Prezes Falubazu Zielona Góra wciąż zamierza brać na siebie odpowiedzialność za klub **str. 15**

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

To ostatnie dni niskich opłat. Od maja cenniki w uzdrowiskach idą w górę. Powody, dla których warto jeść śniadania. str. 8-11

STRONA ZDROWIA

GAZETA LUBUSKA

Środa, 22.04.2026

www.gazetalubuska.pl

Nr 93 (22.694)
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Nowa siedziba centrum psychiatrii dla dzieci i młodzieży jest coraz bliżej **str. 3**

WIZUALIZACJA UM

ВІЙНА В УКРАЇНІ
ВТРАТИ ОКУПАНТІВ

танків 11884
гелікоптерів 350
літаків 435
БТРів 24329

Presja na urzędników ma sens. Przekonali się o tym mieszkańcy Gorzowa **str. 5**

FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

SKWIERZYNA/GORZÓW

Śmierć kierowcy po policyjnej interwencji. Funkcjonariusze bez winy

22 listopada ub. roku funkcjonariusze z Międzyrzecza i Skwierzyny otrzymali zgłoszenie o niebezpiecznie zachowującym się kierowcy ciężarówki. Według świadków mężczyzna prowadził pojazd w sposób stwarzający realne zagrożenie dla innych uczestników ruchu. Rozpoczął się pościg, który trwał kilkanaście kilometrów. Dopiero na węźle Skwierzyna policjantom udało się zmusić ciężarówkę do zatrzymania.

Po zatrzymaniu pojazdu kierowca (miał 2,5 promila alkoholu we krwi) nie podporządkował się poleceniom mundurowych. Funkcjonariusze zdecydowali się obezwładnić go. W trakcie tej interwencji ciężarówka nagle ruszyła. Pojazd potrącił zarówno kierowcę, jak i jednego z policjantów. Mimo natychmiastowej pomocy życia kierowcy – obywatela Węgier – nie udało się uratować. Funkcjonariusz doznał urazu nogi.

Prokuratura wszczęła śledztwo i analizowała dwa główne wątki: możliwość nieumyślnego spowodowania śmierci oraz ewentualne niedopełnienie obowiązków przez policjantów. Teraz zostało umorzone.

– Przyczyną zdarzenia było niezabezpieczenie ciężarówki przez nietrzeźwego kierowcę, co doprowadziło do samoczynnego ruszenia samochodu – mówi prokurator Mariola Wojciechowska-Grześkowiak, rzeczniczka prasowa Prokuratury Okręgowej w Gorzowie. – Biorąc pod uwagę dynamiczny charakter interwencji, trwającej zaledwie półtorej minuty, funkcjonariusze nie mieli możliwości zapobieżenia samoistnemu ruszeniu się ciężarówki. **MM**

Nr ISSN 0137-9518 Nr indeksu 350-222

ZDROWIE KOLEJNE PLACÓWKI DOŁĄCZAJĄ DO PROTESTU

Czarne flagi na lubuskich szpitalach powiatowych

Aleksandra Łuczyńska, Łukasz Koleśnik, AT

Lubuskie szpitale powiatowe dołączyły do ogólnopolskiego „czarnego tygodnia". Protest jest organizowany przez Ogólnopolski Związek Pracodawców Szpitali Powiatowych i potrwa do 24 kwietnia. Co to oznacza dla pacjentów?

FOT. ZACHODNIE CENTRUM MEDYCZNE

To wspólna akcja szpitali, które protestują przeciwko ograniczeniu finansowania oraz pogarszającej się sytuacji systemowej. NFZ próbując łatać dziury w budżecie, planuje wprowadzenie zmian, którym sprzeciwiają się szpitale powiatowe. Dotyczą one ograniczeń w finansowaniu rehabilitacji, diagnostyki oraz zmian w zasadach rozliczania badań, takich jak tomografia komputerowa, rezonans magnetyczny czy badania endoskopowe. Jak podkreśla Ogólnopolski Związek Pracodawców Szpitali Powiatowych, jest źle, a może być jeszcze gorzej i ucierpią na tym pacjenci.

Powieszenie czarnych flag przy placówkach medycznych jest symboliczne, personel szpitali nie strajkuje, a pacjenci są przyjmowani zgodnie z planem. „Czarny tydzień" ma na celu zwrócenie uwagi na problem.

Kolejki będą jeszcze dłuższe

„Po wyczerpaniu kontraktu każde badanie jest wykonywane poniżej realnego kosztu, więc szpital do niego dopłaca. Szpitali powiatowych po prostu nie stać na wykonywanie badań ponad limit - przy obecnych stawkach każde dodatkowe badanie generuje stratę, a nieuczciwie finansowana diagnostyka pogłębia zadłużenie. Ograniczenie finansowania nadwykonań oznacza powrót długich kolejek, późniejsze rozpoznanie choroby, cięższe leczenie i gorsze rokowania. Coraz więcej pacjentów będzie wypychanych do sektora prywatnego albo skazywanych na wielomiesięczne oczekiwanie na badania, które z medycznego punktu widzenia są potrzebne „na już" - informuje OZPSP.

Straty są coraz większe

Do akcji włączył się Szpital na Wyspie w Żarach.

- Nas to już dotyka, zaczynamy powoli tracić płynność finansową. W skali roku odnotowaliśmy straty w wysokości 700 tysięcy złotych - wyjaśnia Jolanta Dankiewicz, prezes Szpitala na Wyspie. - Sposób rozliczania nadwykonań, które musimy kredytować, a pieniądze zostaną nam zwrócone po roku, i to zaledwie 60 procent wartości wykonanej usługi, kompletnie się nie kalkuluje. Już teraz na rehabilitację przyjmujemy zapisy na grudzień, wkrótce zaczniemy przyjmować na styczeń, a przecież potencjał mamy i tych pacjentów moglibyśmy przyjmować więcej. Jeśli protest nie przyniesie rezultatu, jeszcze mocniej dotknie to pacjentów, którzy będą czekać jeszcze dłużej na wykonanie świadczeń.

Spółka Zachodnie Centrum Medyczne zarządzająca szpitalem w Krośnie Odrzańskim i Gubinie również bierze udział w proteście.

- Przy naszym szpitalu również powiewają czarne flagi, personel nosi czarne koszulki - wymienia prezes ZCM, Jolanta Siwicka. - Trzeba podkreślić, że robimy to dla pacjentów, więc opieka pozostaje na pierwszym miejscu i protest nie odbije się na jakości świadczonych usług.

- Od dawna stawiamy na rozwój diagnostyki w naszym szpitalu. Obecnie staramy się o instalację rezonansu magnetycznego. Wcześniej zakupiliśmy nowoczesny tomograf. Jednak proponowany sposób rozliczeń wykonanych świadczeń może sprawić, że nawet mając potrzebny sprzęt, nie będziemy mogli z niego korzystać na tyle, na ile byśmy chcieli, i na tyle, aby pomóc wszystkim naszym pacjentom - wyjaśnia Siwicka.

Szpitalne łóżko poczeka, choroba nie

- Problemy z płynnością finansową, niedoszacowanych wycen świadczeń oraz ograniczeń i limitów finansowania dotyczą także naszego szpitala. W praktyce oznacza to, że realny ciężar utrzymania dostępności świadczeń oraz stabilności funkcjonowania placówki został w dużej mierze przeniesiony na samorząd - pisze w swoim oświadczeniu zarząd sulechowskiego szpitala.

Lista szpitali należących w Lubuskiem do OZPSP: SPOZ w Sulęcinie, PCZ w Drezdenku, Nowy Szpital w Kostrzynie nad Odrą, NZOZ Szpital im. Dr. Nauk Medycznych Radzimira Śmigielskiego, Nowy Szpital w Świebodzinie, Nowy Szpital we Wschowie, Zachodnie Centrum Medyczne w Krośnie Odrzańskim, Szpital Międzyrzecki, Nowy Szpital w Szprotawie, Szpital na Wyspie w Żarach.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

AUTOPROMOCJA 0011227845

Zamów **prenumeratę**
Gazeta Lubuska 68 381 70 52
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gazetalubuska.pl

Jutro w naszej gazecie
Pod paragrafem

Teczka Hipolita Starszaka w IPN jest pełna pochwał od przełożonych coraz wyższej rangi. Robił karierę w SB od lat 60. do końca stanu wojennego.

Jarosław Miłkowski

KONSEKWENCJA POSZŁA SPAĆ

Na gorzowskim bulwarze ma stanąć napis z nazwą miasta. Nie, nie „I love Gorzów". Ma to być napis „Gorzów Wielkopolski". Jego projektu jeszcze nie ma. Nie wiadomo więc, czy będzie on w jednej linii i tym samym szeroki na - powiedzmy - kilkanaście czy nawet ponad dwadzieścia metrów. Wiadomo jedno - napis ma być interaktywny. Tak! Przymiotnik w nazwie miasta ma być podświetlany. I to mieszkańcy będą decydować, czy chcą, by „Wielkopolski" świecił się, czy nie. Kto będzie chciał, to tę część napisu będzie mógł oświetlić lub też oświetlenie wyłączyć.

Z tego pomysłu już dworuje sobie część mieszkańców. Zastanawiają się, kiedy włącznik się zepsuje. I czy będzie to przy opcji z przymiotnikiem czy bez.

Gorzowianie (i to nie tylko Wielkopolscy) rzucają też inny pomysł. Może w nawiązaniu do odwiecznej debaty o nazwie miasta - czy ma być krótka, czy długa - zacząć liczyć, ile razy ludzie będą włączać lub wyłączać przycisk. Albo jak długo świecić się będzie „Wielkopolski" lub nie. I później na tej podstawie podjąć decyzję o ostatecznej wersji nazwy.

Żarty jednak na bok. Od przyszłego napisu na bulwarze bardziej interesuje mnie, jaką wersję nazwy miasta preferują w przestrzeni publicznej jego władze. Hala przy ul. Słowiańskiej to Arena Gorzów. Aktualne hasło promocyjne miasta to „Gorzów - stąd jestem". I ani w pierwszym, ani w drugim przypadku „Wielkopolski" tam nie ma. Nie ma chyba także konsekwencji.

Tej konsekwencji nie ma też u kolejarzy. Przy ulicy Teatralnej jest przystanek kolejowy Gorzów Wielkopolski Wschodni, ale w planach - na wysokości Placu Słonecznego - jest Gorzów Wielkopolski Zachód. Dlaczego nie „Zachodni", tego nie wiadomo.

Rynek w Lubniewicach wciąż wygląda jak plac budowy

Magdalena Marszałek
mmarszalek@polskapress.pl

Na tę rewitalizację mieszkańcy czekali trzy dekady. Dziś, z jednej strony mają nadzieję na nową i atrakcyjną przestrzeń miejską, a z drugiej są sfrustrowani przeciągającymi się pracami.

Rozpoczęcie prac na początku ubiegłego roku przyjęto z dużym entuzjazmem. Choć początkowo zakładano zakończenie robót jeszcze w grudniu, dziś rynek wciąż jest wielkim placem budowy, a końca prac nie widać.

FOT. MAGDA MARSZAŁEK

Nie ma wątpliwości, że lubniewicki rynek wymagał gruntownej modernizacji

Historia wstrzymała budowę

Jednym z powodów opóźnień okazały się niespodziewane odkrycia archeologiczne. Pod powierzchnią ziemi natrafiono na studnie, piec kaflowy oraz naczynia datowane na szesnasty wiek. Każdy taki element musiał zostać dokładnie zbadany, co naturalnie wstrzymało roboty.

- Później doszły jeszcze warunki pogodowe. Długa i wyjątkowo ciężka zima sprawiła, że przez wiele tygodni nie dało się prowadzić prac w normalnym tempie. Grunt był zmarznięty, więc po prostu musiały one zostać odłożone w czasie - tłumaczy Bartosz Jankowski, sekretarz gminy Lubniewice.

Dla mieszkańców przedłużający się remont stał się źródłem coraz większego zniecierpliwienia. W ich wypowiedziach trudno nie zauważyć narastającej frustracji.

„Aż nie chce się tego oglądać. Gołym okiem nie widać nic nowego, a czas leci". „To jest duży cios dla całej miejscowości, a przede wszystkim dla sklepikarzy, hotelarzy i wszystkich związanych z turystyką. Zaraz minie tysiąc lat od początku przebudowy" - narzekają mieszkańcy.

Rynek ma tętnić życiem

Obecny widok może nie zachęcać, bo rozkopana nawierzchnia, ciężki sprzęt i prowizoryczne przejścia skutecznie odbierają temu miejscu dawny urok i sprawiają, że trudno dostrzec jego potencjał. Władze gminy zapewniają jednak, że po zakończeniu inwestycji przestrzeń zmieni się nie do poznania.

- To będzie całkowita metamorfoza, bo szara i betonowa płyta ustąpi miejsca eleganckim materiałom, a więc granitowej nawierzchni i estetycznej kostce, które nadadzą rynkowi bardziej reprezentacyjny i uporządkowany wygląd. Z pewnością nie będzie tam betonozy, ponieważ pojawią się drzewa, krzewy i rośliny ozdobne, które ożywią przestrzeń - wylicza Bartosz Jankowski.

Ważnym elementem zmian będzie również nowoczesny system nawodnienia, dzięki któremu zieleń ma zachować świeżość przez cały sezon. Znikną także dotychczasowe murki, które przez lata dzieliły rynek i ograniczały jego funkcjonalność.

- W efekcie centrum miasta ma stać się miejscem bardziej przyjaznym do codziennego życia. Będzie to przestrzeń do spotkań, odpoczynku i organizacji wydarzeń, która będzie służyć zarówno mieszkańcom, jak i przyciągać turystów - dodaje sekretarz gminy.

Remont nie odstrasza turystów

Tymczasem zbliża się sezon turystyczny, więc naturalne pytanie brzmi, czy w trakcie remontu warto odwiedzić Lubniewice? Gmina zapewnia, że zdecydowanie tak. W związku z prowadzonymi pracami ruch turystyczny nie spadł i mimo ogrodzeń oraz ciężkiego sprzętu, miasto nadal przyciąga odwiedzających.

- Oczywiście rynek jest wizytówką i takim centralnym miejscem, ale dla wielu turystów kluczowe pozostają przede wszystkim walory przyrodnicze, a więc jeziora, lasy i kameralna atmosfera niewielkiego kurortu. Remont może wiązać się z pewnymi niedogodnościami, ale lokale gastronomiczne wokół rynku funkcjonują normalnie, a specjalnie przygotowane przejścia umożliwiają swobodne poruszanie się po centrum - zapewnia Bartosz Jankowski.

Prace mają potrwać do końca tegorocznych wakacji. Oznacza to, że Lubniewice stoją jeszcze przed kilkoma miesiącami życia w cieniu remontu.

Pogoda w regionie

Dzisiaj

DZIEŃ **17°C** NOC **-1°C**

Barometr **1023 hPa**
Wiatr **płn.-zach. 14-25 km/h**
Biomet **korzystny**

Czwartek DZIEŃ **17°C** NOC **5°C**

Piątek DZIEŃ **18°C** NOC **2°C**

Sobota DZIEŃ **16°C** NOC **6°C**

Uwaga: zachmurzenie małe

FORUM CZYTELNIKÓW

Barbara z Zielonej Góry:
Chciałam pochwalić kogoś, kto przy al. Niepodległości, pomiędzy budynkiem 20 a 22 zrobił piękny ogródek. Uważam, że warto napisać, że niektórym zależy, aby skrawek przed domem był nie tylko uporządkowany, ale tak zadbany z pomysłem. To może być inspiracja dla wielu osób.

Mieszkaniec Zielonej Góry:
Przeczytałem artykuł o martwych jeżach i chciałem zawiadomić, że od czwartku, 16 kwietnia, przy ul. Jerzego Waszczyka 1G na a terenie zielonym tuż przy bloku leży truchło jeża. Natychmiast o tym powiadomiłem administratora z biura zarządcy nieruchomości. Dzwoniłem znów w sobotę. Martwy jeżyk dalej leży w tym miejscu.

Teresa z Sulechowa:
Brawa dla ekipy, która wyprodukowała film promocyjny. Myślę, że zewnętrzna firma nie zrobiłaby tego lepiej, bo nie znają naszej gminy tak dobrze jak pracownicy urzędu. Cieszę się, że film zdobył pierwszą nagrodę na festiwalu.

Mieszkanka Zielonej Góry:
Jak można w środku zielonego terenu w Zielonej Górze tworzyć strefę przemysłową? Farma fotowoltaiczna obok ogródków działkowych przy ul. Foluszowej zeszpeci krajobraz. Już bardzo nam okrojono teren zielony. Z jednej strony buduje się ul. Aglomeracyjna, z drugiej osiedle Leśny Dwór. Został nam maleńki, wykrojony cypel. Nie mamy więcej obszarów spacerowych, a tam ma być teraz taka farma.

Mirosława z Zielonej Góry:
Żal mi rzeźby Generacje Oskara Zięty – artysty, który u nas mieszkał i tworzył. W innych miastach jego rzeźby są w piękny sposób zaprezentowane. A u nas stawia się apartamentowiec, który sprawi, że promienie słońca nie będą się podkreślały urody dzieła.

