

RES PUBLICA

R E G I O N U N Y S K I E G O

NYSA • PRUDNIK • KAMIENNIK • GŁUCHOŁAZY • PACZKÓW • OTMUCHÓW • KORFANTÓW • PAKOSŁAWICE

ŚWIAT

5 AMERICA FIRST
- CZYLI ŚWIAT WEDŁUG TRUMPA

KRAJ

7 PRZED NAMI SZEŚĆ MIESIĘCY PEŁNE WYZWAŃ.
POLSKA NA CZELE UNII EUROPEJSKIEJ

REGION

9 W BUDŻECIE NYSY NA ROK 2025 O WYDATKACH
NA OBRONĘ CYWILNĄ NIE MA MOWY...

Mieszkańcy Nysy składają pozew zbiorowy przeciwko Wodom Polskim

WALCZĄ O SWOJE



Powódź, która we wrześniu tego roku nawiedziła południe naszego regionu, okazała się znacznie bardziej niszczycielska niż te, które dotknęły nasz region w 1997 oraz 2010 roku. Wielu mieszkańców zalanych terenów straciło majątek życia. Z tego powodu postanowili oni wspólnie wystąpić na drogę prawną przeciwko Wodom Polskim oraz części władz samorządowych. Które z podjętych przez te organy decyzji pchnęły mieszkańców do takiego kroku? Jakie konsekwencje może to przynieść dla Nysy i okolic?

Na początku warto przyrzeć się wydarzeniom poprzedzającym powódź. Otóż kilka dni wcześniej było jasne, że nadejdą duże opady. Wobec tego — w opinii mieszkańców — woda ze zbiorników retencyjnych w Paczkowie, Otmuchowie i Nysie była zrzucana zbyt późno, a informacja o zagrożeniu nie przyszła na tyle wcześniej, by mieszkańcy zdążyli się przygotować. Wody Polskie odrzucają te oskarżenia, argumentując, że Nysa oraz okolice nie zostały zalane od strony Je-

ziora Nyskiego oraz rzeki Nysa Kłodzka, a przez system kanałów wykorzystywanych przez Białą Głuchołaską i lokalne ciek wodne. Miejscowości znajdujące się pod Nysą, w opinii urzędu, również nie zostały zalane w wyniku przerwania wału na Jeziorze Nyskim, ale lokalnych wałów przeciwpowodziowych oraz niewłaściwego zarządzania gospodarką wodną. Wody Polskie argumentują, że w miarę swoich możliwości informowały lokalne władze, w tym sztab kryzysowy, o potencjalnych zagrożeniach oraz o wytycznych. Podawa-

no też dane dotyczące zrzutów wody z Jeziora Nyskiego i uzasadnienia dlaczego nie skorzystano z możliwości pełnego gromadzenia wody w miejscowościach Topola, Kozielno, Otmuchów, Nysa (przyjęły 155 z 178 mln m³ wody). Kluczowe miały być kwestie techniczne i charakter działu wodnego Nysy. W opinii Wód Polskich zlewnia rzeki ma małą powierzchnię, a rzeki w jej rejonie mają charakter górski. Argumenty te nie zadowolili osób, które zostały zalane.

dokończenie na str. 3

CHODŹ, *pracuj elastycznie.* Z NAMI



Grażyna, pracuje w restauracji

**Dowiedz się więcej i aplikuj
w restauracji w Nysie,
ul. Raclawicka 12a.**

Zadzwoń

784 981 400

lub napisz

mcd.nysa@mborowy.pl



dokończenie ze str. 1



Powodzianie chcą walczyć o swoje

Powodzianie jak dotąd zebrały około 3 tys. podpisów, z czego 1200 z Nysy oraz sąsiednich miejscowości. Co więcej, część samorządowców, jak np. burmistrz Lewina Kłodzkiego, Artur Kotara, oraz Nysy Kordian Kolbiarz, również uważają, że to Wody Polskie są odpowiedzialne za zalania na terenach im podległym. Wśród głównych zarzutów w stosunku do Wód Polskich możemy wymienić:

– Zły stan techniczny zabezpieczeń przeciwpowodzio-

wych, w tym przede wszystkim wałów. Mieszkańcy mieli wcześniej informować lokalne władze o konieczności remontu, jednak apele pozostały bez odpowiedzi. Przykładem może być tutaj Bodzanów, którego mieszkańcy notorycznie są zalani przez lokalny strumień, który od lat nie jest czyszczony.

