DZIŚ STRONA ZDROWIA

NIE TYLKO KORONAWIRUS, GRYPA I RSV

JESIENIĄ ZAATAKUJĄ NAS WIRUSY. NIE PODDAWAJ SIĘ BEZ WALKI

Nr ISSN 2353-6187
Nr indeksu 350-044

www.dzienniklodzki.pl

Nr 215 (27 383) | Wydanie A B C D | Cena 5,20 zł (w tym 8% VAT)

Środa 16.09.2026

142 lata

Dziennik ŁÓDZKI

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Z naszych stron

John Godson, były poseł i łódzki radny, wrócił z Nigerii do Łodzi

Urządza się w już w Łodzi. Zaznaczył, że wraz z rodziną przeprowadził się na stałe, a jego decyzja ma charakter zawodowy, jak i osobisty.
– Str. 2

Łódź

Rabowali osoby, które sprzedawały na portalu aukcyjnym

Czwórka młodych ludzi umawiała się na oględziny towaru i kupno , po czym rabowała sprzedających. Sprawcy zostali zatrzymani.
– Str. 4

Pijany kierowca staranował radiowóz na drodze ekspresowej S14 koło Łodzi. Nie miał też prawa jazdy
– Str. 3

Kibice czekają na kolejne mecze
Widzew gra o pierwsze zwycięstwo w Łodzi, ŁKS powalczy na szczycie I ligi, a Unia jedzie w góry
– Str. 19 i 20

FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

Łódź

Na Retkinię dotarła ostatnia część tarczy do drążenia tunelu KDP pod Łodzią

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

Prace rozpoczną się wiosną przyszłego roku. Koleje Dużych Prędkości, Łódź jest najważniejszym punktem na mapie KDP, to szybkie połączenia pomiędzy Warszawą, Wrocławiem, Poznaniem i Łodzią. Pociągi mają osiągać prędkość do 350 km/h.

Za dwa miesiące głowica tarczy TBM (Tunnel Boring Machine - Maszyna Drążąca Tunel) zostanie w całości opuszczona do komory startowej, która mieści się na ul. Maratońskiej na wysokości prześwitu pomiędzy blokami 12 i 13 przy ul. Wł. Króla.
– Cd. na str. 3

Pow. łęczycki

Agresywne psy zagryzły pięć owiec, właścicielka prosi o pomoc

Joanna Bielicka

Masakra owiec w gminie Łęczyca. Dwa agresywne psy sforsowały ogrodzenie zagrody i zaatakowały owce. Zagryzionych zostało pięć zwierząt, a dwie są w trakcie leczenia.

O tej makabrycznej sytuacji poinformowała w sieci właścicielka owiec. Tylko w tym roku doszło do trzech ataków na jej zwierzęta.

- Do pierwszego ataku na moje owce doszło 3 kwietnia. Niepokojące odgłosy usłyszał sąsiad i przegonił psy. Już wtedy o sprawie poinformowałam policję oraz władze gminy. Psów nie udało się wtedy wyłapać. Jedna z owiec została wówczas pogryziona, ale udało się ją uratować. Ostatnio psy znowu powróciły i sforsowały ogrodzenie na mojej posesji (9 i 12 września). Zaatakowały moje ukochane owce. W szale zwierząt mogła ucierpieć również moja córka, która próbowała bronić owieczek - powiedziała nam pani Gabriela Budzyńska, właścicielka owiec.

Niestety, sprawdził się najgorszy scenariusz. Pomimo leczenia, nie udało się uratować pięciu owiec.
– Cd. na str. 2

Finanse seniorów

Emerytury po łódzku

Opr. red.

Najniższa emerytura w Łódzkiem wynosi 8 groszy, najwyższa ponad 38 tys. zł i jest o 16 tys. zł niższa od najwyższej w kraju. Dane za czerwiec pokazują, że najliczniejszą grupą w każdym z trzech oddziałów ZUS w województwie łódzkim są emeryci pobierający od 3 do 4 tys. zł, takie świadczenie otrzymuje co czwarty emeryt w naszym regionie.

- Jeśli weźmiemy pod uwagę przedział od 3 do 5 tys. zł, to okazuje się, że niemal połowa emerytów z I oddziału ZUS w Łodzi pobiera świadczenie w tej wysokości, a w pozostałych dwóch oddziałach w Łódzkiem jest to ponad 40 proc. – informuje Monika Kiełczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS województwa łódzkiego.

Najniższa emerytura w Łódzkiem wynosi 8 groszy. Świadczenia w kwocie do 1000 zł pobiera w zależności od oddziału od niemal 2 do 3 procent emerytów. Co ciekawe, świadczenia powyżej 10 tys. zł, zależnie od oddziału, pobiera także od 2 do 3 procent emerytów.
– Str. 4

eprasa.pl f3ce7076cb

POLECAMY

JUTRO: Na jakie zniżki mogą liczyć seniorzy? PIĄTEK: George Friedman o Rosji

16.09.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Edyta, Kamila, Kornel
Telefon alarmowy: 112

DZIENNIK ŁÓDZKI

Redaktor naczelny Marek Krzciuk
Z-ca redaktora naczelnego Tomasz Jabłoński
Wydawcy Wojciech Dłubakowski, Mirosław Malinowski, Sławomir Sowa, Patrycja Zemła

www.dzienniklodzki.pl

Polska Press Makroregion Śląsk, Łódź
Redakcja ul. ks. I. Skorupki 17/19, 90-532 Łódź
dziennik@dziennik.lodz.pl
Prezes Makroregionu Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor reklamy Anna Gałuszka
Biuro reklamy oddziału tel. 502499257
Druk Drukarnia ZPR Media S.A., 04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o. ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy Elżbieta Żuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

PBC

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

POW. ŁĘCZYCKI

Agresywne psy zagryzły pięć owiec. Właścicielka prosi o pomoc

Dokończenie ze str. 1

Zwierzęta: Batuta, Gitara, Cytra, Pianola, Mandolina odeszły w męczarniach. W trakcie leczenia są jeszcze dwie owce.

- Apeluję do mieszkańców Jankowa i okolicznych miejscowości, aby pomogli nam w ustaleniu właściciela czworonogów, które zagryzły moje owiec - dodaje kobieta.

Pani Gabriela opublikowała krótki rysopis psów, które dokonały rzezi:

Pies 1: Duży pies wagi około 50 kg, mieszaniec, brązowy, podpalany, przypominający owczarka niemieckiego, o krótkiej sierści.

Pies 2: Średniej wielkości, dłuższy tułów, czarny.

Psów nie udałos się schwytać

Skontaktowaliśmy się z Urzędem Gminy w Łęczycy. Od urzędników usłyszeliśmy, że znają sprawę i pomimo prób wyłapania zwierząt nie udało się ich schwytać. Według nich wiele wskazuje na to, że psy mają właściciela.

O komentarz poprosiliśmy policję w Łęczycy.

FOT. NADESŁANE

Zginęło pięć owiec. Dwie są w trakcie leczenia

Nie wynika z niego, żeby w tej sprawie wszczęto postępowanie.

- Otrzymaliśmy zgłoszenie o błąkających się psach w Jankowie w gminie Łęczyca. Ucieczka psów z posesji z powodu braku odpowiedniego zabezpieczenia to wykroczenie z art. 77 Kodeksu wykroczeń. Za niezachowanie zwykłych środków ostrożności grozi grzywna do 1000 zł, ograniczenie wolności albo nagana. Apelujemy do rozsądek podczas opieki nad zwierzętami - powiedział nam asp. szt. Mariusz Kowalski, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Łęczycy.

PERSONALIA

John Godson, były poseł i łódzki radny, wrócił na stałe z Nigerii do Łodzi

Magdalena Jach

John Abraham Godson wrócił na stałe do Polski. Były poseł RP i łódzki radny ogłosił decyzję w mediach społecznościowych. Przez wiele lat mieszkał z rodziną w Łodzi i tutaj działał. Teraz powtórnie urządza się w Łodzi.

FOT. PAWEŁ NOWAK/POLSKA PRESS

John Godson do Polski przyjechał na początku lat 90. i przez wiele lat był związany z Łodzią, będąc m.in. radnym

John Abraham Godson wrócił do Polski. Były poseł na Sejm RP poinformował o swojej decyzji za pośrednictwem mediów społecznościowych. Jak podkreślił, Polska ponownie staje się głównym miejscem zamieszkania jego rodziny oraz centrum koordynacji prowadzonej przez niego działalności społecznej, akademickiej, gospodarczej i misyjnej.

Były parlamentarzysta zaznaczył, że wraz z rodziną przeprowadził się do kraju na stałe, a decyzja ma dla niego wymiar nie tylko zawodowy, ale przede wszystkim osobisty.

„Polska od 33 lat zajmuje wyjątkowe miejsce w moim życiu i szczególne miejsce w moim sercu" - napisał Godson. Przypomniał, że przez wiele lat mieszkał i pracował w Polsce, prowadząc działalność społeczną i duszpasterską, a także pełniąc mandat posła na Sejm Rzeczypospolitej Polskiej.

Jak podkreślił były poseł, z Polską związana jest również historia jego rodziny. W kraju mieszkają jego dorosłe dzieci oraz wnuki. Z tego względu przeprowadzka jest dla niego „prawdziwym powrotem do domu, do rodziny i do kraju", z którym pozostaje silnie związany.

Godson zaznaczył jednocześnie, że powrót do Polski nie oznacza zakończenia działalności prowadzonej w Nigerii i innych krajach afrykańskich. Nadal mają być rozwijane realizowane przez niego projekty biznesowe, rolnicze, edukacyjne, misyjne i filantropijne.

Według jego deklaracji funkcjonujące obecnie struktury oraz zespoły zarządzające będą kontynuowały rozpoczęte przedsięwzięcia. Sam John Abraham Godson zapowiada regularne podróże do Nigerii i innych państw Afryki, aby nadzorować realizowane projekty i wspierać ich dalszy rozwój.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Dziennik Łódzki"

tel. 42 715 80 68
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dzienniklodzki.pl

POGODA

dziś
24°C/13°C

jutro
18°C/9°C

DZIEŃ DOBRY

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK

Łódź

Prezydent też wrzucił na tacę

Prezydent Karol Nawrocki uczestniczył w czwartek 10 września w uroczystościach pogrzebowych dziesięciorga dzieci, które w czasie II wojny światowej straciły życie w niemieckim obozie przy ul. Przemysłowej w Łodzi. Pierwsza część ceremonii odbyła się w kościele pw. Św. Wojciecha na Chojnach. Podczas mszy okazało się, że prezydent jest przygotowany na każdą okoliczność i wrzucił na tacę co najmniej jeden banknot.

Bartosz Księżak

eprasa.pl f3ce7076cb

Łódź i region

• **Nie żyje ks. prałat Marian Stochniałek z Wielunia.** Zasłużony kapłan, wieloletni proboszcz kolegiaty i Honorowy Obywatel Wielunia odszedł w wieku 90 lat

ŁÓDŹ

Na Retkinię dotarła ostatnia część tarczy, która wydrąży tunel KDP

Dokończenie ze str. 1

Montaż tarczy rozpoczął się już kilka miesięcy temu, a część prac odbywa się w komorze startowej.

Tunel Kolei Dużych Prędkości pod Łodzią będzie miał 4,5 km długości i średnicę 14 metrów co umożliwi jazdę na dwóch torach. Na tym odcinku pociągi będą się poruszać z maksymalną prędkością 160 km/h. Drążenie tunelu ma się odbywać z prędkością 9-10 metrów na dobę i potrwać około półtora roku.

- Przez rok czasu od podpisania umowy z wykonawcą na placu budowy pojawiły się dźwigi, żurawie i suwnice. Zakończyła się też dostawa wszystkich elementów maszyny TBM, która posłuży do drążenia tunelu - mówi Maciej Dutkiewicz, dyrektor Biura Prasowego i Komunikacji Korporacyjnej w Port Polska.

Najbardziej zaawansowane prace w komorach szlakowych są na Retkini oraz na al. Bandurskiego (okolice Atlas Areny). Po przejęciu przez inwestora terenu rozpoczną się prace na skrzyżowaniu al. Włókniarzy i ul. A. Struga oraz na ul. Żeligowskiego.

Tarcza z Wirginii

Tarcza TBM, która zostanie użyta do drążenia tunelu pod Łodzią to - jak zapewnia inwestor i wykonawca - najbardziej zaawansowana technicznie tarcza na świecie.

- Została zaprojektowana na bardzo zmienne i wymagające warunki gruntowe, takie jakie panują w Łodzi - informuje Wojciech Nowak, kierownik projektu w firmie PORR (wykonawca). - W ubiegłym roku wydrążono nią 25-kilometrowy tunel drogowy w USA pod zatoką morską w ujściu rzeki James w stanie Wirginia, okolicy miasta Norfolk. Tarcza się sprawdziła w niełatwych warunkach.

Po wykonaniu prac tarcza została rozmontowana, wszystkie elementy sprawdzone i przewiezione do Łodzi, częściowo transportem morskim, częściowo lądowym.

Raz wody za mało, raz za dużo

Pierwotnie tarcza miała dotrzeć ze Szczecina pod Wrocław drogą wodną, po Odrze. Niski stan wody w rzece spowodował, że dotarła transportem kołowym.

- Tarcza ma możliwość drążenia w zmiennych warunkach gruntowych, gliniastych, jak i piaszczystych nawodnionych, a z takimi mamy do czynienia pod Łodzią - podkreśla Wojciech Nowak. - Dodatkowo zapewnia stałe podparcie gruntu na czole tunelu minimalizując osiadania na czole tunelu co wpływa na bezpieczeństwo obiektów znajdujących się na powierzchni

Problemy dla mieszkańców

W związku z budową komór szlakowych konieczna będzie zmiana organizacji ruchu w Łodzi. Ulice Andrzeja Struga i Żeligowskiego jeszcze w tym miesiącu mają być zamknięte dla ruchu.

Oceniany jest stan techniczny budynków znajdujących się na trasie tunelu. Jeśli będzie taka potrzeba będą one wzmacniane przed rozpoczęciem drążenia tunelu. Wykonawca bierze się pod uwagę również czasowe przesiedlenie mieszkańców, o ile będzie to konieczne z uwagi na ich bezpieczeństwo.

To drugi tunel pod Łodzią. Budowa pierwszego na razie stoi.

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK

Tarcza (na zdjęciu jej elementy) do drążenia tunelu jeszcze nie ma imienia. Inwestorzy myślą o tym, aby wybrać jej imię w konkursie

POW. PABIANICKI

Pijany kierowca, bez prawa jazdy, staranował radiowóz

Wiesław Pierzchała

Kierowca po kilku głębszych był w tak marnej formie, że zatrzymywany do kontroli przez policjantów fatalnie ocenił drogę hamowania i z impetem wyrżnął w radiowóz. Na tym jego „dokonania" nie kończą się.

Do tej niecodziennej kraksy doszło w powiecie pabianickim na trasie szybkiego ruchu S 14 będącej zachodnią obwodnicą Łodzi. Policjanci z drogówki w Pabianicach zostali zaalarmowani przez kierowców, że drogą ekspresową pędzi wężykiem pijany kierowca Forda Focusa.

Stróże prawa natychmiast tam pojechali i namierzyli wskazany samochód, zaś jego kierowcę wezwali do zatrzymania się. Ten wprawdzie zaczął hamować, ale uczynił to tak nieudolnie, że staranował stojący radiowóz. Na szczęście nikt nie doznał obrażeń.

Pijanym kierowcą okazał się 41-letni mieszkaniec Tarnowa w województwie małopolskim. Badanie alkomatem wykazało, że miał ponad 1, 3 promila alkoholu w organizmie.

- Nie posiadał uprawień do kierowania pojazdami. Pomimo tego zdecydował się wsiąść za kierownice i ruszyć w trasę przewożąc na dodatek dwóch pasażerów. Jego pojazd został odholowany na parking strzeżony, natomiast 41-latek trafił do celi policyjnej. Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości oraz bez wymaganych uprawnień odpowie przed sądem – wyjaśnia młodszy aspirant Jakub Gąsiorek, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Pabianicach.

Kierowcy Forda grozi do trzech lat więzienia.

FOT. POLICJA

Policjanci zatrzymali 41-letniego kierowcę Forda Focusa, który po pijanemu na trasie S 14 staranował policyjny radiowóz

Łódź

Konferencja „Dostępność dziś i jutro" - jak tworzyć wspólną przestrzeń bez barier

Redakcja

18 września w godzinach od 10 do 14 w Orientarium ZOO w Łodzi przy ul. Konstantynowskiej 8/10, odbędzie się konferencja „Dostępność dziś i jutro".

Jest organizowana przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych I Oddział w Łodzi we współpracy z Ministerstwem Funduszy i Polityki Regionalnej. To ważne spotkanie, którego celem jest rozmowa na temat wspólnego tworzenia przestrzeni bez barier oraz ułatwień dla osób ze szczególnymi potrzebami w korzystaniu z usług publicznych.

Rozmowy podczas konferencji nie będą dotyczyć tylko likwidowania barier dla osób z niepełnosprawnościami. Z rozwiązań, które ułatwiają codzienne funkcjonowanie, korzystają także seniorzy, rodzice z małymi dziećmi, czy osoby, których sprawność została czasowo ograniczona wskutek choroby lub urazu.

Spotkanie podzielone zostało na 3 panele:

1. Dostępność podmiotów publicznych w perspektywie możliwości, dokonań i potrzeb
2. Działania organizacji pozarządowych na rzecz dostępności
3. Instrumenty wsparcia w zakresie wdrażania dostępności

Wśród prelegentów zobaczymy m.in.: p. Przemysława Hermana, Zastępcę Dyrektora Departamentu Europejskiego Funduszu Społecznego, w Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej, dr Małgorzatę Lorek, prezes Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych oraz dr. Krzysztofa Czechowskiego, dyrektora Biura Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych.

W kolejnych panelach dyskusyjnych udział wezmą także przedstawiciele: Fundacji Aktywnej Rehabilitacji; Fundacji Aktywizacja; Łódzkiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych; Fundacji Łódź Akademicka; Regionalnego Centrum Komunikacji; Rzecznika Finansowego w Łodzi; Łódzkiego Okręgu Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia; Spółki Inwestycje Medyczne Łódzkiego.

Swój udział zapowiedział również Mariusz Jedynak, wiceprezes Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

Patronat medialny: Dziennik Łódzki; Express Ilustrowany; Radio Łódź; TVP 3 Łódź; TVP INFO.

eprasa.pl f3ce7076cb

ŁÓDŹ

Napadali sprzedawców z portalu aukcyjnego

Wiesław Pierzchała

Policjanci zatrzymali czterech nastolatków, który grożąc bronią okradali klientów portalu aukcyjnego OLX. Ich zuchwały proceder polegał na tym, że ze sprzedawcą internetowym umawiali się na spotkanie, po czym rabowali mu cenne przedmioty – głównie telefony komórkowe.

Jednym z napadniętych okazał się... gruziński policjant, który nie tylko nie dał się okraść, lecz pogonił młodych przestępców.

Przełomem okazała się jednak sprawa 46-letniego mieszkańca Łodzi, który na portalu chciał sprzedać za tysiąc złotych telefon komórkowy. Wkrótce skontaktował się z nim kupiec i umówił na obejrzenie towaru. Do spotkania doszło przed domem sprzedającego.

- W momencie, gdy kupujący oglądał telefon, zza zaparkowanego na ulicy samochodu wybiegł zamaskowany napastnik. Agresor zażądał wydania telefonu i wycelował przedmiotem przypominającym broń w kierunku 46-latka. Ten jednak zachował zimną krew i przechwycił urządzenie. Dodatkowo jego żona widząc zajście zaczęła krzyczeć. Ostatecznie obaj mężczyźni zostali spłoszeni i uciekli – informuje komisarz Agnieszka Jachimek z zespołu prasowego KWP w Łodzi.

Wkrótce policjanci wyropili czterech młodych mężczyzn w wieku od 16 do 18 lat. Odnaleziono przy nich nie tylko naboje, metalowe kulki i kominiarkę, ale także rzeczy i dokumenty pochodzące z innych kradzieży.

Policja apeluje do osób, które mogły paść ofiarą podobnych przestępstw, o zgłaszanie się do V Komisariatu Policji Komendy Miejskiej Policji w Łodzi, osobiście w siedzibie jednostki przy ul. Organizacji „Wolności i Niezawisłości 60 w Łodzi, tel. 47 841 1556.

0011583938

Z żalem zawiadamiamy,
że w dniu 12 września 2026 r. zmarł
Nasz Mąż, Ojciec i Dziadek

ś†p

Adam Martyniak

Były wieloletni dyrektor VI LO w Łodzi.

Pogrzeb odbędzie się 18 września 2026 r. (piątek)
o godz. 12.20 na cmentarzu Św. Anny,
ul. Lodowa 78 w Łodzi.

Pogrążona w smutku
Rodzina

REKLAMA 0011457221

Nekrologi i kondolencje zlecisz

osobiście w Biurze Ogłoszeń,
Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19

Zadzwoń
502 499 119, 502 499 127

lub przez **internetowe biuro**
ibo.polskapress.pl

Nekrologi i kondolencje ukazują się w prasie oraz w serwisie nekrologi.net

FINANSE SENIORÓW

Od od 3 do 4 tys. zł. Takie świadczenie dostaje najwięcej emerytów w Łódzkiem

Rozpiętości w wysokości emerytur bywają ogromne. Najniższa emerytura w regionie to 8 groszy, najwyższa ponad 38 tys. zł

Opr. red.

FOT. ZUS

Najniższe i najwyższe świadczenia ma 2-3 proc. emerytów

Ta ostatnia i tak jest o 16 tys. zł niższa od najwyższej w kraju. Dane za czerwiec pokazują, że najliczniejszą grupą w każdym z trzech oddziałów ZUS w województwie łódzkim są emeryci pobierający od 3 do 4 tys. zł, takie świadczenie jest wypłacane mniej więcej co czwartemu emerytowi w naszym regionie.

To dane z opracowania nadesłanego przez ZUS w województwie łódzkim.

- Jeśli weźmiemy pod uwagę przedział od 3 do 5 tys. zł, to okazuje się, że niemal połowa emerytów z I oddziału ZUS w Łodzi pobiera świadczenie w tej wysokości, a w pozostałych dwóch oddziałach w Łódzkiem jest to ponad 40 proc. – informuje Monika Kiełczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS województwa łódzkiego.

Najniższa emerytura w Łódzkiem wynosi 8 groszy. Świadczenia w kwocie do 1000 zł pobiera w zależności od oddziału od niemal 2 do 3 procent emerytów.

Jak wyrównać do najniższej emerytury?

Niska wysokość świadczeń to wynik krótkiego okresu ubezpieczenia i niskiej podstawy wymiaru składek. Od marca 2026 r. wysokość minimalnej emerytury wynosi 1978,49 zł brutto.

- Jeżeli obliczona wysokość emerytury jest niższa od minimalnej, można ją podnieść do tej wysokości, ale muszą być spełnione warunki m.in. dotyczące zamieszkania na terenie Polski i stażu ubezpieczeniowego, wynoszącego co najmniej 20 lat w przypadku kobiet i 25 lat w przypadku mężczyzn – wyjaśnia Monika Kiełczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS województwa łódzkiego.

Najwyższe emerytury

Świadczenia powyżej 10 tys. zł, podobnie jak i najniższe świadczenia, zależnie od oddziału pobiera od niemal 2 do 3 procent emerytów. Najwyższa emerytura w naszym regionie wynosi ponad 38 tys. zł.

- Emeryturę oblicza się według wzoru, gdzie sumę zwaloryzowanego kapitału początkowego i zewidencjonowanego na koncie w ZUS dzieli się przez średnie dalsze trwanie życia określane w tabelach GUS. Na wysokość emerytury ma więc wpływ wysokość waloryzowanego kapitału zgromadzonego na koncie w ZUS oraz wiek zakończenia aktywności zawodowej i przejścia na świadczenie. Im wyższe były składki odprowadzane na ubezpieczenie emerytalne i im dłużej, tym większy jest zgromadzony kapitał podlegający waloryzacjom. Im później przechodzi się na emeryturę, tym krótsze jest też średnie dalsze trwanie życia, przez które dzielony jest zgromadzony kapitał. Dlatego wydłużenie aktywności zawodowej i późniejsze przejście na emeryturę może istotnie zwiększyć wysokość świadczenia – dodaje rzeczniczka Monika Kiełczyńska.

Aktywni 50+

Do wydłużania aktywności zawodowej zachęca program „Aktywni 50 +" zainicjowany przez ZUS. Program z jednej strony promuje aktywność zawodową osób w wieku 50+ i zachęca do świadomego budowania rozwoju kariery, a z drugiej strony wskazuje pracodawcom, że wiek jest atutem, a doświadczenie ma realną wartość.

Łódzkie rekordy dalekie od krajowych

Najniższa emerytura w kraju wynosi 2 grosze i są co najmniej 2 osoby, które ją pobierają. Jedna w województwie dolnośląskim, druga w województwie lubelskim. Najwyższa emerytura wypłacana jest w województwie śląskim i wynosi ponad 54 tys. zł.

POW. ZGIERSKI

Szalony motocyklista przeraził kierowców

Wiesław Pierzchała

Motocyklista pędził lokalnymi drogami jak szalony. Seryjnie łamał przepisy i wciąż dodawał gazu, tak że strzałka na liczniku przekraczała 200 km na godz. Policjanci ścigali go dwoma motocyklami BMW i Land Roverem. Dogonili go dopioero wtedy, gdy wpadł w poślizg i przewrócił się.

Zaczęło się na stacji benzynowej w Ozorkowie. Policjanci chcieli zatrzymać do kontroli 29-latka kierującego Kawasaki, który na ich widok zaczął uciekać ciągle zwiększając prędkość. Ruszył pościg.

Uciekinier pomknął przez Emilię w stronę Rosanowa (obie miejscowości znajdują się w gminie Zgierz), w którym podczas manewru na piaszczystym podłożu wpadł w poślizg i przewrócił się na bok. Nie doznał groźnych obrażeń, tak że nie trafił do szpitala.

Piratem drogowym okazał się mieszkaniec gminy Zgierz. Podczas szalonej ucieczki, na odcinku około 10 km, popełnił – jak skrupulatnie wyliczyli stróże prawa – aż 11 wykroczeń drogowych, jak na przykład jazda na jednym kole, przekraczanie linii ciągłej czy wyprzedzanie samochodów na przejściu dla pieszych. Kierowcy w popłochu uciekali na pobocze.

- Do tego dochodzą trzy przestępstwa drogowe: niezatrzymanie się do kontroli policyjnej, posiadanie tablic rejestracyjnych od innego pojazdu oraz złamanie sądowego zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych – wylicza sierżant sztabowy Bartłomiej Arcimowicz, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Zgierzu.

Motocykliście grozi mu do pięciu lat więzienia.

eprasa.pl f3ce7076cb

FOKUS

• **W sierpniu ceny towarów i usług konsumpcyjnych wzrosły rok do roku o 3,4 proc.**, a w porównaniu z lipcem o 0,4 proc.

POLITYKA

„Wstyd na cały świat". Donald Tusk o doniesieniach ws. Orlenu

„Jak Polska straciła 230 milionów dolarów, próbując kupić za kryptowaluty ropę z Wenezueli". Wtorkowy „Financial Times" napisał tekst poświęcony nieudanym transakcjom spółki Orlen

oprac. Karolina Wrońska

Wtorkowy „Financial Times" opisał, że Orlen stracił 230 mln dolarów na transakcji związanej z zakupem wenezuelskiej ropy. Gazeta relacjonuje, że Orlen nadal próbuje odzyskać 230 mln dolarów wpłaconych jako zaliczka dla Hannon International, która jako pośrednik miała kupić 6 mln baryłek wenezuelskiej ropy.

Do publikacji „FT" przed wtorkowym posiedzeniem rządu odniósł się premier Donald Tusk.

– Wstyd na cały świat. „Financial Times" pisze o największym, czy jednym z największych skandali w historii naszego kraju. Cały świat dzisiaj o tym czyta – stwierdził Tusk. Stwierdził, że publikacja dotyczy „afery Orlenu za czasów Obajtka (byłego prezesa Orlenu Daniela Obajtka – PAP)".

Dodał, że straty państwa polskiego tylko w tej jednej sprawie, choć śledztw toczy się kilka, to 1,6 mld zł. – Są brudne interesy na paliwie, są kryptowaluty. Okazało się, że to właśnie kryptowaluty pomogły w realizacji tego brudnego interesu. Dziwni pośrednicy: Palestyńczyk, Chińczyk, Wenezuelczyk. Przekazanie gigantycznych sum pieniędzy bez żadnej gwarancji uzyskania paliwa. Później de facto zero paliwa i tak jak powiedziałem, 1,6 mld zł strat – podkreślił szef rządu.

W ocenie premiera „możemy mieć do czynienia z siecią brudnych i bardzo groźnych interesów, która bardzo przerosła polityków PiS-u zaangażowanych w te biznesy".

– Będę prosił prokuratora generalnego (Waldemara Żurka – PAP) o możliwie pilne przedstawienie pełnej informacji na tyle, na ile to jest możliwe na tym etapie różnych śledztw. Tak, żeby Polacy dowiadywali się o tym niekoniecznie z „Financial Times" i z prasy międzynarodowej, ale także od nas – zapowiedział Tusk.

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Premier przed posiedzeniem Rady Ministrów odniósł się do wtorkowej publikacji „Financial Times" na temat Orlenu

Dziennikarskie śledztwo

Autorem artykułu „Jak Polska straciła 230 milionów dolarów próbując kupić za kryptowaluty ropę z Wenezueli" opublikowanego przez „Financial Times", jest dziennikarz śledczy Paul Caruana Galizia.

„Wyścig po ropę naftową i kryptowaluty przerodził się w jeden z największych skandali korporacyjnych w historii Polski" – pisze w tekście Galizia, dodając, że historia rzuca światło na „nieprzejrzysty segment rynku ropy, w którym tradycyjni nabywcy i standardowe kanały płatności zastępowane są przez mało znanych pośredników i kryptowaluty".

Gazeta opisuje, że pod koniec listopada 2023 r. Samer Awad, wówczas szef szwajcarskiej spółki OTS należącej do Orlenu, spotkał się z Kam Ho „Alexem" Tse, założycielem spółki Hannon International z siedzibą w Dubaju. Podczas przyjęcia na łodzi towarzyszącego Grand Prix Formuły 1 Awad miał przekazać Tse, by załatwił Orlenowi dostawy wenezuelskiej ropy. OTS podpisał umowę na zakup ok. 6 mln baryłek wenezuelskiej ropy. Kontrakt wymagał zapłaty z góry, wynoszącej 2/3 całkowitej transakcji, czyli 230 mln dolarów.

„FT" zwrócił uwagę, że państwowy wenezuelski koncern PDVSA od dłuższego czasu oczekiwał jednak najczęściej opłat w kryptowalucie USDT, której kurs powiązany był z dolarem. Ścieżka ta pozwalała na omijanie amerykańskich sankcji. Tse po otrzymaniu pieniędzy przystąpił do zdobywania kryptowaluty, a jego firma zobowiązała się do dostarczenia ropy w trzech transzach, najpóźniej do 19 grudnia 2023 roku. Część pieniędzy utknęła jednak przy wymianie na USDT w zarejestrowanych w Dubaju firmach, a pośrednicy, do których zwrócił się Tse, nie byli w stanie zapewnić obiecanej ropy.

PAP

REKLAMA 0111562220

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

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

Tel. kontaktowy 603 920 399

KRÓTKO

Warszawa

Straż Graniczna wykryła ponad 80 kg marihuany

Strażnicy graniczni z lotniska Warszawa-Okęcie przejęli ponad 82 kg marihuany. Narkotyki przyleciały z Kanady w przesyłce cargo i były ukryte w specjalnie zmodyfikowanych metalowych butlach – poinformowała Komenda Główna Straży Granicznej. W ich ujawnieniu pomógł Drops – pies służbowy wyszkolony do wykrywania narkotyków. Czarnorynkowa wartość przejętych narkotyków wynosi około 4 mln zł.

Zdrowie

Nowe terapie na liście leków refundowanych

Od 1 października na liście leków refundowanych znajdą się 24 nowe terapie – poinformowała we wtorek wiceminister zdrowia Katarzyna Kacperczyk. Refundacją zostanie objętych 13 terapii onkologicznych, 11 nieonkologicznych i 8 dedykowanych chorobom rzadkim. W przypadku 18 terapii refundacja obejmie nowe, tzw. cząsteczko-wskazania, zaś w przypadku sześciu terapii zostaną rozszerzone dotychczasowe wskazania.

Ceny paliw

Czy będzie kolejny wariant programu CPN?

– Jeżeli prezydent podpisze złożoną ponownie ustawę o podatku od nadzwyczajnych zysków firm paliwowych, to rząd natychmiast zrealizuje kolejny wariant programu Ceny Paliwa Niżej (CPN) – poinformował we wtorek premier Donald Tusk. – Zobaczymy, na ile starczy środków, ale mam nadzieję, że tutaj już nikt nie może mieć wątpliwości, że tę ustawę trzeba podpisać – dodał. **PAP**

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

0 - 2h. Pożyczka lombardowa, 42-658-86-44

Zdrowie

ZABIEGI

BUSKO-ZDRÓJ, Pensjonat Sanato. Pobyty lecznicze i wypoczynkowe. Zadzwoń już dziś i zapytaj o cenę Tel:41/378-19-48, 696 958 319 www.sanato.com.pl

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

DEKARSTWO, termozgrzewalna - tanio, solidnie, 667-191-588

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew, rębak, karczowanie, Rozbiórki, koparki, podnośnik, 502-061-012, 513-149-330

ZAKŁADANIE trawników, koszenie, hydrosiew, karczowanie działek, 502-061-012, 513-149-330

AUTOREKLAMA Q604983182A

BIURO OGŁOSZEŃ

ŁÓDŹ, ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 502 499 127

Ogłoszenia telefoniczne:
800-472-852, 42 647-28-52

eprasa.pl f3ce7076cb

USA

Rosyjski oligarcha opłacił luksusowe wesele Trumpa Jr. „To po prostu prezent ślubny”

Kazimierz Sikorski

Bettina Trump, synowa prezydenta Donalda Trumpa, powiedziała w poniedziałek, że opłacone przez powiązanego z Kremlem oligarchę Umara Kremlewa dwa dni poślubnej zabawy były bezinteresownym prezentem od „drogiego przyjaciela”.

To reakcja na doniesienia, że Umar Kremlew wyłożył setki tysięcy dolarów na sfinansowanie weekendu ślubnego pary na prywatnej wyspie na Bahamach.

Para, określając Kremlewa „bliskim przyjacielem”, opublikowała na Instagramie oświadczenie wraz z 20 zdjęciami z wydarzenia. Napisali, że Kremlew „bardzo hojnie zorganizował dla nas dwa niesamowite wieczory świętowania po naszym ślubie”, nazywając to „niezwykle hojnym prezentem ślubnym od przyjaciela” i zaznaczając, że pobrali się podczas prywatnej ceremonii dzień przed wyjazdem na Bahamy.

