doświadczają poczucia osamotnienia. Globalne badanie przeprowadzone na ponad 30 000 opiekunów zwierząt domowych we współpracy z Mars i Calm pokazało, że aż 85% ankietowanych Polaków uważa, że ich czworonożny przyjaciel pozytywnie wpływa na ich samopoczucie psychiczne. Prawie połowa (49%) przyznaje, że ich pupile zapewniają im towarzystwo w stresujących chwilach, bez konieczności rozmowy. Z kolei co ósma osoba (18%) znajduje ukojenie w rozmowie ze zwierzęciem, dzięki temu, że on zapewnia im „bezpieczną przestrzeń” do wyrażania obaw i trosk, bez oceniania i oczekiwań.

Zwierzęta są coraz częściej włączane do programów terapeutycznych nastawionych na poprawę zdrowia psychicznego i fizycznego. W 2017 roku Mars Polska wspólnie z Fundacją Dr Clown zainicjował ogólnopolski program terapii wspomaganą przez obecność psa, połączonej z „terapią śmiechem” dla dzieci i młodzieży w szpitalach.

Od 2021 roku objął on także seniorów w Domach Pomocy Społecznej. W ciągu 8 lat, od 2017 roku do października 2025, ta wyjątkowa moc merdającego ogona wsparła ponad 39 000 osób, w tym 3 389 seniorów. Obecnie to największy program dogoterapii w Polsce koordynowany przy współpracy organizacji pozarządowej oraz biznesu. Od stycznia do października 2025 roku z zajęć z udziałem certyfikowanych dogoterapeutów i wyszkolonych psów skorzystało 8 777 osób.



Zwierzęta pomagają seniorom utrzymać aktywność, strukturę dnia i poczucie wspólnoty, a jednocześnie łagodzą skutki samotności i izolacji

Jestem takim typem osoby, która nie lubi robić niepotrzebnych konfliktów w mediach

Viki Gabor w podcaście Żurnalisty Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 190

Anna Lewandowska postawiła na czerwień

Celebrytka pochwaliła się na Instagramie udekorowanym drzewkiem w swym domu w Hiszpanii. W przystrojeniu choinki wzięli udział również jej mąż i córka. Podczas gdy piłkarz odpowiedzialny był za rozwieszenie lampek, mama i córka zajęły się bombkami. W tym roku drzewko u Lewandowskich utrzymane jest w czerwonych kolorach.



Prawdziwe kłamstwa Polsat, 20:00

Tajny agent (tak tajny, że nie wie o tym nawet rodzina) Tarker (Arnold Schwarzenegger) odkrywa, że jego żona (Jamie Lee Curtis) flirtuje ze sprzedawcą samochodów (Bill Paxton) podającym się za agenta. Usiłując odzyskać Helen, podstępem ściąga ją do hotelu. Spotkanie przerywają terroryści, którzy porwują małżonków.

Jak najdalej stąd

Kino Polska, 20:00
Ojciec Oli (Zofia Stafiej)ginie w wypadku na budowie. Teraz ona musi samotnie wyruszyć do Irlandii, żeby zająć się sprowadzeniem ciała do Polski i wyegzekwować pieniądze z ubezpieczenia. Ta podróż okaże się dla niej lekcją dojrzałości.

Samolot z forsą Polsat Film, 21:00

Zawodowy złodziej mający 40 milionów dolarów długu musi dokonać ostatniego skoku – okraść futurystyczne kasyno powietrzne pełne najbardziej niebezpiecznych przestępców na świecie.

Oficer i szpieg

TVP Historia, 21:10
Oparta na faktach historia Alfreda Dreyfusa, francuskiego oficera żydowskiego pochodzenia, niesłusznie skazanego za zdradę ojczyzny i zesłanego na wygnanie. Roman Polański przedstawia historię XIX-wiecznej afery, którą łatwo można odnieść do współczesności, zdominowanej przez fake newsy i lincze w mediach.

Ania Karwan mieszkała na dworcu

Podczas rozmowy z Żurnalistą piosenkarka wyznała, że za młodu była bezdomna. – Mieszkałam kilka miesięcy na Dworcu Centralnym. Miałam wydarzenie takie w życiu, które spowodowało, że za bardzo nie chciałam przyznać się w domu, co się stało, i nie chciałam sprawić kłopotu, a nie miałam dokąd pójść – powiedziała.

Agnieszka Kaczorowska wymieniała się doświadczeniami

Nie milkną echa udziału celebrytki w „Tańcu z gwiazdami”. W wywiadzie dla Wirtualnej Polski Kaczorowska mówiła o swoich relacjach z innymi uczestnikami show. – Na początku było super. Trenowaliśmy z trzema innymi parami w jednym studiu, gadaliśmy, wymienialiśmy się doświadczeniami, pokazywaliśmy sobie swoje choreografie. I potem zaczęło się tak pomalutku to wszystko zmieniać. Z czasem było trudniej – podsumowała.

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa

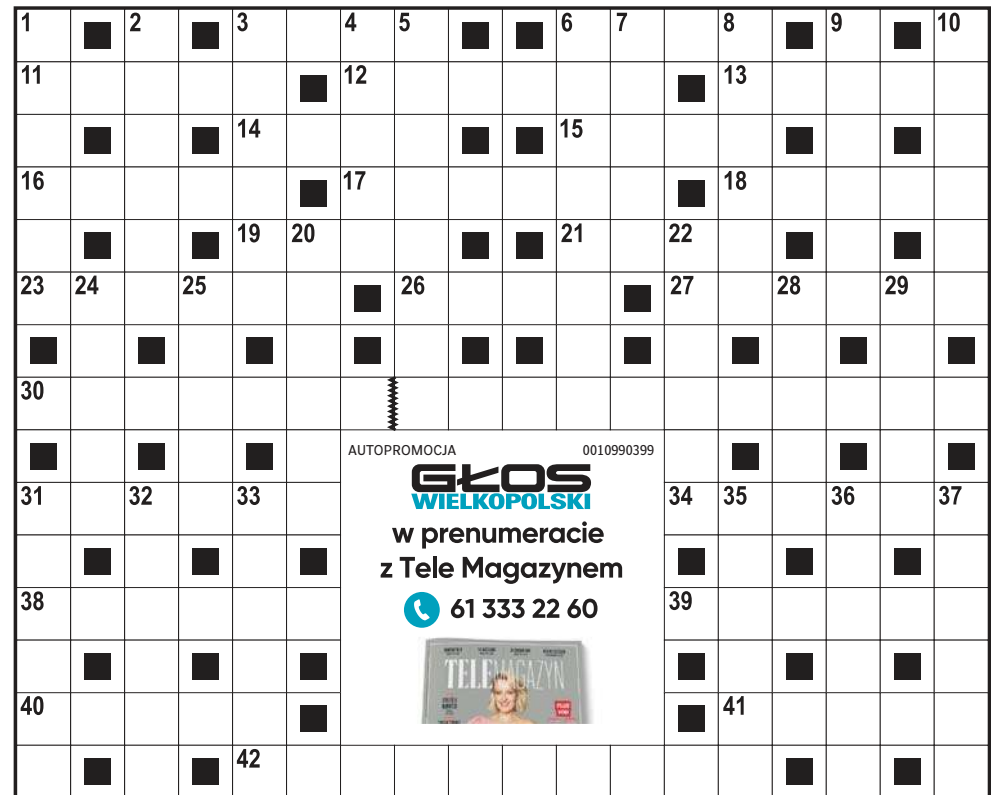


Poziomo:

- daszek nad paleniskiem,
- George, ukochana Fryderyka Chopina,
- lubi wędrować po świecie,
- Edward, aktor z filmu „Iluzjonista”,
- srebrzystobiały metal, miększy od sodu i potasu
- pospolity chwast polny,
- gruby, pleciony sznur,
- stolica regionu Piemont (Włochy),
- ozdoba męskiej koszuli,
- tylna część stopy,
- pojemnik na odpadki,
- plynie przez województwo małopolskie,
- „... Wallenrod”, powieść Adama Mickiewicza,
- afrykańska owca grzywiasta,
- w powiedzeniu czyni zło dzieja,
- usuwa resztki makijażu,
- włoski lub okupacyjny,
- domena bałaganiarza, nieporządek,
- predyspozycje w jakimś kierunku, uzdolnienie,
- instrument Johna Lennona,
- miasto nad rzeką Ochnią,
- rzecz niezwykła, cudo,
- wykrwa ciekł wodne, różdżkarz.