– Zbyt późne poinformowanie o zwiększonym zrzućcie wody ze zbiorników retencyjnych, przez które przepływa Nysa Kłodzka. W wyniku tego ewakuacja ludności wraz z jej dobytkiem była ograniczona, powstał chaos. Wiadomość

MIESZKAŃCY SĄ ZDETERMINOWANI DO WALKI Z WODAMI POLSKIMI. CHCĄ TEŻ, ABY ZABEZPIECZENIA PRZECIWPOWODZIOWE ZOSTAŁY JAK NAJSZYBCIEJ ODBUDOWANE.

o możliwości zalania dochodziły do nich znacznie wcześniej z Czech.

Było też wiele innych, pomniejszych zarzutów. Co ciekawe, pomoc w tej kwestii zadeklarowały władze Głucholaz, które zleciły podległym organom prawnym analizę, czy w przeszłości był już podobne zaniedbania. Znalaziono dwa wyroki, zgodnie z którymi Wody Polskie zobowią-

zane zostały do wypłaty odszkodowań. Jednocześnie wiceburmistrz Głucholaz, Roman Sambor, poinformował mieszkańców, że tego typu sprawy są czasochłonne i nie ma co liczyć na rychłą wypłatę odszkodowań. Według niego, większa ilość danych np. porównanie wysokości fali z wysokością wałów, przyspieszy sprawę.

Mieszkańcy są zdeterminowani do walki z Wodami Pol-

skimi. Chcą też, aby zabezpieczenia przeciwpowodziowe zostały jak najszybciej odbudowane. Wielu z nich obawia się, że wiosną znowu zostaną zalani i oczekują jasnej deklaracji dotyczącej odbudowy i nowych zabezpieczeń, bo stare się nie sprawdziły. Poszkodowani podkreślają, że nie są osamotnieni w tej walce.

ciąg dalszy na str. 4

www.respublica.com.pl

Odkryj nową przestrzeń do dialogu na tematy z naszego regionu.

Organizatorzy akcji wstępnie skonsultowali się już z trzema prawnikami, którzy będą ich reprezentować pro bono. Planowane są dalsze działania. Najprawdopodobniej kolejnym krokiem będzie złożenie na początku roku pozwu. Rozgoryczenie jest duże, bo wsparcie, jakie przyszło od rządu oraz pieniądze z prywatnych ubezpieczeń, są w wielu przypadkach niewystarczające do przeprowadzenia remontu, nie mówiąc o odbudowie.

Sprawa musi potrwać, ponieważ sąd musi dokładnie przeanalizować wszystkie kwestie techniczne oraz prawne związane z powodzią, a następnie stwierdzić czy jej skutki były winą błędów ze strony Wód

wodne były w odpowiednim stanie technicznym?

– Pytanie czy w wyniku ewakuacji szpitala w Nysie, pacjenci nie zostali narażeni na utratę zdrowia i życia?

Skala zniszczeń na terenie gminy Nysa jest ogromna. Zalani uległo:

- Dziesiątki domów, budynków wielorodzinnych, gospodarstw rolnych. Wielu ich właścicieli wciąż nie zakończyło remontów, gdyż ich na to nie stać.
- Instytucje publiczne, w tym urzędy i szkoły.
- Szpital powiatowy. Gdy był on zalewany, wewnątrz przebywało 80 pacjentów, których ewakuowano łodziami.