Serwis ProPublica donosi, powołując się na dokumenty i rozmowy z trzema anonimowymi źródłami, że Kremlew pokrył koszty wynajmu prywatnych wysp i inne wydatki, takie jak pokaz sztucznych ogni i organizacja imprezy.

W majowym ślubie Trumpa Jr. z Bettiną Anderson, bywalczynią salonów z Palm Beach, uczestniczyło około 50 gości, w tym Jared Kushner i Ivanka Trump, Eric Trump oraz Tiffany Trump z mężem Michaelem Boulosem.

Według ProPublica obecność Kremlewa i jego współpracowników wydawała się pozostałym gościom tym bardziej zaskakująca.

W tej uroczystości prezydent USA nie uczestniczył. Kremlew utrzymuje długotrwałe relacje z rosyjskimi władzami: na kilka dni przed ślubem wchodził w skład delegacji towarzyszącej Putinowi podczas wizyty w Chinach, wcześniej otrzymał od Putina Order Przyjaźni, a Ukraina nałożyła na niego sankcje z powodu powiązań z prezydentem Rosji.

FOT. BRENDAN SMIALOWSKI/AFP/EAST NEWS

Para nie widzi nic dziwnego w tym, że część ich wesela opłacił rosyjski oligarcha

LITWA

Myśliwce NATO zestrzeliły drona nad terytorium Litwy

oprac. Anna Nagel

Myśliwce NATO zestrzeliły drona, który wtargnął w przestrzeń powietrzną Litwy nad wschód od Kowna - poinformowało we wtorek po północy Narodowe Centrum Zarządzania Kryzysowego.

– Bezzałogowiec prawdopodobnie przedostał się na Litwę od strony Białorusi – podała agencja BNS. Początkowo po wykryciu drona przez radary ogłoszono alert o możliwym zagrożeniu powietrznym w rejonie Wilna, Trok oraz Kowna.

Prezydent Litwy Gitanas Nauseda podziękował personelowi NATO za szybką reakcję. – Wraz z zintensyfikowaniem przez Rosję agresji przeciwko Ukrainie taka gotowość jest kluczowa dla naszego regionu. Wspólnie z naszymi sojusznikami Litwa będzie bronić swojej przestrzeni powietrznej – oświadczył litewski lider na portalu X.

Jak przekazało litewskim mediom kierownictwo Narodowego Centrum Zarządzania Kryzysowego (NKVC), dron został zestrzelony nad obszarami wiejskimi.

Wspólne działania

Minister obrony Litwy Robertas Kaunas poinformował we wtorek, że wraz z szefem MON Władysławem Kosiniakiem-Kamyszem uzgodnił wspólne działania i mobilizację sił w celu wyjaśnienia okoliczności najnowszych incydentów z udziałem dronów w obu krajach.

– W nocy skontaktowałem się z ministrem obrony Polski, skontaktowaliśmy się natychmiast po incydencie – powiedział Kaunas litewskiej telewizji publicznej LRT.

FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNAK

Szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz spotkał się we wtorek z ministrem obrony Włoch

– Uzgodniliśmy, że wspólnie wyjaśnimy okoliczności, skoncentrujemy siły, aby ustalić wszystkie szczegóły – dodał.

Kaunas ocenił, że najnowszy incydent pokazuje, iż wojna Rosji przeciwko Ukrainie pozostaje intensywna i ma szeroki zasięg, mimo że działania wojenne toczą się w odległości ponad 1 tys. km od Litwy. – Niechęć Rosji do podjęcia negocjacji pokojowych wpływa na bezpieczeństwo również naszego regionu Morza Bałtyckiego – podkreślił.

Włoskie myśliwce w służbie NATO

Do incydentu odniósł się, po spotkaniu w Warszawie z włoskim ministrem obrony Guido Crosettą, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz.

– Dziś w nocy włoskie myśliwce operujące nad terytorium Litwy zestrzeliły rosyjskiego drona. O tym zostaliśmy poinformowani przez naszych litewskich kolegów – powiedział Kosiniak-Kamysz.

Zaznaczył, że był w nocy w kontakcie z ministrem obrony Litwy i była wówczas informacja, że to myśliwce NATO zestrzeliły rosyjskiego drona.

– Doprecyzujemy tę informację, to były myśliwce włoskie, piloci włoscy, w służbie NATO, działający w ramach misji Air Policing nad państwami bałtyckimi – powiedział Kosiniak-Kamysz.

Podkreślił, że jest to „wyraz praktycznej solidarności sojuszniczej, ochrona flanki wschodniej przez naszych sojuszników” oraz jest to „również ochrona Polski”.

Agencja BNS przypomniała, że od początku rosyjskiej inwazji na Ukrainę na Litwie kilkakrotnie publikowano ostrzeżenia o możliwym zagrożeniu z powietrza, jednak po raz pierwszy dron nad terytorium kraju został zestrzelony. **PAP**

BUDAPESZT

Węgierska rewolucja obyczajowa. Rząd zmienia przepisy anty-LGBT+

oprac. Robert Szulc

Rząd przedstawił w poniedziałek projekt ustawy uchylającej przepisy wprowadzone za rządów premiera Viktora Orbana, które zakazywały „promowania” homoseksualizmu wśród nieletnich.

Przedstawiony przez gabinet Petera Magyara projekt nowelizuje wprowadzoną w 2021 roku przez rząd Orbana ustawę i stanowi, jak zauważa agencja AFP, pierwszy wyraźny sygnał zmiany polityki w zakresie praw osób LGBT+ na Węgrzech.

Ustawa z 2021 roku wprowadziła zakaz udostępniania osobom poniżej 18. roku życia treści - jak to określono - promujących tzw. tranzycję i homoseksualizm, i była następnie wykorzystywana do zakazywania organizacji marszów równości (Pride).

W kwietniu br. Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej orzekł, że ustawa ta narusza prawo unijne.

Nowy projekt wprowadza przepisy zakazujące publikacji treści, które mogłyby „poważnie zaszkodzić fizycznemu, intelektualnemu, emocjonalnemu lub moralnemu rozwojowi dziecka”. Zdaniem węgierskiego rządu zasady te będą miały zastosowanie „niezależnie od orientacji seksualnej”, co pozwoli na ich dostosowanie do unijnych standardów.

W sobotę Magyar zasygnalizował, że rząd rozważa nowelizację ustawy z 2020 roku, która ogranicza prawo do adopcji wyłącznie do małżeństw i uniemożliwia adopcję dzieci przez pary jednopłciowe.

PAP

HOLANDIA

Chaos na kolei. Władze podejrzewają sabotaż

oprac. Anna Nagel

Poważne zakłócenia objęły we wtorek holenderską kolej. Zdaniem zarządcy infrastruktury ProRail to prawdopodobnie wynik sabotażu.

Zakłócenia rozpoczęły się około godz. 5.30. Według ProRail problemy z systemami bezpieczeństwa stwierdzono w co najmniej 20 miejscach. Najbardziej dotknięte zostały połączenia między Utrechtem, położonym w środkowej części kraju, a jego częścią północną i wschodnią, jednak skutki awarii odczuwalne są w całej Holandii.

Zarządca infrastruktury poinformował, że na torach znaleziono umieszczone tam celowo materiały. W późniejszym komunikacie sprecyzowano, że do szyn przymocowano rury.

Wywołane zakłócenia w działaniu systemów bezpieczeństwa sprawiły, że nie dawało się ustalić, czy na danym odcinku znajduje się pociąg, a sygnalizacja automatycznie zmieniała się na czerwone światło. Na części tras pociągi mogą poruszać się jedynie z niewielką prędkością.

ProRail poinformował, że pracownicy muszą sprawdzać całe odcinki torów, ponieważ wiadomo, na jakich trasach wystąpiły awarie, ale nieznane są wszystkie dokładne miejsca ingerencji.

Na razie nie wiadomo, kto odpowiada za incydent. Nie potwierdzono również, czy akcja ma związek z obchodzonym we wtorek w Hadze Prinsjesdag (Dniem Księcia), w którym rząd przedstawia założenia budżetu państwa na kolejny rok. **PAP**

eprasa.pl f3ce7076cb

PRZEMYSŁ I LUDZIE

FOT. MATERIAŁY PROMOCYJNE FORM-PLAST, A.W.

Form-Plast w Bydgoszczy to, niestety, była już firma z branży przetwórstwa tworzyw sztucznych i produkcji form wtryskowych. Pracownicy czekają na zaległe wynagrodzenia - za czerwiec, lipiec i sierpień. Do syndyka zgłaszają się podmioty, które chcą kupić części majątku upadłej spółki

Form-Plast upadł. Załoga czeka na wypłaty i odprawy. Szuka u nas pomocy

Czas skończyć z mitem, że Bydgoszcz jest zagłębiem narzędziowym i formierskim. Z dawnej potęgi zostało niewiele. A ta garstka firemek, które jeszcze są i walczą o przetrwanie, też - jak wszyscy – zaopatruje się w Chinach - żali się przede mną pan Jakub. Po kilkunastu latach został zwolniony z Form-Plastu, podobnie jak kilkudziesięciu innych pracowników. Branża narzędziowa ma duże problemy w całej Europie

Agnieszka Domka-Rybka

- Dobrze, że pani o nas napisała, bo inaczej nikt by nie dowiedział się, co przeżywamy. A tak, zaraz po artykule, gdy zrobił się szum medialny, nagle znalazły się pieniądze i dostaliśmy zaległe wypłaty za maj - twierdzi były pracownik.

Wszyscy to kupują, choć każdy gardzi chińszczyzną

Form Plast S.A. w Bydgoszczy to, niestety, była już firma z branży przetwórstwa tworzyw sztucznych i produkcji form wtryskowych. Powstała w 1978 r. jako biznes rodzinny. Z czasem rozwinęła własną narzędziownię, produkując formy dla przemysłu motoryzacyjnego i elektronicznego, m.in. dla takich marek jak BMW, Volkswagen, Volvo.

29.05. tego roku Sąd Rejonowy w Bydgoszczy ogłosił upadłość Form-Plastu i wyznaczył syndyka, który 5.06. skierował pismo do pracowników: „Zawiadomienie wierzyciela o upadłości Pracodawcy". Kiedyś firma zatrudniała 250 osób, a pod koniec około 80. Jej zobowiązania mają sięgać ponad 49 mln zł.

- Cios i niedowierzanie! Choć wiedzieliśmy o problemach, to do samego końca wierzyliśmy, że firmę uda się uratować. Przecież nadzieja umiera ostatnia – mówi pan Jakub.

Wspomina, że kryzys przyszedł wraz z początkiem pandemii. Covid wywołał przerwy w łańcuchach dostaw i przestój w wielu firmach przemysłowych oraz narzędziowych: - I, jak wcześniej wyjeżdżało z Form-Plastu dziennie kilka tirów z wypraskami, tak wtedy... tylko jeden na tydzień.

Dla niewtajemniczonych: wypraski to gotowe elementy lub części uformowane pod ciśnieniem z tworzyw sztucznych, metalu lub gumy w specjalnych formach. Służą np. do tworzenia obudów urządzeń, części samochodowych, przezroczystych opakowań oraz elementów elektronicznych.

Kolejny wstrząs? Chińszczyzna, gdy szturmem zalewała i cały czas zalewa rynek.

- Niby wszyscy wiedzą, że chińskie produkty są gorszej jakości. Gardzi się nimi, bo wypierają rodzimą produkcję i niszczą polski biznes, ale i tak wszyscy je kupują. Nawet firmy narzędziowe sprowadzają formy z Azji. Tak to, niestety, dziś wygląda – komentuje z kolei pan Jacek, również były pracownik.

Kolejny, pan Adam, wskazuje na błędy w zarządzaniu firmą: - Wie pani, jak to jest w rodzinnych biznesach. Każdy chce rządzić. Niekoniecznie słucha mądrzejszych od siebie, bo wszystko wie najlepiej. Lepiej nie wnikać w szczegóły.

Dziś wiadomo na pewno, że w siedzibie zakładu przy ulicy Toruńskiej 143 w Bydgoszczy została tylko ochrona, która pilnuje majątku. Na wyposażeniu są ogromne maszyny narzędziowe i wtryskowe; niektóre ważą nawet 3 tysiące ton.

Najpierw pożegnano się z pracownikami z agencji zatrudnienia – panie pracowały przy wtryskarkach. Później część otrzymała wypowiedzenia w maju, zaś ci, którzy np. poszli na zwolnienia lekarskie - w czerwcu. Niektórzy byli w wieku przedemerytalnym. Na razie załoga dostała wypłaty za maj - wciąż czeka na wynagrodzenia za czerwiec, lipiec, a w przypadku zwolnionych w czerwcu - jeszcze za sierpień.

- Ci, którzy znaleźli pracę, to poza branżą i poza miastem. Powtarzam, Bydgoszcz nie jest zagłębiem narzędziowym - upiera się pan Jakub.

Kiedy dostaną zaległe wypłaty i odprawy?

O Form-Plaście, po moim artykule, zrobiło się bardzo głośno także w mediach społecznościowych. Na naszym Facebooku jest prawie 600 komentarzy. Wybrałam kilka.

Pani Ewa: „Na szczęście, udało mi się w czas przejść na emeryturę. Żal mi tylko pracowników, którym zostało do niej jeszcze kilka lat. Gdzie mają szukać pracy? Pozdrawiam i mocno trzymam kciuki".

„Tami" napisał: „Smutno się to czyta. 25 lat temu posiadali największy park obrabiarek CNC. Byli potęgą. Produkowali wszystko, od korka do wina taniego, przez zastawy dla więźniów, po obudowy telefonów. Co poszło nie tak?"

Pan Rafał: „Warunki rynkowe zdecydowały, że Polacy wolą kupować chińskie buble. Ile posiadacie misek i pojemników z tej fabryki?"

Jak aktualnie wygląda sytuacja Form-Plastu, co z zaległymi wypłatami, pytam syndyka, Arkadiusza Wiśniewskiego z kancelarii Szulc& Wiśniewski. Odpowiada: „12 sierpnia 2026 r. syndyk uzyskał z WUP w Toruniu - z Funduszu Gwarantowanych Świadczeń Pracowniczych - pieniądze na pokrycie zaległych wynagrodzeń powstałych przed dniem ogłoszenia upadłości oraz odpraw powstałych w maju. Pieniądze zostały przekazane 79 pracownikom objętym wnioskiem, 13 sierpnia. Dodatkowo, w związku z rozwiązaniem zdecydowanej większości stosunków pracy, z dniem 31 lipca, możliwe stało się wystąpienie przez syndyka z wnioskiem do FGŚP o wypłatę odpraw i odszkodowań za skrócone okresy wypowiedzenia powstałe w związ-ku z rozwiązaniem stosunków pracy. Syndyk taki wniosek złożył i podobnie jak dotychczas niezwłocznie po przekazaniu pieniędzy trafią one do pracowników. Ponadto do syndyka zgłaszają się podmioty zainteresowane nabywaniem większych lub mniejszych części majątku upadłej spółki".

Branża narzędziowa szuka odbiorców

O problemach branży narzędziowej rozmawiam także z Piotrem Wojciechowskim, dyrektorem Bydgoskiego Klastra Przemysłowego Dolina Narzędziowa.

- Rzeczywiście, branża ma teraz duże problemy, ale nie tylko w Polsce, bo również w całej Europie - mówi Wojciechowski. - Widać to właśnie na przykładzie firm, które współpracują z branżą motoryzacyjną, jak Form-Plast, choć akurat tutaj kłopoty były od lat. Chińska konkurencja, rygorystyczne warunki narzucone przez UE, ślady węglowe, powodują, że koszty prowadzenia biznesu rosną drastycznie. Nie ma jednak większych upadłości w sektorze, też lokalnie, a raczej firmy szukają innych obszarów dla działalności, jak naprawy czy utrzymanie. Trzeba szukać nowych odbiorców. Mogłyby pracować dla przemysłu zbrojeniowego. Skoro produkowały części do samochodów, to byłyby zdolne również do pojazdów wojskowych i czołgów. Niestety, zbrojeniówka jest zamknięta dla przedsiębiorstw cywilnych.

I na koniec poetyckie refleksje inspirowane ludzkim żalem po upadku Form-Plastu. Znalazłam je na portalu do pisania opinii o pracodawcach - GoWork, gdzie ktoś napisał: „Upadła fabryka, lecz pamięć wciąż żyje. W szorstkich dłoniach ludzi, co stąd odeszli/Bo zakład to nie mury, nie blacha, nie kije, lecz życie, które w nim razem wznieśli./Zastygły formy, wtryskarki już milczą. I choć na kłódkę zamknięto dziś bramę, to Waszych dłoni i wiedzy nie zniszczą".

PS Imiona byłych pracowników zmieniono. ©℗

Tradycje narzędziowe Bydgoszczy. To już tylko wspomnienia?

Byłych pracowników Form-Plastu bardzo boli, że wraz z kolejnymi zakładami znikają miejsca pracy i kawał przemysłowej historii Bydgoszczy - od pilników i narzędzi ręcznych po precyzyjne formy i wykrojniki.

A działała m.in. na tym rynku Befana, w latach 1927- 1939 największa w Polsce wytwórnia pilników.

Prom przed wojną funkcjonował jako fabryka pilników i narzędzi. Metalowa fabryka Prodmetal została z czasem przyłączona do Promu.

Istniał również Formet, który produkował na bydgoskich Glinkach wykrojniki, tłoczniki, formy do tworzyw sztucznych, metali i gumy.

Do maja tego roku działał również Form-Plast.

Warto też wspomnieć, że w latach 70. ubiegłego wieku planowano zbudowanie nowej Befany w sąsiedztwie Zachemu.

Zakład miał zatrudniać 2 tys. osób i produkować dla kraju i na eksport. Planów nie zrealizowano z powodu kryzysu gospodarczego.

Obecnie prowadzą działalność biznesową m.in. Graform, który produkuje formy wtryskowe i narzędzia specjalne, Shapers' Polska Sp. z o.o. - narzędziownia wytwarzająca formy wtryskowe oraz Akson, czyli narzędziownia i producent form wtryskowych oraz rozdmuchowych.

eprasa.pl f3ce7076cb

REKREACJA

Zawody Rowerkowe w Centrum Handlowym Port Łódź! Najmłodsi cykliści na start!

Redakcja

Redakcje „Dziennika Łódzkiego" oraz „Expressu Ilustrowanego" wraz z Centrum Handlowym Port Łódź serdecznie zapraszają najmłodszych Łodzian do udziału w trzeciej edycji Zawodów Rowerkowych.

W sobotę, 19 września Sport Stacja, mieszcząca się w Porcie Łódź przy ul. Pabianickiej 245, zamieni się w królestwo młodych rowerzystów. Impreza jest skierowana do dzieci w wieku od 3 do 7 lat, ma na celu nie tylko sportową rywalizację. Spotkanie to także sposobność do rodzinnego i aktywnego spędzenia czasu.

Mali rowerzyści na start!

Aby wziąć udział w imprezie, należy zarejestrować dziecko za pomocą formularza zgłoszeniowego. Rejestracja trwa do wyczerpania miejsc.

Zawody odbędą się w Sport Stacji, mieszczącej się za budynkiem Centrum Handlowego Port Łódź. Dzieci będą startować na specjalnie przygotowanym torze w trzyosobowych grupach z podziałem na kategorie wiekowe i płeć. Wydawanie numerów startowych rozpocznie się o godz. 11 na stanowisku znajdującym się obok sklepu Media Markt. Start zawodów zaplanowano na godz. 12.

Wyznaczono kategorie wiekowe i dystanse:

- roczniki 2023 i 2022 (3- i 4-latki) – 40 m,
- roczniki 2021 i 2020 (5- i 6-latki) – 60 m,
- rocznik 2019 (7-latki) – 80 m.

Dziecko może przystąpić do zawodów na dowolnym rowerze (trójkołowym, z bocznymi kółkami, klasycznym, biegowym), ale bez wspomagania.

Ze względów bezpieczeństwa każdy uczestnik podczas jazdy na rowerze będzie musiał nosić prawidłowo założony, sztywny kask.

Zdjęcia z podium oraz zmagań sportowych zostaną zamieszczone w galerii w serwisach „Dziennika Łódzkiego" i „Expressu Ilustrowanego". Udział w zawodach jest bezpłatny.

A po sportowych zmaganiach czas na atrakcje

Dla uczestników Zawodów Rowerkowych zostaną przygotowane dodatkowe atrakcje.

Jedną z atrakcji dla dzieci w Porcie Łódź jest Szwedzka Wioska, czyli plac zabaw, który budową przypomina drzewo. Został zbudowany z naturalnych materiałów – drewna i lin. Na tę konstrukcję składa się osiem drewnianych domków na różnych wysokościach, trzy zjeżdżalnie, bocianie gniazdo, dwa bujaki-renifery, mosty, tunele, siatki, pochylnie i kryjówki. Projekt – opracowany w skandynawskiej filozofii placów zabaw – obejmuje elementy dostępne także dla dzieci o różnych potrzebach.

Szwedzka Wioska znajduje się w rotundzie przy sklepach Sinsay i C&A. Wstęp jest wolny.

Zabawa z wodą to następna atrakcja Portu Łódź. W Fabryce Wody, którą tworzy zestaw interaktywnych urządzeń, dzieci mają możliwość samodzielnie sterować obiegiem wody, od jej uruchomienia aż po kontrolowany odpływ. Ręczna pompa, śruba Archimedesa, obracana korba, winda z wiaderkiem, system rynien i zastawek, młyn wodny, stoły i zbiorniki wodne – wszystkie te elementy zachęcają do ruchu, współpracy, obserwacji i eksperymentowania, ułatwiają dzieciom zrozumienie podstawy działania maszyn.

Dojazd do Fabryki Wody jest możliwy parkingiem zewnętrznym od strony Leroy Merlin lub IKEA.

W dniu zawodów atrakcji będzie więcej. Każdy uczestnik może bezpłatnie skorzystać z toru do minigolfa (gra jedynie z opiekunem po okazaniu numeru startowego). W Strefie Polregio znajdzie się punkt informacyjny z ulotkami, aplikacjami i kolorowankami dla dzieci. Ponadto w tej edycji Polregio postawi na interakcję i ruch, zaprasza więc na darmowe, pyszne i zdrowe koktajle owocowe.

Serdecznie zapraszamy do odwiedzenia stoiska PZU Oddział Łódź Zamenhofa. Będzie to doskonała okazja, aby porozmawiać o rozwiązaniach ubezpieczeniowych dla dzieci, w tym o programie PZU Edukacja, który pomaga zabezpieczyć przyszłość najmłodszych. Mali uczestnicy zawodów będą mogli zajrzeć do specjalnej strefy kreatywnej zabawy z kolorowankami i aktywnościami plastycznymi. Dodatkowo przygotowaliśmy atrakcyjne gadżety PZU, w tym kolorowe balony i upominki, które sprawią dzieciom wiele radości i będą miłą pamiątką z tego wyjątkowego dnia pełnego sportowych emocji i rodzinnej zabawy.

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Łodzi zaprosi do stoiska edukacyjno-profilaktycznego, na którym będzie można dowiedzieć się m.in. o zasadach zdrowego odżywiania, zdrowego stylu życia, wziąć udział w zabawach i quizach dotyczących higieny osobistej.

Z innych atrakcji można wymienić dmuchańce, gry, zabawy, konkursy, pokazy na stoiskach policji, straży pożarnej, straży miejskiej, Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Łodzi. Spotkajmy się 19 września na starcie i pokażmy, że aktywny wypoczynek to najlepszy sposób na rodzinne spędzanie czasu!

Q605012500A

ORGANIZATORZY: DZIENNIK ŁÓDZKI, EXPRESS ILUSTROWANY | MECENAS GŁÓWNY: PORT ŁÓDŹ | PARTNER REGIONALNY: POLREGIO | PARTNER TOWARZYSZĄCY: WORD, PZU | PATRONI: Państwowa Straż Pożarna, Policja, Państwowa Inspekcja Sanitarna, Straż Miejska Łódź, Wojewódzka Stacja Ratownictwa Medycznego w Łodzi

KONIE NA SZLAKU DO MORSKIEGO OKA

Starosta tatrzański: konie ledwo zdołają się rozgrzać na krótszej trasie

Łukasz Bobek

Już blisko dwa tygodnie, od kiedy uruchomiono pilotażowy program na szlaku do Morskiego Oka. Trasa przejazdów konnych została skrócona z Palenicy Białczańskiej do Wodogrzmotów Mickiewicza. Swoją wstępną oceną tych zmian podzielił się starosta Andrzej Skupień.

- Koń na tym krótkim odcinku jest ledwo rozgrzany. Jestem przekonany, że wnioski z tego pilotażu będą takie, że to nie ma sensu i należy kontynuować transport po staremu - mówił po konwencie tatrzańskim starosta Andrzej Skupień. Należy jednak pamiętać, że jest to ocena polityka i gospodarza terenu, a nie eksperta z zakresu zoologii.

W czasie konferencji starosta przypominał, jak mocno zmieniły się zasady transportu w ostatnich latach pod kątem dbałości o konie. Dzisiaj para zwierząt ciągnie wóz z maks. 10 osób w górę oraz 13 w dół.

- Konie wychodzą na trasę najwyżej dwa razy w ciągu dnia, po wjeździe mają zapewnioną co najmniej godzinną przerwę, a na samą Palenicę są dowożone w przyczepach. Wszystkie zwierzęta przechodzą też regularne badania lekarskie - wyliczał Skupień.

Z obserwacji starosty wynika również, że obecny pilotaż ujawnia spore wyzwania logistyczne w rejonie Wodogrzmotów Mickiewicza. Na niewielkim placu trudno jest wyznaczyć bezpieczne pętle nawrotowe osobno dla wozów konnych i dla busów elektrycznych. Na trasie występuje ponadto intensywny ruch pieszych. Zdaniem Skupnia, tak mała przestrzeń znacznie utrudnia zachowanie odpowiednich wymogów bezpieczeństwa.

Zdaniem starosty tatrzańskiego tradycyjny transport konny powinien funkcjonować w dotychczasowym układzie, czyli do Polany Włosienica - przynajmniej do momentu, aż TPN pozyska pełny tabor elektrycznych busów, uzgodniony w porozumieniu z ubiegłego roku. TPN podpisał już umowę na dostarczenie 16 kolejnych pojazdów. Mają one pojawić się za 10 miesięcy.

Równocześnie z doniesień medialnych wynika, że Paulina Hennig-Kloska, minister klimatu i środowiska, wycofała się ze swoich słów o tym, że konie powinny zniknąć z trasy do Morskiego Oka. Teraz, jak podaje portal Wirtualna Polska, szefowa resortu zapewnia, że konie nie znikną ze szlaku do Morskiego Oka, pozostając żywym elementem kulturowego krajobrazu Podhala. ©℗

eprasa.pl f3ce7076cb

HIPOKRATES 2026

LIDERZY RANKINGÓW

LEKARZ RODZINNY LUB POZ ROKU
1. **Zofia Lasocińska,** Przychodnia Eskulap Retkinia, Łódź
2. **Anna Trojanowska-Sobczak,** NZOZ Medyk, Kutno
3. **Alicja Szewczyk,** Przychodnia Rejonowa nr 4, Zgierz

PEDIATRA ROKU
1. **Piotr Kędziora,** SP ZOZ Centralny Szpital Kliniczny Uniwersytetu Medycznego, Łódź
2. **Dorota Stankiewicz,** Instytut Zdrowia Medicall, Piotrków Trybunalski
3. **Paweł Kozik,** Mirmed, Tomaszów Mazowiecki

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Dariusz Gnieździło,** Wojewódzki Specjalistyczny Szpital im. Mikołaja Pirogowa, Łódź
2. **Violetta Mikulska,** Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Sieradz
3. **Ryszarda Bernaś,** Przychodnia Medyk, Wieluń

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU
1. **Ewa Domżał,** Stomatologia Ewa Domżał, Tomaszów Mazowiecki
2. **Przemysław Ferdzyn**, Ferdzyn Stomatologia, Koluszki
3. **Krzysztof Budkowski**, Budkowski Dental Clinic, Konstantynów Łódzki

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Joanna Skotarczak,** Kutnowski Szpital Samorządowy, Kutno
2. **Anna Różycka,** Wojewódzki Specjalistyczny Szpital im. M. Pirogowa, Łódź
3. **Izabela Trawczyńska,** Instytut Centrum Zdrowia Matki Polki, Łódź

GINEKOLOG ROKU
1. **Bartłomiej Nowocień,** Prywatny Gabinet Ginekologiczny, Bełchatów
2. **Aleksandra Szcześniewska,** Szpital Brzeziny, Olka i Matka Gabinety Medyczne, Łódź
3. **Beata Zwolińska,** Praktyka prywatna, Sieradz

CHIRURG ROKU
1. **prof. dr hab. n. med. Jerzy Niedzielski,** SP ZOZ Centralny Szpital Kliniczny Uniwersytetu Medycznego, Łódź
2. **Maciej Amsolik,** Tomaszowskie Centrum Zdrowia, Tomaszów Mazowiecki
3. **Bartosz Fryń,** Centralny Szpital Kliniczny Uniwersytetu Medycznego, Łódź

ORTOPEDA ROKU
1. **Jerzy Kociuga,** Centrum Medyczne KOMED, Łódź
2. **Kamil Rogalski,** Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 2, Łódź
3. **Michał Groblewski,** Salve Medica, Łódź

FIZJOTERAPEUTA/OSTEOPATA ROKU
1. **Maciej Walasik,** Gabinet Rehabilitacji Funkcjonalnej i Masażu dr n. med. Maciej Walasik, Łódź
2. **Betina Pietrzykowska,** Alamed, Wieluń
3. **Kacper Ryś,** Fizjoterapia i Osteopatia Kacper Ryś, Tomaszów Mazowiecki

KARDIOLOG ROKU
1. **Tomasz Maćkowiak,** Gabinet Lekarski, Bełchatów
2. **Katarzyna Iwańska,** Wojewódzkie Wielospecjalistyczne Centrum Onkologii i Traumatologii im. M. Kopernika, Łódź
3. **Ewa Szymczyk,** Kardiosfera NZOZ Sp. z o.o., Łódź

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Adam Jędrzejczyk,** Uniwersytecki Szpital Kliniczny, Radomsko
2. **Andrzej Kierstan,** Dermoklinika Centrum Medyczne, Łódź
3. **Piotr Klepacz,** NZOZ MED-KOL, Koluszki

OKULISTA ROKU
1. **Elżbieta Błach,** Poradnia Okulistyczna z Pracownią Optyczną Elżbieta Błach, Łódź
2. **Piotr Grzybowski,** Centrum Okulistyki Oko Dziecka, Łódź
3. **Agata Błaszczyk,** Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Marii Skłodowskiej - Curie, Zgierz

DERMATOLOG ROKU
1. **Aleksandra Bała-Wojsznis,** Wojewódzki Specjalistyczny Szpital im. dr Wł. Biegańskiego, Łódź
2. **Sebastian Patrzyk,** Slow Beauty, Łódź
3. **Elżbieta Augustyniak-Brudz,** Prywatny Gabinet Dermatologiczny, Łódź

ANESTEZJOLOG ROKU
1. **Jarosław Ryba,** Szpital Św. Ducha, Rawa Mazowiecka
2. **Marta Serwa-Chylińska,** Centralny Szpital Kliniczny Uniwersytetu Medycznego, Łódź
3. **Ewa Budzińska,** ZOZ, Łęczyca

NEUROLOG ROKU
1. **Jarosław Dębiec,** Tomaszowskie Centrum Zdrowia, Tomaszów Mazowiecki
2. **dr n. med. Lidia Włodarczyk,** Oczy-Vista, Łódź
3. **Monika Kowalska-Gałecka,** Multi Clinic Centrum Medyczne Chojny, Łódź

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Łukasz Badowski**, Wojewódzka Stacja Ratownictwa Medycznego, Łódź
2. **Przemysław Klimczak,** Powiatowe Centrum Medyczne Sp. z o.o. Szpital Powiatowy w Wieruszowie, Wieruszów
3. **Cezary Obuchowski,** Sztab Ratownictwa Medycznego Bełchatów, Bełchatów

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Tomasz Wietrzyk,** Apteka Dr. Max, Łódź
2. **Bartosz Grajda,** Euro-Apteka, Łódź
3. **Patryk Boczkowski,** Apteka Od serca, Łódź

RADIOLOG/TECHNIK ELEKTRORADIOLOG ROKU
1. **Agnieszka Majtyka,** SPZOZ, Wieluń

ONKOLOG ROKU
1. **Marcin Bojo,** Salve Medica, Łódź
2. **Marzena Zalewska,** Salve Medica, Łódź

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU
1. **Aleksandra Dudkiewicz,** Gabinet Psychologiczny Magnolia Aleksandra Dudkiewicz, Łódź i Poradnia Jaśminowa, Łęczyca
2. **Ewelina Lewandowska,** Gabinet Lekarski, Łódź
3. **Jolanta Jankowska,** Gabinet Psychologiczny Stara Drukarnia, Łódź

PSYCHIATRA ROKU
1. **Barbara Kulkarni,** Lekarz od Psychiki, Łódź
2. **Michał Korpecki,** Poradnia Clue, Łódź
3. **Jakub Artur Bald**, Artmedis, Łódź

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
1. **Artur Gur,** Szpital Zakonu Bonifratrów, Łódź
2. **Magdalena Kaszewska,** SP ZOZ Szpital Powiatowy im. Edmunda Biernackiego, Opoczno
3. **Joanna Krajewska,** Budkowski Dental Clinic, Konstantynów Łódzki

To oni pomagają, gdy tu boli, a tam strzyka

- Drugi tydzień głosowania w wielkim Plebiscycie Medycznym Hipokrates 2026 za nami, a dziś przedstawiamy kolejne historie jego uczestników - zapowiada Ewelina Żuberek, która opiekuje się tą akcją od strony redakcyjnej. Tym razem wyjątkowe światło kierujemy na fizjoterapeutów, osteopatów. Do ich gabinetów często trafiamy przede wszystkim wtedy, kiedy ciało zaczyna nas ograniczać. Kiedy tu boli, tam strzyka, głową nie możemy pokręcić, kolano przeskakuje, łupie w kręgosłupie, a każdy krok nagle staje się problemem... Kiedy po urazie, operacji albo dniach życia z bólem chcemy po prostu znowu normalnie żyć! Fizjoterapeuta nie pracuje jednak tylko z miejscem, które boli. On wytrwale szuka przyczyny, obserwuje, pyta. Analizuje wyniki badań i sposób, w jaki działa całe nasze ciało. - Hipokrates to także okazja, żeby pokazać ludzi, którzy na co dzień stoją za tymi poszukiwaniami, żebyśmy wrócili do sprawności - tłumaczy dziennikarka, dzięki której możecie poznawać bliżej różnych uczestników naszego plebiscytu.