Pionowo:

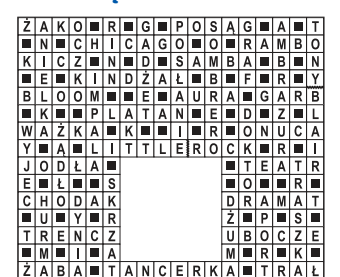
- cumuje przy nabrzeżu,
- święty Patryk dla Irlandii,
- na brzuszku piwosza,
- załącznik do umowy,
- sytuacja bez wyjścia, pułapka,



- 6) pomieszczenie do opalania się,
- 7) imię Lipnickiej, piosenkarki,
- 8) wiekowa, zużyta miotła,
- 9) metalowe koło na beczce,
- 10) cecha bohatera, męstwo,
- 20) manewr pięściarza na ringu,
- 22) amerykański taniec towarzyski,
- 24) potrawa jajeczna z farszem,
- 25) wyznaczona porcja żywności,

- 28) notowane na giełdzie,
- 29) władza po wojskowym zamachu stanu,
- 31) wystawiana w teatrze,
- 32) ruchoma zasłona w oknie,
- 33) starszy od kadeta,
- 35) epos Homera o wojnie trojańskiej,
- 36) mówienie nieprawdy, kłamanie,
- 37) rozmowa dwóch osób.

ROZWIĄZANIE NR 189



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzisiaj ruszysz śmiało na przód. Horoskop dzienny to wyraźna wskazówka, by jak najlepiej wykorzystać te sprzyjające impulsy losu.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój dnia pomoże Ci znaleźć właściwy rytm i uporządkować myśli. Horoskop na dziś zapowiada, że czeka Cię wyjątkowo udany dzień.
Baran (21.03 - 19.04)
Twoja ciekawość otworzy drzwi do nowych inspiracji i spotkań. Horoskop dzienny na środę wróży, że będą to ekscytujące doznania.

Byk (20.04 - 20.05)

Ciepło relacji doda Ci odwagi, by wyrazić swoje pragnienia jasno. Horoskop dzienny mówi, że Twoje relacje z otoczeniem będą bardzo dobre.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Pewność siebie rozświetli dzień, prowadząc Cię ku świeżym pomysłom. Horoskop na dziś mówi, że niektóre z Ci tego pozazdrosczą...
Rak (22.06 - 22.07)
Drobne sukcesy wzmocnią motywację i pozwolą skupić się na detalach. Horoskop dzienny na środę mówi, że dużo uda Ci się osiągnąć.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia wróci, gdy zaufasz intuicji i dasz sobie chwilę ciszy. Horoskop dzienny podpowiada, by nie zapominać o potrzebach innych osób.
Panna (23.08 - 22.09)
Intensywna energia dnia popchnie Cię ku śmiałym decyzjom. Horoskop na dziś zapowiada, że efekty Twoich poczynań będą imponujące.
Waga (23.09 - 22.10)
Optymizm poniesie Cię dalej niż dziś przypuszczasz. Horoskop dzienny na środę mówi, że Twój stan udzieli się innym osobom.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja pomoże Ci zakończyć sprawy, które długo czekały na realizację. Horoskop dzienny zapowiada, że ucieszy Cię Twoich bliskich.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Nowe idee zakiełkują w Tobie, zachęcając do twórczych zmian. Horoskop na dziś mówi, że pomysły szybko przejdą do fazy realizacji.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość wskaże Ci drogę do spokoju i głębszego zrozumienia. Horoskop dzienny na środę mówi, że Twoja postawa zjedna Ci ludzi.



Działając na podstawie przepisów ustawy z dnia 19 października 1991 roku o gospodarowaniu nieruchomościami rolnymi Skarbu Państwa /tekst jednolity z 22 czerwca 2015 r., Dz.U. poz. 1014 z późn. zm./, rozporządzenia Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 30 kwietnia 2012 r. „w sprawie szczegółowego trybu sprzedaży nieruchomości Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa i ich części składowych, warunków obniżenia ceny sprzedaży nieruchomości wpisanej do rejestru zabytków oraz stawek szacunkowych gruntów” /Dz.U. poz. 540/ oraz rozporządzenia Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 14 stycznia 2009 r. „w sprawie szczegółowego trybu przeprowadzania przetargów na dzierżawę nieruchomości Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa /tekst jednolity Dz.U. 2013 r., poz. 1142/ informuje, że ogłasza przetargi na sprzedaż i dzierżawę nieruchomości wchodzących w skład Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa oraz wykazy nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży lub dzierżawy.

Zgodnie z Ustawą z dnia 10.02.2017 r. Przepisy wprowadzające ustawę o Krajowym Ośrodku Wsparcia Rolnictwa (Dz.U. z dnia 23.03.2017 r.):

- art. 45 ust. 1 z dniem 31 sierpnia 2017 r. znosi się Agencję Nieruchomości Rolnych
- art. 45 ust. 2 z dniem 1 września 2017 r. tworzy się Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa
- art. 46 ust. 1 Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa z dniem 1 września 2017 r. z mocy prawa wstępuje w ogół praw i obowiązków znoszonej Agencji Nieruchomości Rolnych (...)

ZSI.POZ.WKUR.4240.5275.1.5275.2025.HJR

ODDZIAŁ TERENOWY W POZNANIU



ogłasza IV przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości nierolnej
położonej w obrębie Witkowo, gminie Witkowo, powiat gnieźnieński, woj. wielkopolskie, w dniu 12 stycznia 2026 roku o godz. 10:00.

Działając na podstawie przepisów ustawy z dnia 19 października 1991 r. o gospodarowaniu nieruchomościami rolnymi Skarbu Państwa (t.j. Dz.U. z 2025 r. poz. 826, zwana dalej „u.o.g.n.r.S.P”) oraz przepisów wykonawczych wydanych na jej podstawie, Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa Oddział Terenowy w Poznaniu ogłasza przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości wchodzącej w skład Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa, położonej na terenie gminy Witkowo, powiat gnieźnieński, woj. wielkopolskie, zgodnie z wykazem podanym do publicznej wiadomości w dniu 7 maja 2025 r.

Przedmiotem sprzedaży jest nieruchomość gruntowa zabudowana położona w powiecie gnieźnieńskim, gminie Witkowo, obrębie Witkowo, oznaczona jako działka gruntu nr ewid. 75/32 (arkusz mapy 1) o pow. 0,7038ha (w tym: Bi - 0,7038 ha) zapisana w księdze wieczystej nr KNIS/00020314/8 prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Słupcy.