NA FACEBOOKOWEJ GRUPIE „REFERENDUM WS. ODWOŁANIA BURMISTRZA I RADNYCH NYSY!”, WEDŁUG DANYCH Z DNIA 13.12.24, ZEBRAŁO SIĘ PONAD 1,6 TYSIĄCA OSÓB ZAINTERESOWANYCH. SPRAWA TA STANOWI SWOISTY PRECEDENS W KRAJU. WARTO PRZY TYM WSPOMNIEĆ, ŻE TYLKO MIESZKAŃCY GMINY NYSY ROZWAŻAJĄ PODJĘCIE TAK DRASTYCZNYCH KROKÓW W STOSUNKU DO LOKALNYCH WŁADZ.

Polskich, czy czynników niezależnych od nich. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że jeżeli powodzianie wygra w pierwszej instancji, nastąpi odwołanie.

Postępowanie przeciwko władzom Nysy

W gminie Nysa część mieszkańców oprócz przyłączenia się do pozwu zbiorowego, zdecydowała się na złożenie doniesienia do prokuratury przeciwko władzom miejskim. Ponadto powstała inicjatywa obywatelska, mająca na celu przeprowadzenie referendum w sprawie odwołania burmistrza oraz rady miejskiej. Prokuratura w Opolu kilka wniosków, które do niej spłynęły, włączyła do jednego postępowania. Zawiadomienia te obejmują m.in.:

– Niewłaściwy przepływ informacji pomiędzy Wodami Polskimi a władzami miejskimi i sztabem kryzysowym,

– Wycofanie się przez władze miejskie z planów budowy tzw. kanał ulgi, który mógłby zapobiec lub ograniczyć zniszczenia,

– Działanie instytucji miejskich tuż przed powodzią, kiedy było wiadome, że zbliżają się znaczne opady deszczu,

– Pytanie czy wały przeciwpowodziowe oraz urządzenia

wnętrza wlało się aż 50 milionów litrów wody!

A także dziesiątki innych obiektów oraz dróg publicznych. Najprawdopodobniej w wyniku powodzi w Nysie śmierć poniósł 71-letni chirurg, który przez lata był ordynatorem w szpitalu w Nysie. Prawdopodobnie zaskoczyła go woda, gdy wracał z pracy z oddziału w Prudniku.

Mimo iż tylko kilku mieszkańców Nysy zdecydowało się na złożenie zawiadomienia do prokuratury, to spora część z nich obciąża odpowiedzialnością za powódź władze samorządowe. Winią je oni za nieskuteczne wywieranie nacisku na Wody Polskie oraz zbyt późno przeprowadzoną ewakuację, a także chaos informacyjny. Inni z kolei twierdzą wprost, że w pierwszej kolejności do walki z powodzią ruszyli mieszkańcy, a dopiero później instytucje. Sytuacja jest napięta do tego stopnia, że spora część mieszkańców optuje za przeprowadzeniem referendum mającym na celu odwołanie wyżej wymienionych organów. Na facebookowej grupie „REFERENDUM ws. odwołania burmistrza i radnych Nysy!”, według danych z dnia 13.12.24, zebrało się ponad 1,6 tysiąca osób zainteresowanych. Sprawa ta stanowi swoisty precedens w kraju. Warto przy tym wspomnieć, że tylko mieszkańcy gminy Nysa rozważają podjęcie tak drastycznych kroków w stosunku do lokal-

nych władz. Nawet w Głucholazach, które ucierpiały dużo bardziej, nie padła taka propozycja. Organizacja referen-

burmistrza oraz radę miejską w Nysie traktować jako precedens, zarówno w naszym regionie, jak i Polsce? Po pierw-

JEŻELI DO REFERENDUM NIE DOJDZIE LUB W JEGO WYNIKU NIE ZOSTANĄ ODWOŁANE WŁADZE NYSKIE, TO I TAK STANOWI WAŻNĄ INFORMACJĘ O NASTROJACH SPOŁECZNYCH. BYĆ MOŻE SKŁONI TO OSOBY DECYZYJNE DO GŁĘBSZEGO PRZYJRZENIA SIĘ PROBLEMOM MIESZKAŃCÓW.

dum nie będzie należała do łatwych, jednak determinacja jest spora.