Szczegółów szukajcie na: dzienniklodzki.pl/hipokrates

Od lat pomaga wracać do sprawności, aktywności i życia bez bólu

Maciej Walasik (Gabinet Rehabilitacji Funkcjonalnej i Masażu dr n. med. Maciej Walasik, Łódź) jest fizjoterapeutą i doktorem nauk medycznych. Od wielu lat pomaga pacjentom wracać do sprawności, aktywności i życia bez bólu. W swojej pracy łączy wiedzę medyczną, doświadczenie kliniczne oraz indywidualne podejście do każdego pacjenta. Specjalizuje się w rehabilitacji funkcjonalnej, terapii dolegliwości bólowych oraz przywracaniu sprawności po urazach i przeciążeniach. „Jeśli doceniacie moje zaangażowanie, podejście do pacjentów i efekty naszej wspólnej pracy, będę ogromnie wdzięczny za Wasz głos. To dla mnie nie tylko szansa na wyróżnienie, ale przede wszystkim wyraz zaufania, które jest dla mnie największą wartością w tym zawodzie. Jeśli choć raz pomogłem Wam wrócić do sprawności, aktywności czy po prostu poczuć się lepiej - ten głos będzie dla mnie naprawdę wiele znaczył"" - opisuje. Wierzy, że skuteczna fizjoterapia zaczyna się od dokładnego poznania problemu i człowieka, który z nim przychodzi. Zależy mu nie tylko na zmniejszeniu bólu, ale przede wszystkim na znalezieniu jego przyczyny i przywróceniu pacjentowi możliwości normalnego funkcjonowania.

Jej największą siłą jest zaangażowanie oraz indywidualne podejście

- Na wybór zawodu fizjoterapeuty wpłynęło przede wszystkim moje zainteresowanie medycyną i chęć pomagania innym - wyjaśnia Agnieszka Chrobak (Miejskie Centrum Medyczne im. dr. Karola Jonschera, Łódź). Opisuje, że w tej pracy najbardziej fascynuje ją możliwość obserwowania postępów pacjenta i uczestniczenia w jego drodze do sprawności.

Czy jest historia pacjenta, która szczególnie zapadła jej w pamięć i miała wpływ na jej sposób myślenia o zawodzie? - Tak, nawet kilka historii, dlatego uważam, że każdy człowiek jest inny, a terapia wymaga indywidualnego podejścia, cierpliwości i ciągłego poszerzania swojej wiedzy - opowiada.

Jakim fizjoterapeutą stara się być dla swoich pacjentów i co uważa za swoją największą zawodową siłę? Stara się być przede wszystkim fizjoterapeutą uważnym, empatycznym oraz zaangażowanym. Zależy jej na tym, aby każdy pacjent czuł się wysłuchany, bezpieczny i traktowany indywidualnie. A jej największą zawodową siłą jest zaangażowanie oraz indywidualne podejście do pacjenta. Nie szuka jednego rozwiązania dla wszystkich, stara się dostosować terapię do konkretnej osoby i jej możliwości.

PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU

synoptis® pharma

eprasa.pl f3ce7076cb

ROZMOWA TYGODNIA

Paulina Polko: Żarty się skończyły. Brak zabezpieczenia może sparaliżować funkcjonowanie miast

Pożary zakładów produkujących drony i magazynujących kompozyty dla lotnictwa w Polsce, a także seria niebezpiecznych zdarzeń w Niemczech są oceniane przez ekspertów jako element rosyjskiej wojny hybrydowej. Czujność powinny zachować służby na terenie woj. śląskiego, gdzie funkcjonują elektrownie, kopalnie, zakłady zbrojeniowe i znajdują się ważne węzły komunikacyjne. – Odnotowywane incydenty mogą być ostrzeżeniem, próbą wpłynięcia na państwa, aby nie wspierały Ukrainy – mówi „Dziennikowi Zachodniemu" dr hab., prof. AWSB Paulina Polko, kierowniczka Katedry Nauk o Bezpieczeństwie Akademii WSB

Arkadiusz Biernat

W Skarżysku-Kamiennej pożar na terenie zakładu produkującego drony, w Lublinie na terenie magazynu z kompozytami dla lotnictwa. Do tego liczne incydenty wokół lotnisk, elektrowni i zakładów zbrojeniowych w Niemczech. Jak to ocenić?

Nie jest to przypadek. To działania, które Rosja stosowała przed pełnoskalowym atakiem na Ukrainę, a wcześniej wobec innych państw, w przeszłości będących częścią Związku Radzieckiego. Obecnie odnotowujemy je w Polsce, państwach bałtyckich, Rumunii i Niemczech. To działania wymierzone już nie tylko w kraje Europy Wschodniej, Środkowej, ale także Zachodniej. To trzeci poziom tzw. piramidy „Doktryny Gierasimowa" [termin militarny opisujący zbiór nowoczesnych sposobów prowadzenia działań operacji wojskowych, zdefiniowany i skonstruowany przez ówczesnego przewodniczącego Sztabu Generalnego Sił Zbrojnych Federacji Rosyjskiej Walerija Gierasimowa w 2013 roku – red.]. Przed atakiem militarnym zakłada działania poniżej tzw. progu wojny. Wymierzone w infrastrukturę potrzebną do funkcjonowania ludności: kolej, zakłady produkcyjne, elektrownie. Ich skutkiem jest nękanie, wprowadzenie zamieszania czy wręcz paraliżowanie działalności państwa. Odnotowywane incydenty mogą być ostrzeżeniem, próbą wpłynięcia na państwa, aby nie wspierały Ukrainy.

Na terenie województwa śląskiego mamy elektrownie, kopalnie, zakłady zbrojeniowe...

Ważne węzły komunikacyjne: kolejowe i drogowe, które mają niebagatelne znaczenie dla ukraińskiego oporu i funkcjonowania państwa.

O ile np. elektrownie czy duże zakłady zbrojeniowe raczej mają dobre zabezpieczenia i procedury, to trudno mówić o tym w mniejszych przedsiębiorstwach, które wchodzą w łańcuch dostaw kluczowych komponentów np. dla energetyki czy zbrojeniówki. Nie mówiąc już o tym, że nie tak dawno byliśmy świadkami, jak aktywiści dostawali się na teren kopalni i bez problemu wspinali się na wieżę szybu.

Dlatego tak ważne jest, aby system zabezpieczeń był dostosowany do specyfiki zakładu i zagrożeń. W obecnej sytuacji żarty się skończyły. Brak zabezpieczenia może nie tylko sparaliżować funkcjonowanie miast czy państwa, ale także doprowadzić do jego zniszczenia. Co również jest bardzo dużym problemem: upadek majątku, utrata miejsc pracy, pogorszenie sytuacji lokalnych i centralnych budżetów. Poruszony wątek aktywistów jest bardzo ważny. Nieświadomie mogą być wykorzystywani do celów dywersyjno-terrorystycznych. Nie mówię, że tak jest zawsze przy każdym proteście, ale należy się z tym liczyć. Nieprzyjaciołom może zależeć na wykorzystywaniu ich do niepożądanych czynów.

Jak się chronić? Nie chcę deprecjonować, ale nierzadko w ochronie obiektów widzimy osoby wiekowe.

Paradoksalnie to nie jest złe rozwiązanie. Doświadczenie ma ogromne znaczenie, taka osoba z reguły jest bardziej spostrzegawcza i jej znacznie łatwiej dostrzec niepokojące sygnały, wykryć nienaturalne zachowania, a w przypadku uzasadnionych podejrzeń wezwać grupę interwencyjną czy odpowiednie służby. Musimy pamiętać, że ochroniarz nie jest receptą na wszystko. Przecież nie może być w każdym miejscu na terenie obiektu i o każdym czasie.

To jak chronić takie obiekty?

Tak jak w przypadku ochrony przeciwlotniczej w armii. To musi być system wielowarstwowy składający się ze wspomnianej ochrony, monitoringu, ale także zabezpieczeń, jak odpowiednio dobrane ogrodzenie, monitoring czy systemy alarmowe. Kończąc na zabezpieczaniu haseł, identyfikatorów i na działach personalnych, na których ciąży konieczność weryfikacji pracowników przed zatrudnieniem, zwłaszcza dopuszczanych do kluczowych informacji na temat produkcji czy procedur funkcjonujących na terenie zakładu. Zdaję sobie sprawę, że coraz trudniej jest o pracownika, ale nie można zaniedbać tych działań. Niestety, zdarzało się, że w ważnych zakładach zatrudniano osoby, które okazywały się pracującymi dla służb obcych państw. Wielowarstwowość systemów bezpieczeństwa nie zapewni 100-procentowej pewności, ale znacząco zminimalizuje ryzyko niepożądanych wydarzeń.

W kontekście pracowników to olbrzymia skala wyzwań...

Tak, bo taka osoba nie musi być szpiegiem w rozumieniu, że to akurat ona planuje jakąś „brudną akcję". Może być tylko źródłem dla obcych służb. Może dostarczyć z pozoru mało ważnych informacji, a jednak kluczowych w detalach: o sposobie pracy danego zakładu, o systemie weryfikacji pracowników, procedurach kontrolnych, wreszcie o słabościach. Dlatego kluczowa jest czujność przełożonych, ale i współpracowników. Nie można przejść obojętnie obok tego, kiedy ktoś jest szczególnie zainteresowany procedurami obowiązującymi w zakładzie. Czasem osoby wykonują tego typu zadania nie do końca świadomie tego, komu i po co mają mu służyć. Bo ktoś im zapłacił pewną sumę za informację czy realizację zadania, np. przewiezienia paczki przez granicę. To nie zwalnia ich z odpowiedzialności, ale utrudnia dotarcie do odpowiedzialnych za akcje. I o to zleceniodawcom chodzi, aby nie powiązać ich z daną sytuacją, a tym samym nie obciążyć odpowiedzialnością państwo, jakiemu służą.

Musimy pamiętać, że ochroniarz nie jest receptą na wszystko. Przecież nie może być w każdym miejscu na terenie obiektu i o każdym czasie

PAULINA POLKO

Taką osobą może być każdy. Nie mówiąc o tym, że w Polsce mamy sporą liczbę cudzoziemców, zwłaszcza z Ukrainy. Większość to uchodźcy, osoby chcące u nas pracować i żyć, ale wśród nich – jak w przypadku każdej grupy – może być jakiś odsetek osób rozczarowanych rzeczywistością czy wręcz nieprzyjaźnie nastawionych. Jak obce służby werbują?

To może być Polak, ale także cudzoziemiec. Może mieć paszport ukraiński, ale nie być Ukraińcem. Musimy pamiętać, że osoba z paszportem Ukrainy, ale także innych byłych republik ZSRR może być po prostu narodowościowo Rosjaninem. Wynika to z tego, że po przemianach w latach 90. XX wieku wiele osób z powodów pragmatycznych wyrabiało paszport kraju, w którym przebywały, i nie wracało na teren dzisiejszej Rosji. Jeśli chodzi o Ukraińców, dochodzi jeszcze kwestia, że jakaś ich część, zwłaszcza ze wschodu, sympatyzuje z Rosją. Takie osoby są podatne na tego typu aktywności na zlecenie. Służby rosyjskie za niewielkie sumy, które nie są bez znaczenia dla osób na życiowym zakręcie lub z problemami finansowymi, poszukują w internecie kandydatów do swoich zadań. Korzystają np. z komunikatorów. Jeśli chodzi o obywateli z byłych republik ZSRR przez Telegram, który na wschodzie jest bardzo popularny, a u nas już nie. Osoba otrzymuje zadanie, wykonuje je i otrzymuje zapłatę, nie mając jednocześnie żadnego kontaktu ze zlecającym. Robota „w białych rękawiczkach".

Nie ma jednego uniwersalnego mechanizmu rekrutacji czy podatności na nią. Jak neutralizować tego typu zagrożenie?

Rozmawiając z funkcjonariuszami operacyjnymi można wyciągnąć wniosek, że choć w internecie można znaleźć dużo cennych informacji, to kluczowa jest praca operacyjna w terenie. Chodzi o infiltrację środowisk, a do tego konieczna jest znajomość języka. Policja oraz inne służby muszą się do tego przygotowywać, bo tego typu pracy, ze względu na sytuację wokół granic Polski, będzie tylko więcej. To nic nowego jak rozwiązania terenowe stosowane w latach 90. Technologia pomaga, ale konieczna jest klasyczna praca oparta o źródła osobowe.

Nie można pominąć czujności obywatelskiej?

Zdecydowanie. To dotyczy każdego z nas i nic nas nie kosztuje. Wystarczy przyjrzeć się temu, co się dzieje wokół zakładu pracy, gdzie

eprasa.pl f3ce7076cb

OGŁOSZENIA

Dziennik ŁÓDZKI

dodatek bezpłatny

Środa, 16.09.2026
Nr 1541

Potrzebuje

MEBLE pokojowe, kuchenne, sprzęt AGD i RTV - nieodpłatnie, 661-027-265

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat, Flaming, kolarkę i inne, 608-097-274

SILNIK do starego motocykla, motoroweru, 517-427-930

Turystyka

NOCLEGI

POKOJE GOŚCINNE

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Hobby

ANTYKI

MEBLE obrazy porcelanę szkło lampy szable bagnety medale odznaczenia starocie kupię, 608-207-652

PRL - Zabawki, autka, żołnierzyki, kolejki, komiksy, płyty, znaczki, monety, banknoty kupię, 608-207-652

REKLAMA 0011576531

ANTYKWARIAT
Skup płyt winylowych, płyt CD, kaset magnetofonowych z muzyką.
Dojazd do klienta.
Tel. 503 133 524

Mieszkania

BLOKI SPRZEDAM

M2, 35m^2, Widzew Wschód, 668-641-810, 512-694-348

ZAMIENIĘ

M5 na M3, najchętniej na Retkini, 881-128-109

DO WYNAJĘCIA

3 pokoje Widzew, 503-697-076

Mieszkanie Górna 665-600-247

Pokoje Piękna 665-600-247

POKÓJ w centrum, 784-180-604

Lokale użytkowe

DO WYNAJĘCIA

LOKAL 20m^2, wygody Dom Handlowy "Batory" Ip na biuro, biuro prawnicze, inne, 602-645-222,503-044-933

Działki

SPRZEDAM

1000 media, roślinność, 602-248-762

BUDOWLANE, Tuszyn, 695-864-032

KONSTANTYNÓW, bud, 883-937-566

Sprzęt domowy

MEBLE

STÓŁ + krzesła - 200 zł, komoda, szafa, witryna po 130 zł/szt, ławostół, fotele po 50 - 70 zł/szt., 785-971-061

WERSALKA 130zł, szafka kuchenna stojąca 50zł, komoda 80zł, 503-697-076

WERSALKA, sofa, fotel 1-2 osobowy, rozkładany po 120 - 150 zł/ szt., szafki kuchenne po 30 - 50 zł/szt., kanapa rogowa - 200 zł, 785-971-061

DYWANY

DYWANY różne, chodniki, 785-971-061

Komputery

POGOTOWIE komputerowe, 733-955-881

Budowlane

MATERIAŁY

KRUSZYWA drogowe z dostawą, 605-231-441

PŁYTY drogowe, 501-529-844

WYPOŻYCZĘ rusztowanie elewacyjne 400 m - tanio, 501-529-844

Handlowe

Drewno kominkowe, 502-061-012, 513-149-330

NAMIOT okolicz. 6x3, 503-697-076

SKUP złomu, druki, met. kol. Dojazd. Gotówka, 505-854-654

SPRZEDAM tanio maszyny do obróbki granitu po likwidacji zakładu, 668-744-530

ZESTAW kontenerów mieszkalnych - 5 sztuk, 501-529-844

Rozmaite

ODZIEŻ

ATRAKCYJNĄ skórzaną kurtkę włoską, nową 164/170cm sprzedam, 881-128-109

Zamienię

MASAŻER wodny do nóg, wózek dziecięcy, balkonik na inną rzecz, 503-697-076

PRALKA automatyczna, kuchnia gaz., lodówka, zamrażarka, grzejnik elektryczny, drobne AGD na inną rzecz, 785-971-061

WYCINAK do kiszonki, przyczepa zbierająca kostki, sieczkarnia, siewnik do kukurydzy na busa, 883-937-566

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

TRAK piłowy, przyczepa zbier. prasa zwijka rozrzutnik, 500-3000 zł, 883-937-566

PŁODY ROLNE

SIANO, słoma, kostki, bele - 10zł, 883-937-566

RÓŻNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/ tona, 500-669-621

USŁUGOWY zbiór kamieni polnych - maszynowo, 605-231-441

WAPNO nawozowe - sprzedaż, dostawa, rozsiew, 605-231-441

Usługi

BUDOWLANE

BRUKARSTWO, 791-306-104

CIESIELSTWO - więźby od 10zł, 796-184-162

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY blachodachówka 8zł, ceramika 12zł, papy termo 8zł, 796-184-162

DACHY krycie, naprawy, docieplenia, obróbki blacharskie, 602-281-064

Dachy, rynny 601-277-130

DEKARSTWO, termozgrzewalna - tanio, solidnie, 667-191-588

GŁADŹ, mal. glazura, 510-322-848

KOPARKO-ŁADOWARKA 2 CX - wąskie wjazdy, 501-529-844

Malowanie tanio, gładzie, glazura, 512-102-003

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

PAPY termozgrzew. 8zł, 796-184-162

PŁYTKI, zabudowy, remonty, malowanie - krótkie terminy, 501-529-844

MONTAŻOWE

Żaluzje. Rolety. Moskitiery. Producent. Tanio. Solidnie, 509-190-833

INSTALACYJNE

Elektroinstalacje, awarie, pomiary. Tanio, solidnie. Tel: 509-275-480

ELEKTRYK, 693-741-682

Gaz montaż, naprawa, szczelność, uprawnienia, 513-782-398

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Hydraulika, naprawy, 509-721-995

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

PORZĄDKOWE

Mycie okien, 518-926-402

PLUSKWY karaluchy prusaki mrówki likwidujemy profesjonalnie, 730-770-870

AGD NAPRAWY

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67, 501-076-336

AGD, kuchnie, pralki, itp., 514-335-326

RTV NAPRAWY

RTV, LCD - dojazd gratis, 889-153-215

TELE -audiovideo naprawa, 602-687-803

ANTENY

24h anteny serwis, nc+, Polsat, Cyfra +, naziemna, 506-592-529

ANTENY taniutko, 733-955-881

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

Ogrody. Trawniki. Fachowo, 605-307-582

PRACE ogrodnicze, 507-331-011

TRANSPORT

Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201

Praca

ZATRUDNIĘ

BOSCH serwis zatrudni pracownika Biura Obsługi Klienta z dośw. na bardzo dobrych warunkach, 602-402-402

DO sprzątania posesji i klatek, 601-551-945

Do szycia produkcji, wzorów i prasowania, 602-371-680

HYDRAULIKA, praca na terenie Łodzi, 692-406-098

PANIĄ do sprzątania domu jednorodzinnego i ogrodu, 664-836-319, 698-117-341

PANIĄ do sprzątania mieszkania, 887-198-818

POMOCNIKA do montażu drzwi, 502-851-517

PORTIERA tryb zmian. popołud. - nocny (dozór, przyjęcie gości hotel.) kamienica Piotrkowska, 661-171-268 dzwonić w godz. 9-14

PRACOWNIKA do remontów z doświadczeniem, 501-529-844

SZWACZKI - bluzki, tkanina. Stała praca, ul. Limanowskiego 87, 609-221-795

SZWACZKI dzianina, 510-143-566

TYNKARZY 40zł/h, 515-337-773

ZATRUDNIMY kwalifikowanego pracownika ochrony na stanowisko szefa ochrony w Łodzi tel. 608-034-252

ZATRUDNIMY osoby do sprzątania zakładu produkcyjnego w Strykowie (możliwość dowozu). Mile widziane orzeczenie o niepełnosprawności, 660-521-529

ZPCH AJG zatrudni osoby do sprzątania z grupą i na zlecenie, Zgierz, 515-087-318

Z kuponem rabatowym zawsze taniej!

Kupony prosimy realizować w dniach 16 - 22 września 2026 roku

ZPCH AJG zatrudni pracownika kwalifikowanego z bronią, umowa zlecenie, Zgierz, 515-087-318

Nauka

KOREPETYCJE

ANGIELSKI, matematyka, 602-238-407

Medycyna

STOMATOLOGIA

BEZPŁATNE protezy zębowe - w ramach NFZ. Zgierz, ul. Promienistych 2, 42-717-17-04, 510-231-468

REKLAMA 0011576130

ARTYKUŁY BHP I PPOŻ.
Łódź, ul. Przędzalniana 14
Tel. (42) 676-20-14, 676-72-54
sklep czynny pn. - pt.: 8.00 - 16.00
www.bhp-ppoz.com biuro@bhp-ppoz.com

OFERUJEMY:
- sprzęt ochrony osobistej
- odzież roboczą i ochronną
- obuwie robocze i ochronne
- rękawice robocze i ochronne
- gaśnice, agregaty p. poż., koce
- armaturę hydrantową (szafki, węże, nasady, prądownice, zawory)

PEŁNE ROZMIARY UBRAŃ I BUTÓW
ubrania, spodnie, fartuchy, kombinezony:
- antyelektrostatyczne, trudnopalne
- kwasoodporne, dla spawacza

WYGODNY PARKING, PRZYMIERZALNIA
- instrukcje bhp i ochrony p. poż.
- znaki ewakuacyjne, bhp i p. poż.
- znaki oraz tablice budowlane, ADR
- znaki energetyczne i informacyjne
- apteczki z wyposażeniem,
- środki czystości, czyściwa, papiery sanitarne

POLECAMY GAŚNICE!
•do pojazdów
•do budynków
•do domu
•do firm
•specjalistyczne

Artykuły wysyłamy również paczkami lub kurierem

Z TYM KUPONEM
5% TANIEJ
MOŻNA PŁACIĆ KARTĄ

REKLAMA 0011572283

BOTANIC PARK

Nowe mieszkania
w Łodzi
ul. Konstantynowska 64 C

Powierzchnie
od 29 m^2 do 105 m^2

GETMAR Firma Budowlana

tel. 785 400 542, 601 858 400
mieszkania@getmar.com.pl

eprasa.pl f3ce7076cb

GWIAZDA TYGODNIA

Sebastian Karpiel-Bułecka: Nasza kariera jest osadzona na mocnej skale, a nie na piasku

W tym roku Zakopower świętuje dwudziestolecie działalności. Z tej okazji jego wokalista i lider, Sebastian Karpiel-Bułecka, spróbował zdefiniować nam, na czym polega wyjątkowy sukces tego zespołu i jak dalej ten projekt będzie się rozwijał

Paweł Gzyl

Ma pan za sobą dwa sezony jurorowania w „Must Be The Music". Jak się pan odnalazł w roli oceniającego występy muzycznych amatorów?

Z mojej perspektywy radzę sobie całkiem nieźle. Na pewno początkowo nie było to proste. Musiałem się oswoić z tą rolą, zrozumieć ją i nauczyć się jej. Teraz dobrze się tam czuję, lubię zasiadać przy tym stole jurorskim i cieszę się, że przed nami trzeci sezon, który zaczniemy nagrywać w listopadzie. Udało nam się podczas tych dwóch edycji wypromować fajne zespoły i ludzi, którzy zostali na scenie muzycznej i świetnie sobie na niej radzą. Cieszę się, że publiczność oglądająca ten program podzielała nasze wybory i stawiała na tych, którzy byli też naszymi faworytami. To było dla nas ważne, abyśmy mogli podpisać się pod czymś, co nie jest wbrew naszym gustom.

To przy stole jurorskim „Must Be The Music" poznał pan rapera Miuosha. Przypadliście sobie obaj do gustu?

Polubiliśmy się i dobrze się rozumiemy. Podobnie patrzymy na muzykę, podobne rzeczy nas fascynują. Miuosh tak jak ja przywiązuje dużą wagę do tradycji. To się w bardzo fajny sposób zazębiło.

To stąd powstał pomysł na jubileuszową trasę Zakopowera, podczas której zaprezentujecie swe piosenki w nowych wersjach opracowanych przez Miuosha?

Tak. W pewnym momencie pomyśleliśmy, że fajnie by było zrobić coś wspólnie i wyruszyć z koncertami po Polsce. Zaprosiłem Miuosha do wyprodukowania serii naszych występów jubileuszowych tej jesieni. Bardzo się na tę przygodę cieszę i wiem, że będzie to stało na naprawdę wysokim poziomie. Wszyscy, którzy zdecydują się przyjść na taki koncert, wyjdą z niego wzbogaceni ciekawym muzycznym przeżyciem.

Zakopower i Miuosh to dwa zupełnie inne światy muzyczne. Wy wyrastacie z folku, a on z rapu. Jaki znaleźliście wspólny mianownik?

Jesteśmy z innych światów, co nie znaczy, że te światy nie mogą się przenikać. Nie zapominajmy, że największym sukcesem Miuosha były „Pieśni współczesne", które opierały się na śląskim folklorze. To o czymś świadczy. Zakopower z kolei sięgał zawsze do tradycji skalnego Podhala. To jest zatem ten wspólny mianownik, który pozwolił nam spotkać się i stworzyć coś razem. Wiem, że Miuosh czuje to, co my gramy, bo już daliśmy kilka wspólnych koncertów – w tym roku dwa duże występy na Męskim Graniu, a w zeszłym koncert jubileuszowy, który był emitowany przez telewizję Polsat. Wiem więc, że to działa. Oczywiście na te jesienne koncerty rozszerzymy i wzbogacimy ten repertuar. Sięgniemy nawet po piosenki, których Zakopower nigdy nie grał na żywo, ściągniemy je z różnych naszych płyt. Dlatego wierzę, że będzie to ciekawe i godne polecenia.

Na czym polegają te nowe wersje?

To dalej jest Zakopower. Proszę nie myśleć, że gramy całkiem inaczej. Pomysły Miuosha bardzo ładnie przenikają się z naszymi. Czasem wybieramy dosłownie cytat z jakiegoś utworu i łączymy go z innym lub traktujemy jako wstęp do zupełnie przearanżowanej piosenki. Trudno to opowiedzieć słowami. W niektórych utworach Miuosh pojawia się ze swoim rapem, ze swoimi elektronicznymi pomysłami lub gra na mało znanych instrumentach. Na pewno ma to inny wyraz, ale dalej jest to Zakopower i brzmi to po naszemu.

Jak się wam gra taką muzykę?

To jest dobre, a ja lubię takie rzeczy, bo to nas w pewien sposób odświeża i daje nową energię. Jesteśmy przyzwyczajeni do grania tych utworów w określony sposób przez wiele lat wykonywania ich na scenie. Nowe aranże Miuosha są więc dla nas wyzwaniem. Wyjście z tej dobrze znanej formy i zmiana w myśleniu dobrze nam robi. Zaczynamy się tymi piosenkami na nowo nakręcać. To jest super w tym projekcie.

Zanim pojawił się Zakopower, już jako nastolatek grał pan w góralskiej kapeli ludowej. To była dobra szkoła muzycznego rzemiosła?

Myślę, że tak. To był solidny fundament pod to, co się wydarzyło potem. Nasza droga była długa i czasem kręta, kosztowała mnie dużo czasu, energii i zdrowia. Wspominam ją jednak z sentymentem, bo była to prawdziwa szkoła muzykowania. Dzięki temu, co przeszedłem, doceniam to, co mam w tej chwili. Cieszę się, że budowałem swą karierę muzyczną w ten sposób – że jest osadzona na mocnej skale, a nie na piasku. Dzięki temu Zakopower działa już 20 lat. Nasz sukces nie był dziełem przypadku, tylko efektem solidnej pracy, która doprowadziła nas do tego punktu, w którym teraz jesteśmy.

Zakopower narodził się ze spotkania pana góralskiej kapeli z Mateuszem Pospieszalskim z Voo Voo. Jak do tego doszło?

Poznałem Mateusza, kiedy miałem 18 lat. Graliśmy wtedy w góralskiej knajpie w Karpaczu. Był tam z nami Joszko Broda. Zadzwonił do niego Wojtek Ossowski z radiowej Trójki z informacją, że zespół Voo Voo szuka góralskich muzykantów, z którymi mógłby zagrać koncert. Joszko nas polecił i pojechaliśmy do Warszawy. Tam w studiu poznaliśmy grupę Voo Voo – Wojtka Waglewskiego, Janka Pospieszalskiego, Mateusza Pospieszalskiego i nieżyjącego już Piotra „Stopę" Żyżelewicza. Zagraliśmy ten koncert i było to super przeżycie: po raz pierwszy improwizowaliśmy i poruszaliśmy się w zupełnie innej przestrzeni muzycznej niż dotychczas. To był impuls, który potem zaowocował powstaniem zespołu Zakopower. Tych rozmaitych spotkań było jednak mnóstwo: Wojtek zaprosił nas na wspólną trasę z Voo Voo, nagrywaliśmy z Kayah i Bregoviciem, pracowaliśmy z Justyną Steczkowską. Wszystko to sprawiło, że pojawił się pomysł na granie czegoś więcej niż tylko muzyka ludowa. Mieliśmy wielkie szczęście, że spotykaliśmy na swej drodze takich artystów, którzy byli dla nas wielką inspiracją i pomogli w stworzeniu tego projektu. Przede wszystkim mam tu na myśli Mateusza.

Jak wymyśliliście oryginalną nazwę nowego zespołu?

Ta nazwa miała odzwierciedlać charakter zespołu i to, w jaki sposób gramy. Pomysłów było początkowo bardzo dużo. Pamiętam, że jeden z pierwszych koncertów zagraliśmy jako Zakopane Sound System. (śmiech) Bo dużo było wtedy w naszej muzyce elektronicznego brzmienia i klubowych rytmów. Potem miał być Gazdozbiór i jeszcze parę innych. W końcu przeszła mi przez głowę myśl, że w tym, co robimy jest duża moc i energia. Mnie zawsze roznosiło na scenie. Do tego wszyscy pochodzimy z Podhala, gdzie najbardziej znaną miejscowością jest Zakopane. Połączyliśmy to w jedno – i stąd ta nazwa.

W jakimś sensie promujecie na całym świecie miasto Zakopane. Jego władze jakoś się wam za to odwdzięczają?

Z tym to różnie bywa. Nie chcę się zagłębiać w ten temat, bo podejście władz Zakopanego jest dla mnie trudne i niezrozumiałe. Radzimy sobie jednak świetnie sami, więc nie narzekam.

Od razu w pierwszym teledysku „Kiebyś ty" zaprezentował pan oryginalny image w stylu góralskiego macho. Czyj to był pomysł?

Chcieliśmy zadbać o każdy aspekt tego projektu. Żeby to dobrze brzmiało, żebyśmy dobrze wyglądali i żeby było to spójne. Staraliśmy się też odzwierciedlać w naszym ubiorze to, co znalazło się na naszej pierwszej płycie – „Music Hal". Zatrudniliśmy wtedy znanego stylistę Sławka Blaszewskiego, z którym od razu się polubiliśmy, dzięki czemu poczuł to, co chcemy przekazać. Stąd to, jak wyglądamy w tym pierwszym teledysku, jest głównie jego zasługą. Uważam, że to był strzał w dziesiątkę. Wiele zespołów folkowych zaczęło się potem tym inspirować i próbować to naśladować. Byłem wtedy bardzo zadowolony z tego, w którą stronę to poszło i jak wizerunkowo to wygląda.

Z miejsca rozkochał pan w sobie wszystkie Polki. Musieliście po koncertach barykadować się w garderobie przed fankami?

(śmiech) Nie było takich sytuacji.

Ale przyzna pan, że pana charyzma pomogła Zakopowerowi w zdobyciu popularności.

Trudno mi to oceniać. Każdy czynnik miał tutaj znaczenie. Jeżeli tak ludzie mnie odbierali – to pozostaje mi się tylko cieszyć.

Jak góral z Zakopanego odnalazł się w pełnym celebrytów świecie polskiego showbiznesu?

Czy ja się odnalazłem w tym świecie do końca? Chyba nie. Dlatego raczej nie uczestniczę w showbiznesowych imprezach, no, chyba że na nich gram, to wtedy jestem obecny siłą rzeczy. Nie czuję się tam jednak do dziś komfortowo. Może dlatego, że nie odnajduję tam prawdy. Wiele tam sztuczności, ci ludzie często zakładają różne maski, w których występują, a niekoniecznie zgadza się to z rzeczywistością. Mnie to zawsze męczyło, dlatego starałem się tego unikać. Oczywiście nie mówię, że w tym świecie wszyscy są tacy, bo jest w nim wiele wartościowych i prawdziwych artystów. Ale i tak wolę się trzymać na uboczu i żyć swoim życiem. Myślę, że dobrze na tym wyszedłem.

To chyba ta autentyczność była i jest kluczem do sukcesu Zakopowera.

Na pewno najważniejszy był skład zespołu. Stworzyliśmy go w cztery osoby: oprócz mnie byli to Bartek Kudasik, Wojtek Topa i Józef Chyc-Scepon, najstarszy z nas, który przeszedł już na emeryturę i z nami nie gra. Na tym naszym koleżeństwie i przyjaźni to wszystko wyrosło. Dobraliśmy resztę składu – i okazało się, że to działa. Oczywiście na sukces zespołu ma wpływ wiele czynników. Ale najważniejszym są ludzie, których spotykasz na swej drodze – ci, którzy cię zainspirują, którzy ci pomogą, którzy pójdą z tobą w tym samym kierunku. Ja miałem szczęście, że właśnie w ten sposób się to u nas od-

eprasa.pl f3ce7076cb

było. Liczy się też to, że wszyscy w jakiś sposób jesteśmy utalentowani, że ciężko pracujemy, że jesteśmy konsekwentni w tym, co robimy i nigdy nie chodziliśmy na skróty. Tak naprawdę nigdy nie zrobiliśmy nic wbrew sobie. Dzięki temu dziś możemy śmiało spojrzeć w lustro. Nie mamy sobie nic do zarzucenia.

Największy sukces przyniósł wam trzeci album „Boso" z tytułowym singlem, który stał się ponadczasowym przebojem. Na czym polegała jego wyjątkowość?

Trudno powiedzieć. Może ten refren okazał się po prostu uniwersalny? Może sprawdziła się melodia? Myślę, że to czasem wyglądało tak, iż ludzie nie wsłuchiwali się w ten tekst, tylko przypisywali go do różnych wydarzeń w swoim życiu. Kiedy ta piosenka się pojawiła, dostawałem wiele wiadomości od słuchaczy i one były przeróżne. Niektórzy dobrze odczytywali tekst i wiedzieli, że opowiada on o odchodzeniu z tego świata. Ale ktoś inny śpiewał tę piosenkę wracając z imprezy boso plażą. Ktoś inny mówił, że to świetny utwór dla tych, którzy wzięli kredyt we frankach szwajcarskich i zostali puszczeni boso przez banki. (śmiech) Ten utwór stał się więc w jakiś sposób uniwersalny i można go było przypisać do różnych sytuacji. Do dziś jest to najbardziej rozpoznawalna piosenka zespołu, która przyniosła nam wraz z albumem, na którym się znalazła, aż trzy Fryderyki.