W Dziale ISP Księgi Wieczystej nr KNIS/00020314/8 wpis o treści:
UPRAWNIENIE WYNIKAJĄCE Z PRAWA UJAWNIONEGO W DZIALE III INNEJ KSIĘGI WIECZYTEJ.
WZMIANKA O SŁUŻEBNOŚCI GRUNTOWEJ

W Dziale III Księgi Wieczystej nr KNIS/00020314/8 wpis o treści:
OGRAŃCZONE PRAWO RZECZOWE ZWIĄZANE Z INNĄ NIERUCHOMOŚCIĄ
BEZPŁATNA SŁUŻEBNOŚĆ GRUNTOWA PRAWA PRZEJAZDU I PRZECHODU PRZEZ DZIAŁKĘ NR 75/13 DO DZIAŁKI 75/12
OBJĘTEJ KW NR 27646 NA RZECZ KAŻDOCZESNEGO WŁAŚCICIELA DZIAŁKI NR 75/12

Działka gruntu ma kształt regularny, teren płaski. Działka gruntu zabudowana jest obiektami zaplecza wykorzystywanego wcześniej do celów warsztatowych oraz produkcyjnych. Na działce gruntu zlokalizowane są dwa obiekty o konstrukcji murowanej, mieszczące pomieszczenia warsztatowe wraz z pomieszczeniami pomocniczymi oraz jeden obiekt o konstrukcji stalowej – wiata magazynowa. Grunt wokół budynków utwardzony nawierzchnią bitumiczną. Na gruncie zasięg na opał oraz fragmenty ogrodzenia o różnej konstrukcji. W gruncie infrastruktura wodno-kanalizacyjna oraz drenaż odwadniający (infrastruktura podziemna). Infrastruktura techniczna obejmuje sieć energii elektrycznej, telekomunikacyjnej, ciepłowniczej, kanalizacyjnej oraz wodociągowej. Na działce gruntu brak szamba, zbiornik bezodpływowy jest zlokalizowany na gruncie działki sąsiedniej. Nad gruntem przebiega sieć energetyczna łącząca budynki gospodarcze, napowietrzna sieć energetyczna średniego napięcia.

Na działce gruntu nr ewid. 75/32 położonej w obrębie Witkowo znajdują się następujące budynki i budowle: warsztat naprawczy ciągników nr inwent. ST 101 24/BM, warsztat mechaniczny nr inwent. ST 101 25/BM, magazyn wiata nr inwent. ST 108 215/BM, instalacja wodno-kanalizacyjna nr inwent. ST 211 7/BM, drogi place nr inwent. ST 220 8/BM, drenaż odwadniający nr inwent. ST 226 23/0/BM, ogrodzenie nr inwent. ST 291 11/BM, składowisko na węgiel nr inwent. ST 291 12/BM. Stan techniczny budynków i budowli jest gorszy i wymagają remontów.

Nieruchomość przy budynkach jest utwardzona nawierzchnią bitumiczną, widoczne niewielkie odkształcenia i pęknięcia. W części frontowej brak utwardzenia nieruchomości. Nieruchomość w części ogrodzona płotem z siatki na słupach betonowych oraz niewielkimi fragmentami ogrodzenia z elementów prefabrykowanych. Nieruchomość odgródzona jest od nieruchomości sąsiednich ogrodzeniem z elementów panelowych na słupkach metalowych oraz siatki na słupkach metalowych. Od frontu nieruchomość nie jest ogrodzona.

Działka gruntu jest zadrzewiona, zakrzaczona i zachwaszczona, wymaga uporządkowania.

Działka gruntu nie posiada bezpośredniego dostępu do dróg publicznych. Dostęp i dojazd realizowany jest przez działkę gruntu nr ewid. 75/31 obciążoną służebnością dostępu na rzecz nieruchomości wycenianej.

Położenie działki gruntu nawet bezpośrednio przy drodze publicznej oraz faktyczny dostęp do drogi publicznej w terenie, nie jest jednoznaczny z możliwością zjazdu z danej działki na drogę publiczną. Możliwość ustalenia takiego zjazdu leży wyłącznie w gestii Zarządcy drogi, z którym należy ten fakt uzgodnić.

Dla działki gruntu nr ewid. 75/32 położonej w obrębie Witkowo brak miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. W obowiązującym Studium Uwarunkowań i Kierunków Zagospodarowania Przestrzennego przyjętym Uchwałą Rady Miejskiej w Witkowie nr XXXI/299/2014 z dnia 21.02.2014 r. z późniejszymi zmianami jako kierunek zagospodarowania przyjmuje się: teren wielofunkcyjnej zabudowy mieszkaniowej i skoncentrowanej działalności gospodarczej.

Nieruchomość jest objęta granicami uchwały Rady Miejskiej Witkowie nr LXV/471/2024 z dnia 26 marca 2024 r. o przystąpieniu do opracowania planu ogólnego Gminy Witkowo.

Powyższa działka gruntu nie jest objęta decyzją o warunkach zabudowy, ani decyzją o ustaleniu inwestycji celu publicznego.

Działka gruntu nr ewid. 75/32 położona w obrębie Witkowo gm. Witkowo nie jest objęta granicami uchwały o przystąpieniu do opracowywania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego oraz uchwały o przystąpieniu do zmiany Studium, a tym samym nie przewiduje się zmiany przeznaczenia przedmiotowej nieruchomości.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: 1244.000,00 zł brutto
Wadium: 248.800,00 zł
Minimalne postąpienie: 13.000,00 zł

Cena zawiera koszty przygotowania nieruchomości do sprzedaży. Cena podlega zapłacie nie później niż w dniu zawarcia umowy sprzedaży. Cena sprzedaży została obniżona o 10% w stosunku do I przetargu.

TERMIN, MIEJSCE I WARUNKI PRZEPROWADZENIA PRZETARGU

Przetarg odbędzie się w dniu 12 stycznia 2026 roku o godz. 10:00 w siedzibie Oddziału Terenowego Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa w Poznaniu, ul. Fredry 12 (sala przetargowa – wejście od ul. Fredry).

WARUNKI UCZESTNICTWA W PRZETARGU

1. W przetargu mogą brać udział osoby fizyczne i prawne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej, które:

1) do dnia 7 stycznia 2026 r. do godz. 14:30 (liczy się data wpływu) dostarczą do siedziby KOWR:

a) oświadczenie, o którym mowa w pkt 3 w części – „Warunki uczestnictwa w przetargu”, którego wzór stanowi załącznik nr 1 do niniejszego ogłoszenia (odpowiednio: A – osoba fizyczna, B – osoba prawna/jednostka organizacyjna nieposiadająca osobowości prawnej);

b) stosowne pełnomocnictwa, w przypadku uczestnictwa w przetargu pełnomocnika uczestnika przetargu;

c) Osoby prawne zamierzające wziąć udział w przetargu powinny wraz z dokumentami wymienionymi w pkt a) - c) dostarczyć do KOWR aktualny wypis z właściwego rejestru, (wypis nie starszy niż 3 miesiące) w celu umożliwienia komisji przetargowej ustalenia organu osoby prawnej działającego w jej imieniu, ewentualnego pełnomocnika do działania w imieniu osoby prawnej, oraz inne dokumenty statutowe umożliwiające ustalenie struktury kapitałowej firmy, a także stosowny dokument (np. uchwałę Walnego Zgromadzenia) upoważniający Zarząd do zaciągania zobowiązania wobec KOWR (nabycia nieruchomości) wraz z umocowaniem osób, które będą reprezentantami na przetargu;

d) Jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej zamierzające wziąć udział w przetargu powinny wraz z dokumentami wymienionymi w pkt a) - c) dostarczyć do KOWR odpowiednie właściwe dla danej jednostki dokumenty rejestrowe, dokumenty pełnomocników lub właścicieli ją tworzących oraz stosowny dokument upoważniający do zaciągania zobowiązania wobec KOWR (nabycia nieruchomości);

Dokumenty te należy złożyć w zamkniętej kopercie z napisem „Dokumenty na przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości, przetarg nr ZSI.POZ.WKUR.4240.5275.1.5275.2025.HJR

działka numer o powierzchni ha, obręb gm.”.