A co na to sam burmistrz? Otóż uważa on, że jest to próba przejęcia władzy w mieście przy wykorzystaniu emocji popowodziowych. Argumentuje przy tym, że mimo powodzi, miasto, wciąż się rozwija. Dodał, że jeden z organizatorów referendum ma już w tej kwestii doświadczenia, sugerując, że osoba ta być może sama powinna zostać burmistrzem, a następnie odwołać się w drodze zorganizowanego przez siebie referendum.

Czy dojdzie do precedensu na skalę kraju?

Sytuacja pokazuje, że oprócz drogi sądowej, istnieją również inne metody potencjalnego ukarania organów samorządowych za zaniedbania związane z szeroko pojętymi sytuacjami kryzysowymi. Dlaczego więc należy potencjalne referendum odwołujące

szere, po 89 roku zdarzyło się odwołanie władz samorządowych w ten sposób, jednak wciąż jest rzadkie i muszą ku temu być poważne powody. Po drugie, w tym momencie mieszkańcy innych gmin raczej nie zdecydują się na podobny krok, jednak w przyszłości, w razie wystąpienia kataklizmu, mogą wziąć przykład z Nysy. Jest to również swoisty przykład społeczeństwa obywatelskiego, które próbuje w granicach prawa zmienić nieudolne w jego mniemaniu organy władzy, na takie, które spełnią jego oczekiwania. Pamiętajmy, że w przypadku wspomnianych przez nas wcześniej zawiadomień do prokuratury, jak również omawianego przez nas referendum, mimo że z punktu widzenia prawa są to całkowicie osobne zdarzenia, to mają one wspólny mianownik. Jest nim niezadowolony z działań, jakie podjęły w czasie powodzi władze samorządowe Nysy oraz Wody Polskie. Jeżeli natomiast do referendum nie dojdzie lub w jego wyniku nie zostaną odwołane władze nyskie, to i tak stanowi ważną informację o nastrojach społecznych. Być może skłoni to osoby decyzyjne do głębszego przyjrzenia się problemom mieszkańców. A jeżeli tego nie zrobią, wówczas potencjalni wyborcy oraz pozostali kandydaci na fotel burmistrza lub radnych miejskich mogą sobie o tym przypomnieć w czasie wyborów samorządowych. Czy tak się faktycznie stanie, trudno na ten moment odpowiedzieć w sposób jednoznaczny. Można jednak stwierdzić, że sporo mieszkańców zarówno popiera pomysł przeprowadzenia referendum w sprawie odwołania władz miejskich, jak i przyłączyło się do pozwu zbiorowego przeciwko Wodom Polskim. Nie ma w tym nic dziwnego, gdyż wielu z nich straciło dorobek całego życia. Z tego powodu chcą nie tylko uzyskać odszkodowanie za poniesione straty, ale, co równie ważne, ukarania winnych.



AMERICA FIRST

- CZYLI ŚWIAT WEDŁUG TRUMPA

Ławo już było. Ameryka wraca w czasy nieprzewidywalności. Po zaprzysiężeniu Donalda Trumpa na drugą kadencję świat będzie musiał zmierzyć się z takimi działaniami, które na chłodno trudno jest dziś przewidzieć. Donald Trump jest przedsiębiorcą, jego działania opierają się na intuicji i natychmiastowym podejmowaniu decyzji, nie ma w nich biurokratycznej opieszalności, czyli tego co znamy z Europy.

Poprzednia kadencja Trumpa już od początku wzbudzała silne emocje, zarówno w USA, jak i na arenie międzynarodowej. Po czterech latach rządów Trumpa, których efekty były widoczne na całym świecie, jego druga kadencja będzie kontynuacją polityki „America First” oraz prowadzenia bezkompromisowego kursu zarówno w polityce zagranicznej, jak i wewnętrznej. W tym kontekście zmiany w globalnym porządku, jakie mogą nastąpić, będą miały podstawowy wpływ na kształtowanie międzynarodowych relacji, ekonomię, a także politykę wewnętrzną w wielu krajach.