Igor z Zielonej Góry:
Może warto się zastanowić, czy nie zakazać jazdy hulajnogami po deptaku, bo to co się tam wyprawia, to jest nie do opisania.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

nasz REGION

KRÓTKO

WSCHOWA

Kolejna pijana za kierownicą

59-letnia kobieta jechała mając w organizmie ponad dwa promile alkoholu. Tłumaczyła policjantom, że była tylko na zakupach.

Została zatrzymana, bo w dzień jechała na światłach „długich". Widząc znaki policjantów zaczęła hamować i uderzyła w słupek ogrodzenia, po czym cofnęła i ponownie w niego wjechała.

- Po przebadaniu na zawartość alkoholu w wydychanym powietrzu alkomat wskazał ponad dwa promile. Funkcjonariusze zatrzymali kierującej prawo jazdy i zabezpieczyli pojazd. O dalszym losie kobiety zadecyduje sąd - mówi aspirant Marek Cieślakowski z KPP we Wschowie.

FOT. LUBUSKA POLICJA

SŁAWA

Ogromny pożar gospodarstwa

Ogień pojawił się wczoraj po godzinie 13 w jednym z gospodarstw wsi Lipinki oddalonej od Sławy o niespełna cztery kilometry. Na miejsce skierowano łącznie szesnaście zastępów straży pożarnej z terenu gminy Sława i powiatu wschowskiego. Działania ratowniczo-gaśnicze trwały blisko godzinę, a pożarem został objęty cały budynek pełniący funkcję kurnika.

- Informację o pożarze otrzymaliśmy przed godziną 14. Przybyłe na miejsce pierwsze zastępy zastały w pełni rozwinięty pożar. Dach był zarwany już do środka i strażacy przystąpili do działań gaśniczych - mówi mł. bryg Arkadiusz Kaniak, rzecznik prasowy Lubuskiego Komendanta Wojewódzkiego PSP w Gorzowie.

Na szczęście w budynku nie było ludzi ani zwierząt.

- W środku nie było kur, nikt nie doznał żadnych obrażeń. Strażacy musieli bronić przed ogniem zbiornika z gazem. Było to duże wyzwanie dla strażaków, natomiast nie było zagrożenia dla budynków znajdujących się w pobliżu - dodaje rzecznik.

Przyczyna pożaru nie jest znana, będzie to badać Policja.

FOT. OSP SŁAWA

Nowoczesne centrum psychiatrii jest coraz bliżej

Leszek Kalinowski
Zielona Góra

Pieniądze na realizację inwestycji przyznane zostały z dwóch źródeł. Z Funduszu Medycznego na budowę i z funduszu Feniks na wyposażenie.

WIZUALIZACJA URZĘDU MARSZAŁKOWSKIEGO

- Umowa na dotację z Funduszu Medycznego na budowę szpitala w Zielonej Górze - nowej siedziby Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży w Zaborze - została podpisana i opiewa na kwotę 49 mln 950 tys. zł. Dzięki wsparciu ponad 11 mln zł z programu Feniks uda się wyposażyć sale, gabinety, będzie można kupić sprzęt i postawić na odnawialne źródła energii - mówi Zdzisław Haczek, rzecznik prasowy zarządu województwa i dodaje: - Obecnie trwają prace nad dokumentacją. Inwestycja ma się zakończyć do 2029 roku.

Skróci się czas oczekiwania

- Obecnie jesteśmy na etapie przygotowywań przez biuro architektoniczne i konsultingowe Edan z Wrocławia programu funkcjonalno-użytkowego. To powinno zakończyć się w czerwcu. Jesienią ogłosimy przetarg w formule zaprojektuj i wybuduj. Prace budowlane ruszyłyby w połowie przyszłego roku, a zakończyłyby się do końca 2028 roku. Potem wyposażenie i nowy obiekt mógłby ruszyć w 2029 roku mówi Marzena Sarnecka, zastępczyni dyrektora Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży w Zaborze .

Na parterze znajdą się oddział dzienny, poradnie specjalistyczne, izba przyjęć, na piętrze oddział dla dzieci 16-18 lat oraz oddział dla dzieci 11-15 lat. II piętro zajmie szkoła, pokoje terapeutyczne, oddział dla dzieci do10 lat), z na III powstanie część dydaktyczno-administracyjna, sala wykładowa, Pracownia Molekularna Chorób Rzadkich i Neurorozwojowych.

Dodatkowo zagospodarowany zostanie teren wokół szpitala.

Nowe warunki pozwolą na udział rodziców w terapii dzieci (aktualnie w szpitalu w Zaborze brak jest takich możliwości). Skróci się czas oczekiwania na udzielane świadczenia.

Ważne dla badań naukowych

Jak opowiadał nam Andrzej Żywień, dyrektor placówki w Zaborze - na zewnątrz powstaną place zabaw, chodniki, ławki, miejsca parkingowe i zostaną nasadzone nowe rośliny. A na dachu budynku będą odnawialne źródła energii w postaci paneli fotowoltaicznych. Będzie to więc przyjazny dla dzieci i młodzieży, ale i energooszczędny budynek, który wpisze się w zieleń.

- Budowa szpitala neuropsychiatrycznego to inwestycja o znaczeniu strategicznym w skali kraju. Jest bardzo ważna dla zabezpieczenia świadczeń w zakresie opieki neuropsychiatrycznej dla dzieci i młodzieży. Jest też kluczową inwestycją w rozwoju Collegium Medicum Uniwersytetu Zielonogórskiego, prowadzeniu badań naukowych - zauważa wojewódzki konsultant w zakresie psychiatrii dzieci i młodzieży, dyrektor medyczny CLDiM w Zaborze dr n. med. Przemysław Zakowicz i dodaje, że tego wszystkiego nie można realizować w Zaborze, w XVII-wiecznym pałacu, nie odpowiadającym potrzebom efektywnego leczenia a.

Plan jest też taki, by otworzyć pierwszy w Polsce Kliniczny Oddział Zaburzeń Neurorozwojowych.

Zieleń tak, schron – nie

Przypomnijmy też, że prezydent Marcin Pabierowski obiecał chronić zieleń. Miasto wspólnie z Uniwersytetem Zielonogórskim ustaliło, że otaczająca nowy szpital zieleń, stanie się parkiem połączonym z Parkiem Poetów. Jest to już wpisane w plan ogólny, a znajdzie się jeszcze w planie szczegółowym zagospodarowania terenu.

Jak dodaje Marzena Sarnecka, wszystkim zależy, by tej zielni wokół zachować jak najwięcej. Wycinka będzie niewielka, nawet mniejsza niż zakładano, bo miasto jeszcze ją zawęziło.

Nie planuje się tam natomiast budowy miejsca schronienia w razie zagrożenia, jak sugerują niektórzy Czytelnicy. Inwestycja zakłada to, co znalazło się we wnioskach i to musi być dotrzymane. Nie było w nich mowy o budowie w obiekcie schronu.

REKLAMA 0011511218

Wiosenny Puls Seniora

FORUM seniora

W programie:
- rozmowy o sztucznej inteligencji i cyberbezpieczeństwie
- rozmowy o zdrowiu i aktywności
- sprawdzone sposoby na zdrową i szczęśliwą wiosnę w sercu

28 kwietnia
Gminny Ośrodek Kultury w Kłodawie
godz. 10

Zarejestruj się na:
www.gazetalubuska.pl/forumseniora
lub pod numerem telefonu 519 503 561

Udział w Forum Seniora jest bezpłatny, ale wymaga wcześniejszej rejestracji. Liczba miejsc ograniczona!

ORGANIZATOR
GAZETA LUBUSKA.PL

PARTNER LOKALIZACYJNY
GOK KŁODAWA

PARTNERZY:
SEBONE
LAWENDOWY DOM DOM OPIEKI
Enea Operator

eprasa.pl f8a1e0f7c9

GUBIN TRANSGRANICZNY PROJEKT ENERGETYCZNY

Duże pieniądze dla biednej gminy

Łukasz Koleśnik
lkolesnik@gazetalubuska.pl

Na terenie gminy Gubin trudno o inwestycje ze względu na chronione złoża węgla brunatnego. Są jednak miejsca, gdzie zainwestować się da. Na przykład w wiatraki.

FOT. KRZYSZTOF STRAUCHMANN

Ma zostać postawionych 11 elektrowni wiatrowych oraz farma fotowoltaiczna. Łącznie daje to zainstalowaną moc na poziomie około 120-130 megawatów

Pod Gubinem, w okolicach m.in. Bieżyc znajdują się tereny, na których mogą powstać instalacje związane z energię odnawialną.

- To działki, na których wstrzymane są wszelkie inne działania związane z potencjalnymi inwestycjami, dopóki nie zakończy się procedura z instalacjami OZE - informuje wójt gminy Gubin, Szymon Naglik. - Obecnie trwa opracowanie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Decyzje środowiskowe już zostały wydane.

Wójt dodaje, że oprócz wiatraków i paneli fotowoltaicznych pod Gubinem miała też powstać biometanownia (zaawansowana instalacja produkująca z odpadów organicznych biogaz, który następnie jest oczyszczany do postaci biometanu), ale ostatecznie potencjalny inwestor wycofał się.

Za postawienie farmy fotowoltaicznej oraz elektrowni wiatrowych odpowiedzialna będzie firma ENERTRAG Polska Energia. Udało nam się skontaktować z jej przedstawicielami i dopytaliśmy o szczegóły inwestycji.

- Na obszarze miejscowości Pole, Dobrzyń i Koperno planuje się obecnie 11 elektrowni wiatrowych oraz farmę fotowoltaiczną o mocy około 60 megawatów w Dobrzyniu - wymienia dyrektor zarządzający ENERTRAG Polska Energia, Christoph Sowa. - Łącznie daje to zainstalowaną moc na poziomie około 120-130 megawatów.

Dodaje, że początkowo planowano 17 turbin wiatrowych, jednak po rocznym monitoringu środowiskowym ich liczbę zmniejszono do jedenastu, aby ograniczyć potencjalny wpływ inwestycji na lokalną faunę i florę. Jak duże to będą wiatraki? To zależy od turbin, ale wysokość wieży wynosi od 119 do 169 metrów.

Sowa podkreśla, że projekt jest koordynowany przez polską i niemiecką stronę.

- Jest to projekt transgraniczny DEPloy, realizowany w ramach niemiecko-polskiego partnerstwa na rzecz dostaw energii i ciepła w regionie Gubin-Guben - wyjaśnia. - Odnawialny prąd z elektrowni wiatrowych i słonecznych będzie wytwarzany bezpośrednio w regionie i wykorzystywany lokalnie: na potrzeby systemów ciepłowniczych miast partnerskich Gubin i Guben oraz lokalnych zakładów przemysłowych. Zwiększy to także bezpieczeństwo dostaw energii i odporność regionu na przyszłe wahania cen na rynku energii i ciepła - zapewnia.

- Zarówno polskie Ministerstwo Energii, jak i niemieckie Federalne Ministerstwo Gospodarki i Energii już aktywnie wspierają nasz projekt - dodaje C. Sowa. - Obecnie staramy się również o wsparcie ze strony Unii Europejskiej. W tym roku zgłosiliśmy projekt DEPloy do Komisji Europejskiej jako projekt CBRES (transgraniczny projekt energetyczny), aby ubiegać się o dofinansowanie unijne.

Instalacje nie powstaną w jednym momencie. To projekt, który ma być rozłożony na lata.

- Zakładamy realizację około roku 2030 - przyznaje C. Sowa.

Gmina Gubin jest największą gminą wiejską w województwie lubuskim, ale jest stosunkowo biednym samorządem. Dlatego też każda inwestycja na jej terenie, to cenny zastrzyk gotówki do budżetu z tytułu podatków. Ile gmina może zyskać na opisywanej wyżej inwestycji?

- Mówimy o wpływie rzędu około 1,5 mln złotych rocznie - mówi wójt Naglik. - Z biometanownią byłaby to kwota około 2,5 mln zł. Liczymy na to, że uda się pozyskać kolejnych inwestorów, aby te wpływy powiększyć.

Po pożarze we Wschowie. Prezes szpitala wydała oświadczenie

Eliza Gniewek-Juszczak
egniewekWgazetalubuska.pl

Pożar wybuchł w hospicjum znajdującym się w starszej części placówki, która należy do sieci Nowy Szpital.

- W akcji gaszenia pożaru brali udział strażacy z powiatu wschowskiego i okolicznych powiatów, również z województwa wielkopolskiego. Ewakuowano 35 osób, które zostały przeniesione do innych sal w tym samym budynku. Nie było potrzeby organizowania pomocy w namiotach na zewnątrz - podsumowuje akcję w rozmowie z „Gazetą Lubuską" mł. bryg. Arkadiusz Kaniak, rzecznik prasowy Lubuskiego Komendanta PSP.

Wylicza, że cztery osoby z personelu zostały lekko poszkodowane, podtruły się dymem. Według wstępnych szacowań spłonęło ok. 50 metrów kwadratowych poddasza i dachu oraz część zabytkowego balkonu. Prezes Nowego Szpitala we Wschowie Olga Knaflewska zapewniła w przesłanym oświadczeniu, że natychmiast wdrożono procedury bezpieczeństwa i przeprowadzono akcję ewakuacyjną.

- W pierwszej kolejności ewakuowano pacjentów hospicjum, a następnie znajdującego się piętro niżej oddziału chirurgicznego. Łącznie ewakuacją objęto wszystkich pacjentów oraz osoby przebywające na terenie objętym zdarzeniem. - poinformowała.

Olga Knaflewska podkreśliła też, że w wyniku zdarzenia nikt nie odniósł obrażeń, nie ma ofiar, sytuacja jest pod kontrolą, a pacjenci pozostają pod stałą opieką personelu medycznego. Z informacji szpitala wynika, że już wczoraj oddział chirurgiczny wznowił działalność. Powrót pacjentów do hospicjum planowany był po zakończeniu prac porządkowych.

- Dyrekcja oraz personel szpitala pozostają w pełnej gotowości, a placówka funkcjonuje z zachowaniem wszelkich standardów bezpieczeństwa - zapewniła prezes lecznicy.

Przyczyny pożaru będą badane przez policję. Przypuszczenia strażaków wskazują, że do powstania ognia doszło na zabytkowym balkonie.

FOT. LUBUSKA POLICJA

W szczytowym momencie działało na miejscu 16 jednostek straży pożarnej

W weekend znów będzie jedzone. Food trucki znów w Gorzowie

Jarosław Miłkowski
jmilkowski@gazetalubuska.pl

W sobotę i niedzielę na Placu Grunwaldzkim w Gorzowie odbędzie się Festiwal Smaków Food Trucków. Impreza odbędzie się już po raz siedemnasty.

FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

Festiwal Smaków Food Trucków w Gorzowie odbędzie się w najbliższy weekend

To jedna z ulubionych imprez mieszkańców Gorzowa i okolic. Odbywa się wiosną i jesienią. I za każdym razem przyciąga tłumy miłośników jedzenia. Tak będzie pewnie w ostatni weekend kwietnia, gdy na Placu Grunwaldzkim odbędzie się XVII Festiwal Smaków Food Trucków.

- Przygotujcie się na aromatyczne dania kuchni azjatyckiej, meksykańskiej, amerykańskiej i włoskiej, a także słodkie desery i orzeźwiające napoje - mówią organizatorzy.

Posmakować będzie można m.in. bajgli, smashburgerów, włoskiego makaronu, a także mrożonych serników czy owoców w czekoladzie.

W sobotę food trucki będą otwarte od 12.00 do 21.00, natomiast w niedzielę 26 kwietnia - od 12.00 do 20.00.

Węgierska Farbryczka - langosze
Dzik - wyroby z dziczyzny
Tajski Miś - lody tajskie
Poszarpani - bajgle
Gruzin - kuchnia gruzińska
Food Patrol - smashburgery
Fragola - owoce w czekoladzie
Los Santos Bar - tortille
Smaki Ulicy - grillowane ciabatty
Attari Ramen - kuchnia japońska
Kurczaki po Amerykańsku - dania z drobiu
Słodka Fabryczka - kołacze
Jack Burger - burgery
Wheel Meel - kuchnia meksykańska
Serniq - mrożone serniki w czekoladzie
Pasta w kole - włoski makaron
Kultowe Bagiety - zapiekanki
Churros Amigos - churrosy
Belgijki - frytki
Browar Amber - piwo
Oryginalne Napoje - napoje bezalkoholowe

Nie zabraknie atrakcji dla całej rodziny: kolorowe dmuchańce, strzelnica ASG, strefa chill i kącik dla dzieci.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

POLSKA *i* ŚWIAT

POLITYKA

Szef klubu PSL-TD Krzysztof Paszyk uważa, że w sprawie giełdy Zondacrypto powinna powstać sejmowa komisja śledcza. – Jest tu zbyt wiele zbiegów okoliczności, zbyt wiele wątpliwości i podejrzanych relacji – powiedział Paszyk we wtorek w Studiu PAP. Zapytany, czy klub PSL-TD zamierza złożyć wniosek o powołanie takiej komisji, Paszyk odparł, że na razie nie było o tym rozmowy.