2) dokonają wpłaty wadium w podanej wyżej wysokości na konto Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa Oddział Terenowy w Poznaniu w BGK nr 63 1130 1088 0001 3116 7390 0001 najpóźniej w dniu 7 stycznia 2026 r. (liczy się data wpływu środków na konto KOWR). Brak wpłaty wadium w terminie będzie prowadził do uznania przez organizatora przetargu, że warunek wpłaty wadium nie został spełniony. W tytule przelewu należy podać: „wadium w przetargu na sprzedaż – działka/i numer obręb gm.”. W przypadku, gdy wpłata wadium dokonywana jest z konta nie należącego do uczestnika przetargu, w pozycji przelewu „tytułem” należy podać „Imię i nazwisko oraz adres uczestnika przetargu - wadium w przetargu na sprzedaż – działka/i numer obręb gm.”.

3) stawiać się na publiczny przetarg ustny (licytację) osobiście w terminie i miejscu wskazanym przez organizatora.

4) spełnić pozostałe warunki podane w treści niniejszego ogłoszenia.

Osoby fizyczne i inne podmioty wraz z dokumentami wymienionymi powyżej w pkt 1 ust. 1) i w wyznaczonym wyżej terminie powinny złożyć również oświadczenia dotyczące sankcji unijnych uzupełnionych przez sankcje krajowe (o których mowa w pkt 1) a) części pozostałe warunki przetargu) stanowiące załączniki numer 3 i 4 do niniejszego ogłoszenia.

Ogłoszenie w pełnej treści będzie wywieszone na tablicach ogłoszeń w siedzibach: KOWR OT w Poznaniu, właściwego miejscowo urzędu gminy, we właściwym miejscowo sołectwie, właściwej miejscowo izbie rolniczej oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej KOWR www.gov.pl/web/kowr. w dniach od 10 grudnia 2025 r. do 12 stycznia 2026 r.

Szczegółowe informacje dotyczące nieruchomości oraz warunków sprzedaży (w tym postanowień projektu umowy sprzedaży, które nie podlegają ustaleniu w trybie przetargu), można uzyskać od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 14.00, w siedzibie Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa Oddział Terenowy w Poznaniu, ul. Fredry 12, 61-701 Poznań, tel. 61 85 60 717.

www.kowr.gov.pl

REKLAMA

0010703171

POGOTOWIE

Wypadki

999, 112

WAŻNE TELEFONY

Policja

997

Straż Pożarna

998

Straż Miejska

986

Pogotowie Energetyczne

991

Pogotowie Gazowe

992

Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne

994

Pogotowie Ciepłownicze

993

UM Poznań

Informacje ważne dla mieszkańców miasta

tel. 61 834 61 26

Gospodarka Odpadami Aglomeracji Poznańskiej

tel. 61 624 22 22

MPK Poznań,

ul. Głogowska 131, 60-224 Poznań,

tel. 19 445

Informacja PKP

tel. 19 757

Informacja – Dworzec Główny Poznań

tel. 61 63 31 659

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich,

aleja Solidarności 77, 00-090 Warszawa,

tel. 22 551 77 00

Bezpłatna Infolinia Obywatelska

800 676 676

Federacja Konsumentów Klub Poznański,

ul. 27 Grudnia 17/19, 61-737 Poznań,

tel. 61 851 61 52

Powiatowy Rzecznik Konsumentów

Marek Radwański,

ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań,

tel. 61 841 88 30

Miejski Rzecznik Konsumentów (dla Poznania) dr Marek Janczyk,

ul. Libelta 16/20, Poznań,

tel. 61 878 58 70

ZUS Centrum Obsługi Telefonicznej

tel. 22 560 16 00

Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

(czynny 24 godziny)

tel. 61 814 17 17

Zgłoszenia przemocy w rodzinie: niebieska.skrzynka@poznan.policja.gov.pl

Katolicki Telefon Zaufania, Poznań

tel. 61 865 10 00

Telefon zaufania dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin

(czynny 24 godziny)

tel. 61 843 01 01

Anonimowi Alkoholicy

(czynny w godz. 18-22)

tel. 61 853 16 16

MONAR Poznań

tel. 61 868 72 27

(czynny pon.-pt. w godzinach 9-15)

Infolinia WOW NFZ Poznań

800 190 590

(czynna pon.-pt. w godzinach 8-16)

Krajowa Informacja Skarbowa

801 055 055

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Poznaniu,

al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,

tel. 61 852 09 77

Polubowny sąd konsumencki w Poznaniu,

al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,

tel. 61 852 35 07

Wojewódzki Inspektorat Farmaceutyczny,

ul. Szwajcarska 5, 61-285 Poznań,

tel. 61 875 95 75

Wojewódzki Inspektorat Weterynarii,

ul. Grunwaldzka 250, 60-166 Poznań,

tel. 61 868 93 47

Całodobowa infolinia w sprawach kwarantanny i zdrowia - Sanepid

tel. 222 500 115

AUTOREKLAMA

nasze

komunikaty.pl

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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



ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011447646

OGŁOSZENIE

WÓJT GMINY KWILCZ

ogłasza I przetarg ustny ograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej, położonej w obrębie Kwilcz, gmina Kwilcz.

Oznaczenie nieruchomości	Powierzchnia w m²	Cena wywoławcza /BRUTTO/	Opis nieruchomości i przeznaczenie w planie zagospodarowania przestrzennego	Wysokość wadium
dz. nr 107/22 (KW PO2A/00045187/7)	244	18.521,00 zł	- działka zabudowana budynkiem gospodarczym jednokondygnacyjnym o powierzchni użytkowej 31 m², - w ewidencji gruntów i budynków oznaczona jako B; - W obecnie obowiązującym studium kierunków i uwarunkowań zagospodarowania przestrzennego Gminy Kwilcz działka posiada przeznaczenie jako teren z wiodącą funkcją mieszkaniową, - działka zbywana jest w drodze przetargu ograniczonego z przeznaczeniem na poszerzenie działki sąsiedniej, - nieruchomość nie jest objęta planem rewitalizacji, obszarem zdegradowanym, jak również Specjalną Strefą Rewitalizacji.	2.000,00 zł

Cena nieruchomości osiągnięta w przetargu płatna jest w całości przed podpisaniem umowy w formie aktu notarialnego. Nieruchomość nie jest przedmiotem obciążeń i zobowiązań.

Przetarg jest ograniczony do osób legitymujących się tytułem prawnym do nieruchomości przyległych do przedmiotu sprzedaży, którzy do dnia 9 stycznia 2026 r. wpłacą wadium w wysokości w powyższej tabeli, na konto Urzędu Gminy w Kwilczu numer 47 9082 0005 4200 0114 2000 0020 oraz we wskazanym terminie tj. 9 stycznia 2026 r. do godz. 15⁰⁰ w punkcie kancelaryjnym Urzędu Gminy w Kwilczu, w zamkniętej kopercie z napisem „Przetarg ustny ograniczony – dz. nr 107/22”, złożą dowody potwierdzające spełnianie warunków przetargu, tj.:

- Pisemne zgłoszenie uczestnictwa w ustnym przetargu ograniczonym - *formularz wniosku* dostępny na stronie www.kwilcz.pl jako załącznik do niniejszego ogłoszenia oraz w pok. nr 24 Urzędu Gminy w Kwilczu.
- Kserokopia dowodu osobistego.
- Kserokopia wniesienia wadium.
- Potwierdzone notarialnie pełnomocnictwa do wzięcia udziału w przetargu (oryginał lub kopia potwierdzona za zgodność z oryginałem) w przypadku osób reprezentujących uczestników przetargu.
- Pisemna zgoda współmałżonka wraz z urzędowo poświadczonym podpisem (oryginał lub kopia potwierdzona za zgodność z oryginałem) w przypadku przystąpienia do przetargu przez jednego ze współmałżonków.

.....

Komisja Przetargowa dokona oceny spełniania przez oferentów warunków udziału w przetargu – lista osób zakwalifikowanych do uczestnictwa w przetargu zostanie wywieszona na tablicy ogłoszeń w UG w Kwilczu nie później niż dzień przed wyznaczonym terminem przetargu. Przetarg może się odbyć, chociażby zakwalifikowano do przetargu tylko jednego oferenta spełniającego warunki określone w ogłoszeniu.