America First kontra reszta świata

Pod względem polityki zagranicznej Trump od samego początku wyraźnie oddzielił się od tradycyjnych sojuszy i instytucji międzynarodowych. Po zaprzysiężeniu na drugą kadencję, jego podejście może się nie zmienić, a wręcz jeszcze się zaostrzyć. Polityka „America First” stawiająca interesy Stanów Zjednoczonych na pierwszym miejscu będzie kontynuowana, co może doprowadzić do dalszego osłabienia tradycyjnych organizacji międzynarodowych, takich jak ONZ, NATO czy Światowa Organizacja Handlu (WTO). Trump już wcześniej wycofał USA z wielu międzynarodowych porozumień, takich jak porozumienie



klimatyczne z Paryża czy umowa z Iranem w sprawie nuklearnego programu tego kraju. II kadencja Trumpa może oznaczać wzrost międzynarodowych napięć z Chinami, Rosją, Unią Europejską, Iranem, Koreą Północną itd...

Można już dziś być pewnym, że Trump nie zrezygnuje z polityki protekcjonizmu. Wciąż będzie dążył do renegocjacji umów handlowych, zwłaszcza z Chinami i Unią Europejską. Wzrost cel i ograniczenia w handlu mogą wpłynąć na globalny łańcuch dostaw i powodować problemy w gospodarce wielu krajów, w tym Polski.

Bilans zysków i strat

Nie wszyscy będą zadowoleni z ponownego objęcia przez Trumpa prezydentury, ale niektóre grupy i państwa mogą odczuwać korzyści. W pierwszej kadencji Trump odniósł sukcesy w relacjach z Izraelem, gdzie jego decyzje, takie jak uznanie Jerozolimy za stolicę tego kraju, zyskały dużą popularność wśród pro-izraelskich środowisk w Stanach Zjednoczonych i na świecie. W drugiej kadencji, kontynuacja tych działań, jak i dalsze zbliżenie z krajami arabskimi, mogą przynieść jeszcze większe efekty, zarówno polityczne, jak i ekonomiczne.

Przedsiębiorcy i firmy w Stanach Zjednoczonych mogą również odczuwać korzyści z kontynuacji jego polityki gospodarczej. Obniżenie podatków oraz deregulacja, będąca charakterystycznym punktem jego rządów, może sprzyjać rozwojowi sektora prywatnego. Amerykański prze-

mysł, szczególnie motoryzacyjny i energetyczny oraz oczywiście wojskowy, może zyskać na utrzymaniu obecnych cel oraz bardziej zamkniętej polityce handlowej, która faworyzuje krajowych producentów.

Niektóre państwa, zwłaszcza te o silnym związku z USA, mogą również skorzystać z kontynuacji kadencji Trumpa. Na przykład, bliskie sojusze z państwami Europy Wschodniej (Trójmorze) czy krajami Azji Południowo-Wschodniej mogą zostać umocnione, gdyż Trump postawi na silniejsze, bilateralne umowy z poszczególnymi państwami, zamiast multilateralnych rozwiązań.

Z drugiej strony, kraje takie jak Chiny, Iran, czy te należące do Unii Europejskiej, najprawdopodobniej będą musiały zmierzyć się z zaostrzeniem polityki USA, zwłaszcza w kwestiach handlowych i geopolitycznych. Chiny, w odpowiedzi na politykę protekcjonizmu Trumpa, mogą podjąć działania odwetowe, co może doprowadzić do dalszego pogłębienia wojny handlowej i wzrostu napięć w regionie Azji. Należy trzymać kciuki, aby spór o Tajwan nie wkroczył w kolejną fazę...