Ta sprawa wymaga wyjaśnienia, a komisja śledcza w swoim zamyśle (...) została przewidziana właśnie na takie okazje

Krzysztof Paszyk, szef klubu PSL-TD

KRÓTKO

OŚWIĘCIM

Incydent w Auschwitz-Birkenau

Dziewięciu młodych turystów z USA i Kanady bezprawnie weszło na teren byłego niemieckiego nazistowskiego obozu koncentracyjnego Auschwitz-Birkenau. Mężczyźni zostali ujęci przez strażników muzealnych, a następnie przekazani policji. Do zdarzenia doszło w poniedziałek po południu. Z relacji strażników wynikało, że chwilę wcześniej turyści nie zostali wpuszczeni na teren muzeum, ponieważ nie mieli biletów wstępu. „Na podstawie zebranych dowodów zatrzymanym przedstawione zostały zarzuty bezprawnego wtargnięcia na teren byłego niemieckiego nazistowskiego obozu koncentracyjnego Birkenau" – przekazała małopolska policja. Podejrzani przyznali się do zarzucanego im czynu i dobrowolnie poddali się karze. W uzgodnieniu z Prokuraturą Rejonową w Oświęcimiu ustalona została kara grzywny dla sprawców tego przestępstwa w kwocie po 3 tys. zł oraz tysiąc złotych nawiązki na rzecz Muzeum Auschwitz-Birkenau.

KUJAWSKO-POMORSKIE

Zderzenie trzech ciężarówek

FOT. MATERIAŁY PRASOWE POLICJI

Na drodze ekspresowej S10, na odcinku między Bydgoszczą a Toruniem doszło do zderzenia z udziałem trzech pojazdów ciężarowych. Na miejscu lądował śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Dwie osoby zostały zabrane do szpitala. Trasa przez kilka godzin była zablokowana.

MAZOWIECKIE

Spłonęły hale pod Warszawą

Dwie połączone hale zakładu przetwórstwa warzywnego spłonęły w nocnym pożarze w Bramkach w Mazowieckiem. Spalony zakład zajmował się przede wszystkim suszeniem warzyw, w ofercie miał też owoce. Konieczna była ewakuacja pracowników zakładu oraz 19 mieszkańców przyzakładowego hostelu. Na miejscu zdarzenia pracowało około 250 strażaków z powiatów: warszawskiego zachodniego, sochaczewskiego, żyrardowskiego, grodziskiego, pruszkowskiego, z miasta Warszawy oraz grupa ratowniczo-chemiczna. Według zapewnień straży specjalistyczne pomiary nie wykazały groźnych substancji w powietrzu. Po ugaszeniu ognia zaczęły się prace rozbiórkowe hal.

Konflikt w PiS zakończony? Jest porozumienie po spotkaniu

Adam Kielar
Warszawa

W nocy z poniedziałku na wtorek spotkali się prezes PiS Jarosław Kaczyński i były premier Mateusz Morawiecki, który założył stowarzyszenie Rozwój Plus, będące do tej pory kością niezgody w partii. Obie strony przekonują, że efektem rozmów jest osiągnięcie porozumienia.

FOT. LESZEK SZYMAŃSKI / PAP

Spotkanie Morawieckiego z Kaczyńskim budziło duże zainteresowanie ze względu na tworzone przez Morawieckiego stowarzyszenie Rozwój Plus

Prezes PiS Jarosław Kaczyński i były premier, jeden z wiceprezesów partii Mateusz Morawiecki, wystąpili wczoraj razem na konferencji prasowej. Jak podkreślili, Prawo i Sprawiedliwość ma „mieć dwa płuca", a działalność stowarzyszenia Rozwój Plus ma być prowadzona wewnątrz ugrupowania.

Prezes wyjaśnił, że PiS ma zamiar z jednej strony docierać do zwolenników Konfederacji i Konfederacji Korony Polskiej i bardziej „radykalnego elektoratu" – tu podkreślił rolę kandydata PiS na premiera Przemysława Czarnka, zaś „drugim płucem" ma być trafianie do osób, które oczekują przede wszystkim efektywnie działającego rządu i „spokoju". Na te oczekiwania – jak dodał – będzie odpowiadał Morawiecki.

Nocne spotkanie

Trwające siedem godzin nocne rozmowy prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego z b. premierem Mateuszem Morawieckim przyniosły pozytywne ustalenia i porozumienie – poinformował we wtorek europoseł PiS Piotr Müller.

Zdjęcie ze spotkania zamieścił w nocy europoseł PiS Adam Bielan.

„Są pomysły, jest porozumienie i wspólny kierunek. A że czasem iskrzy? Kto się lubi, ten się czubi. Jarosław Kaczyński i Mateusz Morawiecki " – napisał na X.

Założenie przez Mateusza Morawieckiego stowarzyszenia Rozwój Plus, do którego dołączyło wielu polityków PiS, było uznawane za nielojalność przez niektórych jego rywali (z tzw. frakcji „maślarzy"), ale również w oczach kierownictwa ugrupowania.

W ubiegłym tygodniu prezes Jarosław Kaczyński powiedział, że osoby zaangażowane w stowarzyszenie Morawieckiego nie znajdą się na listach PiS w przyszłorocznych wyborach, gdyż działanie takie jest sprzeczne ze statutem partii. Stronnicy byłego premiera (określani jako „harcerze") przekonywali, że nie zamierzają opuszczać PiS, a ich działalność nie wykracza poza wewnętrzne przepisy partii.

Jarosław Kaczyński i Mateusz Morawiecki ogłosili porozumienie
Ostatecznie Kaczyński i Morawiecki doszli do porozumienia.

– Jest porozumienie i cieszę się z tego bardzo. Od samego początku mówiliśmy o tym, że aktywność naszego stowarzyszenia to jest aktywność na rzecz powiększania tej rodziny, która by głosowała za Prawem i Sprawiedliwością, szukania nowych dróg do rozmów. W związku z tym te nocne ustalenia są pozytywne – skomentował w RMF24 europoseł Piotr Müller, były rzecznik rządu Morawieckiego.

Dodał, że zapowiedzi, iż członkowie stowarzyszenia nie będą na listach PiS „były jedynie komunikacyjnym nieporozumieniem".

W podobnym tonie wypowiedział się również Krzysztof Szczucki, także stronnik Morawieckiego.

– Całe to zamieszanie powstało z wprowadzenia pana prezesa Jarosława Kaczyńskiego w błąd. Złe głosy próbowały go skonfliktować z naszym środowiskiem, ze środowiskiem Mateusza Morawieckiego, ze stowarzyszeniem Rozwój Plus, a ono ma naprawdę służyć PiS – powiedział w „Super Expressie". – Nikt z nas nie chce z tej partii wychodzić, nikt z nas nie chce burzyć jedności. Chcemy wygrać wybory – zapewnił.

Kłopoty wiceszefa Kancelarii Prezydenta. Do sądu trafił akt oskarżenia. Chodzi o fałszowanie podpisów

Adam Kielar
Białystok

Do sądu w Białymstoku trafił akt oskarżenia przeciwko zastępcy szefa Kancelarii Prezydenta RP Adamowi Andruszkiewiczowi. Chodzi o śledztwo ws. fałszowania podpisów pod listami wyborczymi z 2014 roku.

Akt oskarżenia przeciwko Andruszkiewiczowi i dwóm innym osobom został skierowany do Sądu Rejonowego w Białymstoku.

Prokuratura Regionalna w Lublinie zarzuca wiceszefowi Kancelarii Prezydenta, że od 15 września do 6 października 2014 r. w Białymstoku, będąc liderem Młodzieży Wszechpolskiej, kierował podrabianiem przez inne osoby list osób udzielających poparcia kandydatom zgłaszanym przez KW Ruch Narodowy w okręgu wyborczym nr 3 w wyborach do Sejmiku Województwa Podlaskiego.

Według śledczych Andruszkiewicz przetwarzał bezprawnie dane osobowe na listach poparcia, czym dopuścił się nadużycia w sporządzaniu list. Oskarżonym grozi do 5 lat więzienia.

Zastępca szefa Kancelarii Prezydenta nie przyznał się do popełnienia zarzucanego mu przestępstwa.

Sam Adam Andruszkiewicz odniósł się do sprawy w mediach społecznościowych, prosząc, by używać jego pełnych danych osobowych oraz wizerunku.

„Służbie Polsce poświęciłem większość swojego życia. Obecny akt oskarżenia sklecony naprędce przez upolitycznioną prokuraturę traktuję wyłącznie jako element represji politycznej wykierowanej we mnie przez układ rządzący, który ma wiele powodów, by ze mną walczyć. Proszę redakcje o podawanie mojego pełnego wizerunku oraz nazwiska, a także odsyłam do poprzedniego oświadczenia w tej sprawie" – napisał na X.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

Izraelczycy dopadli „Doktora". Tajny oddział zdemaskowany

Grzegorz Kuczyński
Bliski Wschód

Mosad, Szin Bet i Siły Obronne Izraela (IDF) ujawniły istnienie Jednostki 4000 Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC). Według Izraelczyków to główne ramię terrorystyczne Iranu.

FOT. ATTA KENARE/AFP/EAST NEWS

Członek sił specjalnych IRGC stojący na straży pojazdów opancerzonych oklejonych portretami zamordowanego irańskiego najwyższego przywódcy

W ramach połączonej operacji wywiadowczej i wojskowej izraelskie służby ujawniły pełną strukturę tajnego aparatu terrorystycznego Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC). Było to możliwe dzięki serii sukcesów operacyjnych w ramach operacji Ryczący Lew, która obejmowała eliminację wysokich rangą członków jednostki oraz rozbicie infrastruktury terrorystycznej w wielu krajach, przede wszystkim w Azerbejdżanie i na Cyprze.

Cios w wywiad IRGC

Operacja Ryczący Lew była punktem zwrotnym w zwalczaniu irańskiego terroryzmu, kiedy to siły powietrzne, przy ścisłej współpracy operacyjnej z Mosadem i Szin Bet, dwiema głównymi służbami specjalnymi Izraela, uderzyły w samo serce dowództwa organizacji.

Wyeliminowano między innymi Rahmana Mokadama, szefa systemu i kierownika departamentu operacji specjalnych. Zarządzał on rekrutacją agentów oraz przemycaniem broni na terytorium Izraela. Kolejnym zlikwidowanym terrorystą był Majid Khademi, szef organizacji wywiadowczej IRGC, który bezpośrednio kierował operacjami terrorystycznymi za granicą.

„Doktor" odpowiadał za Azerbejdżan i Turcję

Podczas operacji zlikwidowano również Syryjczyka, który pełnił rolę łącznika między Teheranem a komórkami terrorystycznymi w terenie.

Zginął również Mehdi Yakh-Dahkan, nazywany „Doktorem", który pełnił funkcję oficera operacyjnego kierującego działaniami terrorystycznymi w Azerbejdżanie i Turcji. Wiadomo również, że stał on za przemytem dronów z ładunkami wybuchowymi na Cypr oraz gromadzeniem danych wywiadowczych o amerykańskiej bazie lotniczej Incirlik w Turcji.

Planowali atak na ważny ropociąg

Jednym z kluczowych osiągnięć operacji było rozbicie złożonej infrastruktury terrorystycznej w Azerbejdżanie. Członkowie komórki działającej bezpośrednio z Iranu zostali aresztowani przez lokalne władze na gorącym uczynku, gdy mieli przy sobie drony z ładunkami wybuchowymi oraz bomby kasetowe, które zostały przemycone z Iranu.

Planowali oni ataki na cele strategiczne, przede wszystkim na międzynarodowy rurociąg naftowy z Azerbejdżanu do Turcji

Planowali oni ataki na cele strategiczne, przede wszystkim na międzynarodowy rurociąg naftowy (BTC) przebiegający z Azerbejdżanu przez Gruzję do Turcji. Członkowie komórki gromadzili również informacje o ambasadzie Izraela w Baku, synagogach i przywódcach społeczności żydowskiej w tym kraju, aby móc zaplanować ataki na nich.

Trzy państwa złożyły wniosek o zawieszenie umowy z Izraelem

Anna Nagel
Luksemburg

Hiszpania, Słowenia i Irlandia zwróciły się do innych państw unijnych, aby omówić kwestię zawieszenia umowy stowarzyszeniowej między UE a Izraelem.

Hiszpański minister spraw zagranicznych Jose Manuel Albares podczas spotkania unijnych ministrów w Luksemburgu powiedział, że UE „musi przemawiać jednym głosem" i pokazać Izraelowi, że może z nim utrzymywać stosunki wyłącznie, jeśli ten będzie szanował prawa człowieka, przestrzegał prawa międzynarodowego i nie traktował wojny jako narzędzia polityki zagranicznej.

– Jeśli tego nie zrobimy, stracimy naszą wiarygodność – oświadczył minister. Dodał, że UE nie może krytykować Rosji za atak na Ukrainę, a jednocześnie przymykać oczy na to, co robi Izrael.

Szef MSZ zauważył również, że od momentu, kiedy Hiszpania, Słowenia i Irlandia złożyły wniosek o zawieszenie umowy stowarzyszeniowej, Izrael tylko pogrążył się w spirali przemocy i wojny.

– W Libanie mamy do czynienia z inwazją naruszającą prawo międzynarodowe. Na Zachodnim Brzegu sytuacja się pogorszyła, nielegalne osiedla nadal się rozprzestrzeniają, osadnicy stosują przemoc wobec Palestyńczyków, zatwierdzone zostały okropne przepisy, takie jak ten dotyczący kary śmierci – powiedział Albares.

Decyzja o zawieszeniu umowy stowarzyszeniowej wymaga jednomyślności wszystkich państw członkowskich. PAP

FOT. PAP/EPA/OLIVIER HOSLET

Jose Manuel Albares w Luksemburgu powiedział o propozycji zawieszenie umowy z Izraelem

Estońscy politycy: prezydent Ukrainy powtarza narrację Rosji. Burza po słowach Zełenskiego

Grzegorz Kuczyński
Kijów

W wywiadzie telewizyjnym prezydent Ukrainy stwierdził, że rosyjskie ograniczenia dostępu do internetu mogą być związane z mobilizacją przed atakiem na kraje bałtyckie.

W wywiadzie wyemitowanym w niedzielę Zełenski powiedział, że Rosja zablokowała dostęp do internetu nie po to, by stłumić antyrządowe komunikaty, ale aby zapobiec oburzeniu opinii publicznej, które mogłoby wyniknąć z planowanej mobilizacji na dużą skalę. W ocenie prezydenta celem mobilizacji może być przeprowadzenie ataku na dużą skalę na Ukrainę lub, alternatywnie, na kraje bałtyckie.

Zapytany w tym samym wywiadzie telewizyjnym, czy NATO powołałoby się na artykuł 5. w przypadku ataku na kraje bałtyckie, Zełenski wyraził wątpliwości. – Myślę, że być może nie wszystkie kraje chciałyby wesprzeć [kraje bałtyckie], ale moim zdaniem kraje NATO nie mają wyboru – w przeciwnym razie NATO przestanie istnieć. Muszą działać wspólnie i reagować na to, co Putin mógłby potencjalnie zrobić – powiedział Zełenski.

FOT. PRESIDENT.GOV.UA

Słowa Zełenskiego wywołały wzburzenie

Ostro zareagowali na te słowa politycy estońscy.

Minister spraw zagranicznych Margus Tsahkna powiedział, że od początku pełnoskalowej wojny z Rosją w 2022 r. Ukraina wielokrotnie sugerowała, że może nie być jedynym krajem, który Rosja zaatakuje. Co więcej, wyraźnie wspomniano o krajach bałtyckich. Według Tsahkny takie oświadczenia sojusznika nie ułatwiają jednak współpracy. Dodał również, że Zełenski mija się z prawdą.

– Po pierwsze, takie oświadczenia nie pokrywają się z naszymi danymi wywiadowczymi ani z naszą oceną sytuacji zagrożenia. Nie widzimy, by Rosja koncentrowała swoje siły lub w jakikolwiek sposób przygotowywała się militarnie do ataku na NATO lub kraje bałtyckie; wręcz przeciwnie. Rosja nie ma zbyt silnej pozycji na froncie ukraińskim, a także pod względem gospodarczym – powiedział Tsahkna.

Marko Mihkelson, przewodniczący parlamentarnej komisji spraw zagranicznych, również stwierdził, że nie jest to pierwszy raz, kiedy przywódcy Ukrainy mówią o tym, że państwa bałtyckie będą następne.

– To tak, jakby grożono Europie palcem: patrzcie, jeśli znajdziemy się w słabszej pozycji lub przegramy, wy będziecie następni – zwłaszcza państwa bałtyckie. To oczywiście niepokojące i wzmacnia rosyjską narrację, że to Rosja wygrywa i posuwa się naprzód, podczas gdy wy się wycofujecie i przegrywacie – powiedział Mihkelson.

Humbak po raz piąty utknął na płyciźnie Bałtyku

oprac. Anna Nagel
Niemcy

Humbak, który od marca przebywa u niemieckich wybrzeży Bałtyku, w poniedziałek zdołał się uwolnić, ale po krótkim czasie po raz piąty utknął na płyciźnie.

Ssak leży w płytkiej wodzie koło wyspy Poel; także we wtorek rano nie popłynął dalej. Zwierzę oddycha i co pewien czas porusza płetwami.