Przetarg odbędzie się w dniu 14 stycznia 2026 roku o godz. 10:00;

w sali nr 12 Urzędu Gminy w Kwilczu, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 23.

Wniesione wadium:

- * zostanie zaliczone na poczet ceny sprzedaży osobie, która przetarg wygra,
- * ulegnie przypadkowi, w razie uchylenia się uczestnika, który przetarg wygrał, od zawarcia umowy notarialnej,
- * zostanie zwrócone osobom, które nie wygrają przetargu, w ciągu 3 dni od dnia odwołania lub zamknięcia przetargu, bez oprocentowania.

O wysokości postąpienia decydują uczestnicy przetargu, z tym że postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątek złotych.

Przetarg będzie ważny bez względu na liczbę uczestników, jeżeli chociaż jeden uczestnik zaoferuje co najmniej jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej.

Do nabycia nieruchomości przez oferenta zagranicznego mają zastosowanie odpowiednie przepisy o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców.

Przed przystąpieniem do przetargu należy zapoznać się z dokumentacją dotyczącą nieruchomości objętych przetargiem.

Dodatkowych informacji udziela Gospodarka Nieruchomościami Urzędu Gminy w Kwilczu, pok. Nr 24, tel. 61 3068 227

Wójt Gminy Kwilcz zastrzega sobie prawo odwołania przetargu z ważnych powodów, podając jednocześnie przyczynę odwołania przetargu w informacji przekazanej do publicznej wiadomości w sposób zgodny z obowiązującymi przepisami.

Wójt Gminy Kwilcz

Stanisław Mannek

REKLAMA

0011448232

DROBNE

Biuro Ogłoszeń:
ul. Grunwaldzka 19, 60-782 Poznań
tel. 61 869 41 43, 502 499 742,
e-mail: drobne@glos.com
pon.-pt. w godz. 8.00-16.00, sob. nieczynne

Nieruchomości

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

POKÓJ

DO wynajęcia kawalerka, 502381481.

DZIAŁKI, GRUNTY KUPIĘ

GRUNTY ROLNE

KUPIĘ działkę rolną (min. klasa IV), o wymiarach co najmniej 100 x 250 m, z przeznaczeniem pod budynki inwentarskie. Preferencje- min. 500 m od zabudowań mieszkalnych, - dojazd do działki, - blisko linii średniego napięcia - brak MPZP mile widziany Lokalizacja: woj. łódzkie, wielkopolskie - do 50 km od Łodzi, Kalisza lub Sieradza. Kontakt: +48 538 818 540, +48 662 114 422

Zdrowie

ZABIEGI

MASAŻ wszystko!! Tel. 781-661-758.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINA lakier układ 509395990

Cyklinowanie bezpył. 602582486

Dachy 781-098-740

DEKARZ. 501-473-242, 61/872-18-89

MONTAŻOWE

ROLETY zewnętrzne, materiałowe, moskitiery. serwisy 605 091 545

PORZĄDKOWE

MYCIE okien 602-511-358

OBWIESZCZENIE

WOJEWODY WIELKOPOLSKIEGO

z dnia 8 grudnia 2025 r.

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311), zwanej dalej: specustawą, w związku z art. 72 ust. 6 i 6a ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2024 r. poz. 1112 ze zm.),

zawiadamiam,

że 1 grudnia 2025 r. została wydana decyzja nr 30/2025 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla zadania pn. „Rozbudowa drogi wojewódzkiej nr 444 Krotoszyn-Odolanów-Ostrzeszów na odcinku od drogi krajowej nr 25 do Szklarki Myślniewskiej”, część II - odcinek od ok. km 0+480 do km 4+445, której nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

Z treścią decyzji oraz dokumentacją sprawy można zapoznać się w siedzibie Wielkopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Poznaniu, Wydział Infrastruktury, al. Niepodległości 16/18, bud. C, pok. 305 (tel. 61 854 14 67, e-mail: mpasik@poznan.uw.gov.pl lub [kwasik@poznan.uw.gov.pl](mailto: kwasik@poznan.uw.gov.pl)), w godzinach obsługi klientów (poniedziałek, środa, piątek od 8:30 do 15:00, wtorek, czwartek od 12:00 do 15:00). Treść decyzji udostępniona została także w BIP WUW w Poznaniu pod adresem: www.poznan.uw.gov.pl w zakładce Ogłoszenia / Obwieszczenia od **9 grudnia 2025 r.** Po upływie 14 dni od dnia zamieszczenia obwieszczenia zostanie ono automatycznie przeniesione do zakładki Ogłoszenia / Obwieszczenia / Archiwum obwieszczeń / 2025.

Od decyzji służy odwołanie do Ministra Finansów i Gospodarki za pośrednictwem Wojewody Wielkopolskiego, w terminie 14 dni od dnia otrzymania decyzji przez wnioskodawcę lub zawiadomienia pozostałych stron o jej wydaniu. Zgodnie z art. 11f ust. 3 specustawy i art. 49 § 2 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2025 r. poz. 1691) zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane po upływie 14 dni od **9 grudnia 2025 r.**, tj. dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie w Wielkopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu oraz w urzędach gmin właściwych ze względu na przebieg drogi, w urzędowych publikatorach teleinformatycznych - Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów, a także w prasie lokalnej.

W trakcie biegu terminu do wniesienia odwołania stronom przysługuje prawo do zrzeczenia się odwołania. Z dniem doręczenia Wojewodzie Wielkopolskiemu oświadczenia o zrzeczeniu się prawa do wniesienia odwołania przez ostatnią ze stron postępowania, decyzja staje się ostateczna i prawomocna. Zrzeczenie się prawa do wniesienia odwołania skutkuje brakiem możliwości odwołania od decyzji oraz jej zaskarżenia do wojewódzkiego sądu administracyjnego. Ponadto, jeżeli wszystkie strony zrzekły się prawa do wniesienia odwołania, przedmiotowa decyzja podlega wykonaniu przed terminem do wniesienia odwołania.

eprasa.pl e506f0d4d3

0011449187

„Nie umiera ten, kto trwa w pamięci żywych”

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 6 grudnia 2025 roku odeszła od nas
Kochana Mama, Babcia, Prababcia i Praprababcia

Ś † P

Stanisława Błazejak

żyła 100 lat

Msza św. pogrzebowa odprawiona zostanie
w piątek 12 grudnia 2025 roku o godzinie 12:00
w kościele pw. Św. Jana Bosko w Luboniu.
Pogrzeb odbędzie się po mszy św.
na cmentarzu parafialnym „Żabikowo” w Luboniu.

W smutku pogrążona
Rodzina

0011449267

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy,
że w dniu 29 listopada 2025 roku po ciężkiej chorobie
w wieku 81 lat odszedł od nas

Ś † P

Wojciech Lipiński

Msza św. żałobna odprawiona zostanie
w czwartek 11 grudnia br. o godzinie 10.30
w kościele Św. Krzyża.
Ceremonia pogrzebowa odbędzie się tego samego dnia
o godzinie 12.00 na cmentarzu górczyńskim.

Pogrążeni w smutku
Brat Aleksander z Rodziną

0011449534

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość
o śmierci w dniu 5 grudnia 2025 roku

Ś † P
dr. med.

**Sławomira
Witoszyńskiego**

Doskonałego Lekarza,
Wspaniałego Człowieka i Mądrego Nauczyciela
Dla Najbliższych
wyrazy współczucia

Grono byłych współpracowników

0011449387

"Można odejść na zawsze, by stale być blisko..."
ks. Jan Twardowski.

5 grudnia 2025 r. odszedł

Paweł Karolczak

nasz najukochańszy Tata i Dziadek.