W Stanach Zjednoczonych wzrost nierówności społecznych, relatywnie wysokie bezrobocie, szczególnie w stanach: „rust belt” (pas rdzy), czyli terenów w północno-wschodniej części USA, charakteryzujących się rozwiniętym przemysłem ciężkim... rosnący problem narkomanii, to tylko niektóre z problemów, które mogłyby się pogłębić w wyniku kontynuacji polityki Trumpa.

A co z Ukrainą?

Prezydent USA wielokrotnie zapowiadał, że zna prosty i szybki sposób na zakończenie konfliktu na Ukrainie. Niestety może się to okazać bardzo trudne w realizacji. Trump, może starać się zmniejszyć zaangażowanie USA w konflikt, preferując negocjacje i rozmowy z Władimirem Putinem. Na dziś najłatwiej wyobrazić sobie tzw. zamrożenie konfliktu. Taki stan mógłby obejmować wstrzymanie działań wojennych przy utrzymaniu obecnego podziału terytorialnego, z kontrolą Rosji nad Krymem i częściami Donbasu. Międzynarodowe wysiłki mogłyby skupiać się na utrzymaniu stabilności i pomocy humanitarnej, ale bez rozwiązania kluczowych kwestii spornych, takich jak pełna suwerenność całej Ukrainy, a o perspektywie wstąpienia Ukrainy do NATO lub Unii Europejskiej naprawdę trudno dziś wspominać.

Polska perspektywa

Polska ma specyficzną perspektywę na prezydenturę Trumpa. W pierwszej jego kadencji, Polska zyskała na polityce bilateralnej z USA. Relacje między Warszawą a Waszyngtonem zostały znacznie wzmocnione, a Polska stała się jednym z głównych sojuszników USA w Europie Środkowo-Wschodniej. Dążenie do rozwoju współpracy w zakresie obronności, a także obecność wojsk amerykańskich w Polsce, były ważnym elementem polityki bezpieczeństwa Polski. Trumpowi przypisuje się zasługi w zwiększeniu amerykańskiego zaangażowania wojskowego w regionie, co budziło

pozytywne reakcje w Polsce. Należy mieć jednak na uwadze, że w tym czasie w Polsce rządził PiS, który programowo jest silnie zorientowany na dobrą współpracę z republikańskim zapleczem Donalda Trumpa. Obecnie rządząca koalicja ma z nim bardziej skomplikowane relacje.

Politycy i publicyści z lewej strony sceny politycznej zauważają, że prezydentura Trumpa może mieć negatywne skutki, zwłaszcza w kontekście polityki globalnej i stosunków z Unią Europejską. Działania Trumpa w sprawie zmian klimatycznych, wycofywanie się z międzynarodowych umów i wzrost napięć handlowych mogą wpłynąć na polską gospodarkę, zwłaszcza w kontekście handlu międzynarodowego. Warto również zauważyć, że polska lewica często krytykowała Trumpa za jego prawicową retorykę i politykę wewnętrzną, szczególnie w kwestiach związanych ze stosunkiem do polityki gender i przywilejów dla osób LGBT.

Najbliższe 4 lata w polityce globalnej mogą cechować się nieprzewidywalnością. Wynikać to będzie z często zmieniającego się stanowiska oraz stylu rządzenia nowego - starego prezydenta USA, który bazuje na impulsywności i podejmowaniu szybkich decyzji. Jego polityka gospodarcza, krytyka imigracji i sprzeciw wobec globalizmu mają cechy konserwatywne, jego podejście do kwestii społecznych, polityki międzynarodowej, będzie bardziej pragmatyczne jak na przedsiębiorcę z krwi i kości przystało.

WROST POPULARNOŚCI PRAWICOWYCH PARTII NA ŚWIECIE

Społeczeństwa odczuwające niestabilną sytuację i zagrożenia międzynarodowe czy gospodarcze zwykle darzą większym zaufaniem ugrupowania prawicowe. Czy Europa skręca w prawo?