W poniedziałek rano, wraz ze wzrostem poziomu wody, humbak na krótko się uwolnił, jednak po dwóch godzinach ponownie utknął na płyciźnie. Wieczorem wykonywał jeszcze ruchy w kierunku głębszej wody, po czym odpoczywał. Według władz Meklemburgii-Pomorza Przedniego ssak po raz piąty osiadł na mieliźnie.

Minister środowiska kraju związkowego Till Backhaus wraz z ekspertami z nadzoru rybołówstwa zbliżył się do humbaka na około 500 metrów. „Wieloryb leży spokojnie" – przekazał agencji DPA. Jak dodał, częstotliwość jego oddechu wskazuje, że zwierzę jest wyczerpane.

Część ekspertów sprzeciwia się dalszym próbom ratunkowym. Berliński badacz wielorybów i biolog morski Fabian Ritter ocenił, że nie ma realnych możliwości uratowania zwierzęcia. Jego zdaniem wieloryb może celowo przyjmować pozycję spoczynkową na płytkiej wodzie, aby ograniczyć wysiłek i ból.

– Musimy w końcu przyznać, że nie jesteśmy w stanie uratować tego wieloryba. Powinniśmy teraz wyświadczyć mu największą przysługę i po prostu zostawić go w spokoju – powiedział.

PAP

eprasa.pl f8a1e0f7c9

strona
ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

To ostatnie dni niskich opłat. Od maja cenniki idą w górę

Od 1 maja 2026 r. w uzdrowiskach w całej Polsce zacznie obowiązywać nowy wiosenno-letni cennik. A to oznacza jedno: podwyżki. Kończy się tańszy sezon, który trwa tylko do 30 kwietnia. Następnego dnia ceny wzrosną, co odczują wszyscy pacjenci kierowani do sanatoriów przez NFZ. Mamy szczegółowy cennik dopłat do pobytu.

ZA TYDZIEŃ:

- **Las pełen pułapek? W tych miejscach uważaj na kleszcze!**
- **7 najcudowniejszych uzdrowisk na Węgrzech. Możesz się tam leczyć na NFZ**

FOT. COMETAKATIE/123RF

Co na śniadanie? Oto dlaczego warto jeść śniadania

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Śniadanie nie bez powodu nazywane jest najważniejszym posiłkiem dnia. Wpływa na lepszą koncentrację, dostarcza energii, poprawia samopoczucie i zmniejsza ryzyko podjadania.

FOT. PIXABAY.COM

Kanapki to najpopularniejsza śniadaniowa opcja Polaków

Pierwsze śniadanie to naprawdę obowiązkowy posiłek, który pomaga chronić organizm przed rozwojem wielu chorób. Choć istnieją wyniki badań wskazujące na to, że opóźniając lub wręcz omijając śniadanie, można „zaoszczędzić" sporo kalorii w ciągu dnia, nawyk ten nie jest wcale zdrowy.

Niejedzenie śniadań wiąże się z konsekwencjami opóźnionymi nawet o dekady. Należą do nich zwłaszcza rozwój nadwagi i otyłości, jak również zaburzenia pracy wątroby. To dlatego, że:

- Poranny posiłek stymuluje metabolizm, który w pierwszej połowie działa na pełnych obrotach.

Nie dostarczając sobie zastrzyku energii, sprawiamy, że tempo przemiany materii jest niższe, a wraz z nim - liczba spalanych kalorii (i poziom życiowej energii). Zwiększa to tendencję do tycia.

- Śniadanie jest niezbędne, by odciążyć wątrobę. Organ ten nie tylko oczyszcza organizm ze szkodliwych związków czy wytwarza żółć i czynniki krzepnięcia krwi.

Gdy śpimy, produkuje potrzebną nam glukozę i wodę. Jeżeli po przebudzeniu nie dostarczymy sobie energii, będzie musiała w dalszym ciągu ciężko pracować, zamiast zgodnie z cyklem swojej aktywności (biorytmem) zająć się detoksykacją organizmu. Z czasem prowadzi to do osłabienia jej funkcji i niedomagań.

Według badań taka eksploatacja tego narządu może trwać ponad 7 lat, zanim pojawią się objawy chorobowe. Dochodzi również do zaburzeń pracy trzustki, a konsekwencją jest m.in. insulinooporność, otyłość brzuszna, hipercholesterolemia, a z czasem poważniejsze skutki zaburzeń metabolicznych, takie jak cukrzyca typu 2 czy choroby sercowo-naczyniowe.

- Poranny głód z braku śniadania uruchamia mechanizmy odkładania tłuszczu i nasila apetyt w drugiej połowie dnia, czyli wtedy, gdy nasza zdolność (i możliwość związana z poziomem aktywności) do ich spalania jest ograniczona.

Ile kalorii powinno zapewniać zdrowe śniadanie?

Śniadanie powinno dostarczać ok. 35 procent całkowitej dziennej dawki kalorii. Tym samym powinno stanowić największy (pod względem energetycznym) posiłek w ciągu dnia - dla obiadu optymalny udział to 25 proc., dla wczesnej kolacji (ok. godziny 18) - 20 proc., a do tego należy doliczyć dwie przekąski - albo drugie śniadanie i podwieczorek (po 10 proc. energii).

Metabolizm człowieka działa w taki sposób, że odpowiednią ilość energii komórkowej może zapewnić mu tylko jedzenie 5 posiłków dziennie w regularnych odstępach czasu, począwszy od śniadania - i tylko w ten sposób można efektywnie (i trwale) schudnąć.

Z zalecanego rozkładu kalorii wynika, że kaloryczność śniadania powinna wynosić:

Pierwsze śniadanie to naprawdę obowiązkowy posiłek, który pomaga chronić organizm przed rozwojem wielu chorób

- w standardowej diecie 2000 kcal - 700 kcal,
- w diecie redukcyjnej, stosowanej 1800 kcal, stosowanej w połączeniu z aktywnością fizyczną - 630 kcal,
- w diecie odchudzającej 1500 kcal (niższe poziomy nie są zalecane) - 525 kcal,
- w diecie dość aktywnego mężczyzny czy uprawiającej sport kobiety dostarczającym 3000 kcal - nieco ponad 1000 kcal.

Ważne jest, by śniadanie zjeść maksymalnie w ciągu godziny od przebudzenia, a najpóźniej o godzinie 9 rano. Jeśli w weekend śpisz do południa, twoim śniadaniem powinien być już obiad (25 proc. kalorii).

Co powinno zawierać śniadanie?

Poranny posiłek powinien być zbilansowany, tj. zawierać odpowiednie ilości wszystkich głównych składników odżywczych, takich jak:

- węglowodany - z nieprzetworzonych ziaren,
- białko - z możliwie chudych produktów zwierzęcych oraz z tych roślinnych,
- zdrowe tłuszcze - z orzechów, nasion, oliwy, masła orzechowego,
- błonnik - z nieoczyszczonych, tzw. pełnych ziaren, warzyw, owoców, orzechów i innych naturalnych produktów roślinnych.

Szczególnie ważny jest komponent białkowy - według badań uwzględnienie porcji białka w śniadaniu powoduje wydłużenie czasu odczuwania sytości, mniejsze spadki energii około południa, mniejszy apetyt w ciągu dnia, zwłaszcza na słodycze oraz mniejsze spożycie kalorii w kolejnych posiłkach. Śniadanie bogate w białko pozwala też ograniczyć poszerzanie się talii, a wręcz ułatwia utratę centymetrów w okolicy brzucha.

Należy jednak pamiętać, by często jedząc jajka ograniczyć inne źródła cholesterolu, czyli głównie tłuste mięsa i sery. Jest to ważne zwłaszcza w przypadku osób z zaburzeniami metabolicznymi, m.in. nieprawidłowym lipidogramem i glikemią.

W badaniach potwierdzających korzystny wpływ białka w śniadaniu udział energii zapewnianej przez niego w tym posiłku wynosił 18-41 proc. kalorii, a minimalna dawka wynosiła w sumie 20 g.

Dobre śniadanie to dobry początek dnia. Pierwszy posiłek ma szczególne znaczenie w ochronie przed nadwagą i chorobami metabolicznymi.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

To ostatnie dni niskich opłat. Od maja cenniki w całej Polsce idą w górę

FOT. GETTY IMAGES

Sanatorium w Krynicy-Zdroju

Ola Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

Od 1 maja 2026 r. w uzdrowiskach zacznie obowiązywać nowy wiosenno letni cennik. A to oznacza jedno: podwyżki. Kończy się tańszy sezon, który trwa tylko do 30 kwietnia.

Leczenie i zabiegi w sanatoriach są finansowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia, jednak zakwaterowanie i wyżywienie wymagają dopłat. I właśnie te koszty ulegają zmianie wraz z nadejściem nowego sezonu.

WARTO WIEDZIEĆ

Czy można wyjechać do sanatorium ze współmałżonkiem?
Pary mogą wyjechać razem na leczenie uzdrowiskowe. Decyzja o tym, czy małżonkowie będą mogli wyjechać razem do sanatorium, zależy od kilku czynników, takich jak rodzaj leczenia oraz schorzenie, które stanowi podstawę skierowania na leczenie uzdrowiskowe. Wyjazdy są zazwyczaj dostępne dla małżonków, którzy potrzebują leczenia w tym samym czasie i mają podobne schorzenia.

Nowe ceny w sanatoriach NFZ. Tyle zapłacisz od 1 maja

NFZ udostępnił szczegółowy cennik dopłat do pobytu. Oto ile kosztuje 21-dniowy turnus w sanatorium, w zależności od rodzaju pokoju:

- Pokój jednoosobowy z pełnym węzłem sanitarnym - 40,90 zł/dobę (858,90 zł za 21 dni)
- Pokój 1-os. w studiu - 37,40 zł/dobę (785,40 zł za 21 dni)
- Pokój 1-os. bez pełnego węzła - 33,20 zł/dobę (697,20 zł za 21 dni)
- Pokój 2-os. z pełnym węzłem - 27,30 zł/dobę (573,30 zł za 21 dni)
- Pokój 2-os. w studiu - 24,90 zł/dobę (522,90 zł za 21 dni)
- Pokój 2-os. bez pełnego węzła - 19,50 zł/dobę (409,50 zł za 21 dni)
- Pokój wieloosobowy z łazienką - 14,80 zł/dobę (310,80 zł za 21 dni)
- Wieloosobowy pokój w studiu - 13,60 zł/dobę (285,60 zł za 21 dni)
- Wieloosobowy bez łazienki - 11,90 zł/dobę (249,90 zł za 21 dni).

Różnica między najtańszą a najdroższą opcją wynosi ponad 600 zł.

Możesz więc zapłacić od 249,90 zł do 858,90 zł za taki sam, 21-dniowy turnus. Wszystko zależy od standardu zakwaterowania.

Ukryte koszty pobytu w sanatorium. Za co jeszcze zapłacisz z własnej kieszeni?

NFZ jasno wskazuje, że nie wszystkie wydatki są finansowane z publicznych środków. Do czego pacjent musi dopłacić? Koszty, których NFZ nie pokrywa:

- przejazd na leczenie uzdrowiskowe i powrót,
- dopłata do zakwaterowania i wyżywienia,
- wyżywienie i noclegi przy leczeniu ambulatoryjnym,
- pobyt opiekuna,
- dodatkowe lokalne opłaty (np. klimatyczne),

zabiegi niezwiązane z chorobą będącą podstawą skierowania.

Efekt? Nawet jeśli turnus jest „na NFZ", pacjent i tak ponosi szereg kosztów, o których wiele osób nie wie, dopóki nie dostanie skierowania.

Zwolnienia z opłat: kto może pojechać do sanatorium za darmo?

Nie wszyscy muszą płacić za pobyt. Z opłat zwolnione są:

- osoby pracujące przy produkcji wyrobów zawierających azbest,
- dzieci i młodzież do 18. roku życia,
- młodzi dorośli do 26. roku życia, jeśli kontynuują naukę,
- dzieci z niepełnosprawnością w znacznym stopniu - bez ograniczenia wiekowego.

Jeśli należysz do którejś z tych grup, pobyt w sanatorium może być całkowicie bezpłatny.

Jak nie przepłacić za sanatorium? Rady, które warto znać

Wybieraj pokoje wieloosobowe - są nawet trzykrotnie tańsze.

Poluj na skierowania poza sezonem - wczesna wiosna i późna jesień to niższe dopłaty.

Sprawdź lokalne opłaty klimatyczne - różnią się w zależności od gminy.

Wcześniej zaplanuj transport - bilety kupione z wyprzedzeniem mogą być o połowę tańsze.

Zabierz podstawowe leki i akcesoria - unikniesz opłat na miejscu.

Sanatorium nadal się opłaca

Choć od 1 maja 2026 r. ceny rosną, sanatoria na NFZ wciąż pozostają jednym z najtańszych sposobów na profesjonalną rehabilitację i regenerację zdrowia. Warto jednak wcześniej sprawdzić koszty, by nie dać się zaskoczyć po przyjeździe do uzdrowiska.

FOT. GETTY IMAGES

Wiosenna alergia może powodować u pacjentów także suchość w ustach

Wiosenna alergia to nie tylko katar i kichanie

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

Wiosenna alergia zwykle kojarzy się z katarem, kichaniem i łzawieniem oczu. Mało kto łączy ją z suchością w ustach.

Wiosenne alergie mają wiele twarzy, a ich źródła potrafią różnić się w zależności od osoby. Najczęściej winowajcami są unoszące się w powietrzu pyłki drzew i traw, ale swoje trzy grosze dorzucają też zarodniki pleśni, które w cieplejszych miesiącach zaczynają intensywniej się rozwijać.

Aby zrozumieć, co dokładnie wywołuje reakcję alergiczną, warto zerknąć w kalendarz pylenia. To on najprecyzyjniej podpowiada, co akurat krąży w powietrzu. Wiosną szczególnie dokuczliwe bywają pyłki drzew. Największe „uderzenie" zwykle przypada na okres kwitnienia brzozy, która zaczyna pylić pod koniec marca i potrafi męczyć alergików aż do maja. Wcześniej, bo już od lutego, aktywna jest olsza, a jej pyłek również potrafi wywołać silne objawy. W dalszej części wiosny największym problemem stają się trawy - to one należą do najsilniejszych alergenów i odpowiadają za większość sezonowych reakcji alergicznych. W tym czasie pyli też dąb, buk i jesion.

Wiosenna alergia większości osób kojarzy się przede wszystkim z katarem, napadami kichania, swędzeniem oczu czy drapaniem w gardle. To właśnie te objawy są najbardziej dokuczliwe i najłatwiej zauważalne. Mało kto zdaje sobie jednak sprawę, że reakcje alergiczne mogą wpływać również na kondycję jamy ustnej. Wielu alergików może uskarżać się na suchość w ustach.

- Do suchości w ustach może prowadzić oddychanie przez usta, jeśli mamy zatkany nos wskutek kataru, ale także antyhistaminowe leki przeciwalergiczne czy stosowana pomocniczo pseudoefedryna zmniejszająca obrzęk śluzówek. Obniżona ilość śliny to większe ryzyko namnażania się szkodliwych bakterii, co poskutkuje nieświeżym oddechem oraz, co gorsza, zwiększonym ryzykiem chorób dziąseł i próchnicy - ostrzega lek. dent. Agnieszka Juśkiewicz.

W łagodzeniu skutków suchości w ustach warto działać na dwóch frontach. Po pierwsze, zadbać o codzienną higienę jamy ustnej, aby ograniczyć rozwój drobnoustrojów i chronić szkliwo przed uszkodzeniami. Oznacza to regularne szczotkowanie zębów pastą z fluorem, nitkowanie oraz systematyczne wizyty kontrolne u dentysty. Kluczowe jest także utrzymanie odpowiedniego nawilżenia śluzówek.

FOT. FREEPIK

Picie wystarczającej ilości niegazowanej wody pomaga utrzymać nawilżenie śluzówek

eprasa.pl f8a1e0f7c9

Gazeta Lubuska
Środa, 22.04.2026

Czy zakładanie nogi na nogę szkodzi zdrowiu? Niektórzy robią to regularnie

oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Większości z nas zdarzyło się kiedyś dostać reprymendę za to, jak siedzimy. „Nie zakładaj nogi na nogę, zrujnujesz sobie kolana", „dostaniesz żylaków", „usiądź porządnie", „wyprostuj się".

To część tego dobrze znanego zestawu ostrzeżeń zdrowotnych, które wielu z nas słyszało w dzieciństwie, obok straszenia strzelaniem palcami czy siedzeniem zbyt blisko telewizora. Czy siedzenie z założoną nogą na nogę rzeczywiście może szkodzić zdrowiu?

Dla większości osób odpowiedź raczej brzmi: nie. Istnieje niewiele dowodów na to, że siedzenie z nogą założoną na nogę uszkadza kręgosłup, „zużywa" biodra czy kolana albo powoduje żylaki.

W rzeczywistości większym problemem bywa dla wielu z nas pozostawanie zbyt długo w jednej pozycji. Pojawiają się wtedy sztywność i ból, które często automatycznie interpretujemy jako sygnał, że z naszym ciałem dzieje się coś niepokojącego.