Msza Święta w intencji Zmarłego odprawiona zostanie
w czwartek, 11.12.2025 r., o godzinie 10:30,
w Kościele pod wezwaniem Matki Bożej Różańcowej,
przy Klasztorze oo. Dominikanów w Poznaniu.
Następnie o godzinie 12:30 rozpoczną się uroczystości
pogrzebowe w Kaplicy na Cmentarzu Górczyńskim
parafii pw. Matki Boskiej Bolesnej.
O czym zawiadamia pogrążona w żalu
Rodzina

0011449279

Z żalem żegnamy
ś†p

**dr. Sławomira
Witoszyńskiego**

byłego Ordynatora Oddziału Wewnętrznego
Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Poznaniu,
Człowieka o wielkim sercu, oddanego chorem,
ale też wspaniałego „Szefa” dla zespołu pracowników.

*Wszyscy współpracownicy z „Interny”
łączą się z pogrążoną w żałobie
Rodziną*

Pogrzeb odbędzie się 12 grudnia 2025 roku
o godzinie 12.30 na cmentarzu Junikowo.

0011449441

Z wielkim żalem zawiadamiamy, że 8 grudnia 2025 roku,
w otoczeniu najbliższych, odeszła od nas



Jadwiga Nowak

nasza Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia.

Msza święta pogrzebowa odbędzie się w piątek,
12 grudnia, o godz. 9.45 w parafii pw. Miłosierdzia Bożego
na os. Jana III Sobieskiego 116.
Ceremonia pogrzebowa rozpocznie się o godz. 11.00
w kaplicy na cmentarzu parafii pw. św. Jana Vianneya
przy ul. Szczawnickiej 2 (Lutycka) w Poznaniu.



Z wyrazami miłości i pamięci
synowie Zbigniew i Tomasz Nowak z Rodzinami

0011449573

Pani

dr Annie Wieczorek-Baranowskiej

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Matki

składają

*Rektor, Senat i Rada Uczelni
oraz pracownicy
Akademii Nauk Stosowanych
im. Jana Amosa Komeńskiego w Lesznie*

0011449584

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci
naszego byłego pracownika

Grzegorza Undrycha

Rodzinie Zmarłego

wyrazy głębokiego współczucia

składają

*Zarząd i pracownicy
AQUANET S.A.*

AUTOPROMOCJA

gloswielkopolski.pl/nekrologi

Nekrologi, kondolencje

przyjmowane są:

- ☐ bezpośrednio w Biurze Ogłoszeń,
Poznań, ul. Grunwaldzka 19,
czynne pn. - pt. 8.00 - 16.00
tel. 61 866 66 81, 502 499 742
- ☐ drogą mailową:
nekrologi@glos.com
- ☐ poprzez Internetowe
Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl
- ☐ w zakładach pogrzebowych
współpracujących
z „Głosem Wielkopolskim”

 www.nekrologi.net

Koniec mundialowych emocji dla polskich szczypiornistek

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA RĘCZKA. Reprezentacja Polski kobiet w piłce ręcznej na 11. miejscu zakończyła udział w mistrzostwach świata. Polki wygrały cztery mecze, doznały dwóch porażek.

W swoim ostatnim występie na MŚ Białe-Czerwone pokonały reprezentację Austrii 35:30, mimo że do przerwy przegrywały 17:18. Ten mecz decydował o trzecim miejscu w grupie w drugiej fazie turnieju oraz końcowej pozycji na mistrzostwach świata. Polki sklasyfikowane zostały ostatecznie na 11. pozycji, wypełniając tym samym plan minimum nakreślony przed turniejem przez zarząd Związku Piłki Ręcznej w Polsce i jego prezesa Sławomira Szmalę. Były znakomity bramkarz reprezentacji tuż przed turniejem, w rozmowie z nami oznajmił, że miejsce od 9.-12. to realny cel na mundial. I ten plan udało się wykonać, choć trzeba przyznać, że nie był wydatnie trudny do zrealizowania.

W pierwszej fazie turnieju rozgrywanego na parkietach w Holandii i Niemczech Polki mierzyły się z dużo niżej notowanymi reprezentacjami Chin i Tunezji, a wygrane z tymi zespołami były wręcz obowiązkiem. Polki triumfowały w tych meczach, zwyciężając odpowiednio 36:20 i 29:26.

W drugiej fazie wygrały też z mocno przeciętną z Argentyną 28:25, ale w starciu z potęgami, Francją i Holandią obnażone zostały wszystkie słabości polskiej kadry. Podopieczne norweskiego trenera Arne Senstad przegrały odpowiednio 28:42 oraz 22:33 i to właśnie Holenderki oraz Francuzki awansowały z polskiej grupy do ćwierćfinałów.



W swoim ostatnim występie na mistrzostwach świata Polki pokonały Austriaczki 35:30 (17:18)

W ostatnim dla Polek meczu na mundialu z Austrią świetnie zagrała Magda Balsam, która rzuciła w poniedziałek aż dziesięć goli i została wyróżniona tytułem MVP meczu.

- Za nami trudne spotkanie, zarówno pod kątem fizycznym, jak i psychicznym. Wiedzieliśmy, że musimy wygrać ten mecz, a trudy całego turnieju dawały się już we znaki. Jeśli chodzi o całe mistrzostwo, chcieliśmy być wyżej, ale cztery wygrane to dobry bilans. Przegraliśmy z dwiema potęgami piłki ręcznej, a z Francją długo graliśmy jak równy z równym - powiedziała dla strony ZPRP Balsam.

Jedenaste miejsce naszej reprezentacji na mistrzostwach świata oznacza poprawę wyniku kadry sprzed dwóch lat, gdy uplasowała się na 16. miejscu. Przed zespołem oraz sztabem szkoleniowym sporo wniosków do wyciągnięcia, bo w konfrontacji z najlepszymi zespołami świata różnica umiejętności była aż nadto widoczna.

- Przyjeżdżając na te mistrzostwa, oczywiście chcieliśmy więcej. Marzył nam się występ w ćwierćfinale, w półfinale... Teraz wrócimy do klubów i zobaczymy jeszcze raz mecze z Holandią i Francją, bo musimy wyciągnąć wnioski. Najwyższy czas, żebyśmy zaczęły wygrywać także z najmocniejszymi

drużynami. Opuuszczamy mistrzostwa z podniesionymi głowami i z optymizmem patrzymy w przyszłość. Za rok czekają nas mistrzostwa Europy rozgrywane w Polsce. I to coś niesamowitego, czego już teraz nie możemy się doczekać - powiedziała po turnieju Daria Michalak.

Pytanie, kto poprowadzi polski zespół na przyszłorocznych mistrzostwach Europy, których Polska będzie współgospodarzem? Selekcjoner kadry Arne Senstad nie kryje, że w dalszym ciągu chciałby pracować z Białe-Czerwonymi.

- Wiem, że przed nami jeszcze dużo pracy. Od tych najlepszych dzieli nas jeszcze dystans, ale jesteśmy na dobrej drodze - powiedział w rozmowie z PAP norweski szkoleniowiec.

Senstad najbardziej zadowolony jest z faktu, że w drużynie jest dobra atmosfera i zawodniczkom nie brakuje motywacji. Za największy mankament postrzega zbyt dużą liczbę błędów technicznych. Wynika to ze słabszej motoryki i braku doświadczenia wielu szczypiornistek.

Szkoleniowiec podkreślił, że będzie starał się jeszcze bardziej zacieśnić współpracę na linii kadra - zespoły ekstraklasy. Przed mistrzostwami odwiedził kluby z Gniezna, Lublina i Lubina. Chce także pojechać do pozostałych klubów najwyższego szczebla, a także Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Płocku.

- Chcemy mieć większą kontrolę nad tym, co powinniśmy zrobić w przyszłości. Jak już wspominałem, musimy przejść ten proces. Jeszcze więcej pracować, aby być lepszym. Przed nami przyszłoroczne Euro - podsumował Senstad.