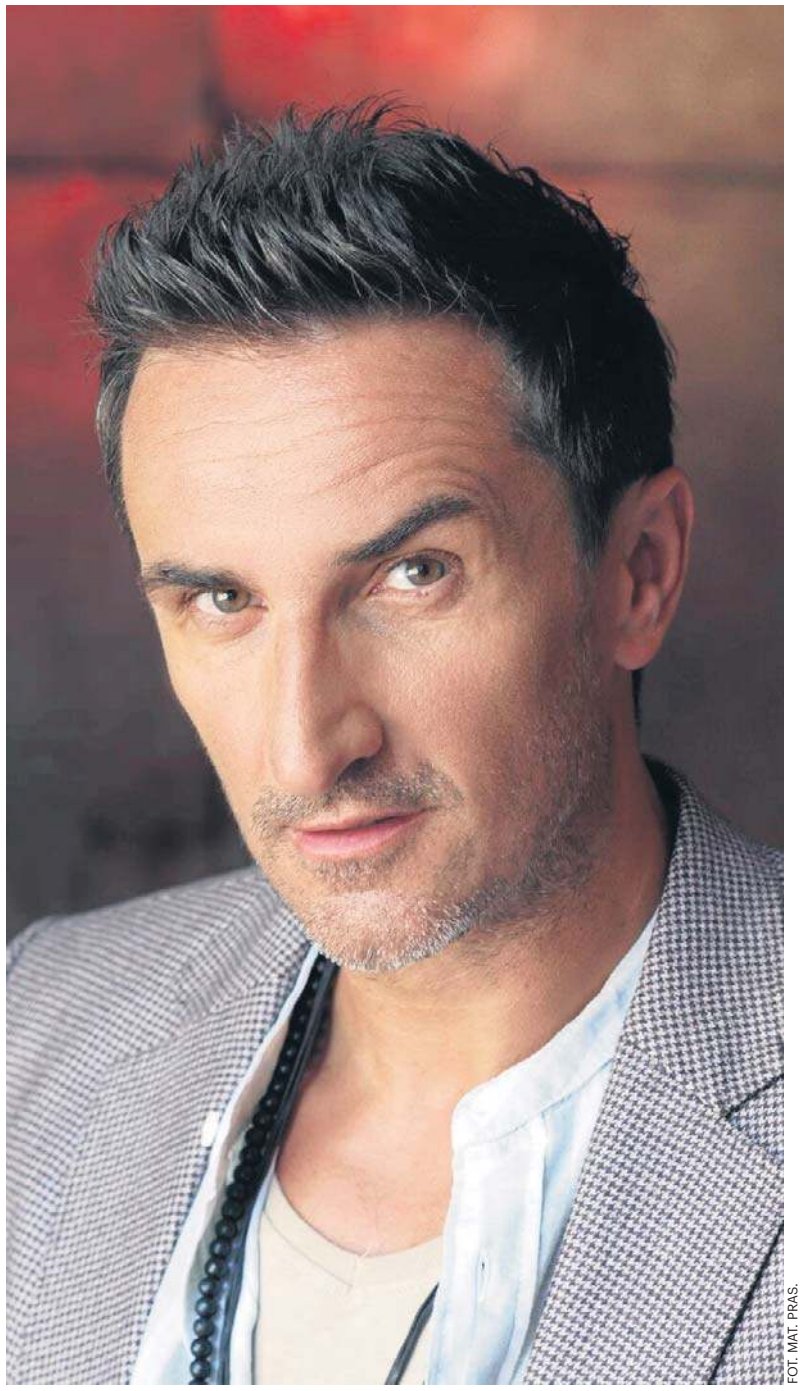
Dzięki „Boso" weszliście do muzycznej ekstraklasy i zaczęliście grać aż 100 koncertów rocznie. Trudno było wytrzymać takie tempo?

Graliśmy nawet więcej niż 100 koncertów rocznie. Pamiętam, że nas w ogóle w domu nie było. Nie było to łatwe, ale ekscytujące. Dziś wspominamy te czasy z sentymentem. Zresztą cały czas dużo gramy. Teraz jest poniedziałek i wracam z trzydniowej trasy, a w piątek wyruszam już w następną. Zakopower dużo gra i to świadczy, że chyba robimy to dobrze, skoro jest na nas zapotrzebowanie.

Występujecie nie tylko w Polsce, ale i na innych kontynentach. Jak tam przyjmowana jest na wskroś polska muzyka Zakopowera?

Zagraliśmy dużo takich zagranicznych tras. Najbardziej egzotyczna była ta po Chinach. Stanęliśmy tam przed publicznością, która reprezentuje zupełnie inną kulturę i nie rozumie, o czym śpiewamy. A mimo to te koncerty były naprawdę wyjątkowe i ci ludzie świetnie się na nich bawili. Co więcej, emocjonalnie reagowali w tych momentach, w których ja bym chciał, żeby tak było. To było niezwykłe doświadczenie. Do tego po występach zbierali od nas autografy. Chińczycy to po prostu wymarzona publiczność. Byliśmy też na trasie w Indiach, co też było fajnym przeżyciem. Wszędzie byliśmy przyjmowani z zaciekawieniem i życzliwością.

Od początku jest pan niepodzielnym liderem Zakopowera. Jak się pan czuje w tej roli?



FOT. MAT. PRAS.

Sebastian Karpiel-Bułecka: Cokolwiek byśmy nie zagrali, to i tak będzie słychać, skąd pochodzimy. Na tym chyba polega siła tego projektu

To wyszło w naturalny sposób. W góralskich kapelach liderem zawsze jest prymista, czyli ten, który podaje podstawową melodię – gra i śpiewa – a reszta mu akompaniuje. Tak też stało się w naszym przypadku. Może mam jakąś charyzmę, która mnie tym liderem uczyniła. Czasem mi z tym fajnie, czasem mnie to męczy, bo wolałbym trochę się schować i odpocząć. Ale nie będę mówił, że nie lubię tego i jest to coś, co mi przeszkadza. Tak się ułożyło i dobrze nam z tym.

Przez te 20 lat działalności zespołu gracie w niemal niezmienionym składzie. Jak to możliwe?

To jest naprawdę niezwykłe, że udało nam się w tym składzie tyle przetrwać. Myślę, że to dlatego, iż spotkała się grupa osób, które sobie przypadły do gustu, świetnie się ze sobą rozumieją i lubią ze sobą spędzać czas. A przebywamy ze sobą naprawdę wiele godzin. To jest jak w małżeństwie: czasem jest wzajemne zmęczenie, czasem zdarzają się kłótnie, ale pomimo to potrafimy ze sobą grać przez 20 lat w niemal niezmienionym składzie. Myślę, że to wielka łaska, bo nie każdemu jest to dane. Ma to bardzo dobry wpływ na jakość naszej muzyki, bo jesteśmy świetnie zgrani, nauczyliśmy się przez te dwie dekady siebie i doskonale się rozumiemy. To wszystko procentuje na scenie.

Nigdy nie było między wami poważniejszych konfliktów, które groziłyby rozpadem zespołu?

Nic takiego nigdy się nie zdarzyło.

Prywatnie też się spotykacie?

Raczej odpoczywamy od siebie. Każdy z nas ma swoje rodziny i swoje sprawy. Do tego nie mieszkamy w jednym miejscu. Ja przeprowadziłem się do Warszawy, trochę jestem w Zakopanem. Bartek z Wojtkiem są na Podhalu, Mateusz mieszka w Częstochowie.

20 lat to szmat czasu. Czuł się pan kiedyś zmęczony i myślał o zakończeniu działalności zespołu?

Niewiele było takich momentów. Muzykowanie to tak naprawdę ciężki kawałek chleba i bywa bardzo frustrujące. Wydając każdą nową płytę, czuję się jakbym debiutował. Za każdym razem trzeba się zmagać z jakimiś przeciwnościami. Choćby zawsze chcemy, żeby naszą nową piosenkę zagrało radio, a dziś wcale nie ma pewności, że tak się stanie. Kiedyś myślałem, że jak się odniesie duży sukces, to potem powinno być już tylko łatwiej. Tak jak w innych branżach. Tymczasem w show-biznesie wcale to tak nie działa do końca, więc bywa to frustrujące. Miłość do muzyki wszystko jednak przezwycięża i trwamy dalej, robiąc to, co kochamy.

W ciągu tych minionych dwóch dekad nieco zmieniła się wasza muzyka – od bardziej elektronicznego brzmienia do żywego grania o rockowym tonie. Z czego to wynika?

Z chęci rozwoju i zmian. To całkiem normalne. Chcemy zaskakiwać naszych słuchaczy i robić nowe rzeczy, żeby się tym nie znudzić. Szukamy ciągle nowych rozwiązań muzycznych, aby nie stać w miejscu. A że mamy takich, a nie innych muzyków w składzie, wykorzystujemy takie, a nie inne instrumenty, to możemy sobie na to pozwolić i to jest w tym wszystkim piękne.

Na ostatnim albumie „Widzialne/Niewidzialne" sięgnęliście nie tylko po góralszczyznę, ale też po folklor z innych części świata. To efekt waszych wojaży po innych kontynentach?

Raczej naszej fascynacji różną muzyką. Rzeczywiście ta płyta jest eklektyczna i pojawiają się na niej różne brzmienia, ale to czyni ją tylko ciekawą. Bo my tacy jesteśmy. Zawsze fascynowaliśmy się różnymi płytami – od jazzu, przez etno, po rocka. Muzyka ludowa na całym świecie jest bardzo podobna do siebie i ma wiele wspólnych cech. Dobrze się ją więc przemyca. Można połączyć góralszczyznę z folklorem z Senegalu i to będzie świetne. Trebunie-Tutki nagrali płytę z zespołem reggae Twinkle Brothers z Jamajki – i jakież to było fascynujące! Jest tu więc duże pole do popisu.

Trzeba też podkreślić, że piosenki Zakopowera niosą zawsze pozytywne przesłanie.

Staramy się, aby w naszych piosenkach zawsze była zawarta jakaś refleksja nad życiem i światem. To dobrze – bo trzeba śpiewać o czymś. Nie lubię błahych tekstów, które opowiadają o rzeczach nieistotnych. Fajnie jest, kiedy piosenka ma głębszy sens. Wtedy może słuchaczy wzbogacić wewnętrznie, podnieść na duchu, rozweselić, skłonić do przemyśleń.

Po 20 latach współpracy z Mateuszem Pospieszalskim wydaliście właśnie pierwsze nagranie z innym producentem – „Otentutoja" z Leonem Krześniakiem. Potrzebowaliście świeżego spojrzenia na waszą muzykę?

To zupełnie naturalna droga. Chcemy zmienić i odświeżyć nasze piosenki. Tak trzeba robić, żeby to wszystko miało sens i żeby był progres. Świetnym przykładem takiego myślenia był Miles Davis, który cały czas zmieniał swych współpracowników i wykorzystywał najbardziej utalentowanych muzyków z kolejnych pokoleń do tworzenia własnej muzyki. Dzięki temu jest ona ponadczasowa. My też szukamy dla siebie nowej przestrzeni.

I jak się wam pracowało z producentem z młodego pokolenia?

Super. Mimo że Leon jest dużo młodszy od nas, to rozumiemy się świetnie. Przygotowaliśmy z nim materiał na całą nową płytę, ale na razie co jakiś czas będziemy prezentować kolejne single. Może we wrześniu pojawi się następny. Praca nad tym materiałem była wielką przyjemnością i świetną zabawą. Poznaliśmy się z Leonem na tydzień przed wejściem do studia, ale kiedy zaczęliśmy nagrywać, poczuliśmy, jakbyśmy się znali całe życie.

Jaka będzie ta nowa płyta Zakopowera?

Na pewno będzie nowocześnie brzmiała, ale nie straci ducha Zakopowera. Będzie nadal wiadomo, kto to śpiewa i kto to gra, bo przecież nie możemy udawać kogoś innego, kim nie jesteśmy. Cokolwiek byśmy nie zagrali, to i tak będzie słychać, skąd pochodzimy. Na tym chyba polega siła tego projektu.

eprasa.pl f3ce7076cb

MOTORYZACJA

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

FIAT seicento, 1,1, 2008r., 784-149-878

OPEL meriva, 1,4, benzyna, 2009r., nowa instalacja gazowa, 609-479-568

TOYOTA RAV4, Zakład Usługowo Produkcyjny Lasów Państwowych w Łodzi ul. Legionów 113, 91-073 Łódź oferuję do sprzedaży samochód osobowy Toyota RAV4, rok produkcji 2012, cena 25.990,00 zł brutto
Szczegóły przetarg na stronie: www.lodz.|asy.gov.pl/zup oraz pod numerem tel. 607 610 773

OSOBOWE KUPIĘ

AUTO każde kupię, 603-471-335

1 - 001 absolutnie autoskup wszystkie, 533-232-606

1 - 10 h autoskup - wszystkie marki osobowe dostawcze, 533-232-606

12h autoskup, 664-040-076

AUTOSKUP - każdą markę. Najlepsze ceny!! Zadzwoń i Sprawdź!!!, 503-747-835

BMW auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

CITROEN auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

FIAT auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

FORD auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

KABRIOLET zadbany, np. Fiat, Opel, VW, Renault, Peugeot, inne, 608-097-274

MERCEDES auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

NISSAN auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

OPEL auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

PEUGEOT auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

RENAULT auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

SKODA auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

TOYOTA auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

VW auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

ROLNICZE KUPIĘ

1 - 001 skup ciągników i maszyn rolniczych, 533-232-606

ZABYTKOWE KUPIĘ

AUTO z PRL-u, fiata 125p, 126p, wołgę, moskwicza, ładę, 608-097-274

FIATA Cinquecento, 126 p., Uno od I właściciela, zadbane, 608-097-274

KABRIOLET zadbany VW, Mercedes, Fiat, inne, 608-097-274

KUPIĘ silnik do wartburga, syreny, trabanta i inne stare części, koła do żuka, 660-130-031

MOTOR, motorynkę - również uszkodzone, części kupi osoba prywatna, 517-427-930

MOTORYNKĘ, WSK, WFM, SHL, Junaka, Osę, Komara, CZ i inne, 608-097-274

PRZYCZEPKĘ campingową Niewiadów N126, 132 zadbaną, 608-097-274

PRZYCZEPKĘ towarową N250 do fiata 126p zadbaną, 608-097-274

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat, Flaming, kolarkę i inne, 608-097-274

SILNIK zabytkowy do roweru - Maw Gnom, Dongo, inne, 608-097-274

STARY samochód kupi osoba prywatna, 660-130-031

SYRENĘ - części lub inne stare auto - kupi osoba prywatna, 517-427-930

ZASTAWĘ, Zaporożca, Wołgę, Trabanta, Wartburga, inne kupię, 608-097-274

CIĘŻAROWE, DOSTAWCZE SPRZEDAM

FIAT ducato, 2012r., 605-368-201

AUTOREKLAMA

motofakty.pl

Motoryzacja
na wysokich obrotach

motofakty.pl

KUPON NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

Dziennik ŁÓDZKI

Zaznacz odpowiednią rubrykę

❑ oddam za darmo ❑ potrzebuję ❑ hobby ❑ odzież
❑ sprzęt domowy ❑ rolnicze ❑ rozmaite
❑ art. dziecięce ❑ zamienię ❑ życzenia

❑ sprzedam ❑ kupię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku.
2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.
3. Kupon oryginalny prosimy przekazać osobiście lub przesłać pocztą na adres: Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19.
4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).
5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

Regulamin

W ramach promocji ogłoszeń niekomercyjnych od osób prywatnych (bezpłatnie) przyjmujemy następujące ogłoszenia drobne:*

1. Do poniedziałkowego tygodnika „PRACA" ogłoszenia w rubryce szukam pracy - limit miejsca.

2. Do środowego dodatku ogłoszenia w rubrykach:

a) oddam za darmo:
wszystko oprócz: telefonów komórkowych, akcesoriów do nich i aktywacji oraz leków psychotropowych

b) potrzebuję:
wszystko do domu oprócz: telefonów i aktywacji oraz artykułów mogących służyć działalności gospodarczej

c) hobby:
- filatelistyka, numizmatyka, instrumenty muzyczne do 500 zł;
- antyki - pojedyncze przedmioty - sprzedaż do 500 zł;
- płyty analogowe, książki i czasopisma;
- rośliny i zwierzęta oferowane bezpłatnie

d) sprzęt domowy:
meble, dywany i wykładziny kupno i sprzedaż do 200 zł, armatura łazienkowa i kuchenna, w tym: wanny, umywalki, zlewozmywaki, termy, muszle itp.

e) rozmaite:
- art. dziecięce: wózki, odzież, zabawki;
- odzież: wszystko oprócz futer i kożuchów

f) rolnicze:
wszystko oprócz maszyn rolniczych

g) zamiany:
wszystko oprócz nieruchomości

h) życzenia: drobne

3. Do środowego dodatku ogłoszenia dotyczące:

a) sprzedaży:
samochodów osobowych, vanów, terenowych, samochodów retro, motocykli, maszyn rolniczych do 3.000 zł

b) kupna i zamiany:
samochodów osobowych, samochodów retro, motocykli i maszyn rolniczych

c) sprzedaży i kupna:
części i akcesoriów sam. osobowych

Oprócz skupu i sprzedaży aut lub ogłoszeń i ich ilości (max. 5 ogłoszeń) mogących służyć działalności gospodarczej.

***Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru.**
Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.
Czas oczekiwania na publikację ogłoszenia bezpłatnego do trzech tygodni.

KUPON NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

Dziennik ŁÓDZKI

Zaznacz odpowiednią rubrykę

❑ osobowe ❑ zabytkowe ❑ części akcesoria
❑ rolnicze ❑ motocykle ❑ moto - inne

❑ sprzedam ❑ kupię ❑ zamienię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku.
2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.
3. Kupon oryginalny prosimy przekazać osobiście lub przesłać pocztą na adres: Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19.
4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).
5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

UWAGA!!! - przed złożeniem zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej należy zapoznać się z treścią Zasad Ogólnych oraz Zasad Szczególnych umieszczania ogłoszeń (w tym ogłoszeń drobnych) obowiązujących w przedsiębiorstwie Polska Press Sp. z o.o. w Warszawie, dostępnych w Internecie pod adresem www.reklama.polskapress.pl (dalej łącznie jako Zasady).

UWAGA!!! – złożenie zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej oznacza akceptację Zasad przez osobę składającą zlecenie.

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych osoby zlecającej publikację ogłoszenia, w tym informacja o Administratorze tych danych, znajduje się na niniejszym druku.

SKRÓCONA NOTA INFORMACYJNA

Kto przetwarza Państwa dane osobowe?
Administratorem Państwa danych osobowych jest spółka Polska Press Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie (02 – 672) przy ul. Domaniewskiej 45 (dalej: „my"), wpisana do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m. st. Warszawy XIII Wydział Gospodarczy po numerem KRS 0000002408. Nasze pozostałe dane kontaktowe to e-mail: rodo.zgloszenia@polskapress.pl.

Inspektor Ochrony Danych
We wszelkich kwestiach dotyczących ochrony danych osobowych mogą się Państwo kontaktować z wyznaczonym przez nas inspektorem ochrony danych. Kontakt ten może nastąpić na adres e-mail: iod@polskapress.pl.

W jakim celu są nam potrzebne Państwa dane osobowe?
Państwa dane osobowe są nam potrzebne, by:
- zawrzeć i wykonać umowę (jeśli dojdzie do zawarcia umowy),
- dokonać rozliczeń finansowych wynikających z tej umowy, w tym wypełnić ciążące na nas obowiązki podatkowe i rachunkowe,
- badać Państwa satysfakcję i opinię,
- móc w razie potrzeby wykazać zasadność naszych roszczeń, zrealizować nasze prawa lub obronić się przed roszczeniami, korzystać z naszych uprawnień,
- rozwijać i monitorować naszą działalność biznesową, m.in. poprzez wykonywanie wewnętrznych analiz i statystyk,
- prowadzić działania marketingowe z zakresu marketingu bezpośredniego naszego i podmiotów trzecich polegające na informowaniu o różnych wydarzeniach (eventach), wysyłaniu spersonalizowanych ofert i treści w zakresie dotyczącym działalności i oferowanych przez nas lub naszych partnerów produktów i usług.

Jeśli wyrażą Państwo dodatkową i dobrowolną zgodę wówczas będziemy mogli również:
- przetwarzać Państwa dane w celu przedstawienia Państwu informacji handlowych i marketingowych na temat naszych towarów lub usług lub towarów i usług naszych partnerów za pomocą telekomunikacyjnych urządzeń końcowych oraz automatycznych systemów wywołujących lub za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej.

Jeśli cofną Państwo zgodę na przetwarzanie danych w celach marketingowych lub wyrażą Państwo sprzeciw w tym zakresie wówczas będziemy przetwarzać Państwa dane przez dalsze 3 miesiące na tzw. liście Robinsonów tj. liście osób, które nie życzą sobie dalszych kontaktów marketingowych z naszej strony.

Jakie prawa Państwu przysługują?
Posiadają Państwo prawo do:
- żądania od nas dostępu do swoich danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia („prawo do bycia zapomnianym") lub ograniczenia przetwarzania,
- wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych na potrzeby marketingu bezpośredniego, które powoduje zaprzestanie przetwarzania przez nas Państwa danych w celach marketingu bezpośredniego,
- wniesienia sprzeciwu – z przyczyn związanych z Państwa szczególną sytuacją – w przypadku przetwarzania danych osobowych na podstawie prawnie uzasadnionego interesu. Jednakże w takiej sytuacji będziemy dalej przetwarzać Państwa dane osobowe w niezbędnym zakresie, jeżeli po naszej stronie będzie istniał ku temu uzasadniony powód,
- przenoszenia danych przetwarzanych w związku z wykonaniem umowy lub na podstawie Państwa zgody.

Jeśli podstawą przetwarzania przez nas danych osobowych jest Państwa zgoda, wówczas posiadają Państwo prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie zgody nie wpływa jednak na zgodność z prawem przetwarzania przez nas danych osobowych, którego dokonaliśmy na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

Wszystkie powyżej wymienione uprawnienia mogą Państwo wykonać poprzez zwrócenie się na adres kontaktowy: rodo.zgloszenia@polskapress.pl albo pisemnie na nasz adres: Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa.
Jeżeli nasze wyjaśnienia i działania okażą się niewystarczające lub wadliwe, mogą Państwo w każdej chwili wnieść skargę do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Pełna wersja Noty
Niniejsza Nota nie przedstawia wszystkich informacji na temat przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych. Pełna wersja Noty dostępna jest na naszej stronie internetowej www.prywatnosc.polskapress.pl, a także w naszej siedzibie oraz w Biurach Ogłoszeń.
Prześlemy Państwu pełną wersję noty na Państwa adres mailowy, jeżeli wyrażą Państwo takie życzenie i podadzą nam swój adres e-mail w tym celu.

OGŁOSZENIA NA TELEFON - PŁATNE

800 472 852
42 647 28 52

Kierownik działu ogłoszeń
Magdalena Śliwińska: magdalena.sliwinska@polskapress.pl

BIURO REKLAMY I OGŁOSZEŃ:

ŁÓDŹ

ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 42 66-59-455

eprasa.pl f3ce7076cb

FOT. FB

Paulina Polko: Służby rosyjskie za niewielkie sumy poszukują w internecie kandydatów do swoich zleceń

można zauważyć dziurę w ogrodzeniu. Na dworcu zwrócić uwagę na pozostawione bagaże czy paczki. Doświadczenia z Zachodu pokazują, że warto też obserwować, co się dzieje w sąsiedztwie. Nie chodzi o wścibskość, ale dostrzeganie pewnych nienaturalnych detali. Brytyjczycy mierzący się z aktami terroryzmu nie bagatelizowali takich sygnałów. Czytałam raport o tym, jak seniorka zadzwoniła zaniepokojona na policję. Obok niej wprowadzało się młode małżeństwo. Nowi sąsiedzi tłumaczyli, że mają dzieci, ale kobieta nie zauważyła podczas przeprowadzki żadnych zabawek, wózka, łóżeczka czy nawet wyposażenia domowego, jak lampa, kanapa etc. Tylko pudła. Wydało się jej to dziwne. Służby to sprawdziły i mieszkanie okazało się dziuplą wykorzystywaną do działalności terrorystycznej. Z kolei na jednym z uniwersytetów profesor zgłosił studenta, który był nadzwyczaj zainteresowany hodowlą złośliwych wirusów. Pytał, jak je hodować, transportować, skupiał się na detalach i technicznej wiedzy. Ciekawość aż raziła. Jak się później okazało, ta osoba była również powiązana z niepożądanymi grupami. Czujność jest niezwykle potrzebna. Zdaję sobie sprawę, że obserwacje i informowanie służb nie są dość popularne w naszym społeczeństwie ze względu na historyczne zaszłości, ale należy zmienić podejście, bo chodzi o nasze bezpieczeństwo.

Komu to zgłaszać?

Ochronie, Straży Ochrony Kolei, ale przede wszystkim policji. Ta formacja ma pewne braki kadrowe, ale musi wziąć na siebie ciężar, aby dokładnie zweryfikować każdy niepokojący sygnał. To rola przełożonych, aby dobrze te siły dysponować. Nie może być tak, że przypadkowa osoba znajduje na polu drona tylko dlatego, że ktoś wcześniej sprawdził coś „po łebkach".

Pożar, upadek niezidentyfikowanego obiektu, kiedy jeszcze nie ma oficjalnego komunikatu służb, ale w internecie już zaczynają krążyć różne niepokojące teorie szybko zyskujące popularność. To nie przypadek?

Dotykamy kolejnej zmory naszych czasów, a więc działań hybrydowych w internecie oraz dezinformacji. Niestety, komunikacja jest słabym elementem naszego państwa. Nie może być tak, że w instrukcji dla obywateli mamy opisane określone zachowania w przypadku alarmu, jak np. śledzenie komunikatów w oficjalnych kanałach, a kiedy to się dzieje, tych komunikatów nie ma. Nie może być tak, że państwo ostrzega, że nie wysyła żadnych linków przez wiadomości tekstowe RCB, by kilka dni później wysłać link do poradnika bezpieczeństwa z którym, swoją drogą, należy się zapoznać.

Nawiązała Pani do nocnego alarmu w rejonie Lublina pod koniec lipca. Kilka tygodni później, będąc w Bieszczadach, otrzymałem SMS z informacją o zmasowanym ataku na zachodnią Ukrainę, a później z odwołaniem alarmu. Może wyciągamy wnioski, ale za wolno?

Mamy czwarty rok pełnoskalowej wojny za naszą wschodnią granicą. Musimy działać szybciej, sprawniej i wypracować solidną praktykę. Jeżeli jest alarm, to od razu w oficjalnych komunikatach w telewizji, radiu, internecie, aplikacjach i esemesach powinien był wyjaśniający komunikat, choćby lakoniczny. Nieprzypadkowo podkreśliłam różne kanały dystrybucji informacji, bo mamy zróżnicowane społeczeństwo. Seniorzy mogą szukać informacji w tradycyjnych środkach przekazu, jak radio czy telewizja, ale młodsi już tylko w internecie.

Jeszcze dochodzi kwestia zaufania do państwa i służb. Przeglądając dyskusje w internecie, ale czasem wsłuchując się w rozmowy, można usłyszeć o braku zaufania, co jest podsycane przez anonimowe konta.

Jak mamy sobie z tym radzić?

Dla mnie szokiem były wyniki sondy przeprowadzonej na jednym z portali internetowych po incydencie na torach związanym ze zniszczeniem fragmentu torowiska na wschodzie Polski, co mogło doprowadzić do wykolejenia pociągu osobowego. Jako potencjalnych sprawców wskazano w drugiej kolejności rząd i premiera. Rozumiem, że są różne poglądy polityczne. Nie zawsze podoba się ten czy inny premier oraz prezydent, ale zakładać, że przedstawiciele polskich władz planują zamach na obywateli? Trzeba mieć wypaczoną wizję świata. Niewiarygodne.

Ta obca propaganda ma się dobrze?

Niestety tak, ale nie tylko to jest przerażające. NASK w jednym z ostatnich raportów wskazał, że konta szerzące dezinformację w naszych mediach społecznościowych nie są wyłącznie rosyjskie czy z innego wschodniego kraju, ale w przeważającej większości już pochodzą z Polski. Nie są tylko polskojęzyczne, ale wręcz zakładane i prowadzone przez Polaków.

Zafascynowani pożyteczni idioci? Osoby nastawione na łatwy zarobek?

Zapewne to i to, ale trudno określić proporcje. Rosyjskie służby słusznie odczytują rzeczywistość, bo poza mniejszym procentem, co i tak jest już zdumiewające, to trudno w Polsce zbudować sympatię do Rosji. Nikt ze zdrowym rozsądkiem nie uwierzy w jej pokojowe nastawienie, a większość doskonale zna historię relacji polsko-rosyjskich, które dla nas kończyły się tragicznie. Dlatego lansowane są tezy w internecie podważające zaufanie do państwa, polityków, służb, ale także Ukrainy, Unii Europejskiej czy NATO. To budowanie antyukraińskich nastrojów idzie im bardzo dobrze, jak i podważanie sojuszy. W zasadzie efekt jest tożsamy. Nie budują poparcia dla Rosji, ale buduje się niechęć do własnego państwa, lansując tezy, że wszystko, co robią politycy czy służby, jest sterowane z zagranicy. Potem czytamy teorie oderwane od rzeczywistości, że żołnierze nie pilnują torów, tylko idą tam podkładać ładunki lub zacierać ślady. Jak widać, ktoś to kupuje. I choć nie rośnie sympatia do Rosji, to ten kraj zyskuje na tej destabilizacji, bo osłabia państwo.

Użytkownik internetu jest w stanie bezkrytycznie uwierzyć w najbardziej szokującą teorię „mariuszowiPolakowi090233" niż dziennikarzowi podpisującemu się własnym imieniem i nazwiskiem z redakcji o ugruntowanej pozycji. Owszem, zdaję sobie sprawę, że i w mediach zdarzają się błędy, ale jednak dziennikarz w większości wydzwania, weryfikuje informacje.

Niestety, świat pędzi, jest skomplikowany, rozwiązanie problemu często nie jest zero-jedynkowe, a tymczasem ludzie szukają prostych odpowiedzi. Kłamstwo może mieć jedno zdanie, ale udowodnienie, że to kłamstwo, już pięć... Rzeczowy artykuł zajmie pewnie kilka lub kilkanaście tysięcy znaków, a wpis w mediach społecznościowych z fejkowym zdjęciem – kilka zdań. Z jednej strony trzeba poświęcić kilka minut, trochę wysiłku intelektualnego, a z drugiej wystarczy chwila.

To jest jednak zastanawiające, że dzieje się to w coraz bardziej wykształconym społeczeństwie. Ważne jest ograniczone zaufanie do źródeł, zwłaszcza anonimowych. Należy weryfikować informacje, co nie jest problemem w dobie internetu. Konieczna jest czujność, krytyczne myślenie i zdolność do refleksji wobec tego, co czytamy w internecie. Zdaję sobie sprawę, że trudno ten nawyk wyrobić w osobie dorosłej – pozostaje nam tylko apelować o zdrowy rozsądek. Dlatego państwo powinno uczyć tych nawyków od najmłodszych lat w szkołach.

eprasa.pl f3ce7076cb

LUDZIE

Dwie siostry, jedna niezwykła historia

Ich historia przed laty poruszyła całą Polskę. Daria i Olga Kołacz przyszły na świat jako bliźniaczki syjamskie, zrośnięte w dolnym odcinku kręgosłupa

Barbara Galas

Dziś są dorosłymi, samodzielnymi kobietami. Studiują, pracują, rozwijają pasje i angażują się w projekty społeczne.

Do Rzeszowa przyjechały podczas dwunastej już akcji pomocy kobietom i dzieciom z Ukrainy, które w rosyjskich atakach straciły kończyny. Do tej pory w ramach przedsięwzięcia wykonano już ponad 300 protez. Koszty wykonania protez, a także pobytu pacjentów w Rzeszowie, pokrywa Fundacja Opieki nad Ofiarami Wojny i Katastrof ALAMEEN, działająca dzięki wsparciu króla Salmana z Arabii Saudyjskiej.

FOT. BARBARA GALAS

Daria i Olga Kołacz z Janikowa przyjechały do Rzeszowa w roli ambasadorek fundacji ALAMEEN

Jeździła po Polsce, szukała lekarzy

Daria i Olga urodziły się 8 października 2003 roku w Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. Były bliźniaczkami syjamskimi, zrośniętymi w dolnym odcinku kręgosłupa. Ich mama, Wiesława Dąbrowska, dowiedziała się o tym, że urodzi bliźnięta syjamskie, dopiero w 32. tygodniu ciąży.

- To był szok i niedowierzanie. Ale nie było już czasu na zastanawianie się, rozpamiętywanie czy pytanie, dlaczego właśnie my. Trzeba było po prostu działać - wspomina dziś pani Wiesława.

Zaczęła się walka. Mama jeździła po Polsce, szukała lekarzy, konsultacji i specjalistów, którzy mogliby podjąć się rozdzielenia córek. Każda kolejna rozmowa dawała nadzieję, ale jednocześnie przypominała, jak trudna będzie to droga.

W tym samym czasie do działania przystąpił bratanek pani Wiesławy. W internecie, po angielsku, opisał historię dziewczynek. I właśnie ta internetowa wiadomość dotarła do Arabii Saudyjskiej, do lekarzy pracujących w jednym z tamtejszych szpitali. Historia bliźniaczek trafiła następnie do członków saudyjskiej rodziny królewskiej. Wtedy wydarzyło się coś, czego rodzina Kołaczów się nie spodziewała. Padła propozycja, że w całości pokryje koszty operacji ówczesny następca tronu, późniejszy król Abdullah bin Abdulaziz Al Saud.

Bez wahania

3 stycznia 2005 roku w Rijadzie rozpoczęła się wieloetapowa operacja rozdzielenia Darii i Olgi. Zabieg trwał 18 godzin. Kierował nim dr Abdullah Al-Rabeeah, a w operacji uczestniczyło około 50 lekarzy i specjalistów.

Była to operacja niezwykle skomplikowana i obarczona ogromnym ryzykiem. Dla rodziny dziewczynek były to godziny pełne napięcia, strachu i nadziei. A potem przyszła wiadomość, na którą wszyscy czekali. Operacja się udała. Dziewczynki zostały rozdzielone. Dla ich mamy oznaczało to początek zupełnie nowego życia.

- Po rozdzieleniu była przede wszystkim radość i szczęście. Każda matka cieszyłaby się, że operacja się udała i wszystko poszło pomyślnie - wspomina pani Wiesława.

Dziewczynki nie wróciły jednak od razu do Polski. W Arabii Saudyjskiej czekała je jeszcze trzymiesięczna rehabilitacja.

- Doprowadzono je tam do takiego stanu, że kiedy wróciłyśmy do Polski, już raczkowały - wspomina pani Wiesława.

Powrót do Polski nie oznaczał końca tej historii. Wręcz przeciwnie. Arabia Saudyjska stała się drugim domem. Po operacji rodzina regularnie wracała do Rijadu na kontrole. Lekarze, którzy zajmowali się dziewczynkami jako małymi dziećmi, nadal interesowali się ich losem. Analizowali wyniki badań i obserwowali ich rozwój. Dla rodziny Kołaczów Arabia Saudyjska przestała być po prostu miejscem, w którym odbyła się operacja. Stała się częścią ich życia.