Chaos wywołany pandemią przeszedł płynnie w wojenną panikę. Kryzys mieszkaniowy i wzrost kosztów życia, a także docierające ze wszystkich stron świata informacje o kryzysach politycznych powodują niepokój. Winą za całą sytuację obarcza się rządzące partie, a że akurat od czasów II wojny światowej rządy sprawował liberalny paradygmat, coraz więcej wyborców w różnych krajach świata patrzy na jego przedstawicieli nieprzychylnym okiem.

Na Zachodzie zmiany

Od kilku lat coraz większym poparciem we Francji cieszy się Zjednoczenie Narodowe Marine Le Pen. Osiągnęło nawet wy-



nik na poziomie 40% w sondażach poprzedzających pierwszą turę przedterminowych wyborów parlamentarnych w czerwcu 2024 roku, ostatecznie zwyciężając ją, jednak w drugiej turze oddając palmę pierwszeństwa partii Emmanuela Macrona. W Niemczech swoje triumfy święci Alternatywa dla Niemiec (AFD), zdobywając ogromne poparcie planem zaostrzenia polityki migracyjnej oraz zmniejszeniem pomocy przesyłanej Ukrainie. Wybory do Bundestagu odbędą się w lutym br. W Austrii wybory parlamentarne zwyciężyła prawicowa partia FPÖ. We Włoszech Giorgia Meloni i jej Bracia Włosi rządzą już dwa lata. Premier Italii jest zadeklarowa-

ną przeciwniczką nielegalnej migracji, małżeństw homoseksualnych, podkreśla swoje przywiązanie do chrześcijaństwa i wartości rodziny, uważa, że natury nie można bronić w kontrze do ludzi. Do polskich konserwatystów apelowała o odwagę i odrzucenie strachu, a jej stosunek do Unii Europejskiej jest chłodny, podobnie jak Călina Georgescu, który, wg unieważnionych wyborów w Rumunii zdobył pierwsze miejsce, będąc nazywanym nacjonalistą. Tymczasem poczynania argentyńskiego prezydenta Javiera Milei stają się viralami nawet w Polsce. Nie wolno zapomnieć o Donaldzie Trumpie, który zmęczonej Ameryce zamierza przynieść ulgę

i przywrócić wielkość. W Polsce trzecią siłą polityczną stanowi Konfederacja. To oczywiście nie wszystko.

Za dużo gości

Poza ogólnym pogorszeniem warunków bytowych Europejczyków, jak łatwo się domyślić jedną z głównych ról w kształtowaniu się obecnych poglądów zachodnich społeczeństw ma tzw. polityka otwartych drzwi. Niekontrolowany napływ migrantów, niekoniecznie zarobkowych, doprowadził do zmiany struktur społecznych m.in. Francji, Niemiec, Norwegii czy Irlandii. Zdaniem socjologów i antropologów społeczeństwo, poprawnie funkcjonujące musi czuć swoją odręb-

ność od innych grup. Obecna polityka multikulturalizmu zaciera te różnice powodując w wielu środowiskach niepokój. Brak poczucia bezpieczeństwa na ulicach miast daje się ostatnio na tyle mocno we znaki, że złamał społeczne tabu i doszło do otwartej krytyki strategii, które do tego dopuściły. Już zupełnie głośno mówi się, że gospodarze niewiele zyskali, a na pewno dużo stracili na kulturowym ubogaceniu.

Podstawy

U podstaw omawianego trendu stoi rozczarowanie społeczeństw takimi zjawiskami jak globalizacja, migracja i emancypacja. Wbrew obietnicom niosą bardzo dużo negatywnych konotacji, takich jak niestabilność i naruszenie swobód obywatelskich. Wisząca nad Europejczykami wizja neutralności emisyjnej i Zielonego Ładu sprawia, że wielu wyborców wołałoby ochłodzenia relacji z Unią Europejską. Co ciekawe mało kto chce wyjścia z UE. Europa powinna być razem np. w kwestii obronności, ale poszczególne kraje muszą mieć większą wolność w stanowieniu o sobie. To i wiele innych czynników sprawia, że wyborcy poszukują zmian.