Pogląd ten prawdopodobnie częściowo wyrasta ze starszych wyobrażeń o „właściwej" postawie. Przez długi czas „porządne" siedzenie uznawano za przejaw dyscypliny, samokontroli i dobrego charakteru. Gdy takie przekonania się utrwalają, łatwo zaczynają brzmieć jak fakty medyczne, choć w rzeczywistości są jedynie normami społecznymi. Łatwo też (i zdarza się to często) mylić dyskomfort z uszkodzeniem. Siedzenie po turecku czy z nogą na nodze przez dłuższą chwilę może sprawić, że poczujemy się zesztywniali, „ściśnięci" albo gotowi do zmiany pozycji. Zazwyczaj to po prostu sygnał, że warto się poruszyć, a nie dowód na to, że po cichu niszczymy swoje ciało. To dobrze współgra ze współczesnym podejściem do postawy i bólu, które odchodzi od przekonania, że istnieje jedna „idealna" postura. Siedzenie z nogą założoną na nogę często uznaje się za przykład „złej postawy", jakby automatycznie miało prowadzić do problemów z kręgosłupem. Jednak badania nad postawą i bólem pleców nie wykazały istnienia jednej idealnej pozycji siedzącej, która chroniłaby wszystkich, ani jednej codziennej pozycji, która w sposób pewny powodowałaby szkody.

Postawa ma znaczenie, ale twój kręgosłup jest silny i umie się przystosować. Jest zbudowany tak, by znosić szeroki zakres pozycji. Zazwyczaj większym problemem jest utknięcie na długo w jakiejkolwiek jednej pozycji – czy to z nogą na nodze, w sztywnym wyproście, czy skulonym nad laptopem.

Kolejne popularne twierdzenie głosi, że zakładanie nogi na nogę „wykańcza" biodra lub kolana. Również i tutaj istnieje niewiele dowodów na to, że to prawda. Twoje biodra i kolana radzą sobie z dużo większymi siłami, gdy wchodzisz po schodach, wstajesz z krzesła, biegasz, skaczesz czy niesiesz zakupy.

A czy siedzenie z założonymi nogami powoduje żylaki? Odpowiedź na to pytanie brzmi: nie. Żylaki pojawiają się, gdy zastawki w żyłach nie działają tak dobrze, jak powinny, przez co krew może się gromadzić, a żyły się poszerzają. Ryzyko jest silniej powiązane z takimi czynnikami, jak wiek, obciążenia rodzinne, ciąża, otyłość oraz niektóre wzorce pracy, w tym długotrwałe stanie. Zakładanie nogi na nogę może na chwilę zmienić przepływ krwi, kiedy siedzisz w takiej pozycji. To jednak nie to samo, co powodowanie żylaków.

Najważniejsza nie jest jedna „idealna" pozycja, lecz różnorodność ruchu. Ciało funkcjonuje najlepiej, gdy nie pozostaje długo w bezruchu.

FOT. GETTY IMAGES

Czy siedzenie z założoną nogą na nogę rzeczywiście może szkodzić zdrowiu?

Cięcia w pakietach NFZ. Pacjenci będą musieli dopłacać do pełnej higienizacji

FOT. GETTY IMAGES

Niedawno NFZ opublikował niejasny komunikat dotyczący zasad finansowania usuwania złogów nazębnych. Największym problemem jest to, że ogranicza profilaktykę do minimum, podczas gdy powinna ona być kompleksowa

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

Lakoniczny komunikat Narodowego Funduszu Zdrowia dotyczący zasad finansowania usuwania złogów nazębnych wywołał konsternację wśród stomatologów i niepokój pacjentów.

Poprosiliśmy o komentarz w tej sprawie lekarz stomatolog Kamilę Wasiluk z warszawskiej kliniki L'experta.

Komunikat NFZ na temat świadczeń stomatologicznych

Publiczna stomatologia, oparta na przepisach ustawowych i zarządzeniach NFZ, coraz wyraźniej traci zdolność realnego działania. W wielu miejscach istnieje już tylko w teorii.

Kolejne decyzje Funduszu nie naprawiają sytuacji, lecz ją pogarszają: ograniczane jest finansowanie, poszerzane są uprawnienia bez zapewnienia środków, a do tego pojawiają się zmiany wprowadzane bez solidnej podstawy prawnej.

W efekcie system dryfuje w stronę chaosu, którego konsekwencje odczuwają zarówno osoby korzystające z publicznej opieki zdrowotnej, jak i lekarze.

Symbolicznym dopełnieniem jest opublikowana przez Narodowy Fundusz Zdrowia informacja, która zapowiada jednostronne zmiany w dotyczące świadczeń stomatologicznych.

„Centrala NFZ przypomina, że pakiety świadczeń ST30 (usunięcie złogów nazębnych z połowy łuku zębowego - przyp. red.), ST 30A (usunięcie złogów nazębnych z całego łuku zębowego - przyp. red.), ST30B (usunięcie złogów nazębnych z 1/2 łuku zębowego, pacjent w I lub II stadium choroby przyzębia lub z zapaleniem dziąseł - przyp. red.), ST30C (podobnie, ale pacjent w III lub IV stadium choroby przyzębia lub zapaleniem dziąseł - przyp. red.), odnoszą się wyłącznie do usunięcia złogów twardych. Usunięcie złogów miękkich nie jest świadczeniem gwarantowanym finansowanym ze środków publicznych. Wycena przywołanych pakietów obejmuje również lakierowanie zębów lakierem z fluorem" - czytamy w komunikacie NFZ.

Ekspertka alarmuje: Pacjenci będą musieli dopłacać do pełnej higienizacji

Zdaniem lek. stom. Kamili Wasiluk, znanej jako Mama Ortodonta, komunikat NFZ w obecnej formie jest mało czytelny zarówno dla pacjentów, jak i dla samych lekarzy.

- W dużym uproszczeniu sprowadza się on do tego, że w ramach świadczeń refundowanych finansowane jest wyłącznie usuwanie twardych złogów nazębnych, czyli tzw. kamienia nazębnego (scaling). Nie obejmuje natomiast usuwania złogów miękkich, czyli płytki bakteryjnej i osadów - ujawnia specjalistka z warszawskiej kliniki L'experta.

Dla pacjenta taki przekaz pozostaje mało zrozumiały, ponieważ w praktyce profesjonalna higienizacja jamy ustnej to kompleksowy zabieg, który obejmuje kilka uzupełniających się etapów:

- scalingu, czyli usunięcia kamienia nazębnego (i to Narodowy Fundusz Zdrowia chce tylko refundować);
- piaskowania - usunięcia osadów i przebarwień;
- polerowania - wygładzenia powierzchni zębów;
- fluoryzacji - zabezpieczenia szkliwa;
- często także instruktażu higieny.

Poszczególne etapy tego zabiegu są ze sobą ściśle powiązane i dopiero wykonywane łącznie zapewniają pełny efekt zdrowotny.

Poszczególne etapy tego zabiegu są ze sobą ściśle powiązane i dopiero wykonywane łącznie zapewniają pełny efekt zdrowotny. Ich rozdzielanie ma charakter sztuczny i w praktyce prowadzi do przeprowadzenia niekompletnej procedury.

- Największe wątpliwości budzi rozróżnienie na złogi twarde i miękkie, gdzie twarde to kamień nazębny, a miękkie to płytka bakteryjna, która również jest odpowiedzialna za powstawanie próchnicy i chorób dziąseł. Trudno więc zrozumieć, dlaczego jej usuwanie nie miałoby być elementem świadczenia profilaktycznego, skoro to właśnie profilaktyka powinna być fundamentem systemu publicznego. Co więcej, w praktyce klinicznej te procedury często się zazębiają i nie da się ich całkowicie rozdzielić. Jeśli chodzi o różnice między poszczególnymi świadczeniami NFZ (np. połowa łuku, cały łuk, różne stadia chorób przyzębia), wynikają one głównie z rozliczeń punktowych i zakresu pracy - nie zmieniają jednak faktu, że dotyczą tylko jednego etapu higienizacji, czyli usunięcia samego kamienia. Z perspektywy pacjenta oznacza to, że zabieg wykonany na Fundusz może być bardzo ograniczony, nie obejmie wszystkich kluczowych etapów higienizacji, a jego efekt profilaktyczny będzie niepełny - ostrzega lek. stom. Kamila Wasiluk z warszawskiej kliniki L'experta.

W opinii Mamy Ortodonty ma to ogromne znaczenie, ponieważ regularna higienizacja, wykonywana średnio co 6 miesięcy (a przy chorobach dziąseł nawet częściej), stanowi jeden z najważniejszych elementów zapobiegania poważniejszym problemom stomatologicznym.

- Komunikat NFZ wprowadza więcej zamieszania niż jasności. Największym problemem jest to, że ogranicza profilaktykę do minimum, podczas gdy z punktu widzenia zdrowia pacjenta powinna ona być kompleksowa. W praktyce może to oznaczać, że pacjenci będą musieli dopłacać do pełnej higienizacji albo pozostaną z zabiegiem, który nie spełnia w pełni swojej funkcji i, co gorsze, będą myśleli, że tak częściowo wykonany zabieg jest pełnowartościowy - dodaje ekspertka.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

KLESZCZE JUŻ ATAKUJĄ

Jak się chronić przed kleszczami?

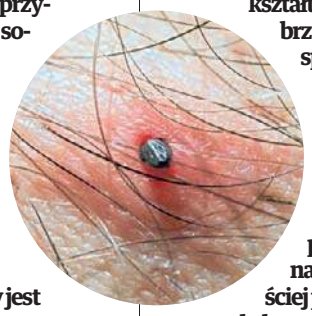
Wbrew popularnemu przekonaniu kleszcze nie spadają z drzew. Najczęściej znajdują się w trawie i krzewach, zwykle na wysokości do jednego metra. Wystarczy kontakt z roślinnością, by dostały się na ciało. Dlatego podstawą ochrony jest odpowiedni ubiór: długie spodnie i rękawy, zakryte buty, nogawki włożone w skarpetki, szczególnie w wysokiej trawie. Dodatkowo jasne ubrania ułatwiają szybkie zauważenie pasożyta. Środki odstraszające owady mogą skutecznie ograniczyć ryzyko ukąszenia. Najczęściej zawierają substancje, takie jak DEET lub ikarydyna. Działają także na kleszcze, nie tylko komary, a ochronę trzeba czasem odnawiać, nawet co 2–4 godziny, w zależności od preparatu.

W które miejsca najchętniej wbijają się kleszcze?

Kleszcze często przez pewien czas przemieszczają się po skórze, zanim znajdą miejsce do wkłucia. Najchętniej wybierają pachy, zgięcia kolan, okolice intymne, pępek, a u dzieci – głowę i szyję.
Dokładne sprawdzenie ciała po powrocie z zewnątrz to jedna z najprostszych i najskuteczniejszych metod ochrony. Warto także sprawdzić ubranie np. kaptur, czapkę, wytrzepać spodnie.

Co, jeśli pojawia się rumień po kleszczu?

Rumień po kleszczu, który pojawia się zaraz po ukąszeniu przez tego pajęczaka, bardzo przypomina rumień po ugryzieniu przez owada – dlatego często trudno je odróżnić. Miejsce ugryzienia kleszcza swędzi i jest zaczerwienione, a w jego centrum widoczny jest wypukły punkt. Kleszczowi nie zawsze udaje wbić się w skórę na dłużej i w takim przypadku zostawia po sobie jedynie niewielki ślad. Jednak jeżeli kleszcz pasożytuje w skórze nie dłużej niż 12 godzin, ryzyko zainfekowania przenoszonym przez niego krętkiem boreliozy jest niewielkie. Nawet w sytuacji, gdy kleszcz pozostanie w skórze, może być trudno odróżnić go od innego pasożyta, zwłaszcza jeśli ma pusty przewód pokarmowy. Charakterystyczne obrzmienie odwłoka pojawia się dopiero wtedy, gdy kleszcz wyssie odpowiednią ilość krwi. Ponieważ kleszcz należy do gromady pajęczaków, cechami ułatwiającymi jego rozpoznanie są cztery pary odnóży i szczękoczułki. Długość dorosłych osobników sięga 4 mm, a ich ciało ma owalny kształt z grzbietobrzusznym spłaszczeniem.



Rumień wędrujący to z kolei odczyn zwiastujący boreliozę, który pojawia się na skórze najczęściej po 14 dniach od ukąszenia kleszcza. Można go rozpoznać po owalnym kształcie i wyglądzie przypominającym tarczę strzelniczą – wokół lub w pobliżu miejsca ukąszenia pojawia się jeden lub więcej czerwonych pierścieni. Rumień wędrujący po ugryzieniu kleszcza osiąga średnicę powyżej 5 cm, stopniowo się rozrasta i wolno znika. Czasami towarzyszy mu swędzenie i pieczenie skóry. Niekiedy miejsce ugryzienia przez kleszcza pokrywają pęcherze i wybroczyny.
Należy jednak pamiętać, że rumień wędrujący występuje u 80 proc. zarażonych boreliozą, a w rzadkich przypadkach pojawia się zamiast niego niewielki czerwony guzek, czyli naciek limfocytarny. Najczęściej zlokalizowany jest na małżowinach usznych lub sutkach.

Jak usunąć kleszcza?

Kleszcz wbity w skórę powinien być z niej jak najszybciej usunięty. Szybkie usunięcie zmniejsza ryzyko zakażenia. Im szybciej usuniemy kleszcza, tym lepiej. Ryzyko zakażenia boreliozą rośnie wraz z czasem żerowania pasożyta.
Najważniejsze zasady:
- użyj pęsety lub specjalnego narzędzia,
- chwyć kleszcza jak najbliżej skóry,
- wyciągnij go zdecydowanym ruchem, bez zgniatania,
- nie smaruj olejem ani innymi substancjami.

Po usunięciu kleszcza miejsce wkłucia należy zdezynfekować i obserwować.
Niepokojące sygnały to powiększające się zaczerwienienie (tzw. rumień), objawy grypopodobne, a także bóle głowy lub stany zapalne.
W takich przypadkach konieczna jest konsultacja lekarska.
Kleszczowe zapalenie mózgu to poważna choroba wirusowa, która może prowadzić do zapalenia mózgu i opon mózgowo-rdzeniowych.
W regionach podwyższonego ryzyka zaleca się szczepienie ochronne.
Pierwszą ochronę można uzyskać już kilkanaście dni po przyjęciu drugiej dawki.

Woda z chia na odchudzanie i zmarszczki

Katarzyna Dębek
redakcja@stronazdrowia.pl

Chcesz schudnąć, poprawić kondycję skóry i zadbać o zdrowie w naturalny sposób? Woda z chia to prosty i skuteczny sposób na piękną cerę oraz smukłą sylwetkę.

Nasiona chia to bardzo popularny składnik zdrowych dań. Można je zakupić bez większego problemu w sklepach ze zdrową żywnością, supermarketach, a nawet drogeriach. Stosuje się je nie tylko jako dodatek do smoothie, płatków, deserów czy ciast. Połączone z wodą mają nieoceniony wpływ na piękną sylwetkę, zdrowie i stan skóry.

Chia to roślina pochodząca z Meksyku i Gwatemali. Jej botaniczna nazwa to szałwia hiszpańska (Salvia hispanica). W języku Azteków „chia" oznacza siłę. Już setki lat temu drobne ziarenka tej rośliny stanowiły podstawowy element diety Azteków i Majów.

Nasiona chia mają neutralny smak, a przy tym są skarbnicą wielu cennych składników, takich jak ● błonnik, ● kwasy omega-3, ● wapń, ● potas, ● cynk, ● białko, ● witaminy z grupy B.

Dzięki swoim właściwościom szałwia hiszpańska wpływa korzystnie na pracę układu trawiennego, serca i układu krążenia. Regularne spożycie nasion chia wpływa na poprawę kondycji skóry.

Picie wody z nasionami chia to modny trend, który zaskarbił sobie serca wielu influencerek, a od niedawna również użytkowniczek TikToka. Napój najczęściej polecany jest, aby wspomóc odchudzanie, ale działa również na cerę i ma wiele korzyści zdrowotnych.

FOT. FLYINGV43/GETTY IMAGES

Codzienne spożywanie nasion chia z wodą może przynieść wiele korzyści zdrowotnych. Polecane są szczególnie osobom z nadciśnieniem tętniczym. Wodę z chia można również pić, aby obniżyć poziom cukru i cholesterolu we krwi

Przygotowanie wody do picia z nasionami chia nie jest trudne. Wystarczą do tego dwa składniki. Do pełnej szklanki chłodnej lub letniej wody (250 ml) wsyp powoli 1 łyżkę stołową nasion chia (8-10 g), przez cały czas mieszając całość trzepaczką, by ziarna się nie skleiły. Odstaw na kilka minut. Nasiona stopniowo wchłaniają wodę i zamieniają ją w gęstą miksturę, więc przed jej wypiciem najlepiej odczekać co najmniej godzinę, choć można też wstawić napój do lodówki na całą noc. Dla lepszego smaku można dodać sok z cytryny lub limonki.