- Od tamtego czasu regularnie latamy tam na kontrole. Wszystkie badania są przekazywane lekarzom w Arabii Saudyjskiej, oni je przeglądają i sprawdzają. Dla nas Arabia Saudyjska to drugi dom. Traktują nas jak rodzinę, a my ich również traktujemy jak rodzinę - mówi Wiesława Dąbrowska. Dziś, po ponad 21 latach od operacji, ta więź wciąż jest żywa.

Dwie siostry, dwa charaktery

Daria i Olga nie mogą pamiętać samej operacji. Były wtedy bardzo małe. Historię własnego życia poznawały stopniowo - ze zdjęć, nagrań telewizyjnych, opowieści rodziców i materiałów prasowych.

- Właściwie dowiedziałyśmy się o tym ze zdjęć. Później były programy telewizyjne, media, przyjeżdżali dziennikarze. Tak naprawdę historia naszego życia była wokół nas i z czasem coraz bardziej zaczęłyśmy ją poznawać - mówi Daria.

Dziś trudno patrzeć na Darię i Olgę wyłącznie przez pryzmat ich historii medycznej. Są przede wszystkim dwiema dorosłymi kobietami. Samodzielnymi. Aktywnymi. Mającymi własne zainteresowania i plany. Choć wyglądają niemal identycznie, ich mama od początku podkreślała, że charakter mają zupełnie różny.

- Olga jest bardziej uparta i wojownicza. Daria jest spokojniejsza i bardziej wrażliwa. Każda ma inne upodobania i zainteresowania. Każda chodzi swoją drogą - mówi pani Wiesława.

Siostry tylko to potwierdzają. - Właściwie nasze charaktery są bardzo różne. Tak samo jak zainteresowania - mówi Olga.

Dziewczynki, o których kiedyś mówiła cała Polska, dorosły. Dziś studiują, pracują i rozwijają swoje zainteresowania. Angażują się również w projekty społeczne i występują jako ambasadorki dialogu międzykulturowego.

- Bardzo lubimy latać do Arabii Saudyjskiej. Podoba nam się tam właściwie wszystko - mówi Daria.

Po chwili obie wskazują na coś, co szczególnie zapadło im w pamięć. Życzliwość. - Zawsze witają nas bardzo serdecznie. Naprawdę nie możemy powiedzieć o nich nic złego - dodaje Olga.

Więź z Arabią Saudyjską jest dla sióstr tak ważna, że od pewnego czasu uczą się również języka arabskiego. Operacja uratowała im życie, ale nie sprawiła, że wszystkie problemy zniknęły. Siostry wymagają rehabilitacji i muszą uważać na kręgosłup. Nie traktują jednak swoich ograniczeń jako granicy, której nie można przekroczyć. - Rehabilitację cały czas mamy i musimy mieć. Ale staramy się żyć normalnie, tak jak inni ludzie - mówi Daria. -Mamy pewne ograniczenia związane z kręgosłupem, ale staramy się nimi nie przejmować i nie pozwalać, żeby nas ograniczały bardziej, niż jest to konieczne - dodaje Olga.

„Dzięki niemu możemy żyć osobno"

Kiedy pytamy je o człowieka, który przed laty sfinansował ich operację, w głosie pojawia się wdzięczność. Daria i Olga wiedzą, że bez tej pomocy ich życie mogłoby wyglądać zupełnie inaczej.

- Czujemy się wyróżnione, bo przecież nie zdarza się codziennie, żeby spotkać człowieka, który podjął decyzję o sfinansowaniu takiej operacji. Jesteśmy mu bardzo wdzięczne. Nie wiadomo, jak wyglądałoby nasze życie, gdyby wtedy nie otrzymałyśmy tej pomocy - mówi Daria.

Dziewczyny przyjechały do Rzeszowskich Zakładów Ortopedycznych, gdzie trwa już dwunasta akcja pomocowa. To właśnie tutaj polscy i saudyjscy specjaliści wspólnie wykonują protezy dla osób poszkodowanych w wyniku wojny w Ukrainie, a także dla tych, którzy urodzili się bez kończyn.

Dla Darii i Olgi to spotkanie ma również osobiste znaczenie. Od lat współpracują z saudyjską fundacją i dobrze znają osoby zaangażowane w jej działalność. Ich obecność w Rzeszowie była więc symbolicznym spotkaniem dwóch historii - tej, która ponad 21 lat temu dała im szansę na życie osobno, oraz tej, która dziś pomaga kolejnym potrzebującym odzyskać sprawność i nadzieję.

©℗

eprasa.pl f3ce7076cb

STRONA ZDROWIA

Za tydzień: Zawał serca - objawy, leczenie, zapobieganie i powikłania. Co robić, gdy liczy się każda minuta?

PROFILAKTYKA

Nie tylko koronawirus, grypa i RSV. Tych 7 wirusów jest już w obiegu. Nie poddawaj się bez walki

Przestrzeganie zasad higieny, unikanie bliskiego kontaktu z chorymi osobami i szczepionki to kilka ze sposobów, które możesz zrobić, aby ograniczyć ryzyko zachorowania

G. Fedyk, A. Kamińska/PAP

Mimo że Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) w maju 2023 roku ogłosiła koniec pandemii koronawirusa, to SARS-CoV-2 (w tym niebezpieczny FLiRT) wciąż pozostaje w obiegu. To niejedyny wirus, który należy znać. Sezon na infekcje zbliża się wielkimi krokami, a poza COVID-19 i grypą możesz zachorować na inne choroby. Oto 7 wirusów, które atakują:

FOT. 123RF

Grypa, koronawirus i inne wirusy mogą być groźne dla twojego zdrowia. Przez to, że rozprzestrzeniają się w podobny sposób, możesz próbować się przed nimi chronić

Covid-19

Covid-19 to choroba zakaźna układu oddechowego wywołana zakażeniem wirusem SARS-CoV-2. W Polsce ludzie najczęściej chorują na wariant Omikron, w którego obrębie wyróżnia się podwarianty, m.in. Kraken (podwariant Omikron XBB.1.5); Pirola (podwariant Omikron BA.2.86); Eris (podwariant Omikron EG.5.1).

Objawy charakterystyczne dla Covid-19, to: katar, kichanie, ból głowy, ból gardła, zmęczenie, zaburzenia węchu i smaku.

Grypa

Grypa to jedna z najpowszechniejszych infekcji dróg oddechowych. Szczyt zachorowań przypada zazwyczaj na zimowe miesiące roku. Wirus grypy bardzo szybko mutuje, przez co przechorowanie daje krótkotrwałą odporność.

Do objawów grypy należą: nagła wysoka temperatura, bóle mięśni, uczucie zmęczenia lub wyczerpania, suchy kaszel, ból gardła, ból głowy, trudności z zasypianiem, brak apetytu.

Nudności i wymioty nie są częstymi objawami u dorosłych, ale czasami występują u dzieci. Większość objawów ustępuje po 1 do 2 tygodni od ich wystąpienia, ale suchy kaszel i ogólne zmęczenie mogą utrzymywać się przez kilka kolejnych tygodni.

Wirus RSV

Wirus RSV należy do rodziny paramyxowirusów. Zwykle powoduje objawy podobne do przeziębienia. Tak jak w przypadku innych wirusów oddechowych, do zakażenia dochodzi drogą kropelkową poprzez bliski kontakt z osobą zakażoną. Okres inkubacji wirusa RSV wynosi od 2 do 8 dni. Jest szczególnie niebezpieczny u dzieci i osób starszych.

Charakterystyczne objawy RSV to: gorączka, kaszel, kichanie, katar, szybsze oddychanie, trudności z karmieniem lub jedzeniem, głośny oddech (świszczący oddech), drażliwość, ból gardła, ból głowy, mniejszy apetyt.

Ze względu na podobne objawy bez testów nie da się odróżnić RSV od innych wirusów.

Adenowirus

Adenowirusy to powszechne wirusy. Zazwyczaj powodują łagodne objawy przeziębienia, na które co roku zapada wiele osób. Mogą też powodować zapalenie spojówek. Symptomy pojawiają się od 2 do 14 dni po początkowej ekspozycji.

Objawy zakażenia adenowirusem to: kaszel, ból gardła, biegunka, uczucie piasku pod powiekami i łzawienie oczu. W przypadku zdrowego układu odpornościowego objawy są zwykle łagodne i szybko mijają.

Paragrypa

Paragrypa (grypa rzekoma) odnosi się do grupy wirusów zwanych ludzkimi wirusami paragrypy (HPIV). Powodują one infekcję górnych lub dolnych dróg oddechowych.

Objawy paragrypy często są podobne do objawów przeziębienia. Gdy przypadki są łagodne, wirusy mogą zostać błędnie zdiagnozowane. Osoby z osłabionym układem odpornościowym są zagrożone rozwojem zagrażającej życiu infekcji lub powikłań.

Rinowirus (HRV)

Ludzkie rinowirusy (HRV) są wysoce zaraźliwe i są najczęstszą przyczyną przeziębienia. Rzadko prowadzą do poważnych konsekwencji zdrowotnych. Objawy zakażenia rinowirusem obejmują: kaszel, kichanie, katar, zatkanie nosa, ból gardła, ból głowy, bóle ciała, gorączkę.

Dzieci najczęściej roznoszą infekcje, to są swego rodzaju rodzinni bioterroryści. Najwyższa liczba zakażeń występuje wśród dzieci i młodzieży do 14. roku życia

DR IRENA MAŁECKA

Metapneumowirus

Ludzki metapneumowirus, określany też jako hMPV, to wirus atakujący drogi oddechowe. Należy do tej samej rodziny co wirus RSV. Jest on obecnie uważany za drugą lub trzecią główną przyczynę wirusowych infekcji dolnych dróg oddechowych i wirusowego zapalenia płuc u dzieci wymagających pomocy medycznej.

Typowe objawy hMPV to: kaszel, gorączka, przekrwienie błony śluzowej nosa, ból gardła. Mogą wystąpić też poważniejsze symptomy, obejmujące dolne drogi oddechowe, takie jak: krup, zapalenie oskrzelików, zapalenie płuc, zaostrzenie astmy.

Dzieci najczęściej chorują i przenoszą infekcje

Sezon zachorowań na infekcje dróg oddechowych trwa zwykle od października do kwietnia. Specjaliści wskazują, że najmłodsi odgrywają kluczową rolę w transmisji zakażeń w społeczeństwie.

- Dzieci najczęściej roznoszą infekcje, to są swego rodzaju rodzinni bioterroryści – mówi dr Ilona Małecka z Katedry i Zakładu Profilaktyki Zdrowotnej Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Najbardziej widoczne jest to w przypadku grypy sezonowej. Najwyższa liczba zakażeń występuje wśród dzieci i młodzieży do 14. roku życia. Dane pokazują również, że hospitalizacje z powodu grypy niemal równie często dotyczą dzieci do 5. roku życia, jak i osób po 65. roku życia.

Seniorzy ponoszą największe koszty zakażeń

Eksperci zwracają uwagę, że zagrożenie związane z infekcjami układu oddechowego rośnie wraz z wiekiem. Dotyczy to szczególnie zakażeń wirusem RSV, które coraz częściej są postrzegane jako poważny problem zdrowotny wśród osób starszych – wskazuje prof. Adam Antczak, przewodniczący Rady Naukowej Ogólnopolskiego Programu Zwalczania Chorób Infekcyjnych.

Jak podkreśla ekspert, w grupie osób w wieku 65-74 lata ryzyko hospitalizacji jest niemal dwukrotnie wyższe niż wśród osób między 18. a 49. rokiem życia. W przypadku osób po 75. roku życia jest ono już trzykrotnie wyższe. Podobne zależności dotyczą inwazyjnej choroby pneumokokowej, która występuje przez cały rok i może prowadzić do bardzo ciężkich powikłań.

Mimo że szczepienia przeciw grypie są w Polsce zalecane od 6. miesiąca życia i bezpłatne dla osób do 18. roku życia, poziom ich wykorzystania pozostaje niski. Według danych Centrum e-Zdrowia w sezonie 2025/2026 zaszczepiono jedynie 97 tys. dzieci do 4. roku życia, 100 tys. dzieci w wieku 5-9 lat, 63 tys. osób w wieku 10-14 lat oraz 42 tys. nastolatków w wieku 15-19 lat.

eprasa.pl f3ce7076cb

SANATORIA

„Wracam do domu z nową energią". Najlepsze sanatoria w lasach i puszczach

Stworzyłem aktualny ranking najlepszych polskich sanatoriów w lasach i puszczach, oparty na opiniach samych kuracjuszy

Emil Hoff

Późne lato i wczesna jesień to doskonały czas na turnus w sanatorium. Tym razem wybrałem dla was najlepsze polskie sanatoria na NFZ w lasach, w sam raz na relaks i wzmocnienie zdrowia przed nadchodzącą jesienią.

Czemu w lasach? Leśne sanatoria mają wiele walorów:
Powietrze pełne jest olejków eterycznych i fitoncydów, które niszczą bakterie, grzyby i wirusy. To jak naturalna inhalacja, która zabezpieczy was przed przeziębieniem.

Jeśli pogoda dopisze i znowu nadejdą upały, w lasach otaczających uzdrowiska możecie znaleźć cień i wytchnienie. Lasy to oczywiście także doskonałe miejsca na relaksujące spacery, kojące nerwy i przynoszące ulgę oczom. W dodatku, jeśli wasz turnus wypadnie bliżej października, w czasie leśnych spacerów będziecie mogli podziwiać piękne, kolorowe liście.

By sprawdzić, które polskie sanatoria w lasach są najlepsze, musiałem najpierw dokonać wyboru. Wyszukałem uzdrowiska słynące z tego, że otaczają je wyjątkowo bujne, malownicze lasy i puszcze.

Pominąłem Augustów i Gołdap, bo pojawiły się już w moim zestawieniu najlepszych sanatoriów nad jeziorami, a także Krynicę-Zdrój, Świeradów-Zdrój i Żegiestów-Zdrój, bo pojawiają się w rankingu najlepszych sanatoriów w górach.

Do rankingu najlepszych sanatoriów w lasach i puszczach wybrałem 7 miejscowości:

- Wieniec-Zdrój w woj. kujawsko-pomorskim otaczają piękne lasy sosnowe.
- Muszyna w woj. małopolskim sąsiaduje z Popradzkim Parkiem Krajobrazowym, czekają tu na was wzgórza Beskidu Sądeckiego, porośnięte lasami bukowymi i jodłowymi, i słynne ogrody.
- Wapienne w woj. małopolskim to najmniejsze polskie uzdrowisko, częściowo położone na terenie Magurskiego Parku Narodowego, w pobliżu Puszczy Karpackiej.
- Konstancin-Jeziorna to jedyne uzdrowisko na Mazowszu; otaczają je sosnowe Lasy Chojnowsko-Słomczyńskie i Las Kabacki.
- Nałęczów w woj. lubelskim leży blisko Kazimierskiego Parku Krajobrazowego, w okolicy nie brakuje pięknych grądów i łęgów, są też malownicze wąwozy.
- Rymanów-Zdrój na Podkarpaciu, w Beskidzie Niskim, otaczają górskie lasy bukowo-jodłowe.

Przełom lata i jesieni to jeden z najlepszych momentów na wyjazd do uzdrowiska. Temperatury są łagodniejsze, upały zelżały, a spacery po parkach zdrojowych, górskich szlakach i promenadach stają się cudowne.

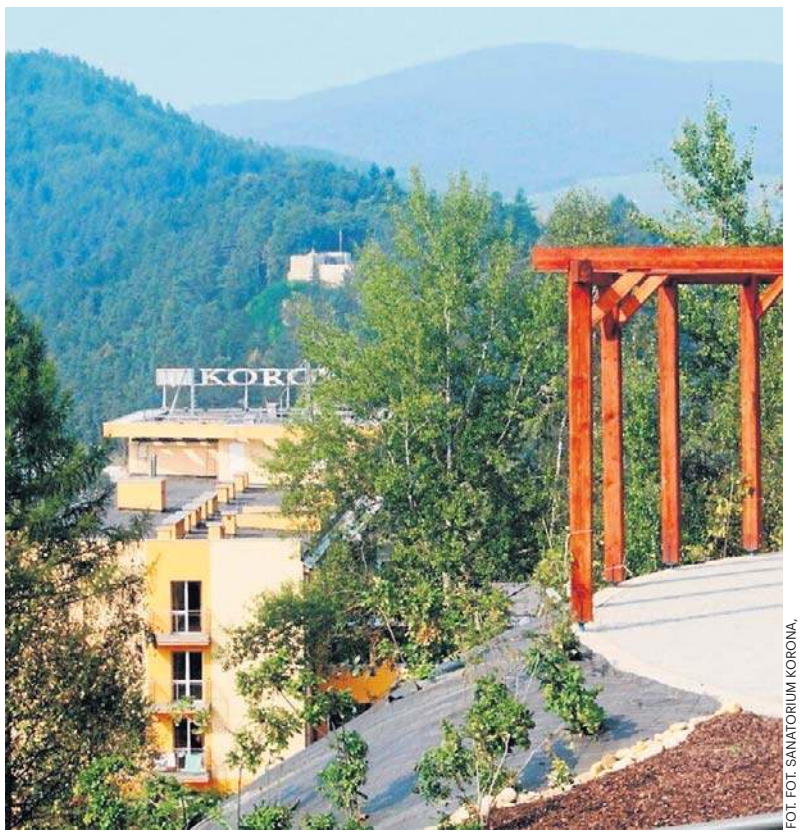
Jak powstał ranking?
Kiedy już wybrałem miejscowości do swojego rankingu, sprawdziłem w oficjalnej bazie, które działające w nich sanatoria świadczą usługi w zakresie leczenia uzdrowiskowego w ramach współpracy z NFZ. Zidentyfikowałem 14 sanatoriów.

Następnie sprawdziłem, które z sanatoriów z mojej listy cieszą się najlepszymi opiniami kuracjuszy. Wykorzystałem do tego opinie Google. To miejsce, w którym każdy może napisać recenzję dowolnego obiektu, także – jeśli chce – anonimowo, nie trzeba więc się krygować ani przymilać. Recenzje sanatoriów mogą być w pełni szczere. Ich autorzy oceniają najczęściej jakość zakwaterowania, zabiegów, wyżywienia, profesjonalizm kadry, oferowane dodatkowe atrakcje i ogólną atmosferę.

Każde z sanatoriów w moim rankingu dostało punktację. Przemnożyłem średnią ocen w opiniach Google przez liczbę recenzji, tak by premiować sanatoria z dobrymi opiniami, ale też popularne, ocenione przez jak najwięcej osób. Im więcej zadowolonych recenzentów, tym bardziej wiarygodna średnia ocen. Sanatoria ze średnią poniżej 4,0 dostawały karę: minus 400 punktów.

Ostatecznie do mojego rankingu trafiło 8 najlepszych sanatoriów leśnych w Polsce, z wynikiem powyżej 400 pkt. Cztery z nich uzyskały wynik ponad 1000 punktów.

W Polsce działa kilkaset ośrodków uzdrowiskowych, ale tylko część z nich specjalizuje się w schorzeniach narządu ruchu i kręgosłupa. Leczenie uzdrowiskowe łączy rehabilitację, fizjoterapię i naturalne źródła.



FOT. FOT. SANATORIUM KORONA,

Możecie tam spędzić niezapomniany turnus na przełomie lata i jesieni, przesycony zapachem żywicy, wśród cudownych kolorów

STYL ŻYCIA

Jak uniknąć demencji? 6 prostych sposobów do stosowania na co dzień

Oprac. Ola Głowacka

Demencja nie rozwija się z dnia na dzień. Badania dowodzą, że na zdrowie mózgu wpływają codzienne nawyki, a część przypadków otępienia można opóźnić lub nawet im zapobiec dzięki zmianie stylu życia.

Jedną z osób zwracających uwagę na rolę codziennych nawyków jest dr Eva Feldman, profesor neurologii w Michigan Medicine i University of Michigan, specjalizująca się w chorobach układu nerwowego. W rozmowie cytowanej przez „The New York Times" wskazała sześć prostych działań, które mogą wspierać zdrowie mózgu i zmniejszać ryzyko pogorszenia funkcji poznawczych wraz z wiekiem.

Używaj zatyczek do uszu
Jedna z najważniejszych rad dr Feldman dotyczy ochrony słuchu. Jak podkreśla neurolog, utrata słuchu wiąże się ze zwiększonym ryzykiem demencji. Naukowcy przypuszczają, że może mieć to związek z bliskością obszarów mózgu odpowiedzialnych za odbieranie dźwięków i pamięć. Inna hipoteza wskazuje, że osoby niedosłyszące częściej wycofują się z życia społecznego, a mniejsza liczba kontaktów z ludźmi może przyspieszać pogorszenie funkcji poznawczych.

Ekspertka zaleca używanie zatyczek do uszu lub ochronników słuchu podczas pracy w hałaśliwym otoczeniu, na przykład przy koszeniu trawnika. Radzi również kontrolować słuch przynajmniej raz na trzy lata.

Nie spędzaj dnia na siedząco
Regularny ruch jest jednym z najlepiej udokumentowanych sposobów dbania o mózg. Ćwiczenia poprawiają ukrwienie mózgu i zwiększają dopływ tlenu do komórek nerwowych. Co ważne, nie muszą to być wyczerpujące treningi. Korzyści mogą przynieść nawet codzienne spacery, rozciąganie czy lekkie ćwiczenia wykonywane regularnie.

Dr Feldman zwraca uwagę, że liczy się nie tylko aktywność, ale także ograniczenie czasu spędzanego w pozycji siedzącej. Długotrwałe siedzenie jest uznawane za jeden z czynników niekorzystnie wpływających na zdrowie.

Używaj stołka zamiast fotela
W artykule przywołano również opinię dr. Kevina Bickarta z University of California w Los Angeles, który od lat zachęca swoich pacjentów do korzystania ze stołków zamiast miękkich foteli czy wygodnych krzeseł. Taki sposób siedzenia wymaga większego zaangażowania mięśni i pomaga utrzymywać bardziej aktywną postawę.

Czyść i lecz zęby
Zdrowie jamy ustnej ma większe znaczenie dla mózgu, niż wiele osób przypuszcza. Dr Feldman przypomina, że infekcje w obrębie jamy ustnej mogą rozprzestrzeniać się na sąsiednie tkanki i prowadzić do poważnych powikłań zdrowotnych. Badania wykazały również związek między chorobami dziąseł a zwiększonym ryzykiem demencji.

Dlatego neurologowie zalecają regularne szczotkowanie zębów, codzienne używanie nici dentystycznej oraz wizyty kontrolne u dentysty co najmniej raz w roku.

Spotykaj się z innymi ludźmi
Mózg potrzebuje nie tylko aktywności fizycznej, ale także kontaktów z innymi ludźmi. Jak zwraca uwagę dr Jessica Choi, koordynatorka badań klinicznych w Duke University School of Medicine w Północnej Karolinie (USA), izolacja społeczna może sprzyjać depresji i przyspieszać pogarszanie funkcji poznawczych u seniorów. Eksperci zachęcają do uczestnictwa w klubach książki, zajęciach grupowych, spotkaniach sąsiedzkich czy innych aktywnościach pozwalających utrzymywać regularne relacje społeczne. Rozmowy, dyskusje i wspólne działania stanowią naturalny trening dla mózgu.

Chroń i ćwicz szyję
Choć niewiele osób kojarzy szyję z profilaktyką demencji, dr Feldman podkreśla, że to właśnie przez nią biegną naczynia dostarczające krew do mózgu. Urazy szyi mogą zaburzać przepływ krwi i ograniczać dopływ tlenu do komórek nerwowych.

Neurolog zaleca unikanie gwałtownych skrętów, szarpnięć oraz ryzykownych manipulacji szyją, które mogą prowadzić do urazów.

Wysypiaj się
Ostatnia rada dotyczy snu. Zdaniem dr Feldman odpowiednia ilość i jakość snu to jeden z filarów zdrowia mózgu. W czasie nocnego odpoczynku mózg utrwala wspomnienia, porządkuje informacje i usuwa produkty przemiany materii gromadzące się między komórkami nerwowymi.

Eksperci podkreślają, że przewlekłe niedosypianie może negatywnie wpływać na pamięć, koncentrację i zdolności poznawcze. Dlatego regularny, dobrej jakości sen warto traktować jako element profilaktyki demencji.

eprasa.pl f3ce7076cb

RAPORT GIS

FOT. GETTY IMAGES

Polska ma powody do umiarkowanego optymizmu, ale nie brakuje też sygnałów ostrzegawczych

WZW typu A atakuje w Polsce cztery razy częściej niż dotąd. Błonica wróciła po 25 latach

Z raportu Państwowej Inspekcji Sanitarnej wynika, że w ub.r. wyraźnie spadła liczba zachorowań na krztusiec i gruźlicę. Są jednak i niepokojące sygnały

Ola Głowacka

Jedną z najbardziej widocznych zmian odnotowanych przez inspektorów sanitarnych jest spadek liczby zachorowań na krztusiec. W 2024 roku zarejestrowano 32 430 przypadków tej choroby, podczas gdy rok później było ich 11 339. To niemal trzykrotnie mniej.

Autorzy raportu wskazują, że krztusiec podlega charakterystycznym cyklom epidemicznym. Przypominają również, że szczepienie przeciw tej chorobie jest w Polsce obowiązkowe u dzieci, a osobom dorosłym zaleca się przyjmowanie dawek przypominających co 10 lat.

Gruźlicy prawie nie ma

Dobre wiadomości dotyczą także gruźlicy. W 2025 roku zapadalność na tę chorobę po raz pierwszy spadła do poziomu 9,9 przypadków na 100 tys. mieszkańców. Dzięki temu Polska została zaliczona do państw o niskiej zapadalności na gruźlicę. Wcześniej znajdowała się w kategorii krajów o średniej zapadalności. Według autorów raportu jest to efekt wieloletnich działań profilaktycznych i diagnostycznych ukierunkowanych na ograniczanie liczby zachorowań.

Błonica wróciła po 25 latach

Największe poruszenie wzbudziła informacja o pierwszym od 25 lat przypadku błonicy gardła w Polsce. Zachorowało sześcioletnie dziecko, które nie było zaszczepione.

Błonica należy do chorób, które mogą prowadzić do ciężkich powikłań, dlatego wymagają pilnej hospitalizacji. Eksperci podkreślają, że najskuteczniejszą formą ochrony pozostają szczepienia.

Niepokojący wzrost ognisk zapalenia wątroby typu A

Niepokojące dane dotyczą wirusowego zapalenia wątroby typu A. W 2025 roku w Polsce zarejestrowano 115 ognisk tej choroby. Rok wcześniej było ich zaledwie 26. Oznacza to ponad czterokrotny wzrost w ciągu zaledwie 12 miesięcy.

Przeciw WZW typu A dostępna jest szczepionka. Zaleca się ją m.in. osobom podróżującym do krajów o wyższej liczbie zachorowań oraz wybranym grupom zawodowym związanym z produkcją żywności czy gospodarką odpadami.

Kleszcze aktywne dłużej

Raport wskazuje również na wzrost liczby przypadków boreliozy i kleszczowego zapalenia mózgu. Zdaniem autorów dokumentu może mieć to związek m.in. ze zmianami klimatycznymi, które wydłużają okres aktywności kleszczy i zwiększają ryzyko kontaktu ludzi z tymi pajęczakami.

W ub.r. odnotowano także 30 przypadków tzw. choroby Haff, określanej również jako choroba Zalewu Wiślanego. Zachorowania były związane głównie ze spożyciem samodzielnie złowionych węgorzy.

HIV, kiła i rzeżączka na wysokim poziomie

Największy niepokój specjalistów budzi jednak wzrost liczby nowo wykrywanych zakażeń HIV oraz chorób przenoszonych drogą płciową. Raport wskazuje, że liczba przypadków HIV należała do najwyższych w historii obserwacji. Wzrosła także liczba zachorowań na kiłę i rzeżączkę.

Autorzy raportu przypominają, że od maja 2025 roku test na HIV można wykonać również w podstawowej opiece zdrowotnej, a badanie jest finansowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Dane pokazują dwa równoległe trendy

Z jednej strony Polska notuje sukcesy w ograniczaniu zachorowań na krztusiec i gruźlicę. Z drugiej strony rośnie znaczenie zagrożeń związanych z chorobami odkleszczowymi, WZW typu A, HIV oraz innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową. Powrót błonicy po 25 latach przypomina natomiast, że nawet choroby uznawane za niemal wyeliminowane mogą ponownie się pojawić.

CHOROBA ALZHEIMERA

Zaskakujące wnioski rok po uruchomieniu infolinii Helpline

Oprac. Emil Hoff

Konsultanci specjalnej infolinii Helpline dla osób chorych na alzheimera i inne zaburzenia otępienne podsumowują pierwszy rok działalności. Okazuje się, że to wcale nie chorzy dzwonią z prośbami o pomoc.

Niemal rok temu – 1 października 2025 r. – Rzecznik Praw Pacjenta we współpracy ze związkiem organizacji non-profit Alzheimer Polska uruchomił ogólnopolską, bezpłatną infolinię Helpline. Jej rola jest prosta: konsultanci mają pomagać osobom chorym na alzheimera i inne zaburzenia otępienne, a także ich rodzinom i opiekunom.

Po prawie roku działalności konsultanci Helpline raportują, kto i w jakich sprawach korzystał w tym czasie z infolinii. Ich wnioski są bardzo ciekawe. Okazuje się, że to nie osoby chore na alzheimera, lecz głównie ich rodziny dzwonią na specjalną infolinię. To bliscy pacjentów stanowią 84 proc. rozmówców Helpline.

- Dzwoni córka, która zauważyła, że mama zaczęła powtarzać te same pytania. Syn, bo ojciec coraz gorzej radzi sobie z codziennymi sprawami. Wnuczka, bo babcia zaczęła gubić się w dobrze znanych miejscach. Bliscy często nie wiedzą, gdzie przebiega granica między zmianami związanymi z wiekiem a objawami, które powinny skłonić do konsultacji ze specjalistą. Pytają więc, co obserwować, do kogo zgłosić się w pierwszej kolejności i jak rozmawiać z osobą, która sama nie widzi problemu albo nie chce szukać pomocy – opowiadają konsultanci.

A jeśli chodzi o poruszane sprawy, to w większości przypadków wcale nie chodzi o dodatkowe fakty i poszerzanie wiedzy o chorobie. 70 proc. porad udzielanych na linii Helpline dotyczy tego, jak konkretnie można uzyskać pomoc dla chorego w miejscu jego zamieszkania. Dominuje więc ścisła praktyka, a nie teoria.

Do kwestii najczęściej poruszanych w czasie rozmów na linii Helpline należą: ● organizacja codziennej opieki ● dostępne świadczenia finansowe ● uzyskiwanie pomocy od Miejskich Ośrodków Pomocy Społecznej (MOPS) ● znajdowanie lokalnych organizacji pomocowych ● możliwości i sposoby dostosowania mieszkania do potrzeb chorych,

W przypadkach zaawansowanej choroby padają też pytania:

● o Zakłady Opiekuńczo-Lecznicze (ZOL) i Domy Pomocy Społecznej (DPS) ● o kwestie prawne, związane np. z pełnomocnictwem, ubezwłasnowolnieniem, orzeczeniem o niepełnosprawności.

Na Helpline dzwonią też regularnie opiekunowie osób chorych z pytaniami o to, jak reagować na trudne zachowania chorego, kiedy zacząć szukać pomocy w opiece i jak rozpoznać moment, w którym sami dochodzą do granicy swoich możliwości. Konsultanci Helpline z przygotowaniem psychologicznym pomagają im wtedy radzić sobie z poczuciem winy, wyczerpania, bezradności czy po prostu złością.

Jak skorzystać z linii Helpline?

Z Helpline można skorzystać zarówno po diagnozie, jak i przed nią, gdy pojawiają się niepokojące zmiany pamięci czy funkcjonowania. Konsultanci pomagają znaleźć dostępne lokalnie formy wsparcia. W ramach Helpline można również skorzystać z pomocy psychologa, prawnika i terapeuty zajęciowego.

Infolinia Helpline jest bezpłatna i dostępna sześć dni w tygodniu:

- poniedziałek–piątek: 10–21
- sobota: 10–16

Telefon: 800 201 801
e-mail: alzheimer@rpp.gov.pl

FOT. 123RF

To bliscy pacjentów stanowią 84 proc. rozmówców Helpline

eprasa.pl f3ce7076cb

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Ręczniki

Nieodzowne po myciu i kąpieli. Kiedy są czyste, kiedy brudne, a kiedy trzeba je wyrzucić?

Dla wielu osób kąpiel czy prysznic to ulubiony moment dnia – czas relaksu i odświeżenia. Ale czy naprawdę pozostajesz czysty, jeśli kilka razy używasz tego samego ręcznika? Zapytaliśmy ekspertów, jak często należy prać ręczniki i co się stanie, jeżeli robimy to zbyt rzadko.

Jak często powinno się prać ręczniki?

Może ci się wydawać, że ręcznik pozostaje czysty nawet po kilku użyciach, ale w rzeczywistości stanowi on idealne środowisko dla rozwoju bakterii. Ręczniki pochłaniają wilgoć i długo pozostają mokre, co sprzyja namnażaniu się mikroorganizmów. Z tego względu ręczniki należy prać po trzech użyciach. Każdego dnia z twojego ciała złuszczają się miliony komórek skóry, a spora ich część trafia właśnie na ręcznik. Choć część z nich usuwasz pod prysznicem, reszta osadza się na tkaninie, co może być problematyczne dla twojej higieny.

Czasem warto zachować wzmożoną czujność

Aby zapobiec namnażaniu się bakterii, wysusz ręcznik po każdym użyciu i pierz go co najmniej co trzy użycia. Oznacza to pranie ręcznika dwa razy w tygodniu, jeżeli codziennie się kąpiesz. Jeżeli masz choroby skóry, chodzisz na siłownię lub basen, twój ręcznik powinien być prany po każdym użyciu. Regularne pranie wystarczy, aby ręczniki utrzymać w czystości.

Co się stanie, jeśli nie pierzesz ręczników?

Brudne, nieprane ręczniki mogą rozprzestrzeniać wirusy, grzyby i bakterie. Konsekwencje używania brudnego ręcznika obejmują podrażnioną skórę i możliwość rozprzestrzeniania się infekcji. Bakteria wywołująca zakażenia gronkowcem (MRSA) rozprzestrzenia się właśnie na ręcznikach i pościeli.

Pamiętaj!

Nigdy nie dziel się ręcznikiem z kimś, kogo nie znasz lub z kimś, kto jest chory. Użycie ręcznika o kilka razy więcej razy między praniami raczej nie będzie wielkim błędem, ale częstsze pranie sprawi, że ty i twoja skóra będziecie zdrowsi.