Umowa trenera z ZPRP kończy się w grudniu 2026 roku. ©

Środa z LM: Wielki hit w Madrycie, Kochalski kontra holenderski gigant

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Dzisiejszy wieczór z Ligą Mistrzów będzie stać pod znakiem hitowego starcia Real Madryt - Manchester City, który będzie można obejrzeć za darmo.

Z polskiego punktu widzenia ciekawie też będzie w Azerbejdżanie, gdzie Karabach Agdam z polskim bramkarzem zagra przeciwko Ajaxowi Amsterdam.

Zarówno Real Madryt, jak i Manchester City mają po jednej porażce w tej edycji Ligi Mistrzów. W 6. kolejce rozgrywek dwaj giganci europejskiej piłki staną naprzeciw sobie w stolicy Hiszpanii. Oba zespoły raczej nie muszą obawiać się o awans do fazy pucharowej rozgrywek, ale z pewnością będą chciały wygrać prestiżowe starcie. Mecz będzie można oglądać w telewizji na kanale TVP Sport, a także w internecie na stronie sport.tvp.pl oraz w aplikacji TVP Sport.

Polskich kibiców na pewno interesować będzie występ Mateusza Kochalskiego, którego Karabach Agdam świetnie spi-

kuje się w tym sezonie na arenie międzynarodowej. Zespół z Azerbejdżanu po pięciu spotkaniach ma na swoim koncie 7 punktów i jest na dobrej drodze, by znaleźć się w fazie play-off rozgrywek. Ponadto sam polski bramkarz znakomitymi występami wzbudza coraz większe zainteresowanie na rynku transferowym. Polaka chciałby mieć u siebie między innymi włoskie SSC Napoli oraz niemiecka Borussia Dortmund.

Starcie w Azerbejdżanie rozpocznie się już o godzinie 18:45 polskiego czasu. Płatna transmisja na kanale Canal+ Extra 3.

Terminarz środowych meczów Ligi Mistrzów:

18:45 Karabach Agdam (Mateusz Kochalski) - Ajax Amsterdam
18:45 Villarreal CF - FC Kopenhaga (Dominik Sarapata)
21:00 Athletic Bilbao - PSG
21:00 Bayer Leverkusen - Newcastle United
21:00 Benfica Lizbona - SSC Napoli
21:00 Borussia Dortmund - FK Bodo/Glimt
21:00 Club Brugge - Arsenal FC
21:00 Juventus FC - Pafos FC
21:00 Real Madryt - Manchester City.



„Królewscy” po pięciu kolejkach LM mają 12 punktów, podobnie jak broniące trofeum Paris Saint-Germain

Kto na kogo wpadnie w losowaniu piłkarskiego Pucharu Polski?

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W samo południe w siedzibie TVP Sport odbędzie się losowanie par ćwierćfinałowych STS Pucharu Polski.

W grze o trofeum pozostało pięć drużyn z PKO Ekstraklasy, wśród których jest sam mistrz Polski, Lech Poznań uznawany za faworyta trwającej edycji. Kolejne niespodzianki spróbują natomiast zafundować swoim kibicom

dwaj trzecioligowcy i jeden drugoligowiec.

Zasady losowania są proste i niezmiennie od lat. Każdy może trafić na każdego. O awansie zadecyduje pojedyncze spotkanie. Jeżeli los skrzyżuje drużyny z tego samego szczebla rozgrywkowego, to gospodarzem będzie ta wylosowana jako pierwsza w kolejności. W innym przypadku mecz odbędzie się na stadionie tej z niższego szczebla. Potencjalnie przed nami więc kolejne piłkarskie święta w Bydgoszczy, Chojnicach czy Świdniku.

W 1/4 finału STS Pucharu Polski wystąpią Avia Świdnik (3. liga), Chojniczanka Chojnice (2. liga), GKS Katowice, Górnik Zabrze, Lech Poznań, Raków Częstochowa, Widzew Łódź oraz Zawisza Bydgoszcz (3. liga). To oznacza, że w samym finale nie dojdzie do powtórki z maja, gdy o trofeum powalczyły Legia Warszawa z Pogonią Szczecin, która w trwającej edycji wyeliminowała stołeczną drużynę już w 1/16 finału, po czym sama musiała uznać wyższość Widzewa.

Największym zaskoczeniem na tym etapie jest obecność drużyn niższego szczebla. Grająca o awans do 2. ligi Avia Świdnik potrafiła już wyeliminować wyżej notowaną Polonię Bytom, ale i Ruch Chorzów. Zawisza Bydgoszcz, czyli triumfator z 2014 roku, zaskoczył pokonaniem Wisły Kraków, uprzednio ogrywając także GKS Tychy. No i jest jeszcze Chojniczanka Chojnice mająca na rozkładzie Koronę Kielce.

Mecze nadchodzącej fazy odbędą się w pierwszych dniach marca przyszłego roku.

Półfinały zaplanowano na kwiecień. Finał - tradycyjnie 2 maja na PGE Narodowym w Warszawie. Gra jest warta świeczki, bo oprócz 5 mln złotych premii od PZPN toczy się jeszcze o gwarancję udziału w eliminacjach europejskich pucharów.

Legia dzięki ostatniej wygranej walczyła o Ligę Europy (ostatecznie wyładowała ponownie w Lidze Konferencji). Teraz o fazę ligową będzie jeszcze łatwiej, bo triumfator Pucharu Polski zacznie nie od I rundy Ligi Europy, lecz

od III. Aby więc ugrać co najmniej Ligę Konferencji, wystarczy wygrać jeden dwumecz.

Z grona obecnych ćwierćfinalistów zdobyciem Pucharu Polski może poszczycić się aż sześć drużyn. Najwięcej razy dokonał tego Górnik Zabrze - sześć - przy czym ostatni raz w... 1972 roku. Najkrócej na kolejne trofeum czeka zaś Raków Częstochowa, bo z Markiem Papszunem wygrał w 2022 roku, mierząc się w decydującej rozgrywce z Lechem Poznań. ©

SPORT

www.sportowy24.pl

Jubileusz UKS TFP Jedyńki Kórnik. To klub wyjątkowy w skali kraju

Radosław Patroniak
r.patroniak@glos.com**Klub kolarski, UKS TFP Jedyńki Kórnik w poniedziałek wieczorem podsumował sezon i świętował swoje 25-lecie w hotelu Rodan.**

Uroczystość była tak wyjątkowa jak wyjątkowy jest klub z podpoznańskiego miasteczka, prowadzony od lat przez człowieka orkiestrę, trenera koordynatora Roberta Taciaka. To on wychował troje olimpijczyków i medalistów wielkich imprez na czele z dwukrotną mistrzynią świata na torze, Katarzyną Pawłowską i tylko nieco mniej utytułowanymi zawodnikami, czyli Nicole Płosaj i Patrykiem Rajkowskim. Ten ostatni zresztą odebrał na zakończenie kariery, z rąk prezesa Marka Leśniewskiego złotą odznakę PZKol.

Kolarstwo zaszczeplił w Kórniku 46 lat temu Kazimierz Gogolewski, a Taciak jest właśnie jego wychowankiem. W ciągu 25 lat zawodnicy Jedyńki zdobyli 27 medali ME, 9 medali MŚ, 2 krążki młodzieżowych MŚ i 1 medal Igrzysk Europejskich. Na podium MP stawiali aż 687 razy.

- W tym roku było 26 krążków mistrzowskich imprez, czyli nieco mniej niż zazwyczaj. I tak wystarczyło nam to do pię-

tęgo miejsca wśród wszystkich klubów kolarskich w Polsce.

Na spotkaniu w hotelu Rodan żegnano po 18 latach kariery w jednym klubie Patryka Rajkowskiego.

- Pamiętam, że w 1998 r. był najmłodszym uczestnikiem wyścigu na kórnickich Błoniach, ale nie odebrał pucharu, bo... usnął. Na szczęście potem nie przysypiał już na wielkich torowych imprezach i przywoził z nich worek medali. Najcenniejsze było chyba wicemistrzostwo Europy sprzed dwóch lat w keirinie, czyli w konkurencji olimpijskiej. W sumie zdobył Patryk 10 medali ME i 2 medale MŚ - dodał Robert Taciak.