Nasiona chia to zdrowy produkt, który warto uwzględnić w codziennej diecie. Jednak ich porcje należy dzielić i nie powinny one przekraczać w sumie ok. 30-50 g dziennie (to 3-5 łyżek). Warto również wprowadzać je do diety stopniowo. Spożycie zbyt dużej ilości nasion chia może doprowadzić do zaparcia, a nawet zatkania jelita. Dlatego najlepiej spożywać chia dobrze namoczone w wodzie.

Nasiona chia spożyte z wodą zwłaszcza rano wspomagają proces odchudzania, ponieważ zmniejszają apetyt i zapewniają poczucie sytości. A to wszystko dzięki dużej zawartości błonnika i jego zdolności wchłaniania płynów.

W badaniu nasiona chia przyjmowano w postaci zmielonej przez 12 tygodni, nie wprowadzając przy tym redukcji kalorii ani dodatkowych ćwiczeń. Po tym czasie zaobserwowano utratę masy ciała średnio o 1,6 kg u osób z nadwagą i otyłością. Osoby, które walczyły z niewielką liczbą nadprogramowych kilogramów, straciły przeciętnie 1,1 kg.

Warto jednak pamiętać, że samo picie wody z chia to nie wszystko. Aby osiągnąć spektakularne efekty, trzeba zadbać również o odpowiednią dietę i ruch.

Codzienne spożywanie nasion chia z wodą może przynieść wiele korzyści zdrowotnych. Polecane są szczególnie osobom z nadciśnieniem tętniczym, ponieważ zawierają one m.in. kwas chlorogenowy. Wodę z chia można również pić, aby obniżyć poziom cukru i cholesterolu we krwi – mają na to wpływ przede wszystkim błonnik i wielonienasycone kwasy tłuszczowe. Dzięki temu nasiona chia wspierają pracę serca, zmniejszając ryzyko rozwoju miażdżycy i zawału. Dodatkowo kwasy omega-3 zwiększają wchłanianie wapnia do tkanki kostnej, wzmacniając ją i działając korzystnie na stawy.

Jak pić wodę z chia i cieszyć się piękną, nawilżoną skórą bez zmarszczek?

Picie wody z chia wpłynie pozytywnie na stan skóry. Zawarte w tych nasionach kwasy omega-3 pomagają w łagodzeniu podrażnień oraz w odpowiednim nawilżeniu cery. To specyfik, który jest skuteczny w walce z upływającym czasem i zmarszczkami. Kwas chlorogenowy zawarty w chia hamuje działanie wolnych rodników, dzięki czemu możliwe jest spowolnienie procesu starzenia się komórek. Bogactwem nasion są ponadto składniki mineralne.

Nasiona szałwii hiszpańskiej mają wysokie stężenie antyoksydantów. Jeśli dodatkowo dołączymy do nich sok z cytryny, nasz organizm skuteczniej będzie walczył z wolnymi rodnikami tlenowymi.

Nasiona chia to modny super food, który podbił branżę zdrowotną i beauty. Wypij codziennie rano szklankę wody z nasionami chia i ciesz się zdrowiem, piękną sylwetką i skórą.

WARTO WIEDZIEĆ

Jak jeść nasiona chia?
Nasiona mogą być dodawane do ciast, muffinów, naleśników, owsianek, deserów zbożowych i mlecznych, domowych batoników czy lodów, a także wypieków słonych i innych dań wytrawnych. Najbardziej polecaną formą potraw z chia są propozycje płynne, takie jak koktajl owocowy, shake mleczny lub jogurtowy, świeżo wyciskany sok, woda kokosowa, a nawet mineralna, a także zupa – zwłaszcza typu krem. Większość z popularnych dań z chia to jednak desery. Nasiona chia po zżelowaniu z powodzeniem zastąpią jajka w daniach przeznaczonych dla alergików czy wegan.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

Gazeta Lubuska
Środa, 22.04.2026

Doradca ds. sprzedaży samochodów nie ogranicza się do prezentacji modeli czy parametrów technicznych

Kupowanie auta to rozmowa - o potrzebach, przyzwyczajeniach, oczekiwaniach i możliwościach. Dobry doradca potrafi słuchać i zadawać pytania, które pomagają doprecyzować wybór.

Właśnie dlatego rola doradcy do spraw sprzedaży samochodów nie ogranicza się jedynie do prezentacji modeli czy przedstawienia parametrów technicznych, bo to też rozmowa. Dobry doradca potrafi słuchać i zadawać pytania, które pomagają doprecyzować wybór, bo kupowanie auta to nie tylko twarde dane, ale też emocje, które stoją za tym zakupem. To przecież nie jest zwykły produkt, ale wybór na lata. Wpływa na nasze codzienne funkcjonowanie, komfort, bezpieczeństwo, a często także na styl życia. Dla jednych to pierwsze auto i krok w dorosłość, dla innych zmiana po latach albo inwestycja w wygodę całej rodziny, która pokochała wypady za miasto. To emocje, godziny rozmyślań, przychodzenia do salonu, oglądania, zastanawiania się, pytania... Wytrawny doradca musi być trochę jak psycholog, który wie, kiedy doradzić, a kiedy zostawić przestrzeń do decyzji. Ponieważ to tak ważny zakup, istotna jest atmosfera, jaką stworzy specjalista - poczucie spokoju, zrozumienia i partnerstwa w rozmowie. - Pamiętam, jak kupowałam swoje auto i doradca samochodowy był dla mnie kimś, kto przeprowadził mnie przez cały ten proces: od pierwszego pytania, przez jazdę próbną, aż po odbiór auta. Zadawałam ogrom pytań, często „babskich", a on cierpliwie, w sposób uporządkowany i bez pośpiechu, przeprowadził mnie przez całą procedurę. Poważnie podszedł do sprawy, że chcę auto koloru kawa z mlekiem - ale bardziej kawa niż mleko... Tak, miał anielską cierpliwość i ogromną wiedzę. Tej ważnej kategorii osób związanych z motoryzacją nie mogło więc zabraknąć w naszym plebiscycie Mistrzowie Motoryzacji - opowiada Katarzyna Borek, która opiekuje się akcją od strony redakcyjnej.

Za nami kolejny tydzień głosowania w Mistrzach Motoryzacji, w których także doradcy samochodowi udowadniają, że w pamięci klientów najmilej zapisują się nie ci, którzy mają szeroką wiedzę - nie tylko o samochodach, ale też o możliwościach wyposażenia czy aktualnych rozwiązaniach technologicznych - ale ci, dzięki którym z przyjemnością zapamiętujemy cały tego ważnego proces zakupu.

Poniżej prezentujemy doradców samochodowych, którzy w swojej pracy pokazują, że profesjonalizm może iść w parze z uważnością na drugiego człowieka - i że za każdą udaną decyzją stoi konkretny człowiek, rozmowy i relacja.

MISTRZOWIE MOTORYZACJI

Łączy doświadczenie z pasją, a kluczem jest rozmowa

Marcin Wypchło,
Toyota Stolarz, Wojcieszyce

Dziś łączy doświadczenie z pasją, stawiając na rozmowę, aktywne słuchanie i dopasowanie rozwiązań do potrzeb klientów.

Z branżą motoryzacyjną związany jest od lat, zbierał doświadczenie nie tylko w doradztwie ds. sprzedaży samochodów, ale zajmował się także sprzedażą części, a wcześniej także był kierowcą ciężarówki. Wybór tych zawodów nie był przypadkowy, kluczem doboru ścieżki zawodowej, jak nietrudno się domyślić, był i są samochody, ponieważ motoryzacja była Jego pasją od najmłodszych lat. Zawsze był blisko samochodów, interesowało Go wszystko, co związane z czterema kółkami, dlatego w dorosłym życiu chciał połączyć młodzieńczą pasję i możliwością pracy z ludźmi. - Od zawsze marzyłem, żeby sprzedawać samochody - zdradza pan Marcin. Marzenie się spełniło podobnie, jak spełnia się pan Marcin w roli doradcy.

Najważniejsza jest rozmowa i aktywne słuchanie. Kolejną ważną rzeczą jest szukanie złotego środka, takiego, który pogodzi wszystkie oczekiwania klienta i różne aspekty formalne. - Każdy klient to inna historia, z każdej takiej znajomości można się czegoś nauczyć. Bardzo ważne jest to, aby po prostu rozmawiać. W moim przypadku nie przyszło to ot, tak. Musiałem się przełamać, aby zacząć otwarcie rozmawiać, aby odnaleźć się w negocjacjach, ale udało się, dziś podchodzę to tego ze spokojem - wspomina pan Marcin.

Ważne są tutaj relacje oraz potrzeby klientów

Dawid Szałek,
Salon MG, Zielona Góra

Zaczynając jeszcze w trakcie studiów, łączy pracę w salonie samochodowym z pasją do motoryzacji.

- Szukałem doświadczenie zawodowego, w tracie studiów dziennych na Uniwersytecie Zielonogórskim. Znajomy przekazał mi informację, że prowadzona jest rekrutacja w jednym z salonów samochodowych, a zaczęła to w 2013 roku. Tak się zaczęła moja przygoda, choć motoryzacja była mi bliska od dawna, dlatego ta ścieżka był połączeniem pasji, ciekawości i chęci rozwoju - wspomina. Z czasem okazało się, że ważne jest też podejście do ludzi.

Czego nauczyła Go praca z klientami? Najważniejszą lekcją, jak się okazuje, jest umiejętność poznania klienta. Tutaj trzeba być ciekawym drugiego człowieka, naprawdę interesować się tym, z czym przychodzi do salonu. Rozmowa i budowanie relacji to fundamenty, które należy opierać na słowności i szczerości.

Najtrudniejsza w tej pracy jest logistyka i to, że często trzeba oddać sprawę komuś innemu i tutaj nie ma się już wpływu na to, jak szybko uzyska się potrzebne dokumenty. Często właśnie w takich chwilach klienci się denerwują, ponieważ okazuje się, że muszą czekać dłużej niż sądzili. Rolą doradcy jest wtedy wyjaśnienie i wytłumaczenie złożoności procesu związanego z kupnem lub sprzedażą pojazdu. To oczywiście nie zależy od samego doradcy, ale on często ponosi konsekwencje.

LIDERZY W SKALI WOJEWÓDZTWA WE WSZYSTKICH KATEGORIACH

MECHANIK ROKU

1. **Aleksander Łuczycki,** Mechanika Pojazdowa Aleksander Łuczycki, Gorzów Wielkopolski
2. **Maciej Emilian,** Auto-Naprawa, Krosno Odrzańskie
3. **Andrzej Gabrowski,** PKS Warsztat, Zielona Góra

WARSZTAT SAMOCHODOWY ROKU

1. **Mechanika Pojazdowa Aleksander Łuczycki,** Gorzów Wielkopolski, Marynarki Wojennej 14
2. **Serwis Mazurkiewicz,** Wawrów, Wawrów 101
3. **MomoGarage,** Żary, Pułaskiego 52

INSTRUKTOR JAZDY ROKU

1. **Przemysław Prusaczyk,** Szkoła Nauki Jazdy ATUT Przemysław Prusaczyk, Nowa Sól
2. **Giorgi Chkhaberidze,** Szkoła Nauki Jazdy Lider, Zielona Góra
3. **Krzysztof Krych,** OSK Fire, Świebodzin

SZKOŁA JAZDY ROKU

1. **Szkoła Nauki Jazdy ATUT Przemysław Prusaczyk,** Nowa Sól, Wojska Polskiego 15D
2. **OSK Driver Marcin Bekisz,** Świebodzin, Sikorskiego 5
3. **Nauka Jazdy Foczka,** Gorzów Wielkopolski, Piłsudskiego 47

KIEROWCA ZAWODOWY ROKU

1. **Andżelika Prałat,** PKS, Gubin
2. **Grzegorz Gasiorowski,** Biuro Podróży EXODUS, Zielona Góra
3. **Tomasz Trembacz,** Eneris Surowce, Gorzów Wielkopolski

DORADCA DS. SPRZEDAŻY SAMOCHODÓW ROKU

1. **Marcin Wypchło,** Toyota Stolarz, Wojcieszyce
2. **Marek Kościuszko,** Skoda Grupa KIM, Gorzów Wielkopolski
3. **Maciej Rosołowicz,** Mercedes Benz DDB Auto Bogacka Gorzów, Gorzów Wielkopolski

FIRMA TRANSPORTOWA ROKU

1. **AP Trans Adrian Grzywacz,** Prądocin, Prądocin 10E
2. **Biuro podróży Exodus,** Zielona Góra, Bohaterów Westerplatte 10-14
3. **CedeTrans,** Zielona Góra, Łężyca-Inżynierska 68

AUTO DETAILING ROKU

1. **13th Garage,** Rzepin, Ogrodowa 57
2. **Eighteen Wraps Detailing,** Zielona Góra, Zjednoczenia 118

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na:
www.gazetalubuska.pl/moto

eprasa.pl f8a1e0f7c9

DROBNE

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

NASZE BIURA OGŁOSZEŃ

ZIELONA GÓRA al. Niepodległości 25
czynne pon.-pt. 8.00-15.00
tel. 510 026 518
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

GORZÓW WLKP. ul. Sikorskiego 111 (Park 111, II p.)
czynne pon.-pt. 8.00-16.00
tel. 510 026 986
e-mail: bog.gazetalubuska@polskapress.pl

SŁUBICE ul. T. Kościuszki 6/1
czynne pon.-pt. 8.30-16.30
tel. 95 75 80 760
e-mail: bos@gazetalubuska.pl

0011513141

„Są pożegnania, na które nigdy nie będziemy gotowi,
Są słowa, które zawsze wywoływać będą morze łez,
I są takie osoby, na myśl o których
Zaleje nas lawina wspomnień”

Ze smutkiem zawiadamiamy, że 17 kwietnia 2026 roku
odeszła od nas w wieku 75 lat
moja kochana Żona, nasza Mama i Babcia

ś†p

Renata Ptak

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w czwartek
23 kwietnia 2026 roku mszą świętą o godz. 13.00
w kaplicy w Starym Kisielinie.

Po mszy odbędzie się pogrzeb na miejscowym cmentarzu.

Pożegnanie w kaplicy o godz. 12.00.

Pogrążona w żałobie
rodzina

0011513285

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 20 kwietnia 2026 roku w wieku 99 lat odeszła od nas
nasza kochana Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia

ś†p

Jadwiga Wojciechowska

Pogrzeb odbędzie się w czwartek 23 kwietnia 2026 roku
o godz. 11:20 na cmentarzu komunalnym (starym)
przy ul. Wrocławskiej w Zielonej Górze.
Msza św. w intencji Zmarłej
odprawiona zostanie w dniu pogrzebu o godz. 10:30
w kościele pw. św. Jadwigi w Zielonej Górze.

Pogrążona w żałobie *Rodzina*

Handlowe

MATERIAŁY BUDOWLANE

SPRZEDAM kostkę brukową szarą, przemysłową, grubość 8 cm. Ilość 1900 m kw. Tel 604 613 385.

Zdrowie

PSYCHIATRIA

LECZENIE depresji tel. 512 594 490

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

MALOWANIE, szpachlowanie, panele, glazura-solidnie, fachowo. 601579404

MONTAŻOWE

OKNA, bramy drzwi, roletki, naprawy okien, montaż PlastMat. Tel. 68 470 19 70, Wrocławska 35.

OKNA, rolety, roletki. Montaż-serwis- naprawa. Ptasia 32/7B, tel. 535 530 555

REKLAMA 0011502538

INFORMATOR POGRZEBOWY

KAMIŃSCY Zielona Góra, ul. Kościelna 4, Zyty 19, tel. **693 424 440; 68-3230509** oraz Polkowice ul. Spokojna 1; Legnica ul. Chojnowska 7; Szprotawa ul. Kościuszki 31A przewóz zmarłych 24 godz., kompleksowa organizacja pogrzebów oraz transmisja pogrzebu online.

MIEJSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY
Zielona Góra, Masarska 13,
tel. **68-3202235, 68-3202232,** przewóz zwłok,
kompleksowa obsługa pogrzebów **601798365** całą dobę.

PRO MORTE Gorzów Wlkp. ul. Żwirowa 19E, tel. **95-7810083**
Organizacja Pogrzebów, Pogotowie Pogrzebowe 24 h.

REKLAMA 0011512709

Wójt Gminy Niegosławice

informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy w Niegosławicach zostały wywieszone następujące

wykazy nieruchomości stanowiących własność Gminy Niegosławice, przeznaczonych do sprzedaży:

Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice nr 0050.15.2026 z dnia 20.04.2026 r.
Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice nr 0050.16.2026 z dnia 20.04.2026 r.
Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice nr 0050.17.2026 z dnia 20.04.2026 r.

Wykazy są też opublikowane na stronie internetowej Urzędu Gminy N-ce i BIP.