Jak poprawnie prać ręczniki

Wiesz już, że ręczniki należy prać co trzy użycia, ale jak prać ręczniki, aby były naprawdę czyste? Oto kilka wskazówek:

- Zawsze pozwól ręcznikom dobrze wyschnąć przed wrzuceniem ich do pralki. Nie wkładaj też mokrych ręczników bezpośrednio do kosza na pranie.
- Wybielacz nie jest konieczny do eliminacji zarazków.
- Stosuj odpowiednią ilość detergentu i zwracaj uwagę na temperaturę prania.
- Możesz dodać ocet do cyklu płukania, aby lepiej zdezynfekować ręczniki.
- Nie przeładowuj pralki. Zbyt dużo ręczników utrudnia ich dokładne wypranie.
- Dbaj o regularne czyszczenie pralki, aby wyeliminować bakterie. Możesz uruchomić cykl płukania z samym octem. Może to zabić niepożądanych gości w pralce.

FOT. FREEPIK

Jak często kupować nowe ręczniki?

To, jak długo posłuży ci ręcznik, zależy od jego jakości i tego, jak o niego dbasz. Pamiętaj, że bardzo tanie ręczniki mogą szybciej się strzępić, a używanie zbyt gorącej wody może również powodować szybsze niszczenie włókien. Zawsze czytaj etykietę produktu i postępuj zgodnie z instrukcjami prania. Jeśli ręczniki mają wilgotny lub stęchły zapach, spróbuj użyć ustawienia dezynfekcji w pralce. Możesz je też namoczyć w occie, aby usunąć nieprzyjemne zapachy. Przy odpowiedniej pielęgnacji ręcznik kąpielowy powinien służyć ci przez długi czas. Aby ręczniki były jak najczystsze, zawsze rozwieszaj je i pozwól im całkowicie wyschnąć między użyciami. **Gabriela Fedyk**

ZDROWA DIETA

Soczewica ma więcej zalet, niż ci się wydaje. To tani sposób, by dostarczyć sobie więcej białka

Przez lata była traktowana jako składnik zupy lub potraw dla wegetarian. Dziś soczewica wraca do łask jako jeden z najcenniejszych produktów roślinnych. Wspiera serce i jest doskonałą alternatywą dla mięsa

Redakcja Strony Zdrowia

Soczewica jest bogata w białko, błonnik, żelazo i witaminy z grupy B, a przy tym kosztuje znacznie mniej niż mięso. Nic dziwnego, że dietetycy coraz częściej polecają ją osobom, które chcą odżywiać się zdrowiej i ograniczyć produkty odzwierzęce.

Wartościowy produkt i do tego niedrogi

Soczewica należy do roślin strączkowych, które uznawane są za jedne z najbardziej wartościowych produktów spożywczych. Dostarcza dużych ilości białka roślinnego, dzięki czemu może częściowo zastępować mięso w codziennej diecie. Jest również źródłem błonnika wspierającego pracę jelit oraz składników mineralnych, takich jak żelazo, cynk i magnez.

Jej regularne spożywanie pomaga zwiększyć udział produktów roślinnych w jadłospisie bez konieczności całkowitej rezygnacji z mięsa. Dietetycy zwracają uwagę, że soczewica dobrze sprawdza się jako składnik dań dla osób dbających o serce, poziom cholesterolu i prawidłową masę ciała.

Rosnące ceny żywności sprawiają, że coraz więcej osób szuka tańszych, a jednocześnie wartościowych zamienników mięsa. Soczewica doskonale spełnia tę rolę.

FOT. GETTY IMAGES

Soczewica jak gąbka wchłania aromaty i w gotowym daniu nie rzuca się w oczy. Efekt: mniej tłuszczu, mniej cholesterolu i więcej błonnika

Można dodawać ją do sosów, zup, gulaszów czy kotletów, zwiększając wartość odżywczą posiłku i ograniczając ilość mięsa.

Eksperci podkreślają, że soczewica świetnie chłonie przyprawy i aromaty innych składników. Dzięki temu w wielu potrawach może pozostać niemal niewyczuwalna, a jednocześnie dostarczyć cennego białka i błonnika.

Którą soczewicę wybrać? Każdy rodzaj ma inne zastosowanie

- Czerwona i żółta soczewica - są najczęściej pozbawione łupiny, dlatego gotują się bardzo szybko, zwykle w ciągu 10-15 minut. Łatwo się rozpadają, dzięki czemu idealnie nadają się do zup kremów, purée, pasztetów warzywnych czy indyjskiego dhalu.
- Brązowa soczewica - dobrze zachowuje strukturę i sprawdza się w jednogarnkowych daniach, gulaszach oraz sycących zupach. Czas jej gotowania wynosi około 40 minut.
- Beluga, puy i soczewice delikatesowe- to odmiany cenione przez szefów kuchni. Zachowują jędrność po ugotowaniu, mają wyrazisty smak i dobrze prezentują się na talerzu. Są doskonałym dodatkiem do sałatek, dań warzywnych i kuchni premium.

Jak gotować soczewicę, by była smaczna i lekkostrawna?

Przed gotowaniem soczewicę należy przepłukać pod bieżącą wodą. Usuwa to kurz i ewentualne zanieczyszczenia znajdujące się na ziarnach.

Osoby, które po strączkach odczuwają dyskomfort trawienny, mogą podczas gotowania dodać kminek, koper włoski, imbir lub majeranek. Przyprawy te pomagają poprawić strawność potraw.

Wbrew popularnym mitom sól dodana podczas gotowania nie powoduje twardnienia soczewicy. Warto natomiast pamiętać, że składniki kwaśne, takie jak ocet czy sok z cytryny, najlepiej dodawać dopiero pod koniec przygotowywania potrawy, ponieważ mogą wydłużać proces mięknięcia nasion.

Nigdy nie jedz soczewicy na surowo

To jedna z najważniejszych zasad dotyczących roślin strączkowych. Surowa soczewica zawiera substancje utrudniające trawienie, a niektóre z nich mogą działać szkodliwie dla organizmu. Z tego powodu nasiona zawsze powinny zostać ugotowane przed spożyciem.

Wyjątek stanowi soczewica konserwowa lub sprzedawana w puszkach, która została już wcześniej poddana obróbce termicznej i jest gotowa do jedzenia.

Soczewica trafia nawet do kuchni fine dining

Jeszcze kilkanaście lat temu kojarzyła się z prostymi, domowymi potrawami. Dziś wykorzystują ją również szefowie restauracji premium. Powstają z niej chrupiące chipsy, aromatyczne pasty, wyszukane dodatki do dań oraz autorskie fermentowane produkty inspirowane tradycyjnym miso.

eprasa.pl f3ce7076cb

PROGRAMOWO

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Kryzys w relacji Marcina i Renaty pogłębia się. Po kolejnej kłótni Kodur śledzi ją, co skutkuje policyjnym zatrzymaniem dilera, a ona sama niemal trafia do aresztu. Uczucie łączące Olę i Justina ponownie przybiera na sile. Skotnicki spotyka się z Kępskim, zdeterminowany do wejścia w otwarty konflikt z Karoliną. Z kolei Aldona i Borys nieustannie niepokoją się o przyszłość Romeo. Boją się, że zakochany Włoch nie zda egzaminu dojrzałości. W zaistniałej sytuacji Grzelakowie postanawiają przedstawić chłopakowi konkretną propozycję.

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Greg wciąż wypomina żonie stłuczkę i wydane pieniądze. Ich córka Jagoda namawia mamę, aby była niezależna. Ewelina prosi o pomoc Weronikę. Pomysł rozjusza Grega, a efekty są dla Kalskiej opłakane. Igor zawozi córkę na odwyk. Agnieszka spotyka się z Tworkowskim, bratem jej podopiecznego. „Żaba" prosi, by Tomek pracował w służbie zieleni. Olszewska zgadza się, ale jest pełna obaw – widząc to, Hebel obiecuje mieć Tomka na oku.

Lalka

PREMIERA

Netflix

16 września w serwisie Netflix zadebiutuje produkcja, która w ostatnich miesiącach była tematem numer jeden. Mowa o współczesnej reinterpretacji polskiej klasyki literackiej, czyli „Lalce", społeczno–obyczajowej powieści Bolesława Prusa w reżyserii Pawła Maślony. Historia, choć inaczej zagrana i przedstawiona, jest ta sama – napędzany ambicją Stanisław dąży do awansu społecznego, a jego obsesyjne zauroczenie Izabelą staje się bramą do świata, który chce zdobyć. Izabela próbuje wymknąć się ciasnym ramom arystokratycznego porządku i określić swoje miejsce w przeobrażającym się świecie. Ogarniające ich uczucie rozpięte jest między przepaścią klasową, obsesją, pragnieniem wolności i uwodzącą potęgą bogactwa. W nowej adaptacji w główne role wciela się Tomasz Schuchardt (Stanisław Wokulski) oraz Sandra Drzymalska jako Izabela Łęcka. Na ekranie zobaczymy również Dariusza Chojnackiego jako Ignacego Rzeckiego, Magdalenę Cielecką która występuje jako Kazimiera Wąsowska, Jacka Braciaka w roli Tomasza Łęckiego, Julię Wyszyńską wcielającą się w postać Florentyny, Małgorzatę Hajewską-Krzysztofik jako prezesową Zasławską oraz Mateusza Króla jako Juliana Ochockiego.

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Ratownicy otrzymują wezwanie do nieprzytomnej kobiety znalezionej na przystanku. Pacjentka w ciężkim stanie i z objawami hipotermii trafia do szpitala, gdzie jej przypadek przejmuje dr Maciej Bilewicz. Wciąż nie wiadomo, jak znalazła się na mrozie. Placówka przechodzi audyt. Na SOR trafia kobieta z pękniętą kością biodrową, wymagająca operacji. Inspekcja ujawnia także braki kadrowe na ortopedii. Łukasz Wroński otrzymuje propozycję zatrudnienia nowego lekarza.

G. 16:55

Gliniarze Śląsk

Polsat

Młoda matka mdleje podczas spaceru. Gdy odzyskuje przytomność, leży we własnym łóżku, ale nigdzie nie ma jej niemowlęcia. Detektywi rozpoczynają dramatyczną walkę z czasem, próbując ustalić, kto stoi za porwaniem. Na jaw wychodzą mroczne tajemnice rodziny, w których główną rolę odgrywa mąż kobiety... Podczas treningu Piter poznaje Dominikę. Seksowną, wygadaną i otwartą na nowe znajomości. Nie spodziewa się, że ich spotkanie nie było przypadkowe.

G. 20:30

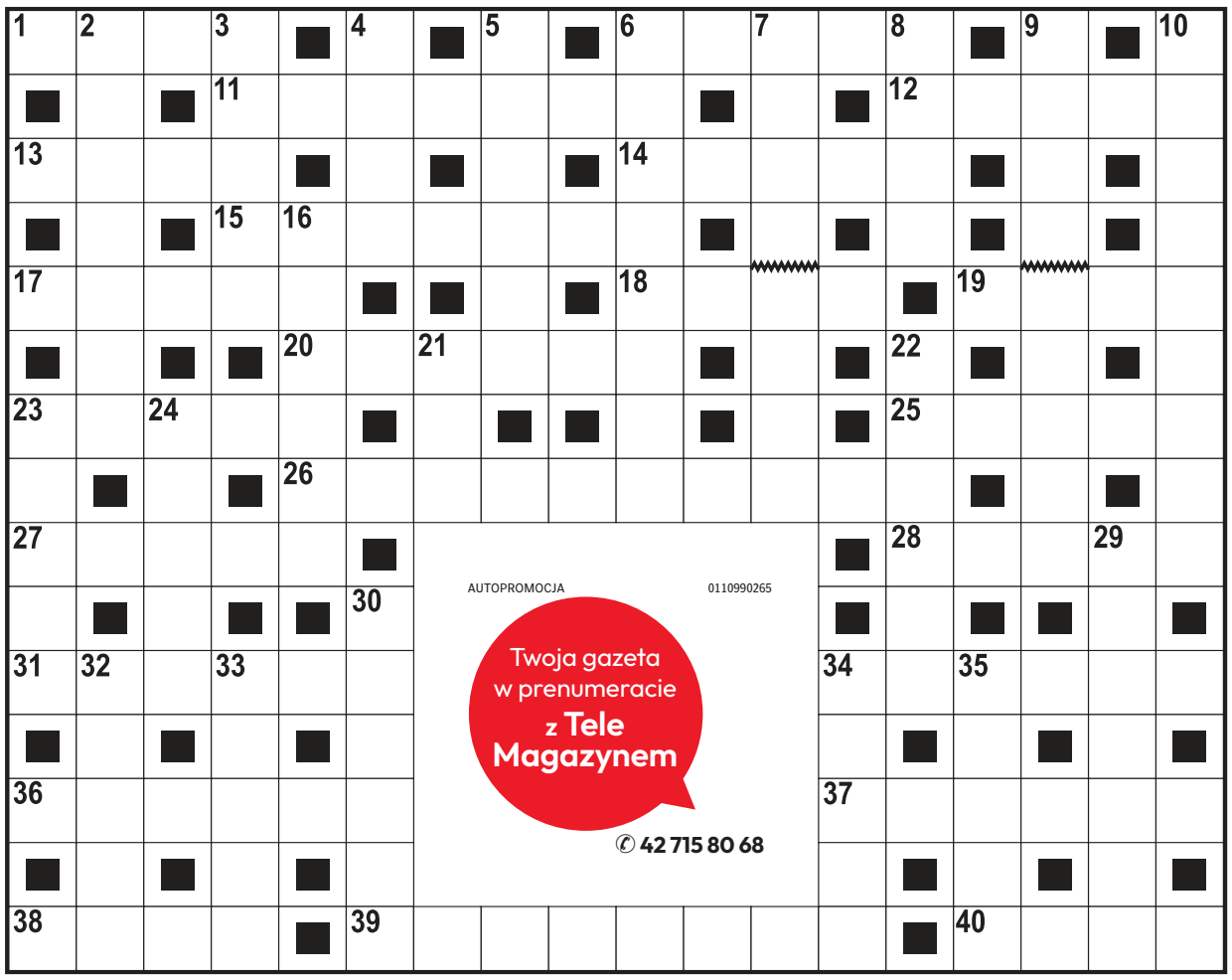
Felicita

TVP 1

Wieść o domu Giulii rozchodzi się błyskawicznie. Oliwia bierze udział w proteście, a demonstracja szybko wymyka się spod kontroli i Oliwia upada w tłumie. Zośka prowadzi sesję z pacjentem, nieświadoma tego, co się dzieje. Oliwia i jej przyjaciele trafiają na komisariat. Zośka dowiaduje się o wszystkim w panice rusza po córkę. Na posterunku kontrolę przejmuje Ewka, wyciągając wszystkich. Śledztwo w sprawie domu trwa. Zośka odwiedza firmę Kamila i pyta Piotra o nieruchomość. Wspólnik udaje zaskoczonego, a Zośka żąda przeszukania dokumentów. Planuje wizytę u rodziców Kamila, ale w ostatniej chwili rezygnuje. Oliwia wraca do wspomnień z dzieciństwa. W starym liście, który jako dziecko napisała do siebie w przyszłości, znajduje marzenie o domku na drzewie. Przyznaje matce, że widok domku Nico bardzo ją zabolał.

eprasa.pl f3ce7076cb

KRZYŻÓWKA NR 143



Poziomo:

1) pocisk do broni myśliwskiej,
6) był nim Jurand ze Spychowa,
11) zakonnicy żyjący na odludziu,
12) eksperyment w laboratorium,
13) cichy głos morza,
14) rzymska pieśń żałobna,
15) prośba na piśmie, petycja,
17) zjazd dostojników kościelnych,
18) dawna włoska moneta,
19) świadoma część osobowości,
20) polski trunek przypominający brandy,
23) surowiec na tradycyjnego chochoła,
25) miękka, elastyczna skóra,
26) organizacja działająca na rzecz ochrony przyrody,
27) czasem głęboko skrywana,
28) najgrubszy palec u ręki,
31) potajemne porozumienie kilku osób,
34) Artur, dziennikarz i artysta kabaretowy,
36) gruby sznur skręcony z włókna,
37) pośredniczy w transakcji handlowej,
38) bez niego żołnierz jest bezbronny,
39) „… z celulozy”, powieść Igora Newerlego,
40) zarzucana przez rybaka.

Pionowo:

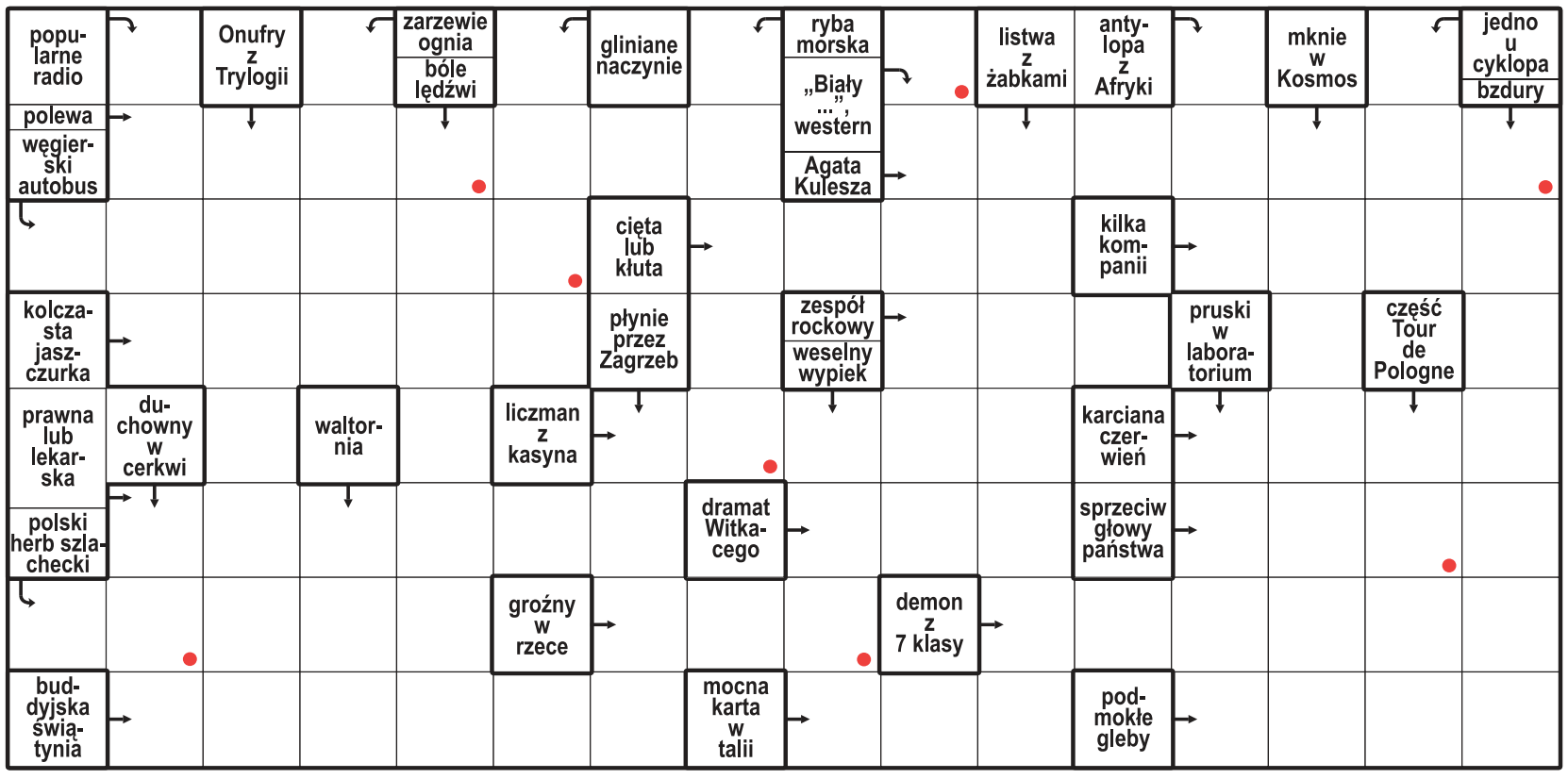
2) wskazany podczas gry w szachy,
3) w osadzie wioślarskiej nadaje je sternik,
4) jeden z modeli Kia,
5) obyczaj w noc świętojańską,
6) lampa obrazowa w telewizorze,
7) obraz olejny Leonarda da Vinci,
8) gruszka pod drzewem,
9) potocznie o Sztabie Generalnym,
10) Akira Kurosawa lub Toshiro Mifune,
16) męstwo wykazane na polu walki,
21) biblijny budowniczy arki,
22) rodzaj mocnej ciupagi w ekwipunku taternika,
23) Indianin z Ameryki Północnej,
24) chroniony kuzyn żyrafy,
29) czterostrunowa gitara hawajska,
30) odgłos nienaoliwionych zawiasów,
32) … Adamczyk, aktor z filmu „Lejdis”,
33) … prawa na Dzikim Zachodzie to szeryf,
34) zapachowy składnik perfum,
35) miętowy cukierek w rulonie.

AUTOPROMOCJA 0110990265
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 42 715 80 68

ROZWIĄZANIE NR 142

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KLASZTOR.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Emocje będą silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny radzi posłuchać serca, lecz nie zapominać o rozsądku.

Ryby (19.02 - 20.03)
Inspiracja przyjdzie niespodziewanie. Horoskop na dziś sugeruje dać sobie szansę na ciekawą zmianę.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by nie rezygnować z planów.

Byk (20.04 - 20.05)
Dziś sprzyja Ci szczęście. Horoskop dzienny to wskazówka, by odważyć się na coś nowego.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Tajemnicza sytuacja wreszcie się wyjaśni. Horoskop na dziś podpowiada, by zaufać swojemu przeczuciu.

Rak (22.06 - 22.07)
Nie próbuj zadowolić wszystkich. Horoskop dzienny na środę radzi odbyć szczerą rozmowę.

Lew (23.07 - 22.08)
Uporządkujesz sprawy odkładane od dawna. Horoskop dzienny wróży, że wieczorem czeka Cię relaks.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać czas na działanie.

Waga (23.09 - 22.10)
Potrzebujesz spokoju. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że bliska osoba okaże Ci wsparcie i zrozumienie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Nowa wiadomość poprawi Ci humor. Horoskop dzienny radzi postawić na pomysłowość i unikać chaosu.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Czeka Cię miła niespodzianka. Horoskop na dziś podpowiada, by znaleźć chwilę tylko dla siebie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Działaj odważnie, lecz spokojnie. Horoskop dzienny na środę wróży, że spokojna rozmowa wiele wyjaśni.

eprasa.pl f3ce7076cb

PIŁKA NOŻNA

Zaiskrzy w Pruszkowie - Pogoń zmierzy się z ŁKS Łódź

To będzie hit dziewiątej kolejki I ligi. Na stadionie w Pruszkowie Pogoń Grodzisk Mazowiecki zmierzy się z ŁKS Łódź - obie drużyny otwierają tabelę zaplecza elity. Beniaminek ze Skierniewic czeka mecz z „Góralami" z Bielska-Białej

Dariusz Piekarczyk

Jeszcze tylko jednak kolejka i przerwa reprezentacyjna w rozgrywkach ekstraklasy oraz I ligi. Wznowienie rywalizacji w drugi weekend października. W najbliższą sobotę (19 sierpnia) podopiecznych trenera Grzegorza Szoki czeka starcie wagi ciężkiej. Na stadionie w Pruszkowie zmierzą się z Pogonią Grodzisk Mazowiecki. Łodzianie są liderem tabeli, a rywal wiceliderem. Obie ekipy mają po 15 punktów. Bilans bramkowy ŁKS to 13-7, a Pogoni 13-8. W minionym sezonie łodzianie polegli w Pruszkowie 0:3 (0:2), a w rewanżu triumfowali 3:2 (1:1). To był debiutancki sezon Pogoni w I lidze. W obecnych rozgrywkach podopieczni trenera Tomasza Kafarskiego na „swoim" obiekcie dwa mecze wygrali, dwa zremisowali, nie przegrywając.Łodzianie w gościach raz byli górą, trzykrotnie podzielili się punktami i nie schodzili z boiska pokonani. Najskuteczniejszy w Pogoni jest Radosław Majewski, który strzelił trzy goli. To 39-latek mający na koncie 173 mecze w ekstraklasie. W 2017 roku wywalczył Superpuchar z Lechem Poznań. Był też graczem graczem między innymi Nottingham Forest (Anglia). Z ŁKS rozstał się natomiast Miłosz Szczepański, który przyszedł do klubu z Alei Unii 2 przed sezonem 2025/2026 przyszedł z Piasta Gliwice. W pierwszoligowym zespole zaliczył 12 meczów o punkty, a w drugoligowych wówczas rezerwach 11, strzelając dwa gole. Umowę z piłkarzem rozwiązano za porozumieniem stron. Warto dodać, że Miłosz Szczepański ma na koncie 123 mecze w ekstraklasie, w których zdobył dziewięć bramek. W elicie bronił barw Rakowa Częstochowa, Lechii Gdańsk, Warty Poznań oraz wspomnianego Piasta. Przypominamy, że nadal do kadry pierwszej drużyny nie został przywrócony Fabian Piasecki, który występuje w trzecioligowych rezerwach.

FOT. ARTUR KRASZEWSKI

Ełkaesiacy (ciemne stroje) zmierzą się w najbliższą sobotę w Pruszkowie z Pogonią Grodzisk Mazowiecki i będzie to pierwszoligowy hit

Podbudowana wygraną z Pogonią Grodzisk Mazowiecki (3:2) Unia Skierniewice zmierzy się na wyjeździe z Podbeskidziem Bielsko-Biała. Gospodarze pojedynku, prowadzeni przez trenera Marcina Włodarskiego, są jedynym zespołem na zapleczu ekstraklasy, który nie wygrał meczu. Są natomiast królem remisów - aż siedem meczów z ich udziałem nie rozstrzygnęli. Na koncie mają siedem punktów i w tabeli wyprzedzają jedynie Puszczę Niepołomice, która rozegrała jeden mecz mniej i ma sześć punktów.

I LIGA

Dziewiąta kolejka. Piątek (18 września): Polonia Bytom - Ruch Chorzów (20.45), Warta Poznań - Puszcza Niepołomice (18). **Sobota (19 września):** Termalika Nieciecza - Odra Opole (15.30), Miedź Legnica - Stal Rzeszów (19), Lechia Gdańsk - Stal Mielec (12.30), Pogoń Grodzisk Mazowiecki - ŁKS Łódź (15.30), Polonia Warszawa - Chrobry Głogów (16.30). **Niedziela (20 sierpnia):** Podbeskidzie Bielsko-Biała - Unia Skierniewice (17.30), Pogoń Siedlce - Arka Gdynia (14.30).

PIŁKA NOŻNA

Klasa A. Pelikan II strzelił już 31 goli, GKS Bedlno 29, a Football Campus i Ekolog II po 25

Dariusz Piekarczyk

Trwa rywalizacja w ośmiu grupach Klasy A. Bezpośredni awans do Klasy Okręgowej wywalczą jedynie mistrzowie. Do Klasy B, czyli na najniższy szczebel seniorski w naszym regionie, spadają po dwie najsłabsze zespoły.

W weekendowych meczach nie było tym razem wyników dwucyfrowych.

KLASA A

Grupa I. Czwarta kolejka: LKS Sarnów - Termy II Poddębice 4:3, AS Róża Kutno - SAP Parzęczew 0:3, Magnat Sierpów - Kotab Ozorków 1:1, Kanarki Małachowice - Ostrovia Ostrowy 1:3, KS II Kutno - Mianów 5:1, Czarni Smardzew - Kobra Leźnica Wielka 1:2, Termy Uniejów - KP Byszewy - mecz przełożony na 30 września.

1. SAP Parzęczew	4	12	11-2
2. Kobra Leźnica Wuielka	4	9	11-8
3. LKS Sarnów	4	9	11-13
4. Magnat Sierpów	4	7	11-9
5. Kotan Ozorków	4	7	7-6
6. AS Róża Kutno	4	6	12-9
7. Termy II Poddębice	4	6	12-10
8. KS II Kutno	4	6	10-8
9. Czarni Smardzew	4	6	7-6
10. Ostrovia Ostrowy	4	4	9-9
11. Termy Uniejów	3	4	7-7
12. KP Byszewy	3	3	9-11
13. MKS Mianów	4	0	5-14
14. Kanarki Małachowice	4	0	6-16

Grupa II. Piąta kolejka: Victoria Rąbień - Jagiellonia Tuszyn 1:3, GLKS Dłutów - Włókniarz Konstantynów 3:3, Victoria Szadek - Zawisza II Rzgów 1:4, Kolejarz Łódź - Orzeł Kazimierz 2:3, Metalowiec Łódź - Victoria Łódź 2:3, Włókniarz II Pabianice - LKS Kwiatkowice 3:0, Jutrzenka Bycglew - AKS SMS III Łódź - mecz rozegrany zostanie 16 września.

1. Jagiellonia Tuszyn	5	15	21-5
2. Orzeł Kazimierz	4	12	17-5
3. Zawisza II Rzgów	4	9	11-6
4. Victoria Łódź	5	9	12-11
5. Kolejarz Łódź	5	7	12-11
6. LKS Kwiatkowice	5	7	10-11
7. AKS SMS III Łódź	4	6	7-10
8. Jutrzenka Bychlew	3	4	5-5
9. Metalowiec Łódź	4	3	9-11
10. Włókniarz Konstantynów	4	3	7-9
11. Victoria Szadek	5	3	9-15
12. Włókniarz II Pabianice	4	3	10-20
13. GLKS Dłutów	4	2	8-10
14. Victoria Rąbień	4	1	3-12

Grupa III. Czwarta kolejka: Kasztelan Żarnów - KS Paradyż 2:2, Olimpia Wola Załężna - Lubochnia 2:1, RKS Rzeczyca - Skalnik II Sulejów 1:0, Football Campus Tomaszów Mazowiecki - Relax Czerniewice 5:0, Radzice - Inter Sławno 1:3, IKS Inowłódz - LKS Białaczów - mecz zostanie rozegrany 16 września.

1. Football Campus Tomaszów M.	4	12	25-1
2. Kasztelan Żarnów	4	10	14-4
3. Olimpia Wola Załężna	4	9	12-10
4. RKS Rzeczyca	4	9	8-6
5. Inter Sławno	4	7	12-5
6. LKS Radzice	4	7	9-8
7. Relax Czerniewice	4	6	13-13
8. LKS Lubochnia	4	4	7-8
9. LKS Białaczów	3	1	3-12
10. KS Paradyż	4	1	3-19
11. Skalnik II Sulejów	4	0	4-10
12. IKS Inowłódz	3	0	2-16

Grupa IV. Czwarta kolejka: Zapał Krzętów - Czarni Rozprza 2:0, Victoria Żytno - Sparta Bełchatów 3:3, Start Niechcice - RKS II Radomsko 1:1, LUKS Gomunice - Orzeł Wola Wiązowa 6:1, GKS III Bełchatów - Lechia Bełchatów 3:1, Hetman Rusiec - Pilica Przedbórz 2:2, Grabka Grabica - Omega II Kleszczów 7:5.

1. Pilica Przedbórz	4	10	11-5
2. Zapał Krzętów	4	9	11-6
3. LUKS Gomunice	4	9	11-7
4. Victoria Żytno	4	7	13-13
5. Start Niechcice	4	6	10-6
6. Czarni Rozpzra	4	6	13-11
7. Grabka Grabica	4	6	12-12
8. PGE GKS III Bełchatów	4	6	9-12
9. Sparta Bełchatów	4	6	8-8
10. Lechia Bełchatów	4	4	9-8
11. Hetman Rusiec	4	4	8-9
12. RKS II Radomsko	4	4	5-7
13. Omega II Kleszczów	4	3	14-16
14. Orzeł Wola Wiązowa	4	0	3-17

Grupa V. Piąta kolejka: GKS Sędziejowice - Prosna Wyszanów 4:1, LKS Zapole - KS Osiek 6:1, Centra Walichnowy - Sokół Goszczanów 0:3, Widawia Widawa - Iskra Stolec 1:4, Ekolog II Wojsławice - Ostrowia w Ostrówku 5:2, Galewice II - UKS Ustków 1:2, Olimpia II Zduńska Wola-Karsznice - GKS Gruszczyce 4:0. Pauza: LGKS Charłupia Mała.

1. Ekolog II Wojsławice	5	13	25-6
2. UKS Ustków	4	10	11-4
3. Olimpia II Zduńska Wola	5	10	14-8
4. Iskra Stolec	5	10	16-12
5. LKS Zapole	4	9	20-4
6. Prosna Wyszanów	5	7	9-11
7. Widawia Widawa	5	7	8-10
8. Sokół Goszczanów	5	6	11-14
9. UKS Galewice II	5	5	10-11
10. KS Osiek	5	5	13-16
11. LGKS Charłupia Mała	4	5	8-11
12. GKS Gruszczyce	5	4	10-19
13. GKS Sędziejowice	5	4	10-22
14. Ostrowia w Ostrówku	4	1	6-11
15. Centra Walichnowy	4	1	3-15

Grupa VI. Czwarta kolejka: Słowian Dworszowice - KS Radoszewice 1:1, Czarni Rząśnia - LZS Staw 2:6, Victoria Skomlin - GKS Czastary 2:3, Płomień Makowiska - Start Łubnice 2:0, Orion Olewin - LZS Łaszew 5:4, GLKS Biała - LKS Kiełczygłów 1:1, GLKS Strzelce Wielkie - LKS Wierzchlas 1:1.

1. GKS Czastary	4	12	14-5
2. Słowian Dworszowice	4	10	13-6
3. KS Radoszewice	4	10	7-1
4. Płomień Makowiska	4	9	9-5
5. GLKS Strzelce Wielkie	4	8	8-5
6. LZS Staw	4	7	12-7
7. LKS Kiełczygłów	4	5	8-8
8. LKS Wierzchlas	4	4	9-7
9. GLKS Biała	4	4	8-9
10. Start Łubnice	4	4	6-9
11. Victoria Skomlin	4	3	4-9
12. Orion Olewin	4	3	6-15
13. LZS Łaszew	4	0	9-16
14. Czarni Rząśnia	4	0	4-15

Grupa VII. Czwarta kolejka: AMII Łódź-Nowosolna - SAP Andrespolia II 4;2, Zjednoczeni II Stryków - LKS Gałkówek II 3:2, Czarni Bednary - Naprzód Jamno 1:5, Sokół Popów - SP MKS Żychlin 2:0, Dar Placencja - Błękitni Dmosin 5:1, Pelikan II Łowicz - Zryw II Wygoda 5:3, Victoria Bielawy - GKS Bedlno 4:8.

1. Pelikan II Łowicz	4	12	31-4
2. GKS Bedlno	4	12	29-7
3. Zjednoczeni II Stryków	4	12	16-5
4. Naprzód Jamno	4	9	15-10
5. AMII Łódź-Nowosolna	4	7	22-10
6. Victoria Bielawy	4	4	11-15
7. Czarni Bednary	4	4	9-14
8. Dar Placencja	2	3	6-4
9. LKS Gałkówek II	3	3	9-8
10. Zryw II Wygoda	4	3	11-18
11. Sokół Popów	4	3	4-18
12. SP MKS Żychlin	4	3	3-19
13. SAP Andrespolia Ii	3	1	7-11
14. Błękitni Dmosin	4	0	5-35

Grupa VIII. Czwarta kolejka: Manchatan Nowy Kawęczyn - Pogoń Godzianów 4:4, Wołucza - Jutrzenka Mokra Prawa 6:0, Sierakowianka Sierakowice - Olympic Słupia 3:1, Olimpia Jeżów - Macovia Maków 1:6, Sokół Regnów - Białka Biała Rawska 0:0, Mazovia II Rawa Mazowiecka - Start Pukinin 5:0, GKS Głuchów - Justynów II 3:2.