Jak to się stało, że niespełna 30-letni Rajkowski nigdy nie zmienił barw klubowych.

- Jestem patriotą lokalną i od Jedyńki Kórnik mógłby odciągnąć mnie jedynie kontrakt zawodowy. Wiem, że kończę przygodę z rowerem za szybko, bo w wieku niespełna 30 lat. Ostatnie dwa lata to była jednak nieustanna walka z kontuzjami. Jak widać przegrałem ją sromotnie - mówił Rajkowski.

Wśród gości jubileusza byli także wiceprezes LZS, Krzysztof Piasek i starosta poznański Jan Grabkowski.

- Jesteśmy najbogatszym powiatem w Polsce i nigdy nie żałowaliśmy pieniędzy na sport, w tym również na kolarzy z Kórniku - zauważył Grabkowski.



Podwójny brązowy medalista MŚ juniorów na torze, Tomasz Łamaszewski i trener UKS TFP Jedyńki Kórnik, Robert Taciak

NIE ŻYJE ZNANA BRYDŻYSTKA, JAGÓDKA NOWAK

W minioną niedzielę, w wieku 91 lat, zmarła Jagódka Nowak, znana brydżystka i organizatorka jednego z ważniejszych brydżowych turniejów, Memoriału Irka Nowaka.

- To było symboliczne, bo Jagódka zmarła trzy godziny po zakończeniu jego 30. edycji. Była w przeszłości mistrzynią Polski par i teamów mikstowych. W 2000 roku dostała złotą odznakę PZBS, a dziewięć lat temu otrzymała nagrodę Superseniora poznańskiego sportu - mówiła jej przyjaciółka, Ewa Knapik. **PAT**



FOT. ARCHIWUM UM POZNANIA

LINETTE W DRABINCE

Magda Linette (AZS Poznań) znalazła się w głównej drabinie Australian Open.

Poznanianka ma jednak małe szanse na rozstawienie. W turnieju głównym (18 stycznia - 1 lutego) zagrają też Iga Świątek i Magdalena Fręch. **PAT**

Mainz ma trenera, który wie, jak pokonać Kolejorza



FOT. WALDEMAR WYLEGALSKI

Urs Fischer (w środku) po dziesięciu latach wróci do Poznania. Tym razem jako szkoleniowiec Mainz. Przy Bułgarskiej gościł już dwukrotnie, prowadząc szwajcarskie FC Basel. Za każdym razem jego zespół okazał się lepszy od poznańskich

Bartosz Kijeski
sport@glos.com

Kolejorz jutro zmierzy się z Mainz w Lidze Konferencji. Do Poznania ekipa z Moguncji przyjedzie z nowym trenerem, który doskonale wie, jak wygrywać z Lechem.

Niemiecki FSV Mainz będzie najbliższym przeciwnikiem Lecha Poznań w 5. kolejce Ligi Konferencji. Rywale Kolejorza są już pewni gry przynajmniej w barażach tych europejskich rozgrywek. Na koncie mają 9 punktów, wygrywając z Fiorentiną, Zrinjskim Mostarem oraz Omonią Nikozja. W ostatniej kolejce przegrali jednak z rumuńską Universitatem Craiova 0:1.

Mainz ma trenera, który wygrywał z Lechem

W głowie mają jednak poważniejsze sprawy. Ekipa z Moguncji radzi - a w zasadzie sobie nie radzi - w Bundeslidze. Zajmuje obecnie ostatnie miejsce w tabeli, mając na koncie zaledwie 6 punktów i tracąc do bezpiecznej strefy, w której znajduje się VfL Wolfsburg, tyle samo „oczek”. W lidze niemieckiej wygrali tylko z Augsburgiem 4:1. Odpadli także

z Pucharu Niemiec, przegrywając ze Stuttgartem.

Postarcu z Lechem czeka ich bardzo trudne zadanie - zmierzą się na Allianz Arenie z niepokonanym dotychczas w lidze, aktualnym mistrzem Niemiec, Bayernem Monachium.

W wygrzebaniu się z tego ligowego marazmu ma pomóc nowy trener, Urs Fischer. 59-letni szkoleniowiec powrócił na ławkę trenerską po dwóch latach przerwy. Ostatnio prowadził Union Berlin, jednak w listopadzie 2023 roku pożegnał się z tą funkcją. W niedzielę został zaprezentowany jako ten, który ma uratować klub przed spadkiem do 2. Bundesligi, w której Mainz grało po raz ostatni 15 lat temu.

- Większość składu w poprzednim sezonie zajęła szóste miejsce i przez długi czas walczyła o miejsca dające awans do Ligi Mistrzów. Przecież nie mogli nagle zapomnieć, jak się gra w piłkę. To ma związek z wynikami i z obecną sytuacją, która po prostu nie jest łatwa. Tym bardziej oczekuję, zwłaszcza od doświadczonych zawodników, że wezmą sprawy w swoje ręce i pociągną zespół za sobą - powiedział Fischer.

Szwajcarski szkoleniowiec rywala Kolejorza w europejskich

pucharach ma już doświadczenie w grze przeciwko Niebiesko-Białym. To właśnie on prowadził FC Basel w 2015 roku, kiedy to lechici aż czterokrotnie mierzyli się z tą drużyną - najpierw w kwalifikacjach do Ligi Mistrzów, a następnie w fazie grupowej Ligi Europy. Czterokrotnie górą był 59-letni trener, wygrywając z poznańskimi odpowiednio 3:1, 1:0, 2:0 i 1:0.

Wielu kontuzjowanych

Sytuacja kadrowa ekipy z Mainz nie jest do pozazdroszczenia. Podobnie jak w Lechu, kilku podstawowych zawodników jest kontuzjowanych. Jednym z nich jest bramkarz Robin Zentner, który narzeka na ból przywodzicieli. Drugim golkipierem jest Lasse Riess, jednak w ostatnim spotkaniu przeciwko Borussia Mönchengladbach zagrał trzeci bramkarz Daniel Batz. Wykluczeni z gry z powodu urazów są również obrońcy Maxim Dali i Anthony Caci. Największą stratą jest kontuzja Philippa Mwene. Reprezentant Austrii w ostatnim meczu Bundesligi nabawił się urazu mięśni w okolicy przywodzicieli i nie zagra w czwartkowym starciu przeciwko Kolejorzowi.

Kibice z Moguncji wierzą jednak w swoich ulubieńców.

Świadczy o tym fakt, że aż 1800 fanów z północno-zachodniej części Niemiec przyjedzie specjalnymi pociągami na czwartkowy mecz z Lechem. Dzień wcześniej do stolicy Wielkopolski zamelduje się zespół z Moguncji. Ich logistyka będzie jednak nieco inna niż w przypadku większości zespołów, które przyjeżdżają na mecze do Poznania w europejskich pucharach. Drużyna Fischera zamelduje się w Poznaniu, ale nie będzie trenować na głównej płycie. Swoje treningi przeprowadzi we własnym ośrodku treningowym.

Z Niemcami piąty raz

Dla Kolejorza będzie to piąty pojedynek z niemieckim zespołem. Ostatni raz lechici mierzyli się z drużyną z tego kraju dawno temu. Od ostatniego meczu o stawkę minęło 40 lat. Wówczas poznańscy przegrali w dwumeczu w Pucharze UEFA z Borussią Mönchengladbach 1:3 (1:1 oraz 0:2). W 1978 roku Kolejorz zadebiutował na europejskiej arenie, a pierwszym rywalem poznańskich była również ekipa z Niemiec - MSV Duisburg. Wtedy poznańscy zostali wręcz rozgromieni, przegrywając w dwumeczu aż 2:10. ©