REKLAMA 0011512743

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA NR 5/2026
BURMISTRZA SĘDZISZOWA

z dnia 20 kwietnia 2026 r.

w sprawie pierwszego przetargu ustnego nieograniczonego na zbycie niezabudowanej nieruchomości gruntowej położonej obręb 0004 Borszowice, stanowiącej własność Gminy Sędziszów
Informacje dotyczące zbywanej nieruchomości, działki nr 313/5

1. **Informacje o działce zgodnie z wykazem nieruchomości przeznaczonej do zbycia, dane wymienione w art. 35 ust. 2 pkt 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2026 r. poz. 399):**

KW	Oznaczenie nieruchomości wg Ewidencji Gruntów				Przeznaczenie nieruchomości i sposób jej zagospodarowania	Termin zagospodarowania nieruchomości
	Nr działki	Położenie	Opis klasoużytku	Pow. klasoużytku [ha]		
Dla przedmiotowej nieruchomości Sąd Rejonowy w Jędrzejowie, V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr **KI1J/00075447/6**	**313/5**	obręb 0004 Borszowice gm. Sędziszów pow. jędrzejowski woj. świętokrzyskie	dr	**0,0781**	**Przeznaczenie nieruchomości:** Zgodnie z zapisami miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Sędziszów, działka nr 313/5 położona obręb 0004 Borszowice, gm. Sędziszów, pow. jędrzejowski, woj. świętokrzyskie, wchodzi w skład terenu oznaczonego symbolem: **P1 -** tereny obiektów produkcyjnych, składów i magazynów, **R1 -** tereny do zalesienia, **KDW** - tereny komunikacji drogowej, drogi wewnętrzne. **Sposób jej zagospodarowania:** Nieruchomość gruntowa zalesiona. Przeznaczenie zgodnie z mpzp gminy Sędziszów.	Nie dotyczy.
			Lzr-RIVb	**0,8944**		
			RV	**0,0275**		
Powierzchnia nieruchomości [ha]				**1,0000**		

2. Informację o przeznaczeniu nieruchomości do sprzedaży lub oddania w użytkowanie wieczyste:
Podaje się do publicznej wiadomości, iż nieruchomość gruntowa, położona obręb 0004 Borszowice, działka nr 313/5 o powierzchni 1,0000 ha, stanowiąca własność Gminy Sędziszów, została przeznaczona do sprzedaży w trybie pierwszego przetargu ustnego nieograniczonego na zbycie niezabudowanej nieruchomości gruntowej.

3. Cena wywoławcza:
Cena nieruchomości, działki nr 313/5 wynosi:
1 000 000,00 zł netto
(słownie: jeden milion złotych 00/100)
Sprzedaż nieruchomości w oparciu o ustawę z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (tekst jednolity Dz. U. z 2025 r. poz. 775 z późn. zm.) podlega opodatkowaniu VAT ze stawką 23%.

4. Termin i miejsce przetargu:
Przetarg odbędzie się w dniu 2 lipca 2026 roku,
tj. CZWARTEK, GODZ. 9:00,
BUDYNEK A, POZIOM 0, SALA KONFERENCYJNA NR 7
URZĘDU MIEJSKIEGO W SĘDZISZOWIE, UL. DWORCOWA 20

5. Wysokość wadium:
Ustala się wadium w wysokości: 100 000,00 zł (słownie: sto tysięcy złotych 00/100)
Wymienione wadium w pieniądzu winno wpłynąć na rachunek bankowy Urzędu Miejskiego w Sędziszowie **nr 69 8513 0001 0000 0015 2000 0050** prowadzone przez Świętokrzyski Bank Spółdzielczy w Jędrzejowie Oddział Sędziszów w tytule przelewu **cyt.: „Wadium działka nr 313/5” najpóźniej do dnia 25 czerwca 2026 roku**.
Za datę wpłaty uważać się będzie datę wpływu pieniędzy na konto sprzedającego.

6. Informacja o miejscu wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu:
Ogłoszenie Burmistrza Sędziszowa w sprawie pierwszego przetargu ustnego nieograniczonego na zbycie niezabudowanej nieruchomości gruntowej położonej obręb 0004 Borszowice, gm. Sędziszów, stanowiącej własność Gminy Sędziszów, opublikowane zostało na stronie internetowej Urzędu https://sedziszow.pl i na stronie podmiotowej w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu https://bip.sedziszow.pl, wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Sędziszowie, adres: ul. Dworcowa 20, 28-340 Sędziszów. Wyciąg z ogłoszenia ukaże się w prasie codziennej ogólnokrajowej.

7. Dane teleadresowe, pod którymi można uzyskać szczegółowe informacje dotyczące przetargu:
Z dodatkowymi warunkami przetargu można zapoznać się w godzinach pracy Urzędu Miejskiego w Sędziszowie w pokoju nr 24 i nr 27 lub telefonicznie pod nr 41 38 11 127 do 130 wew. 502 lub wew. 500.

eprasa.pl f8a1e0f7c9

Wnuk zaskoczył mnie pytaniem: Babciu, to zrobisz sobie tatuaż? Zawahałam się. Zrobię! Tak

Anna Seniuk w „Wysokich Obcasach” Fot. Adam Jankowski

Z ŻYCIA GWIAZD

Adam Woronowicz ma nową rolę
Niebawem na antenie TVN zobaczymy program „Taskmaster”. Będzie w nim uczestniczyć pięciu śmiałków, którzy zmierzą się z zabawnymi i absurdalnymi zadaniami. Tytułowy taskmaster ma przyznawać punkty za wykonanie zadania. W tej roli zobaczymy popularnego aktora Adama Woronowicza.

Sebastian Karpiel-Bułecka pokazał swe pociechy
Lider Zakopower i Paulina Krupińska są rodzicami Jędrzeja i Antoniny. W minioną sobotę piosenkarz wybrał się z pociechami na rowery, czego nie omieszkał udokumentować na Instagramie. Na zdjęciach można zobaczyć, jak wyrosły jego dzieci. Internauci oczywiście zachwycili się Antosią i Jędrzejem.

Radosław Majdan żyje swoim życiem
W latach 2005-2008 celebryta był mężem Dody. Od czasu burzliwego rozwodu Majdan nie wypowiada się publicznie na temat piosenkarki. Niedawno jednak w swym podcaście powiedział o Dodzie: – Nie podobało mi się ostatnio stwierdzenie, że to moja żona spowodowała, że nie odzywam się do mojej byłej żony. Nie mówię jej „cześć” tylko dlatego, że zachowuje się nieelegancko, obraża mnie i opowiada różne dziwne historie. Niech żyje w swojej iluzji, a ja żyję swoim życiem – podsumował.
(GZL) Fot. Dawid Łukasik

W TELEWIZJI

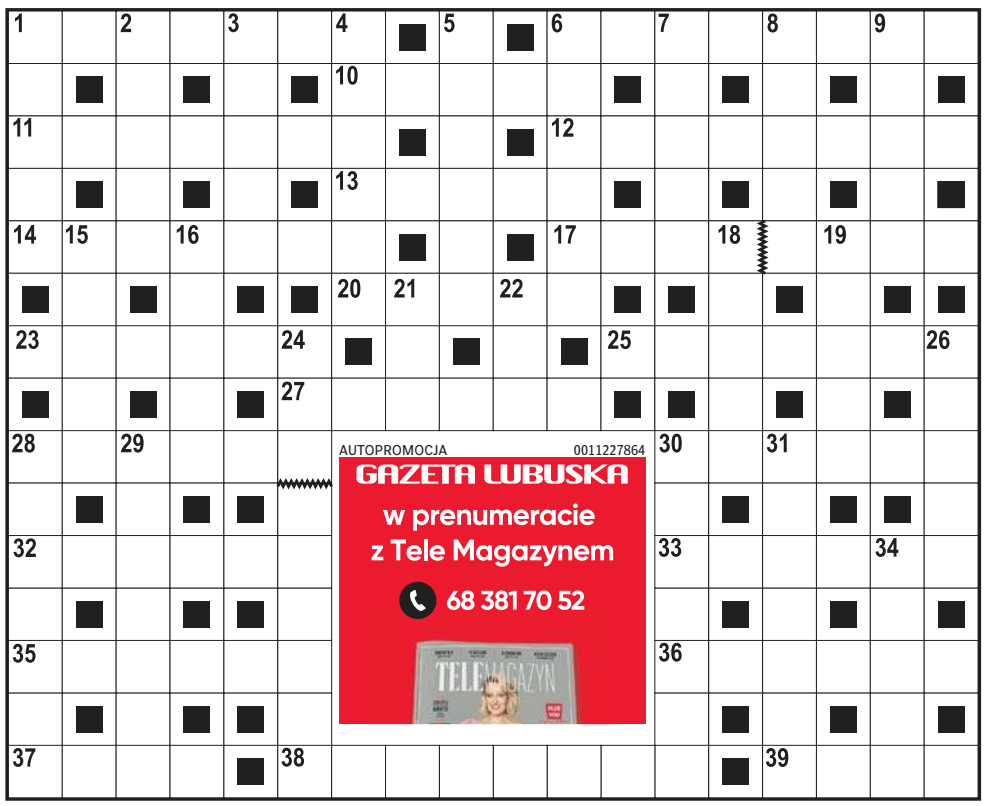
Więzień Brubaker
Stopklatka, 20:00
Henry Brubaker przejmuje stanowisko naczelnika więzienia stanowego. Aby lepiej poznać miejsce, postanawia najpierw podszyć się pod zwykłego więźnia. Wkrótce odkrywa, że placówka jest skorumpowana, a strażnicy znęcają się nad skazanymi. Po ujawnieniu swojej tożsamości i objęciu stanowiska naczelnika postanawia gruntownie zreformować placówkę.

Siedmiu wspaniałych
Super Polsat, 21:05
Remake słynnego westernu Johna Sturgesa z 1960 r. Siedmiu rewolwerowców jedzie do wioski na pograniczu amerykańsko-meksykańskim, żeby rozprawić się z bandą opryszków, którzy gnębią ubogich wieśniaków.

Nieobliczalny
TVP 1, 21:20
Tego feralnego ranka Rachel jest mocno spóźniona do pracy. I jak na złość trafia na gigantyczny korek w mieście. Naraża się niezrównoważonemu kierowcy, który zaczyna ją prześladować.

Płonąca pułapka
TV Puls, 22:10
Jack Morrison jest strażakiem. Aby ratować innych, niemal codziennie ryzykuje życie. Niska płaca, ciągłe niebezpieczeństwo i stres spowodowały, że mężczyzna przeżywa poważny kryzys i rozważa odejście z pracy.

KRZYŻÓWKA NR 61



Poziomo:
1) zimny lub gorący okład,
6) stojak służący malarzowi,
10) potocznie: kłopot, zmartwienie,
11) lokal z książkami i prasą,
12) grecka bogini łowów, lasów, gór i zwierząt,
13) dawniej nazywany bicyklem,
14) ozdobny stolik pod wazon,
17) substancja pozyskiwana z alg morskich,
20) światło rzucane przez latarnię,
23) stan odrętwienia; zobojętnienie,
25) dodatek do omletu,
27) miejsce dla księdza lub myśliwego,
28) silny wiatr nad morzem,
30) element zawieszenia pojazdu,
32) konkretna racja żywnościowa,
33) wyjątkowa okazja, szansa,
35) służą do zgarniania siana,
36) imię tytułowej bohaterki komedii Zapolskiej,
37) wniosek wymagający udowodnienia,
38) najmniejszy stan Australii,
39) … i omega, czyli początek i koniec.

Pionowo:
1) smakowity dla łasucha,
2) tropikalny kuzyn dyni,
3) … Starr, perkusista zespołu The Beatles,
4) zdrobniale o małym chłopcu,
5) mleczny cukierek z Milanówka,
6) ssak ze skokami i omykiem,
7) ciężarówka z Czech,
8) chroniona sosna wysokogórska,
9) luźna rozmowa, pogawędka,
15) wiosną wychodzi na pole,
16) wilcza wataha lub tabun koni,
18) indyjska jednostka monetarna,
19) wełniana kurtka góralska, cucha,
21) wysoka piłka w tenisie,
22) Zygmunt August dla Zygmunta Starego,
24) polski show telewizyjny,
26) skakała i nóżkę złamała,
28) cienki, mocno skręcony sznurek,
29) wombat lub kangur,
30) główna na loterii,
31) „… Cosel”, polski serial,
34) ręczne narzędzie górnika.

ROZWIĄZANIE NR 60

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Zadbaj o swoje potrzeby i odpoczynek. Horoskop dzienny mówi, że spokój wewnętrzny pomoże Ci lepiej radzić sobie z wyzwaniami.
Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność i oryginalność przyniosą korzyści. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie bać się wyróżniać i podążać własną drogą.
Baran (21.03 - 19.04)
Skup się na obowiązkach, a efekty szybko się pojawią. Horoskop dzienny na środę wróży, że konsekwencja będzie Ci sprzymierzeńcem.
Byk (20.04 - 20.05)
Dzień sprzyja planowaniu przyszłości i nauce. Horoskop dzienny zapowiada, że nowe inspiracje mogą zmienić Twoje spojrzenie.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązania. Horoskop na dziś radzi zaufać sobie, ale nie działać impulsywnie. Dobrze na tym wyjdziesz.
Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia jest w zasięgu ręki, jeśli unikniesz konfliktów. Horoskop dzienny na środę sugeruje postawić na dyplomację i spokojne rozmowy.
Lew (23.07 - 22.08)
Porządkowanie spraw przyniesie ulgę i satysfakcję. Horoskop dzienny zapowiada, że drobne szczegóły będą dziś miały duże znaczenie.
Panna (23.08 - 22.09)
Masz szansę zabłysnąć w pracy lub wśród znajomych. Horoskop na dziś sugeruje wykorzystać okazję, ale nie ignorować opinii innych.
Waga (23.09 - 22.10)
Emocje mogą być silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny na środę radzi dać sobie czas na odpoczynek i zadbać o wewnętrzną równowagę.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Dzień sprzyja rozmowom i nowym pomysłom. Horoskop dzienny podpowiada, by uważać jednak na rozproszenie i niedokończone sprawy.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Skup się na relacjach i drobnych przyjemnościach. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś bliski może potrzebować Twojego wsparcia.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Dziś energia sprzyja działaniu, ale unikaj pośpiechu. Horoskop dzienny na środę mówi, że spokojne decyzje przyniosą lepsze efekty.

GAZETA LUBUSKA
www.gazetalubuska.pl
Redaktor naczelna **Maja Majewska**, Z-ca redaktor naczelnej **Mateusz Różański**, Prezes Makroregionu **Robert Glinkowski**, Dyrektor marketingu oddziału **Aleksandra Sobolewska**
Redakcja al. Niepodległości 25, 65-042 Zielona Góra **skr. pocztowa 120, tel. 68 32 48 600, 68 32 48 805 fax 68 32 48 872, redakcja@gazetalubuska.pl**
Druk Polska Press Oddział Poligrafia 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229
POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

eprasa.pl f8a1e0f7c9

Prezes Adam Goliński: - Czuję się odpowiedzialny za Falubaz

ŻUŻEL. **Prezes Falubazu Zielona Góra, Adam Goliński, przerwał milczenie. Udzielił wywiadu serwisowi WP Sportowe Fakty. - Czuję się odpowiedzialny za Falubaz i decyzje, które podejmuję. I tę odpowiedzialność będę dalej brał na siebie - powiedział zarządca klubu, sugerując, że wciąż zamierza kierować Falubazem.**

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Adam Goliński, prezes Falubazu Zielona Góra, twierdzi, że jest w stanie usiąść do spokojnych rozmów z kibicami

Od kilku dni najbardziej zagorzali kibice z grupy Fanatycy Naszego Falubazu nakłaniają do bojkotu najbliższego meczu zielonogórskich żużlowców i domagają się dymisji prezesa klubu Adama Golińskiego. Swoje niezadowolenia artykułują - w wielu przypadkach przesadnie mocno - za pośrednictwem mediów społecznościowych i transparentów, które wywiesili w kilku miejscach Zielonej Góry.

Kibice zarzucają Adamowi Golińskiemu m.in. zbyt wysokie ceny biletów na pierwszy domowy mecz z GKM-em Grudziądz (spotkanie miało odbyć się 19 kwietnia, ale zostało przełożone na jutro) oraz brak porozumienia z klubem. Padły zarzuty dotyczące m.in. demontażu zamontowanych słupków przy trybunie K zielonogórskiego stadionu, które miały pomóc kibicom w oprawach oraz zakazu wniesienia tzw. sektorówki przed spotkaniem z GKM-em.

„Z szacunkiem odnoszę się do grup kibicowskich"

Zielonogórski klub nie odniósł się do sprawy, prezes też nie rozmawia z lokalnymi mediami. Wyjątek zrobił dla serwisu WP Sportowe Fakty, na którego łamach odniósł się do stawianych przez kibiców zarzutów.

- Kibice zwrócili się do mnie z prośbą dotyczącą organizacji oprawy meczowej. To dla mnie jasny sygnał, jak ważna jest dla nich atmosfera na stadionie. Problem polegał na tym, że część rozwiązań, o które chodziło, wymaga akceptacji służb bezpieczeństwa. W tej sytuacji nie mogłem podjąć decyzji samodzielnie, ponieważ odpowiadam za bezpieczeństwo całego stadionu i konsekwencje prawne wobec klubu. Przed meczem przedstawiciele grupy kibicowskiej zwrócili się do mnie, bym wyraził pisemną zgodę na wniesienie tzw. sektorówki. Obowiązujące przepisy regulujące organizację imprezy masowej zakazują wnoszenia i używania przedmiotów wykorzystywanych w celu uniemożliwienia lub istotnego utrudnienia rozpoznania osób. Już wcześniej miałem informacje, że wszystko to było związane z planowanym odpaleniem pirotechniki, więc nie mogłem się zgodzić. Zwłaszcza, że wszyscy dobrze pamiętamy wydarzenia z ubiegłorocznego meczu domowego ze Stalą Gorzów. Gdybym się zgodził, i ja, i klub mielibyśmy duże problemy. Z szacunkiem odnoszę się do grup kibicowskich i ich zaangażowania, natomiast wszelkie formy presji czy prób wymuszania decyzji nie mogą mieć wpływu na sposób zarządzania bezpieczeństwem.