1. Macovia Maków	4	12	24-1
2. GLKS Wołucza	4	12	16-1
3. LZS Justynów II	4	7	13-6
4. Mazovia II Rawa Mazowiecka	4	7	11-6
5. Olimpia Jeżów	4	7	10-8
6. Manchatan Nowy Kawęczyn	4	7	10-8
7. GKS Głuchów	4	6	9-9
8. Sierakowianka Sierakowice	4	6	7-11
9. Białka Biała Rawska	4	4	5-8
10. Sokół Regnów	4	4	8-12
11. Olympic Słupia	3	3	3-8
12. Pogoń Godzianów	4	1	6-16
13. Start Pukinin	4	1	1-1
14. Jutrzenka Mokra Prawa	3	0	0-18

eprasa.pl f3ce7076cb

Sport

• **Marian Kmita został wybrany przez zarząd** na pełniącego obowiązki prezesa PKOl do końca kadencji w kwietniu 2027 roku

PIŁKA NOŻNA

Nowy trener Widzewa liczy na pierwsze w tym sezonie zwycięstwo

Dariusz Kuczmera

W piątek o godz. 18 w Łodzi piłkarze Widzewa zmierzą się z Wieczystą Kraków.

Po remisie z Legią nastroje w drużynie nowego trenera Mateusza Stolarskiego są optymistyczne. Mecz z Wieczystą będzie idealną okazją do pierwszego w sezonie zwycięstwa u siebie. Do tej pory Widzew dwa razy zremisował w Łodzi (0:0 z Radomiakiem, 2:2 z Motorem) i dwa razy przegrał (2:3 z Lechem, 1:2 z Koroną).

Martwią jednak kontuzje w zespole Widzewa. Paulinho znów doznał urazu. Tym razem ma problem z łydką i będzie pauzował przez kilka tygodni. Brazylijczyk tylko raz zagrał W Widzewie, ale na boisku przebywał siedem minut (w ligowej potyczce z Koroną Kielce). Później miał przerwę, nie grał w trzech spotkaniach, ponieważ doznał urazu mięśniowego. Wrócił do składu na pojedynek z Radomiakiem Radom, ale wówczas nie pojawił się na boisku.

Nadal Widzew musi sobie radzić bez Christophera Chenga i Juljana Shehu, którzy będą gotowi do gry najwcześniej na spotkanie wyjazdowe z Piastem Gliwice (11 października). W gronie kontuzjowanych są też Szymon Czyż, Carlos Isaac oraz Lukas Lerager.

Do zajęć z zespołem wrócił Jusuf Gazibegović. Darian Maleš ćwiczy indywidualnie, a w tym tygodniu ma stopniowo być wdrażany do zajęć z zespołem.

W ostatnim meczu 8. kolejki piłkarskiej ekstraklasy Radomiak przegrał na własnym stadionie z Piastem 0:2 (0:1). Zatem debiut w roli trenera Radomian Rafała Grzyba – 43-letni szkoleniowiec zastąpił we wtorek Tomasza Kaczmarka, który przejął Raków Częstochowa - nie był udany. Gliwiczanie prowadzeni przez trenera Daniela Myślwca wygrali trzecie ligowe spotkanie z rzędu.

PKO EKSTRAKLASA

Radomiak Radom - Piast Gliwice 0:2 (0:1).
Bramki: 0:1 Hugo Vallejo (45+1), 0:2 Jakub Łabojko (67-karny).

1. Górnik Zabrze	7	18	14-8
2. Legia Warszawa	8	16	16-7
3. Lech Poznań	7	16	12-6
4. Wisła Kraków	8	14	15-11
5. Piast Gliwice	8	13	15-13
6. Pogoń Szczecin	7	12	10-5
7. Korona Kielce	7	12	9-6
8. Zagłębie Lubin	7	12	8-6
9. Jagiellonia Białystok	7	12	11-10
10. GKS Katowice	7	9	13-11
11. Widzew Łódź	8	8	11-11
12. Cracovia	8	8	7-11
13. Wisła Płock	7	8	7-12
14. Radomiak Radom	8	8	6-15
15. Śląsk Wrocław	8	6	10-13
16. Motor Lublin	8	5	9-15
17. Wieczysta Kraków	7	4	9-15
18. Raków Częstochowa	7	3	8-15

18.09 (18): Widzew Łódź - Wieczysta Kraków

©℗

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

Karol Świderski i Ioannis Papanikolaou walczą z Legią

ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

Mistrz trenuje w pokojach hipoksyjnych i w... górach

Dariusz Kuczmera

Pierwsze igrzyska i od razu srebrny medal na dystansie 10000 metrów. Władimir Semirunnij w ciągu kilkunastu miesięcy przeszedł drogę od nadziei polskich panczenów do wicemistrza olimpijskiego.

W sporcie często się zdarza, że po osiągnięciu wielkiego sukcesu zawodnik na pewien czas zwalnia tempo. Zagrożenia te nie dotknęły jednak Semirunnija. Za cztery lata chce bowiem zrobić kolejny krok i zdobyć upragnione złoto.

– Zawsze liczy się dla mnie złoto, a w Mediolanie byłem drugi. Motywacja więc cały czas jest – mówi zawodnik. – Trzeba teraz czekać kolejne cztery lata, ale o długie, olimpijskie przygotowania jestem spokojny. Z trenerem wiemy, co robimy i na pewno wszystko będzie dobrze. Mamy też teraz nową drużynę, dużo młodych zawodników. Wychodzi na to, że ja już jestem w starszyźnie – śmieje się panczenista reprezentacji Polski, której sponsorem głównym jest PGE Polska Grupa Energetyczna S.A. Jak sam przyznaje, olimpijski debiut dał mu nie tylko medal, ale również bezcenne doświadczenie, które teraz chce wykorzystać w kolejnych sezonach. – Może jest teraz trochę mniej stresu przy takich mocnych, tempowych treningach – wskazuje Semirunonij. – Jestem bardziej skupiony na tym, jak będzie wyglądało moje całe przygotowanie przez kolejne cztery lata. Nie patrzę już tylko na pojedyncze treningi czy starty, ale bardziej ogólnie na cały proces przygotowań.

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

Łyżwiarz Pilicy Tomaszów Władimir Semirunnij trenuje, by na następnych igrzyskach zdobyć złoty medal

Mimo coraz większego doświadczenia przed polskim panczenistą wciąż pojawiają się nowe wyzwania. W kolejnym sezonie czekają go między innymi starty w Pucharze Świata w Chinach i Japonii. Dla Semirunnija są to miejsca, w których jeszcze nie rywalizował.

Semirunnij wraz z trenerem Rolandem Cieślakiem szuka nowych rozwiązań, które mogą pomóc mu jeszcze lepiej przygotować się do rywalizacji z najlepszymi. W planie znalazło się choćby korzystanie z pokoi hipoksyjnych (pokoje z obniżonym stężeniem tlenu). – Cały czas poszukujemy nowych rozwiązań, żeby zobaczyć, czy da nam to jakąś przewagę nad rywalami. Byliśmy też m.in. na wysokogórskich zgrupowaniach w Font-Romeu oraz w Livigno, a to wszystko ma sprawić, że w przyszłym sezonie będę jeszcze lepszy – opisuje wicemistrz olimpijski z Mediolanu.

©℗

IGRZYSKA OLIMPIJSKIE

Olimpijczycy poprowadzili zajęcia w SP im. Konopnickiej w Lipinach

Dariusz Kuczmera

Oficjalnego otwarcia wydarzenia dokonali prezes Regionalnej Rady Olimpijskiej Mieczysław Nowicki i dyr. szkoły Katarzyna Pietraszun.

Wiceprezes RROl Tomasz Rosset przedstawił młodzieży trenerów-olimpijczyków. Byli to: Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk (Rio 2016 pływanie), Anna Zambrzycka (Rio 2016 wioślarstwo), Wojciech Bartnik (Barcelona 1992, Atlanta 1996, Sydney 2000 boks) i Maher Ben Hlima (Paryż 2024 lekkoatletyka). Ćwiczenia przeprowadzono na wolnym powietrzu, korzystając z pięknej, słonecznej pogody. Na posumowaniu wolontariusze otrzymali okolicznościowe certyfikaty, a podziękowania za pomoc w organizacji odebrali w imieniu Gminy Nowosolna kierownik Referatu Komunikacji Społecznej i Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi. Monika Perek-Jura oraz w imieniu szkoły dyrektor Katarzyna Pietraszun i wicedyrektor Arkadiusz Bartke. Całość zwieńczyły wspólna sesja zdjęciowa i pamiątkowe autografy.

FOT. REGIONALNA RADA OLIMPIJSKA

Trening z medalistą olimpijskiem Wojciechem Bartnikiem

Później odbyło sie kolejne spotkanie z cyklu „Dotknij Olimpijskiego Medalu", które poprowadził wiceprezes Tomasz Rosset. Bohaterem był Wojciech Bartnik, który trzykrotnie wystąpił na letnich igrzyskach olimpijskich. W 1992 w Barcelonie zdobył brązowy medal w wadze półciężkiej, wygrywając trzy walki. W Atlancie (1996) i Sydney (2000) startował w wadze ciężkiej. Brązowy medalista mistrzostw Europy, trzykrotny ćwierćfinalista mistrzostw świata, dziesięciokrotnie zdobywał mistrzostwo Polski. Do Lipin przywiózł nie tylko swój olimpijski medal, ale też bokserskie rękawice, o których szczegółowo opowiedział.

Organizatorem projektu „Olimpijskie Aktywności" jest Regionalna Rada Olimpijska w Łodzi przy finansowym wsparciu Urzędu Marszałkowskiego Woj. Łódzkiego.

©℗

eprasa.pl f3ce7076cb

Środa
16.09.2026

WYD. C

Dziennik Łódzki

NAD WARTĄ

www.dzienniklodzki.pl

Nr 38

Poddębice | Sieradz | Wieluń
| Wieruszów | Pajęczno | Zduńska Wola | Łask

FOT. KLUB PROTECTOR UNIEJÓW/FB

UNIEJÓW

CZY TO KONIEC ZNANEJ DYSKOTEKI? UNIEJOWSKI PROTECTOR WYSTAWIONY NA SPRZEDAŻ

str. 3

WIERUSZÓW

FOT. WIERUSZOWSKI DOM KULTURY

Moda sprzed stu lat, ginące zawody i wspólne tańczenie poloneza na Retro Jarmarku str. 2

To był świat w zupełnie starym stylu

W Wieruszowie znów zadziałał wehikuł czasu, a to za sprawą Retro Jarmarku, organizowanego w mieście już po raz dziewiąty. To niezwykłe wydarzenie, w trakcie którego można było zobaczyć pokaz mody z lat dwudziestych minionego wieku, odwiedzić stragany, poznać ginące zawody i zachwycić się rzeźbą. Było też wspólne tańczenie poloneza. Kto wybrał się w niedzielę do Wieruszowa, ten miał okazję poczuć się, jakby przeżył niezwykłą podróż w czasie, a to za sprawą dziewiątej już edycji Wieruszowskiego Retro Jarmarku. Rynek w mieście wypełnił się tego dnia muzyką, kuszącym zapachem swojskiego jadła i niezwykłą jarmarczną atmosferą. Na uczestników imprezy czekały stragany z rękodziełem i warsztaty ginących zawodów, ale na tym nie koniec. Jedną z atrakcji był plener rzeźbiarski, a kolejną pokaz mody sprzed stu lat.

SIERADZ

Tłumy na Jarmarku Powiatowym

Głowa przy głowie na Placu Wojewódzkim

str. 6

REGION

Poradnik grzybiarza

Lepiej wyciągać czy wycinać, zbierać do koszyka czy do foliówki

str. 5

WIELUŃ

Zmarł ksiądz prałat Marian Stochniałek

Kapłan odszedł w wieku 90 lat

str. 3

SPORT

Historyczna wygrana Warty

Sieradzcy piłkarze pokonali Polonię

str. 8

eprasa.pl f3ce7076cb

KRÓTKO

WIELUŃ, OŻARÓW

Perełki motoryzacji zachwyciły

W Wieluniu i Ożarowie w niedzielę królowała klasyczna motoryzacja. Wszystko za sprawą czwartego już zlotu pojazdów zabytkowych, organizowanego przez Muzeum Ziemi Wieluńskiej. W samo południe na ulicę Kaliską wjechały wyjątkowe maszyny. Tłumy mieszkańców miasta i okolic nie tylko podziwiali zabytkowe samochody oraz motocykle, ale też chętnie rozmawiali z ich właścicielami, poznając historię i techniczne ciekawostki. Podobnie jak poprzednie edycje, wydarzenie przyciągnęło tłumy fanów klasycznych maszyn – zarówno tych starszych, jak i bardzo młodych. Zabytkowe samochody i motocykle podziwiały całe rodziny. Zlot rozpoczął się od uroczystego wjazdu pojazdów na ulicę Kaliską. Można było tam podziwiać niezwykłe maszyny i porozmawiać z ich właścicielami. Posiadacze aut chętnie dzielili się szczegółami technicznymi, historią swoich pojazdów oraz licznymi ciekawostkami. A unikalnych pojazdów na liście startowej nie brakowało. Odwiedzający mogli zobaczyć między innymi pięknie utrzymane Trabanty, duże Fiaty i Polonezy, a także takie klasyki jak Wołga czy Zastava. Na zlot przybyli dumni właściciele zabytków z różnych zakątków województwa łódzkiego i całej Polski. Można było spotkać miłośników motoryzacji m.in. z Wielunia, Konopnicy, Sieradza i Radomska. Po zakończeniu wieluńskiej części zlotu, uczestnicy w swoich wspaniałych pojazdach udali się w paradzie do Ożarowa, gdzie zaplanowano kolejny etap tego niezwykle popularnego wydarzenia.

Marcin Stadnicki

FOT. MARCIN STADNICKI

PODDĘBICE

„Szanty nad Nerem" w Ogrodzie Zmysłów

Morski klimat zawitał do Poddębic. W Ogrodzie Zmysłów odbyły się „Szanty nad Nerem", które połączyło koncerty, rodzinne atrakcje, warsztaty oraz spektakl dla najmłodszych. Nie zabrakło wspólnego śpiewania, dobrej zabawy i żeglarskich opowieści. Dużym zainteresowaniem cieszyła się część przygotowana dla najmłodszych. Teatr Pana O. zaprezentował spektakl „Rejs z Kapitanem Jackiem i Piracicą Czarcicą". Kulminacyjnym punktem programu był koncert „Szanty nad Nerem". Na scenie wystąpił Jacek Malanowski, któremu towarzyszyli goście: Oliwia Rokuszewska oraz Łukasz Nowak. Dźwięki szant i żeglarskich piosenek sprawiły, że Ogród Zmysłów na kilka godzin zamienił się w prawdziwą portową przystań.

Paweł Gołąb

Polonez, moda sprzed stu lat oraz warsztaty ginących zawodów

Marcin Stadnicki
Wieruszów

W Wieruszowie znów zadziałał wehikuł czasu, a to za sprawą Retro Jarmarku, organizowanego w mieście już po raz dziewiąty.

FOT. WIERUSZOWSKI DOM KULTURY

Wieruszowski Retro Jarmark stał się okazją do podróży w czasie

To niezwykłe wydarzenie, w trakcie którego można było zobaczyć pokaz mody z lat dwudziestych minionego wieku, odwiedzić stragany, poznać ginące zawody i zachwycić się rzeźbą. Było też wspólne tańczenie poloneza.

Kto wybrał się w niedzielę do Wieruszowa, ten miał okazję poczuć się, jakby przeżył niezwykłą podróż w czasie, a to za sprawą dziewiątej już edycji Wieruszowskiego Retro Jarmarku. Rynek w mieście wypełnił się tego dnia muzyką, kuszącym zapachem swojskiego jadła i niezwykłą jarmarczną atmosferą.

Na uczestników imprezy czekały stragany z rękodziełem i warsztaty ginących zawodów, ale na tym nie koniec. Jedną z atrakcji był plener rzeźbiarski, a kolejną pokaz mody sprzed stu lat.

Było też lepienie w glinie, poznawanie tajników garncarstwa i niesamowite, wspólne odtańczenie poloneza. Nie zabrakło atrakcji muzycznych w postaci koncertów zespołu Artes Ensemble i Podzameckich Chłopaków, dzięki czemu Rynek wypełnił się folkową muzyką.

W trakcie jarmarku można było także napić się kawy i odpocząć od zgiełku za sprawą Kawiarenki Retro, prowadzonej przez panie z Wieruszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Kolejną atrakcją Retro Jarmarku była wystawa fotograficzna przydrożnych kapliczek z terenu powiatu wieruszowskiego.

ZDJĘCIE TYGODNIA

FOT. EMILIA MAREK

W budynku Urzędu Miasta Sieradza zorganizowano zbiórkę krwi Klubu Honorowych Krwiodawców Strażak działającego przy OSP Sieradz. Zgłosiły się 24 osoby, ale lekarz dopuścił 22. W sumie udało się zebrać prawie 10 litrów życiodajnego płynu. Sternikim klubu jest Ryszard Chrzanowski, natomiast krew oddawała także wiceprezydent Sieradza Emilia Marek.

Dariusz Piekarczyk

NAD WARTĄ

REDAKTOR NACZELNY **Marek Krzciuk.** REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: **Patrycja Zemła, 514 800 866, patrycja.zemla@polskapress.pl**
Zespół: **Paweł Gołąb, Dariusz Piekarczyk, Włodzimierz Rychliński, Marcin Stadnicki.** BIURO REKLAMY: **Piotr Lachman, 502 49 97 05, piotr.lachman@polskapress.pl; Anna Szymczak, 698 635 713, anna.szymczak@polskapress.pl; Małgorzata Słupianek, 514 800 836, malgorzata.slupianek@polskapress.pl.** PRENUMERATA: **tel. 42 715 80 68.** DRUK: **Drukarnia ZPR Media SA.**
WYDAWCA: **Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 40 00.** P.O. PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY: **Elżbieta Żuraw.** PREZES MAKROREGIONU: **Aneta Sarga-Burtan.** PROJEKT GRAFICZNY: **Tomasz Bocheński.**

POLSKA PRESS GRUPA

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

eprasa.pl f3ce7076cb

Długo nie nacieszyli się swoim łupem

Dariusz Matyjaszczyk
Poddębice

Złodzieje włamali się do budynku gospodarczego w Poddębicach. Łupem padły elementy wyposażenia i sprzęt. Zgłoszenie o kradzieży wpłynęło w niedzielę od poszkodowanego właściciela.

W niedzielę do poddębickiej jednostki policji zgłosił się mężczyzna i poinformował o włamaniu. Złodzieje ukradli przedmioty o wartości co najmniej 3500 zł.

Policjanci zajęli się natychmiast sprawą kradzieży. Szybko ustalili, kto może mieć związek z włamaniem.

W poniedziałek policjanci pojechali na teren jednej z posesji w gminie Poddębice. W związku ze sprawą zatrzymano 42-letniego mężczyznę i 31-letnią kobietę. Oboje są mieszkańcami gminy Poddębice. W trakcie prowadzonych czynności policjanci przeszukali należące do nich pomieszczenia mieszkalne i gospodarcze oraz pojazd.

Funkcjonariusze sprawdzali, czy znajdują się tam przedmioty mogące mieć związek z dokonanym przestępstwem. Zebrany materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie zatrzymanym zarzutów kradzieży z włamaniem. Za tego rodzaju przestępstwo grozi kara pozbawienia wolności do 10 lat.

O dalszym losie pary zdecyduje sąd.

FOT. POLICJA

Złodzieje ukradli przedmioty o wartości co najmniej 3500 złotych

Uniejowski Protector został wystawiony na sprzedaż. Czy to koniec znanej dyskoteki?

Dariusz Gabryelski
Uniejów

Wygląda na to, że to już koniec znanego i popularnego klubu Protector w Uniejowie. Jedna z najsłynniejszych dyskotek w województwie łódzkim została wystawiona na sprzedaż.

Na popularnym portalu pojawiło się ogłoszenie o sprzedaży klubu. Jeśli ktoś chce zostać właścicielem uniejowskiego Protectora, musi wyłożyć 2,2 mln zł.

Ogłoszenie o sprzedaży Protectora w Uniejowie (powiat poddębicki), czyli klubu znanego w całym województwie łódzkim, zaniepokoiło wielu stałych bywalców. Na profilu uniejowskiego klubu na Facebook była informacja, że lokal robi sobie wakacyjną przerwę, ale wróci niebawem.

Teraz okazuje się, że tego powrotu może nie być, bo na popularnym portalu ogłoszeniowym pojawiła się informacja, że klub został wystawiony na sprzedaż. Jeśli ktoś chce zostać właścicielem uniejowskiego Protectora, musi wyłożyć 2,2 mln zł.

FOT. KLUB PROTECTOR UNIEJÓW/FACEBOOK

Klub Protector w Uniejowie został wystawiony na sprzedaż

Informacja o sprzedaży Protectora zmartwiła wielu bywalców lokalu. Wiele osób zastanawia się, czy klub jeszcze kiedyś zostanie otwarty. Nowy właściciel może przecież mieć inny pomysł na to funkcjonowanie tego miejsca.

– Wcześniej była informacja o przerwie wakacyjnej i deklaracji że od września klub rusza. A 29 sierpnia nagle ogłoszenie o sprzedaży obiektu za 2,2 mln zł. Jeśli klub faktycznie się zamyka albo jest wystawiony na sprzedaż, to chyba warto powiedzieć ludziom wprost, zamiast robić z tego wielką tajemnicę. Ludzie jeżdżą tam od lat i chyba należy im się normalna informacja, co dalej z Protectorem – skomentował na profilu Protectora jeden z bywalców klubu.

Klub Protector w Uniejowie przy ul. W. Reymonta został otwarty w 2002 roku. Na dyskoteki do Uniejowa zjeżdżali młodzi mieszkańcy z Łodzi i całego województwa łódzkiego. Lokal szybko uzyskał opinię jednego z najbardziej znanych klubów tanecznych w regionie, bo słynął z imprez w klimatach muzyki klubowej i disco polo. Od 2013 roku funkcjonował pod nazwą Protector Prestige Club.

Jak czytamy w ogłoszeniu, oprócz obiektu komercyjnego o powierzchni około 710 mkw., właściciel chce sprzedać także działkę mającą 4095 mkw.

Zmarł ksiądz prałat Marian Stochniałek

Marcin Stadnicki
Wieluń

W wieku 90 lat zmarł ks. prałat Marian Stochniałek. O śmierci kapłana poinformowała wieluńska kolegiata, której był wieloletnim proboszczem.

FOT. MARCIN STADNICKI

Ksiądz zapisał się w historii Wielunia nie tylko jako duchowny. Współpracował z Muzeum Ziemi Wieluńskiej, angażował się w przygotowanie uroczystości patriotyczno-religijnych i dbał o pamięć o tragedii Wielunia z września 1939 roku. Został odznaczony medalem „Pro Memoria" oraz medalem „Zasłużony dla Ziemi Wieluńskiej", a w marcu 2026 roku otrzymał Honorowe Obywatelstwo Wielunia, podczas uroczystości z okazji 90. urodzin i 65-lecia kapłaństwa.

Uroczystości pogrzebowe ks. prałata Mariana Stochniałka rozpoczną się w piątek o godz. 19, kiedy to w kościele Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny w Wieluniu odprawiona zostanie msza święta żałobna pod przewodnictwem księdza biskupa Antoniego Długosza. Po nabożeństwie odbędzie się modlitwa różańcowa. W sobotę na godz. 10 zaplanowano kolejny różaniec, po którym o godz. 11 rozpocznie się msza święta pogrzebowa pod przewodnictwem księdza arcybiskupa Wacława Depo. Po zakończeniu liturgii w wieluńskiej kolegiacie nastąpi ostatnie pożegnanie oraz złożenie trumny do grobu na cmentarzu parafialnym w Wieluniu.

Pamięci tysięcy ofiar zbrodni w obozie zagłady Kulmhof

Włodzimierz Rychliński
Zduńska Wola

Odbyły się uroczystości upamiętniające ofiary niemieckiego nazistowskiego obozu zagłady Kulmhof w Chełmnie nad Nerem. Wzięli w nich udział prezydent Zduńskiej Woli Konrad Pokora wraz z dyrektorem Muzeum Historii Miasta Tomaszem Polkowskim.

Wśród zamordowanych było ponad 8 tysięcy Żydów ze Zduńskiej Woli, których pamięć pozostaje ważną częścią wspólnej historii.

W Chełmnie nad Nerem odbyły się uroczystości upamiętniające ofiary niemieckiego nazistowskiego obozu zagłady Kulmhof. W miejscu, które stało się symbolem niewyobrażalnego cierpienia i zbrodni, oddano hołd tysiącom zamordowanych Żydów, Romów i Sinti, Polaków oraz innych ofiar niemieckiego terroru.

Wśród pomordowanych byli również mieszkańcy Zduńskiej Woli. W sierpniu 1942 roku, podczas likwidacji zduńskowolskiego getta, tysiące osób zostało deportowanych do Kulmhof. Według danych Muzeum Historii Miasta Zduńska Wola, 8594 osoby zostały wywiezione do Chełmna nad Nerem i tam zamordowane. Na Ścianie Pamięci w Kulmhof znajduje się tablica poświęcona tysiącom Żydów ze Zduńskiej Woli.

Podczas obchodów nie zabrakło modlitwy, zadumy i symbolicznego oddania czci ofiarom. Takie miejsca jak Kulmhof przypominają, że za liczbami i statystykami kryją się konkretni ludzie – kobiety, mężczyźni, dzieci, całe rodziny. Ludzie, którzy mieli swoje domy, bliskich, plany i marzenia.

FOT. UM ZDUŃSKA WOLA

Mijają 84 lata po strasznej zbrodni w obozie zagłady Kulmhof. Wśród ofiar były tysiące mieszkańców Zduńskiej Woli

eprasa.pl f3ce7076cb

Panie z powiatu sieradzkiego okazały się najlepsze w Wojewódzkich Zawodach Sportowo-Pożarniczych

Weronika Tomaszewska-Michalak
Chajew

Świetnie zgrane drużyny, zacięta rywalizacja, emocje sięgające zenitu i prawdziwy, strażacki duch – tak w skrócie można podsumować VII Wojewódzkie Zawody Sportowo-Pożarnicze OSP Województwa Łódzkiego. Impreza odbyła się na Stadionie OSiR w Łowiczu. Triumfowały panie z powiatu sieradzkiego.

FOT. WERONIKA TOMASZEWSKA-MICHALAK

Drużyna OSP Smardzewice (powiat tomaszowski) będzie reprezentować w przyszłym roku województwo łódzkie na zawodach krajowych

FOT. OSP CHAJEW

W rywalizacji kobiet zwyciężyła drużyna OSP Chajew (powiat sieradzki) i także będzie reprezentować w przyszłym roku województwo łódzkie na zawodach krajowych

Tegoroczna edycja Wojewódzkich Zawodów Sportowo-Pożarniczych OSP była wyjątkowa pod kilkoma względami. Tym razem udział w rywalizacji wzięła rekordowa liczba drużyn, bowiem do rywalizacji przystąpiły aż 23 drużyny męskie i 22 kobiece.

Pierwszy raz była musztra

Uczestnicy rywalizowali w trzech konkurencjach: ćwiczeniu bojowym, sztafecie oraz pokazie musztry. Po raz pierwszy w historii zawodów w województwie łódzkim strażacy ochotnicy, którzy wygrali etap powiatowy, musieli zaprezentować elementy musztry – przy czym ta część była oceniana i nagradzana osobno.

– Zmagania po raz pierwszy przeprowadzono według nowego regulaminu, utworzonego w 2025 roku – przekazał bryg. w st. spocz. Marek Duda, Przewodniczący Krajowego Kolegium Sędziów Zawodów Strażackich Związku OSP RP.

Pan Marek wraz z całym zespołem sędziowskim, który nota bene po raz pierwszy składał się tylko ze strażaków ochotników, czuwał nad przebiegiem zawodów. Oprawę muzyczną w trakcie oficjalnego otwarcia zapewniła Dziecięco-Młodzieżowa Orkiestra Dęta OSP Wicie.

W wydarzeniu udział wzięli przedstawiciele władz państwowych i samorządowych, Państwowej Straży Pożarnej, Związku Ochotniczych Straży Pożarnych RP, Wojska Polskiego, instytucji oraz organizacji współpracujących ze środowiskiem pożarniczym.

Wśród zaproszonych gości byli m.in.: Paweł Bejda – sekretarz stanu w Ministerstwie Obrony Narodowej; druh Waldemar Pawlak – senator, prezes Zarządu Głównego Związku Ochotniczych Straży Pożarnych Rzeczypospolitej Polskiej; prezes Zarządu Oddziału Wojewódzkiego ZOSP RP druh Tadeusz Karcz oraz druhna Małgorzata Pawlik – dyrektor Zarządu Wykonawczego Oddziału Wojewódzkiego Związku OSP RP Województwa Łódzkiego.

Na zawodach byli również: st. bryg. Marcin Dulas – łódzki komendant wojewódzki Państwowej Straży Pożarnej; Waldemar Wojciechowski – radny Sejmiku Województwa Łódzkiego; Marcin Kosiorek – starosta łowicki; bryg. Arkadiusz Makowski – komendant powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Łowiczu oraz Marek Jędrzejczak – przewodniczący Rady Powiatu Łowickiego.

– Bardzo wam dziękuję za to, że poświęcacie swoje życie i zdrowie, bardzo często, żeby ratować życie, zdrowie i mienie innych ludzi, bo Ochotnicza Straż Pożarna to nie tylko pożary. To są zdarzenia drogowe, to są zdarzenia chemiczne, to są huragany, wichury, podtopienia, covid, który też dotknął społeczeństwo Rzeczypospolitej Polskiej – mówił Paweł Bejda, który co ciekawe wychował się naprzeciwko stadionu, na którym odbywały się zawody. – Wy jesteście najlepiej wyszkolonymi cywilami, to tak można powiedzieć, bo uczestniczycie w różnego rodzaju szkoleniach, jesteście gotowi, żeby nieść pomoc innym ludziom. Dla mnie jesteście już dzisiaj wszyscy wygrani – dodał.

Były premier, a obecnie senator Waldemar Pawlak wspomniał o specjalnej aplikacji, która może pomóc strażakom i przede wszystkim zwykłym obywatelom RP.

– Chcę wszystkim życzyć wspaniałej zabawy, wspaniałych efektów i radości w tym pięknym rycerskim współzawodnictwie na zawodach sportowo-pożarniczych. I zachęcam do tego też, żebyście patrzyli na te nowe wyzwania, które przynosi nam ustawa o ochronie ludności i obronie cywilnej, bo w tych systemowych rozwiązaniach każda Ochotnicza Straż Pożarna jest potrzebna, każda jest podmiotem ochrony ludności – podkreślił polityk. – Co ciekawe, przy tych nowych rozwiązaniach technicznych zwróciłbym uwagę na aplikację Pierwszy Ratownik. To jest rozwiązanie, które z jednej strony pozwala szybko wezwać pomoc, wezwać wolontariuszy, którzy są w pobliżu, ale z drugiej strony pozwala też strażakom, którzy są w promieniu kilku kilometrów zauważyć to wezwanie. W ciągu kilku sekund można podjąć akcję ratowniczą. Spróbujcie tę aplikację zainstalować i wykorzystać także w swoim działaniu, bo to jest znak czasu – pokazujący jak technologia sprawia, że dzisiaj pomoc może być dostępna w ciągu kilku minut – dodał Pawlak.

I przytoczył dokładne dane: – Jeżeli w Polsce jest 40 tysięcy zatrzymań krążenia w ciągu roku i przeżywalność jest około 10 procent, to wyobraźcie sobie, że jeżeli te działania ratownicze są podjęte w ciągu pierwszych pięciu minut, przeżywalność może być 70-80-procentowa.

Na trybunach też dużo się działo

Drużyny zebrane na płycie boiska czekały z niecierpliwością na start.

Poszczególne jednostki startowały na dwóch torach, zarówno przy tzw. bojówce, jak i sztafecie. Kiedy dana jednostka wykonała kolejno ćwiczenia bojowe, kierowała się na tor na sztafetę. Na koniec druhny i druhowie musieli wykonać pokaz musztry.

Rywalizacja była zacięta. Jednostki najpierw przechodziły sprawdzenie sprzętu, weryfikację dokumentów, a następnie wchodziły na płytę boiska i przygotowywały się do startu. W tym czasie startujący urządzali sobie rozgrzewkę: biegali, rozciągali się.

W tle słuchać było doping i to solidny. Wycie syren, okrzyki, niektórzy zabrali ze sobą nawet werble i wielkie bębny. Plakatów z motywacyjnymi napisami i nazwami drużyn również nie brakowało.

– Dopingujemy swoich, oczywiście. Starali się chłopaki, no i dziewczyny – trenowali od tygodni. Oczywiście łatwo nie było, bo każdy ma swoje codzienne obowiązki, ale oni potrafili wygospodarować kilka wieczorów w tygodniu, żeby razem ćwiczyć: dopracowywać szczegóły, no i osiągać, jak najkrótszy czas – opowiadał nam jeden z kibiców.

Oto klasyfikacja wyników końcowych wśród mężczyzn: 1. miejsce – OSP Smardzewice, powiat tomaszowski; 2. miejsce – OSP Stok, powiat opoczyński, 3. miejsce – OSP Wolbórz, powiat piotrkowski; 4. OSP Poniatów; 5. OSP Dalików; 6. OSP Twarda; 7. OSP Maków; 8. OSP Reczyce; 9. OSP Pruszków; 10. OSP Wrońsko; 11. OSP Chodnów; 12. OSP Jordanów; 13. OSP Wadlew; 14. OSP Janiszewice; 15. OSP Grodzisko; 16. OSP Bronisin Dworski; 17. OSP Prawęcice; 18. OSP Silnica; 19. OSP Kalenice; 20. OSP Lutomiersk; 21. OSP Niemojew; 22. OSP Pniewo; 23. OSP Łódź Andrzejów.

Natomiast klasyfikacja wyników końcowych wśród kobiet prezentowała się następująco: 1. miejsce – OSP Chajew, powiat sieradzki; 2. miejsce – OSP Radwan, powiat opoczyński; 3. miejsce – OSP Wola Krzysztoporska, powiat piotrkowski; 4. OSP Piaski; 5. OSP Reczyce; 6. OSP Stemplew; 7. OSP Łask; 8. OSP Kudrowice; 9. OSP Dalików; 10. OSP Twarda; 11. OSP Ożarów; 12. OSP Niedyszyna; 13. OSP Jordanów; 14. OSP Lipiny; 15. OSP Suchodębie; 16. OSP Ziewanice; 17. OSP Stary Waliszew; 18. OSP Janiszewice; 19. OSP Silnica; 20. OSP Łódź Mikołajew; 21. OSP Wysokienice; 22. OSP Kalenice.

Stawką zmagań były nie tylko medale i nagrody pieniężne (2 tys. zł za zajęcie trzeciego miejsca; 3,5 tys. zł za drugie i 5 tys. zł za pierwsze), ale również eliminacje do zawodów krajowych. Te odbędą się w przyszłym roku. Przypomnijmy, że zawody wojewódzkie odbywają się co cztery lata. Ostatnie takie rywalizacje w Łódzkiem miały miejsce także w Łowiczu.

eprasa.pl f3ce7076cb

Poradnik grzybiarza. Jak rozpoznać trujące okazy

Dariusz Gabryelski
Region

W lasach jest coraz więcej grzybów. Zanim jednak wybierzemy się do lasu na grzyby warto przypomnieć sobie kilka ważnych zasad, które pozwolą nam cieszyć się bezpiecznym i udanym grzybobraniem. Porady przygotował Sebastian Piskorski, mykolog z Uniwersytetu Łódzkiego.

FOT. PAWEŁ CHWAŁ

W polskich lasach znajdziemy około 12 tysięcy gatunków grzybów, z czego około 1,5 tysiąca to gatunki jadalne

Rodzaje grzybów w polskich lasach

W polskich lasach jest około 12 tys. gatunków grzybów, z czego około 1,5 tys. to gatunki jadalne. Największym zagrożeniem jest muchomor zielonawy (kiedyś powszechnie nazywany sromotnikowym), który często jest mylony z czubajką kanią lub jadalnymi gąskami.

Jak podkreśla magister Sebastian Piskorski, doktorant Szkoły Doktorskiej Nauk Ścisłych i Przyrodniczych Uniwersytetu Łódzkiego, grzyby można podzielić na trzy główne grupy:

– jadalne – smaczne i bezpieczne;

– niejadalne – nie zawierają trucizn, ale są twarde, gorzkie albo zwyczajnie niesmaczne;

– trujące – mogą wywoływać zatrucia, a w skrajnych przypadkach nawet śmierć.

Jak rozpoznać grzyby trujące

Większość popularnych gatunków zbieranych najczęściej przez grzybiarzy, jak podgrzybki, koźlarze czy maślaki, jest łatwa do rozpoznania. Znacznie trudniej jest się w przypadku borowików. Ponieważ borowika szlachetnego bardzo łatwo można pomylić z goryczakiem żółciowym zwanym szatanem, który jest bardzo podobny do borowika, ale gorzki w smaku.

Jak je rozróżnić? Zbierając borowiki, trzeba się upewnić, że pod kapeluszem nie różowieje ani nie czerwienieje. Jeśli tak to lepiej zostawić go w lesie. Podobny problem dotyczy kurki (pieprznika jadalnego), którą można pomylić z lisówką pomarańczową. Ta z kolei powoduje dolegliwości żołądkowe. Różnica między tymi grzybami jest w spodzie kapelusza. Kurka ma listewki, a lisówka blaszki.

Podobny kłopot jest w przypadku czubajki kani. Źle rozpoznana, zamiast smakołykiem z patelni, może okazać się śmiertelną pomyłką. Kania jest jednym z ulubionych grzybów Polaków. Świetna do panierowania i smażenia a'la kotlet schabowy. Jednak właśnie ona bywa najczęściej mylona z muchomorem zielonawym (sromotnikowym), jednym z najbardziej trujących grzybów w Polsce.

Jak je odróżnić? Czubajka kania ma charakterystyczny ruchomy pierścień na trzonie (można nim przesuwać w górę i w dół). Jej trzon zakończony jest bulwą bez pochwy, a kapelusz pokryty jest łuskami i przypomina parasol. Muchomor zielonawy natomiast wyrasta z „jaja", które w trakcie wzrostu owocnika pęka, a u nasady pozostaje pochwa i nigdy nie ma ruchomego pierścienia. Dlatego, jeżeli nie masz stuprocentowej pewności – nie zbieraj młodych czubajek, które wyglądają jak małe kulki. To właśnie wtedy najłatwiej o pomyłkę z muchomorem.

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Jeśli nie jesteśmy pewni gatunku, lepiej wyciągnąć cały owocnik, bo tylko wtedy można sprawdzić wszystkie cechy (np. bulwiaste zakończenie trzonu u czubajek)

Jeśli nie masz pewności, to nie wkładaj takiego grzyba do swojego koszyka.

Grzyby lepiej wyciągać czy wycinać

Okazuje się, że nie ma to znaczenia dla samej grzybni. Badania wykazały, że grzybnia owocnikuje niezależnie od sposobu zbioru. Ale uwaga! Dla nas sposób zbioru ma znaczenie. Jeśli nie jesteśmy pewni gatunku, lepiej wyciągnąć cały owocnik, bo tylko wtedy można sprawdzić wszystkie cechy (np. bulwiaste zakończenie trzonu u czubajek).

Grzyby zbieramy do kosza czy foliówki

Grzyby są delikatne i szybko się psują. Zbieranie ich do foliówek czy zamkniętych wiaderek to prosty sposób na zatrucie. Brak przewiewu sprawia, że się zaparzają i zaczynają gnić. Najlepszy wybór to tradycyjny wiklinowy koszyk. Po powrocie z lasu grzyby warto jak najszybciej przerobić – najlepiej w ciągu 24 godzin. Można je też suszyć, zamrażać lub poddać obróbce termicznej, która zabija pasożyty i pleśnie.

Wartości odżywcze grzybów

Często słyszy się, że grzyby nie mają wartości odżywczych i są ciężkostrawne. To mit. Grzyby zawierają pełnowartościowe białka, w tym wszystkie egzogenne aminokwasy, mają witaminy, minerały i posiadają naturalne związki wspierające odporność. Są świetnym uzupełnieniem diety, szczególnie dla osób ograniczających mięso. Oczywiście (jak każda potrawa) stają się ciężkostrawne głównie przez to, jak je przygotujemy (np. smażone w dużej ilości tłuszczu).

Źródło: Uniwersytet Łódzki

REKLAMA 0011583033

OGŁOSZENIE
Burmistrza Błaszek

Na podstawie art. 37 ust. 1, art. 38 ust. 1 i 2, art. 39 ust. 1 i 2, art. 40 ust. 1 pkt 1, art. 67 ust. 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t. j. Dz. U. z 2026 r. poz. 399) oraz Rozporządzenia Rady Ministrów z 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzenia przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (t. j. Dz. U. z 2021 r. poz. 2213 z późn. zm.)

o g ł a s z a m

I. Trzecie ustne nieograniczone przetargi na sprzedaż nieruchomości położonych w obrębie geodezyjnym Żelisław.

Lp.	Położenie nieruchomości	Nr ewidencyjny działki	Powierzchnia działki w m²	Nr księgi wieczystej	Cena nieruchomości w zł	Przeznaczenie nieruchomości	Forma sprzedaży	Wysokość wadium w zł
1.	Żelisław	245/16	1347	SR1S/00079766/5	89.100,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
2.	Żelisław	245/17	993	SR1S/00079766/5	68.400,00	nieruchomość niezabudowana	własność	8.000,00
3.	Żelisław	245/19	1024	SR1S/00079766/5	69.200,00	nieruchomość niezabudowana	własność	8.000,00
4.	Żelisław	245/20	1302	SR1S/00079766/5	86.100,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
5.	Żelisław	245/22	1425	SR1S/00079766/5	94.300,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
6.	Żelisław	245/23	1182	SR1S/00079766/5	79.800,00	nieruchomość niezabudowana	własność	8.000,00
7.	Żelisław	245/24	1248	SR1S/00079766/5	84.300,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
8.	Żelisław	245/25	1241	SR1S/00079766/5	83.800,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
9.	Żelisław	245/26	1487	SR1S/00079766/5	98.400,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
10.	Żelisław	245/27	2498	SR1S/00079766/5	139.500,00	nieruchomość niezabudowana	własność	15.000,00
11.	Żelisław	245/28	1623	SR1S/00079766/5	105.100,00	nieruchomość niezabudowana	własność	12.000,00
12.	Żelisław	245/29	1440	SR1S/00079766/5	95.300,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
13.	Żelisław	245/30	1220	SR1S/00079766/5	82.400,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00
14.	Żelisław	245/31	1471	SR1S/00079766/5	87.200,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00

Do każdej działki zostanie doliczony podatek VAT w wysokości 23%.

Działki położone w miejscowości Żelisław nie są objęte miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego. Na każdą z działek została wydana decyzja o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu dla inwestycji polegającej na budowie budynku mieszkalnego jednorodzinnego, wolnostojącego.
Nieruchomości znajdują się w zasięgu podstawowych sieci infrastruktury technicznej (sieć wodociągowa, energetyczna).
Ponadto na działce nr ewid. 245/27 planowana jest budowa stacji transformatorowej SN/nN słupowej z transformatorem o mocy 250 kVA (działka obciążona służebnością przesyłu).
Dojazd do działek prowadzi drogami gruntowymi.

Przetargi odbędą się w dniu 20.10.2026 r. od godz. 10.00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Błaszkach.

1. Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w wysokości wskazanej w ogłoszeniu na wybraną działkę na konto Bank Spółdzielczy w Błaszkach, nr 20 9245 0002 0000 0202 2000 0090, nie później niż do **14.10.2026 r.**

- wadium może być wnoszone w pieniądzu, obligacjach Skarbu Państwa lub papierach wartościowych dopuszczonych do obrotu publicznego,

2. W przetargu mogą brać udział osoby fizyczne po przedłożeniu komisji przetargowej dowodu tożsamości i osoby prawne po przedłożeniu aktualnego wypisu z rejestru.

Wpłacone wadium przez uczestnika, który przetarg wygra zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia nieruchomości, pozostałym uczestnikom przetargu wadium zwraca się nie później niż przed upływem 3 dni od dnia odpowiednio: a) odwołania, b) zamknięcia, c) unieważnienia, d) zakończenia przetargu wynikiem negatywnym.

Przetarg jest ważny bez względu na liczbę uczestników, jeżeli przynajmniej jeden uczestnik zaoferuje co najmniej jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej. 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. Jedynym czynnikiem decydującym o wyborze oferenta jest najkorzystniejsza cena, jaką zaoferuje w przetargu. Wylicytowana cena nie podlega negocjacjom.

Wylicytowana cena sprzedaży ustalona w przetargu zostanie pomniejszona o wpłacone wadium i podlega zapłacie nie później niż do dnia zawarcia umowy przenoszącej własność.

Protokół z przeprowadzonego przetargu stanowić będzie podstawę do zawarcia umowy sprzedaży wykonanej w formie aktu notarialnego.

Jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie stawi się bez usprawiedliwienia w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu, organizator przetargu może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie będzie podlegać zwrotowi.

Burmistrz Błaszek zastrzega sobie prawo odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny, informując niezwłocznie o tym zainteresowanych w formie właściwej dla ogłoszenia przetargu.

Dodatkowe informacje odnośnie działek i przetargów można uzyskać w siedzibie Urzędu Miejskiego w Błaszkach (pokój nr 18) telefon 43 829-09-44.

eprasa.pl f3ce7076cb

Głowa przy głowie – tłumy ludzi na 14. Sieradzkim Jarmarku Powiatowym

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

Na Placu Wojewódzkim zorganizowano w minioną niedzielę 14. Sieradzki Jarmark Powiatowy. To największe w naszym regionie takie wydarzenie.

Wydarzenie rozpoczęło się mszą świętą w kościele pod wezwaniem Najświętszego Serca Jezusowego. Potem barwny korowód przemaszerował ulicami miasta na Plac Wojewódzki. Tam z kolei miało miejsce wręczenie odznaczeń „Zasłużony dla Rolnictwa". Na gości czekało aż 67 różnorakich stoisk, w tym 11 ze wszystkich gmin powiatu sieradzkiego. Gwiazdą wieczoru był zespół Lemon.

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Jarmark otworzyła parada wszystkich 11 gmin, która przeszła z kościoła na Jaworowym na Plac Wojewódzki

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

To panie z KGW Macierzanki reprezentujące gminę Brzeźnio, której wójtem jest Dorota Kubiak

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

To Zespół Obrzędowy Chojne z jego liderką Agatą Woźniak. On również brał udział w jarmarku

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Tu trochę starsze pokolenie w strojach ludowych znad Warty

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Gminę Błaszki, której burmistrzem jest Piotr Świderski, reprezentowało Koło Gospodyń Wiejskich Kalinowa

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Koło Gospodyń Wiejskich w Bartochowie reprezentowało gminę Warta, której burmistrzem jest Krystian Krogulecki

FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Starosta sieradzki Mariusz Bądzior, gospodarz 14. Jarmarku Powiatowego, odebrał wieniec z tegorocznych dożynek od gminy Burzenin, której wójtem jest Jarosław Janiak. Od prawej Katarzyna Kolanek, szefowa KGW z Ligoty

DROBNE

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

12h autoskup, 664-040-076

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

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

POZNANIAK, talerzówka, pług 2,3, waga do zwierząt, dwurzędówka, rotacyjna, glebogryzarka, kabina do C-330 sprzedam, 667-407-369

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/tona, 500-669-621

REKLAMA 0011582848

Zarząd Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej
zaprasza do udziału w przetargach pisemnych na:
1) uzyskanie pierwszeństwa w zawarciu umowy partycypacji w kosztach budowy lokalu oraz najmu instytucjonalnego **lok. mieszk. nr 33** przy **ul. Armii Krajowej 22B** w Sieradzu, o pow. **50,43 m²**, położonego na II piętrze. Wymagane do przetargu **wadium**: **3.983,60 zł** (*trzy tysiące dziewięćset osiemdziesiąt trzy złote 60/100)*.
2) ustanowienie odrębnej własności **lok. mieszk. nr 26** przy **ul. Wł. Broniewskiego 40a** w Sieradzu, o pow. **37,6 m²**, położonego na III piętrze z zastrzeżeniem uprawnień przysługujących Najemcy lokalu, zgodnie z postanowieniami uchwały nr 8/WZ/2018 Walnego Zgromadzenia SSM, odbytego w częściach w dniach 26, 27, 28, 29 i 30 czerwca 2018 r. Wartość rynkowa lokalu stanowiąca podstawę do przetargu: **211.300,00 zł** *(dwieście jedenaście tysięcy trzysta złotych 00/100)*, wymagane do przetargu **wadium**: **21.130,00 zł** *(dwadzieścia jeden tysięcy sto trzydzieści złotych 00/100)*.
Wadium należy uiścić na rachunek bankowy Spółdzielni **nr 75 9267 0006 0000 8136 2000 0030** w terminie do **dnia 30.09.2026 r**. Za datę wpłaty wadium uznaje się dzień wpływu środków na rachunek bankowy Spółdzielni.
Warunki, jakim powinny odpowiadać oferty, wykaz załączników, tryb złożenia ofert, kryteria decydujące o rozstrzygnięciu przetargów, warunki zawarcia umowy najmu, obowiązki osoby, na rzecz której zostanie rozstrzygnięty przetarg, określają Specyfikacje, zamieszczone na stronie www.ssmsieradz.pl, dostępne w siedzibie Spółdzielni - sala obsługi interesantów.
Oferty należy składać na dziennik podawczy Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej, ul. Marsz. Józefa Piłsudskiego 5b w Sieradzu, w terminie **do dnia 1.10.2026 r. godz. 13⁰⁰**.
Lokale można oglądać w dni robocze **w godz. od 9⁰⁰ do 14⁰⁰** po wcześniejszym uzgodnieniu godziny – tel. 43 826 62 96.
Zarząd Spółdzielni zastrzega sobie możliwość unieważnienia bądź odstąpienia od przetargów na każdym ich etapie bez podania przyczyny.
Regulamin przetargu dostępny w siedzibie Spółdzielni (sala obsługi interesantów) oraz na stronie internetowej Spółdzielni www.ssmsieradz.pl.
Wszelkie informacje dotyczące przetargów można uzyskać w siedzibie Spółdzielni, w dni robocze, w godz. od 7⁰⁰ do 15⁰⁰, tel. 43 826 62 96 lub 43 826 65 70. O rozstrzygnięciu przetargów uczestnicy zostaną powiadomieni na piśmie.

REKLAMA 0011582859

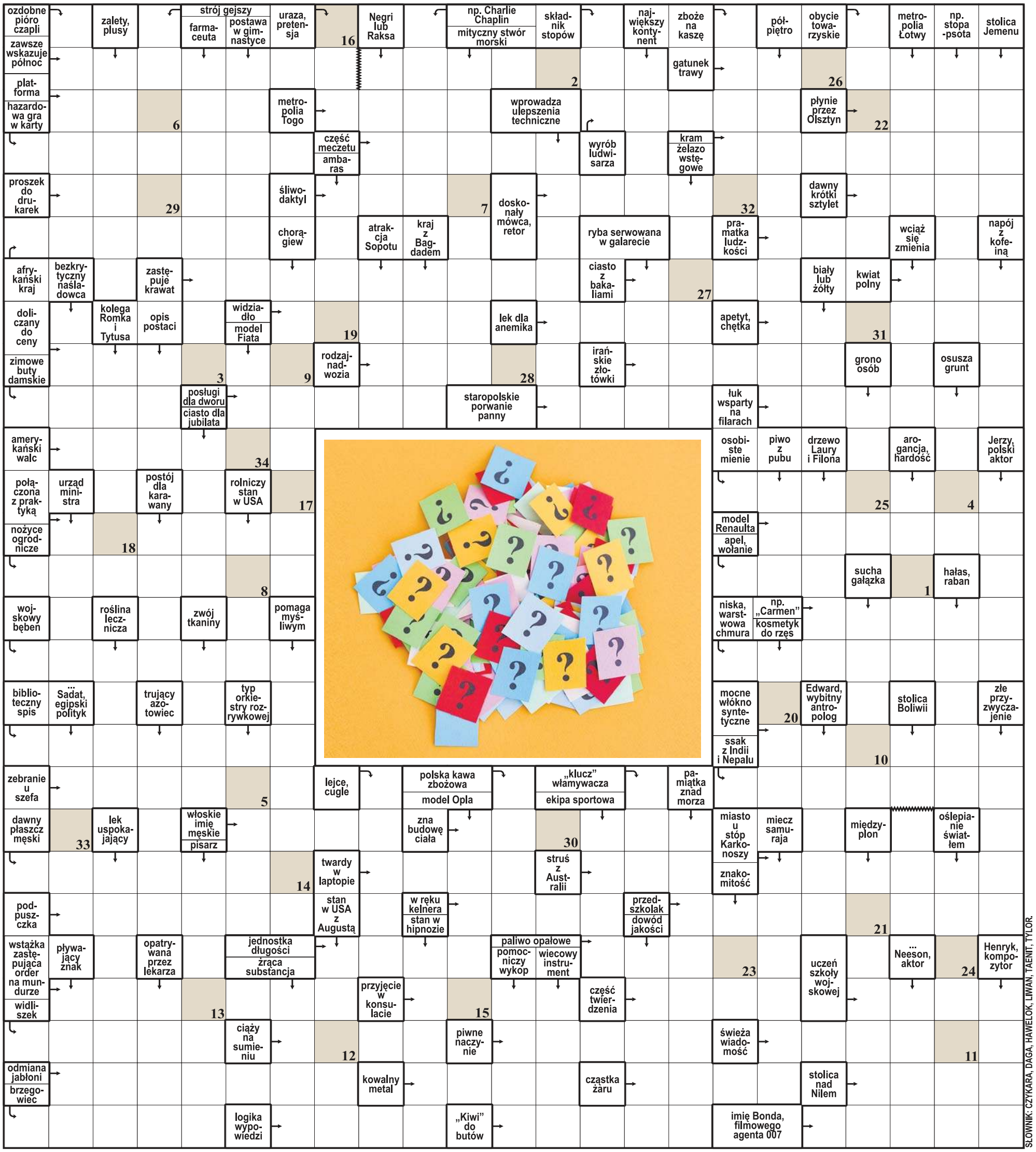
OGŁOSZENIE
Burmistrz Błaszek podaje do publicznej do wiadomości, iż **od dnia 16 września 2026 r. do dnia 7 października 2026 r.** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Błaszkach będzie wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży położonych Błaszkach przy ul. Szkolnej.
Informacje dotyczące wykazu: Urząd Miejski w Błaszkach, pokój nr 18 (I piętro), tel. 43 829 09 44.

REKLAMA 0011583247

Burmistrz Warty
informuje, że od dnia 16.09.2026 r. na okres 21 dni wywieszony zostanie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Warcie oraz opublikowany na stronie https://bip.gminawarta.pl (ogłoszenia) wykaz dotyczący:
- oddania w użyczenie na okres **10 lat** na rzecz Koła Gospodyń Wiejskich we Włyniu w celu realizacji zadań statutowych, nieruchomość gruntową zabudowaną budynkiem OSP, położoną w obrębie 47 – Włyń, oznaczoną w ewidencji gruntów numerem działki: 91/1 o pow. użyczenia 0,0059 ha.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Warcie - pokój nr 3 lub telefonicznie 43 82 87 103.

eprasa.pl f3ce7076cb



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 34 utworzą rozwiązanie: aforyzm.

ROZWIĄZANIE: PRZEDMIOTY NIE KAŻDEMU SŁUŻĄ JEDNAKOWO.

eprasa.pl f3ce7076cb

Historyczna wygrana Warty Sieradz z Polonią! Orkan pnie się w tabeli. Pierwsza porażka Jutrzenki

Dariusz Piekarczyk
Sport

Warta Sieradz pokonała w III lidze Polonię Lidzbark Warmiński na jej boisku. To pierwsza w historii oficjalna wygrana Sieradzan z tym zespołem.

Podopieczni trenera Marka Przybyła pokonali rywala 2:1 (1:1). Było to drugie z rzędu ligowe zwycięstwo Sieradzan, którzy dzięki temu awansowali na siódme miejsce w tabeli. W sobotę (19 września) na stadion MOSiR zawita groźna Olimpia Zambrów, która na wyjeździe wygrała jeden mecz i dwa razy poległa. Dla Warty liczą się tylko trzy punkty.

FOT. KAROL CŁAPA

Tak, tak, tak – mamy to! Radość piłkarzy i sztabu szkoleniowego Warty Sieradz po wygranym meczu w Lidzbarku Warmińskim z miejscową Polonią 2:1

III LIGA (GRUPA 1.)

Polonia Lidzbark Warmiński - Warta Sieradz 1:2 (1:1). 1:0 - Dominik Kozera (7), 1:1 - Tomasz Swędrowski (17), 1:2 - Szymon Pietrzak (53) **Warta:** Marcin Żyła - Mateusz Lis, Ołeh Trubnikow, Szymon Pietrzak, Aleksander Ślęzak - Wiktor Smoliński, Bartosz Bieroński (76, Paweł Mocny), Dawid Owczarek, Jakub Piela (66, Piotr Mielczarek) - Bartłomiej Kręcichwost (78, Kacper Drzazga), Tomasz Swędrowski. Trener: Marek Przybył.

Pozostałe wyniki ósmej kolejki: Widzew II Łódź - Mazovia Mińsk Mazowiecki 2:3 (1:0), Ząbkovia Ząbki - Lechia Tomaszów Mazowiecki 4:2 (3:0), Wisła II Płock - ŁKS II Łódź 2:2 (1:2), Olimpia Elbląg - Pelikan Łowicz 1:0 (1:0), Jagiellonia II Białystok - Mławianka Mława 7:4 (2:2), KS CK Troszyn - ŁKS Łomża 1:1 (0:1), Świt Nowy Dwór Mazowiecki - KTS Weszło Warszawa 0:1 (0:0), Olimpia Zambrów - Wigry Suwałki 1:1 (0:1).

Plan dziewiątej kolejki. Piątek (18 września): ŁKS Łomża - Ząbkovia Ząbki (godz. 16). **Sobota (19 września):** Warta Sieradz - Olimpia Zambrów (16), Mazovia Mińsk Mazowiecki - Wisła II Płock (16), Pelikan Łowicz - Polonia Lidzbark Warmiński (15), KTS Weszło Warszawa - Olimpia Elbląg (15), Lechia Tomaszów Mazowiecki - Świt Nowy Dwór Mazowiecki (16), Mławianka Mława - KS CK Troszyn (16), Jagiellonia II Białystok - ŁKS II Łódź (12). **Niedziela (20 września):** Wigry Suwałki - Widzew II Łódź (18).

1. KTS Weszło Warszawa	8	22	20-5
2. Mazovia Mińsk Mazowiecki	8	17	23-13
3. Wisła II Płock	8	15	18-13
4. Jagiellonia II Białystok	8	15	19-15
5. Widzew II Łódź	8	13	17-11
6. Wigry Suwałki	8	13	10-7
7. Warta Sieradz	8	13	15-13
8. Pelikan Łowicz	8	13	12-11
9. Ząbkovia Ząbki	8	13	14-14
10. Świt Nowy Dwór Mazowiecki	8	11	10-9
11. Lechia Tomaszów Mazowiecki	8	10	17-18
12. Olimpia Zambrow	8	10	17-21
13. Olimpia Elbląg	8	10	12-16
14. ŁKS II Łódź	8	7	12-16
15. KS CK Troszyn	8	6	10-19
16. Polonia Lidzbark Warmiński	8	5	13-19
17. Mławianka Mława	8	4	12-24
18. ŁKS Łomża	8	3	10-17

IV LIGA

GKS Orkan Buczek wygrał w Łodzi z trzecim zespołem ŁKS 4:2 (2:1) i awansował na trzecie miejsce w tabeli. Drużyna trenera Marcina Węglewskiego liczy się poważnie w walce o mistrzostwo jesieni. Ekolog Wojsławice walczył dzielnie w Aleksandrowie z Sokołem, ale poległ ostatecznie 2:1 (0:1). Zespołowi trenera Pawła Oluszczyka ciężko zdobywa się punkty. Warto odnotować pierwsze w tym sezonie potknięcie lidera tabeli RKS Radomsko, który po serii siedmiu zwycięstw zremisował w Pabianicach z Włókniarzem 1:1 (0:1). Gola dla gospodarzy strzelił, tuż przed końcem pojedynku Przemysław Kita – były piłkarz między innymi Warty Sieradz.

ŁKS III Łódź - GKS Orkan Buczek 2:4 (1:2). 0:1 - Miłosz Kapica (15), 1:1 - Antoni Arendt (19), 1:2 - Oskra Przywara (25), 1:3 - Miłosz Kapica (70), 1:4 - Norbert Dregier (90+1), 2:4 - Olaf Zuchora (90+4).

Sokół Aleksandrów - Ekolog Wojsławice 2:1 (1:0). 1:0 - Jakub Bistuła (16), 2:0 - Wojciech Pawlak (52), 2:1 - Jakub Janiszewski (57, rzut wolny).

Pozostałe wyniki ósmej kolejki: Zjednoczeni Strylów - Concordia Piotrków Trybunalski 1:0 (1:0), Ceramika Opoczno PGE GiEK GKS Bełchatów 2:4 (2:1), Zryw Wygoda - Polonia Piotrków Trybunalski 3:2 (0:2), AKS SMS Łódź - Stal Głowno 2:1 (1:1), MKP-Boruta Zgierz - KS Kutno 1:0 (1:1), Włókniarz Pabianice - RKS Radomsko 1:1 (0:1), LZS Justynów - Orzeł Parzęczew 2:3 (1:1).

Plan dziewiątej kolejki. Sobota (19 września): Orzeł Parzęczew - Radomsko (godz. 15), Concordia Piotrków Trybunalski - ŁKS III Łódź (16.30), Ekolog Wojsławice - Zjednoczeni Stryków (17), Włókniarz Pabianice - Sokół Aleksandrów (19), KS Kutno - Zryw Wygoda (16), GKS Bełchatów - Boruta Zgierz (16), Stal Głowno - Ceramika Opoczno (16), Orkan Buczek - AKS SMS Łódź (16). **Niedziela (20 września):** Polonia Piotrków Trybunalski - Justynów (16).

Klasyfikacja skutecznych: Lideruje Filip Bednarski z RKS Radomsko - 8 goli. 7 Dawid Flaszaka (Radomsko), a po 6 Mateusz Bogusz z AKS SMS oraz Adam Zieliński z Sokoła. Po 5: Piotr Prokop (AKS SMS), Jakub Cieślicki (AKS SMS), Juliusz Molis (GKS), Mateusz Lubczyński (Stal) i Adrian Marcioch (Zryw).

1. RKS Radomsko	8	22	31-6
2. Polonia Piotrków Trybunalski	8	18	22-9
3. GKS Orkan Buczek	8	18	16-8
4. Zjednoczeni Stryków	8	17	11-6
5. AKS SMS Łódź	8	16	27-13
6. Sokół Aleksandrów	8	15	19-14
7. MKP-Boruta Zgierz	8	13	11-10
8. Zryw Wygoda	8	12	14-8
9. Włókniarz Pabianice	7	11	11-7
10. Stal Głowno	8	10	15-11
11. PGE GKS Bełchatów	8	9	13-22
12. Ceramika Opoczno	8	8	13-14
13. Orzeł Parzęczew	8	8	7-16
14. KS Kutno	8	7	12-18
15. ŁKS III Łódź	8	7	10-15
16. Ekolog Wojsławice	7	5	7-24
17. Concordia Piotrków Tryb.	8	4	4-19
18. LZS Justynów	7	0	3-15

KLASA OKRĘGOWA

Pierwsza w tym sezonie porażka Jutrzenki Warta stała się faktem. Prowadzony przez trenera Kamila Wirę WKS pokonał na swoim boisku Warcian 3:2 (2:2). Gole: Miłosz Fuks, Maksymilian Przebierała, Tobiasz Kostrzewa - Fabian Lis, Eryk Smuga. W Olimpii Zduńska Wola mamy zmianę trenera. Karola Cichosza zastąpił Łukasz Kaczmarek, ale przegrał pierwszy mecz z Piastem Błaszki 0:3 (0:1). Gole: Adrian Sroczyński, Szymon Poniszewski, Michał Kuśmirek. Zawodzi Pogoń Zduńska Wola, która tylko zremisowała z Bałuczem 1:1 (0:1). Goście prowadzili od 6 minuty po golu Kamila Marianowskiego. W doliczonym czasie gry wyrównał Franciszek Józefiak.

Grupa III. Szósta kolejka: Warta Osjaków - Prosna Wieruszów 2:1, Zawisza Pajęczno - TS Janiszewice 3:2, Pogoń Zduńska Wola - LUKS Bałucz 1:1, Olimpia Zduńska Wola-Karsznice - Piast Błaszki 0:3, Astoria Szczerców - Złoczewia 3:1, Warta II Sieradz - UKS Galewice 1:4, WKS 1957 Wieluń - Jutrzenka Warta 3:2, Korab Łask - Warta Działoszyn 3:2. **Mecze zaległe:** Bałucz - Jutrzenka Warta 2:3, Galewice - Pogoń Zduńska Wola 2:0.

Siódma kolejka. Czwartek (17 września): LUKS Bałucz - Warta II Sieradz (16). **Sobota (19 września):** Galewice - Olimpia Zduńska Wola (15), Jutrzenka Warta - Pogoń Zduńska Wola (16), Piast Błaszki - Astoria Szczerców (16), Złoczewia - Warta Osjaków (16), Prosna Wieruszów - Korab Łask (16), Janiszewice - Wieluń (16). **Niedziela (20 września):** Warta Działoszyn - Zawisza Pajęczno (16).

1. Jutrzenka Warta	6	15	21-10
2. WKS 1957 Wieluń	6	15	18-12
3. Warta II Sieradz	6	13	14-9
4. Korab Łask	6	12	10-9
5. Zawisza Pajęczno	6	11	15-11
6. UKS Galewice	6	10	13-12
7. Warta Działoszyn	6	9	15-16
8. TS Janiszewice	6	8	12-11
9. Astoria Szczerców	6	8	10-9
10. Prosna Wieruszów	6	7	9-10
11. Piast Błaszki	6	7	10-12
12. Pogoń Zduńska Wola	6	6	10-12
13. Złoczewia Złoczew	6	5	8-10
14. Warta Osjaków	6	5	8-12
15. LUKS Bałucz	6	3	9-14
16. Olimpia Zduńska Wola	6	0	4-17

Spadkowicz z IV ligi Termy Poddębice górą w meczu szóstej kolejki grupy pierwszej Klasy Okręgowej. Zespół trenera Patryka Ożadowicza pokonał na wyjeździe Iskrę Dobroń 2:0.

Pozostałe wyniki szóstej kolejki: AKS SMS II Łódź - Zawisza Rzgów 1:3, PSV Łódź - Bzura Ozorków 1:2, Włókniarz Zgierz - Różyca 3:3, Łódzka Akademia Futbolu - MKP-Boruta II Zgierz 5:1, Ksawerów - Teofilek Łódź 7:1, KAS Konstantynów - Rosa Rosanów 5:0. Pauza: PTC Pabianice. W najbliższą sobotę Termy zmierzą się w Dobroniu z Iskrą (16).

1. GKS Ksawerów	6	16	28-5
2. PTC Pabianice	5	13	20-4
3. Łódzka Akademia Futbolu	6	13	19-5
4. LKS Różyca	5	11	13-9
5. KAS Konstantynów Łódzki	5	10	12-5
6. Zawisza Rzgów	6	9	14-1
7. Termy Poddębice	6	8	11-10
8. Iskra Dobroń	6	8	12-17
9. Włókniarz Zgierz	6	6	13-14
10. PSV Łódź	6	4	9-13
11. Rosa Rosanów	5	4	3-14
12. BzuraOzorków	6	4	13-27
13. AKS SMS II Łódź	6	4	8-25
14.Teofilek Łódź	5	3	11-19
15. MKP-Boruta II Zgierz	5	2	6-15

PUCHAR POLSKI

Rozlosowano pary czwartej rundy Pucharu Polski na szczeblu dawnych okręgów łódzkiego, piotrkowskiego i sieradzkiego. Mecze zaplanowano na 23 września (środa), choć kluby mogą dojść do porozumienia w sprawie nowych terminów.

Etap sieradzki. Czwarta runda: Jutrzenka Warta - Orkan Buczek, Olimpia Zduńska Wola - Warta II Sieradz, Galewice - Zawisza Pajęczno, Ustków - Prosna Wieruszów, Wierzchlas - Ekolog Wojsławice , Olimpia II Zduńska Wola - Złoczewia, Radoszewice - WKS Wieluń. Piast Błaszki - Warta Sieradz.

Etap łódzki. Czwarta runda: Termy Poddębice - Włókniarz Pabianice.

FOT. TOMASZ SMOLNIK

W akcji Michał Pertkiewicz z Jutrzenki Warta. W głębi piłkarz WKS 1957 Wieluń

FOT. ORKAN BUCZEK/FB

To pokaz radości piłkarzy GKS Orkana Buczek po zwycięskim pojedynku w Łodzi z trzecim zespołem ŁKS

eprasa.pl f3ce7076cb