„Nie mogę pozwolić, by ktoś zrobił ze mnie przestępcę"

Przypomnijmy, że w poprzednim sezonie po meczu Falubazu ze Stalą Gorzów zielonogórski klub zapłacił prawie 300 tys. zł kary za naganne zachowanie kibiców. PGE Ekstraliga bardzo poważnie groziła nawet zamknięciem stadionu. - Już rok temu policja i władze PGE Ekstraligi zarzucały mi nielegalną współpracę z kibicami, choć nic takiego nie miało miejsca. Gdybym przystał na warunki kibiców, to byłoby jasne, że zarzuty były właściwe. Gra się toczy o przyszłość klubu - powiedział Adam Goliński. - Oprawy są częścią piłki nożnej i żużla, tworzą niepowtarzalną atmosferę i emocje oraz tożsamość wydarzeń, które są siłą tego sportu. Nie mogę jednak pozwolić na to, by ktoś dla oprawy meczu zrobił ze mnie przestępcę. Okres zawieszenia wciąż trwa i kolejny incydent będzie miał realne i gigantyczne konsekwencje finansowe dla klubu. Nie mogę do tego dopuścić.

Policja zagroziła zakazem organizacji imprez

Na temat demontażu zamontowanych wcześniej słupków przy trybunie K, prezes Falubazu tak mówił w rozmowie z dziennikarzem WP Sportowe Fakty: - To policja oświadczyła, że jeżeli na trybunie wciąż będą stały słupki, które pozwolą na zakrycie banerami niemal całej trybuny na całej jej szerokości, to oni nie wydadzą zgody na organizowanie imprezy masowej. Nie miałem wyjścia i musiałem zlecić usunięcie słupków. Zaproponowałem jednak kibicom, by przygotowali projekt, który przedstawimy policji. Do dzisiaj czekam na ten projekt.

„Z mojej strony drzwi do dialogu są otwarte"

Adam Goliński widzi możliwość porozumienia się z kibicami. - Ale tylko wtedy, gdy wszystkie strony uwzględnią zarówno emocje kibiców, jak i obowiązujące przepisy. Nie widzę tego jako konflikt, tylko jako trudny temat organizacyjny, który wymaga spokojnej rozmowy i współpracy. Próbowałem rozmowy. Ona była krótka i bardzo emocjonalna, co tylko pokazuje, jak duże znaczenie ma ten temat dla wszystkich stron. Z mojej strony drzwi do dialogu są otwarte. Wierzę, że w spokojniejszych warunkach uda się wrócić do rozmowy i znaleźć rozwiązanie, które będzie akceptowalne - oświadczył prezes Falubazu.

„Odpowiedzialność będę dalej brał na siebie"

Jednym z kroków do złagodzenia konfliktu jest m.in. obniżka cen biletów na czwartkowy (23 kwietnia, godz. 19.30) mecz z GKM-em Grudziądz. A czy zarządca klubu rozważa swoją dymisję, której domagają się niektórzy kibice? - Moim obowiązkiem jest dziś przede wszystkim stabilność klubu - sportowa, organizacyjna i finansowa. Skupiam się na tym, żeby Falubaz funkcjonował bezpiecznie i rozwijał się w sposób odpowiedzialny. Czuję się odpowiedzialny za Falubaz i decyzje, które podejmuję. I tę odpowiedzialność będę dalej brał na siebie - tak zakończył Adam Goliński rozmowę ze Sportowymi Faktami.©℗

Mamy nowy konflikt – tym razem PKOl kontra ABW. Wersje się nie zgadzają

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SPORT. **Kontrowersje i zamieszanie wokół umowy sponsorskiej PKOl z firmą Zondacrypto zdają się nie mieć końca. Jedni zarzucają drugim kłamstwa, manipulacje i pomówienia. Dobrej woli brak.**

Rzecznik prasowy ministra koordynatora służb specjalnych, Jacek Dobrzyński, zarzucił kłamstwo prezesowi Polskiego Komitetu Olimpijskiego Radosławowi Piesiewiczowi. Szef PKOl skrytykował Agencję Bezpieczeństwa Wewnętrznego za to, że nie ostrzegła go o ryzykach umowy sponsorskiej PKOl z Zondacrypto.

„Prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego Radosław Piesiewicz kłamie i manipuluje" - rozpoczął swój wpis na platformie X Dobrzyński w odpowiedzi na deklaracje szefa PKOl z poniedziałkowego popołudnia.

Podczas briefingu prasowego w Centrum Olimpijskim w Warszawie Piesiewicz przekonywał, że gdy podpisywana była umowa z Zondacrypto, PKOl nie wiedział nic o potencjalnych powiązaniach przestępczych tej firmy. Tłumaczył, że przed zawarciem kontraktu wysłane zostało pismo do ABW, w którym PKOl poinformował, iż zamierza „rozszerzyć portfolio sponsorskie, również z podmiotami zagranicznymi, (...) także oferującymi produkty i usługi niestandardowe".

- Poprosiliśmy o udzielenie informacji lub przeprowadzenie szkolenia z zakresu ewentualnych ryzyk związanych ze współpracą z tego typu podmiotami. Pismo było dostarczone 17 października, do dziś nie otrzymaliśmy żadnej odpowiedzi - twierdził Piesiewicz.

Dobrzyński zaznaczył z kolei, że w piśmie nie było zapytania konkretnie o firmę Zondacrypto ani o żadną inną związaną z kryptowalutą. Potwierdził to też sam minister Tomasz Siemoniak, który stwierdził również na platformie X: „Manipulacje prezesa PKOl. Nigdy nie zapytał ABW o firmę Zondacrypto".

„Co ciekawe, Piesiewicz na konferencji prasowej sam stwierdził, że już pięć dni później (najwyraźniej nie czekając na odpowiedź ABW) - 22 października 2025 roku - ogłoszono współpracę z firmą Zondacrypto" - zauważył rzecznik.

Niedługo później Siemoniakowi i Dobrzyńskiemu odpisał Piesiewicz.

„Dziękuję za potwierdzenie, że prosiliśmy Państwa o informację i szkolenie. Teraz proszę pokazać opinii publicznej, co ABW zrobiło, by przekazać narodowemu komitetowi informacje, które już ponoć wówczas Państwo posiadaliście. Albo nawet tuż po ogłoszeniu współpracy z Zondacrypto. Będę wdzięczny za upublicznienie także korespondencji ze strony służb, skoro zarzuca mi Pan kłamstwo. Proszę pokazać, jak sprawnie działają organy państwa" - napisał Piesiewicz do Dobrzyńskiego.

Giełda kryptowalut jest od października ubiegłego roku sponsorem generalnym PKOl.

W ostatnich dniach kontrakty sponsorskie z Zondacrypto rozwiązały piłkarski Raków Częstochowa i koszykarskie Dziki Warszawa, a podobne kroki zapowiedział również GKS Katowice.©℗

eprasa.pl f8a1e0f7c9

SPORT

www.sportowy24.pl

TENIS STOŁOWY

Samuel Michna z ZKS Palmiarnia Zielona Góra triumfował w prestiżowym turnieju WTT Youth Contender. Zawody dla młodych, utalentowanych pingpongistów odbył się we francuskim Metz. Zielonogórzanin zwyciężył w grze pojedynczej w kategorii U-19. W finale stoczył zacięty pojedynek z reprezentantem Francji Nathanem Lamem. Podopieczny trenera Lucjana Błaszczyka wygrał 3:2 (12:10, 11:5, 7:11, 2:11, 11:9).

FOT. FB/ZKS PALMIARNIA

PIŁKA NOŻNA

Dziś (godz. 17.00) w 1/4 finału lubuskiego Pucharu Polski zmierzą się: Lubuszanin Drezdenko – Lechia Zielona Góra, Promień Żary – Warta Gorzów, Polonia Słubice – Carina Gubin i Celuloza Kostrzyn – Odra Bytom Odrz.

KRÓTKO

KOSZYKÓWKA

Młode gorzowianki powalczą o krajowy prymat w U-15
Koszykarki Enei AZS AJP Gorzów Wlkp. zajęły w Poznaniu drugie miejsce w półfinałowym turnieju mistrzostw Polski U-15 i awansowały do finałowych zawodów. Rywalizację w stolicy Wielkopolski gorzowianki rozpoczęły od porażki z miejscowym AZS 53:67, drugiego dnia pokonały Kusego Szczecin 72:42, a w ostatnim meczu zwyciężyły MUKS Poznań 45:40. Zawody wygrał MUKS.

ZAPASY

Kostrzynianin Julian Iwaszko ze złotym medalem OOM
Julian Iwaszko zdobył złoty medal Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży, będącej jednocześnie mistrzostwami Polski kadetów w stylu klasycznym. W rozegranych w Spale zawodach reprezentant UKS Jedynka Kostrzyn nad Odrą stoczył pięć zwycięskich pojedynków. W finałowej walce w kategorii do 71 kg wygrał z Wiktorem Kłosem (ZKS Granica Gdańsk) 2:1. Piąty w wadze do 51 kg był inny kostrzynianin Bartosz Stanek.

FUTBOL AMERYKAŃSKI

Cenna wyjazdowa wygrana Watahy i awans w tabeli
Klub Futbolu Amerykańskiego Wataha Zielona Góra wygrał na wyjeździe z Dukes Ząbki 19:15 w meczu 3. kolejki Polskiej Futbol Ligi. Dzięki temu zwycięstwu zielonogórzanie awansowali na wysokie, 4. miejsce w tabeli.
(rg)

„Chcemy mieć wychowanków, którzy w przyszłości poprowadzą nasz klub”

Maciej Noskowicz
mnoskowicz@gazetalubuska.pl

KOSZYKÓWKA. **Czy zielonogórska koszykówka doczeka się armii własnych wychowanków? Prezes SKM Zastal, Damian Worchacz, w rozmowie z „Gazetą Lubuską" wyjaśnia, dlaczego II liga była tylko poligonem doświadczalnym dla młodzieży i w jaki sposób bliska współpraca z Uniwersytetem Zielonogórskim ma zmienić oblicze zielonogórskiego basketu.**

FOT. FACEBOOK/SKM ZASTAL ZIELONA GÓRA

Zespół U-17 SKM Zastalu Zielona Góra awansował właśnie do finału mistrzostw Polski

Rozgrywki II ligi zakończyliście na 13. miejscu w tabeli (9 zwycięstw, 21 porażek). Chcieliście czegoś więcej?
Potraktowaliśmy tę ligę szkoleniowo. Byliśmy jedną z najmłodszych drużyn w rozgrywkach - trzon stanowili chłopcy w wieku 16-18 lat. Głównym celem było utrzymanie. Udało się. To duża wartość dla rozwoju tych młodych zawodników.

Czy ta liga nie okazała się silniejsza, bardziej fizyczna niż zakładaliście?
Była mocniejsza, bo drużyny aspirujące o awans, jak Turów Zgorzelec, bardzo się wzmocniły. Dla naszych młodych ludzi zderzenie z doświadczonymi zawodnikami, często dwa razy starszymi, to ogromna przeprawa. Ale to buduje. Widzimy to po postępach w rozgrywkach U-19 i U-17. To zaprocentuje w przyszłości.

W składzie była mieszanka młodości z doświadczonymi graczami Nikodemem Klockiem i Kamilem Olejnikiem. Spełnili oni swoje zadanie?
Zdecydowanie tak! Byli mentorami w szatni, trzymali drużynę. Wykonali robotę, którą trener Piotr Bakun na nich wymusił. Chciałbym przy okazji podziękować trenerowi za trzy lata świetnej pracy.

Zapytam wprost: zostanie w klubie?
Nie zostanie. Jesteśmy po rozmowach, umowa wygasa z końcem sezonu. Podjęliśmy decyzję o jej nieprzedłużaniu. Trener wykonał bardzo wartościową pracę, ale mamy inny pomysł na dalszy rozwój klubu. Nasi szkoleniowcy aspirują do prowadzenia zespołu. Nie chcę jeszcze mówić o personaliach, decyzje podejmiemy po zakończeniu sezonu.

A jak wyglądają projekty młodzieżowe?
Rozgrywki U-19 zakończyliśmy w półfinale mistrzostw Polski, jest lekki niedosyt, bo liczyliśmy na finał. Ale byliśmy najmłodszym zespołem w turnieju. Jeśli chodzi o U-17, jest to znakomity projekt, nasz zespół awansował właśnie do turnieju finałowego mistrzostw Polski. Chciałbym, żeby PZKosz stworzył taką ligę centralną także dla kategorii U-15.

Przejdźmy do współpracy z Uniwersytetem Zielonogórskim. Na czym ona polega i jakie mogą być jej owoce?
To kluczowa umowa. W czerwcu ruszamy z diagnostyką całego klubu: pomiary somatyczne i motoryczne. Co więcej, na uczelni powstała specjalizacja trenera z licencją PZKosz. Chcemy pokazać, że Zielona Góra to fantastyczny ośrodek naukowy, gdzie można łączyć sport z edukacją. Mamy też projekt budowania własnych kadr - nasi zawodnicy odbywają staże u głównych trenerów, fizjoterapeutów czy w działach skautingowych.

Jak wygląda współpraca z „dużym" Zastalem?
Bardzo dobrze. Jesteśmy w ścisłym kontakcie z panią prezes Katarzyną Marciniak i trenerem Arkadiuszem Miłoszewskim. Pracujemy nad unifikacją szkolenia, by system był spójny od dziecka do seniora. Gwiazdy ekstraklasy bywają na naszych treningach, co jest dla młodych zawodników ogromną inspiracją.

Co z żeńskim pionem? Będzie drużyna w II lidze?
Ciągle się rozwijamy, mamy trzy drużyny młodzieżowe. Chcielibyśmy wystąpić w II lidze, ale musimy mieć odpowiedni potencjał ludzki. Trwają rozmowy, trener Przemysław Łoński pracuje nad tym. Jeśli nie uda się w najbliższym sezonie, to być może za dwa. Planujemy rozbudować to tak, by drużyna mogła powstać przy naszej uczelni.©℗

Ścigali się po bruku „Piekła Przytoku” i wyróżnili legendę kolarstwa

Cezary Konarski
ckonarski@gazetalubuska.pl

KOLARSTWO. **Kolarze, którzy kochają trudne wyzwania po raz 17. ruszyli na trasę wyścigu „Piekło Przytoku". Emocji nie brakowało, a tuż przed startem doszło do miłej uroczystości.**

Szosowy wyścig „Piekło Przytoku” organizowany jest od 2008 roku. Wzorowany jest na rozgrywanym od 1896 roku wyścigu Paryż-Roubaix, zwanym „L'Enfer du Nord” - „Piekło Północy”. Podobnie jak jej francuski pierwowzór, lubuska impreza słynie z trudnych, brukowanych odcinków, które stanowią próbę charakteru i wytrzymałości dla każdego kolarza.

Start i meta 17. „Piekła Przytoku” zlokalizowane były w sołectwie Jany. Kolarze rywalizowali na rundzie o długości 6,7 km. Kluczowym elementem trasy była uciążliwa jazda po nawierzchni brukowej - podjazd o długości 2,7 km. Mężczyźni pokonali dziesięć rund (około 63 km), natomiast kobiety oraz seniorzy w kategorii M60+ zmierzyli się z sześcioma rundami (36 km). Najszybciej trasę pokonał Jakub Trocki - 1.49,43, drugi był Michał Konradowski - 1.51,02, a trzeci Wojciech Zieliński - 1.51,47. W rywalizacji kobiet triumfowała Maria Krukowska - 1.14,36 przed Magdaleną Bruzgo - 1.16,44 i Małgorzatą Krawczyk - 1.16,45.

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Kolarze, rywalizujący w „Piekle Przytoku” tuż po starcie musieli się zmierzyć z uciążliwym, brukowym podjazdem

Tuż przed startem doszło do miłej uroczystości. Odsłonięto pamiątkowy kamień dla wybitnego, byłego zielonogórskiego kolarza Zbigniewa Sprucha. Tablica „Zasłużonego dla lubuskiego kolarstwa” stanęła przy brukowanej drodze, w miejscu, które staje się symboliczną aleją pamięci o tych, którzy tworzyli potęgę kolarstwa na Ziemi Lubuskiej. - W ubiegłym roku stanął pierwszy kamień [upamiętniający Jarosława Michałowskiego, siedmiokrotnego zwycięzcę „Piekła Przytoku” - red.], w tym roku odsłoniliśmy kolejny - powiedziała Joanna Nadborska, organizator „Piekła Przytoku”. - Dwa następne już stoją i czekają na swoich bohaterów. A dwa kolejne są już przygotowane, ale jeszcze nie zostały wkopane.©℗

eprasa.pl f8a1e0f7c9