GJ

Rok 2025 nie będzie należał do stabilnych

Wszystko wskazuje, że rok 2025, podobnie jak jego poprzednik, zdecydowanie nie będzie należał do stabilnych. Co więcej, według sporej części analityków, przyniesie on wiele zmian, które mogą stanowić potężne wyzwanie w kwestii gospodarki światowej, jak również międzynarodowego bezpieczeństwa.

Nie każdy jednak zdaje sobie sprawę, z czego owe zmiany wynikają, oraz jaki może być ich potencjalny przebieg. Warto więc przyjrzeć się im nieco bliżej.

Negocjacje Trumpa z Putinem oraz kwestia Grenlandii

Jedną z pierwszych rzeczy, jakie zamierza zrobić przyszły prezydent USA, Donald Trump, jest skontaktowanie się z Władimirem Putinem, w celu rozpoczęcia negocjacji, mających

na celu zakończenie konfliktu w Ukrainie. Zmianie uległa jednak narracja prezydenta-elekt. Po pierwsze nie twierdzi on już, że będzie w stanie zakończyć wojnę w 24 godziny. Według niego proces ten nie powinien jednak przekroczyć 6 miesięcy. Po drugie, z jednej strony ubolewa on, że jako prezydent-elekt nie może już kontaktować się z Putinem. Nadal nie przedstawił on jednak żadnych szczegółów planu rozmów pokojowych. Jednocześnie wysunął żądanie, aby każdy kraj członkowski NATO poświęcał na swoje wydatki obronne 5% PKB. Obecnie żaden kraj nie spełnia tego warunku, jedynie Polska zbliża się do tego wyniku, poświęcając na naszą obronność 4,7 PKB, USA natomiast 3,7%. Przyszły prezydent wyraził również chęć odkupienia Grenlandii, na której znajdują się amerykańskie bazy wojskowe. W przypadku



odmowy zamierza on nałożyć cła na produkty importowane z Danii, do której Grenlandia należy jako terytorium zależne.

Kryzys energetyczny w Niemczech

Z kolei u naszych zachodnich sąsiadów doszło do sporych ograniczeń w dostawie energii elektrycznej. W dużej mierze przyczyniły się do tego niekorzystne warunki atmosferyczne. Jak do-

tać w większości kraju dominuje duże zachmurzenie oraz mgły. Wszystko to sprawia, że odnawialne źródła energii, na których w dużej mierze oparty jest niemiecki przemysł energetyczny, są po prostu nieefektywne. Spadek produkowanej energii elektrycznej jest jednocześnie na tyle duży oraz nagły, że władze zdecydowały się na ponowne uruchomienie wszystkich istniejących na terenie kraju elektrowni węglowych.

To z kolei może sprawić, że ceny węgla kamiennego mogą pójść w górę nie tylko na rynku krajowym, ale również europejskim. W ten sposób kryzys energetyczny w Niemczech stał się ważnym argumentem przeciwników ekologicznych źródeł energii, którzy uważają, że nie są one w stanie zapewnić bezpieczeństwa energetycznego.

AO

Ustawa cenzorska

O co chodzi?

13 grudnia w sejmie doszło do pierwszego czytania projektu ustawy o mowie nienawiści, szerzej znanej jako ustawa cenzorska. Projekt ten budzi sporo emocji po obu stronach areny politycznej.

Wiele osób nie wie, na czym mają polegać zmiany wynikające z jego potencjalnego wprowadzenia. To z kolei dodatkowo niejako podkręca napięcia z nim związane. Warto więc przyrzeć się nieco bliżej kwestii tego, o co tak naprawdę chodzi w omawianym projekcie zmian prawnych.

Oburzenie ze strony prawicy

Projekt ustawy cenzorskiej wywołał niemałe poruszenie prawicy. Według niej może on być sposobem na ograniczenie swobód obywatelskich oraz szeroko pojętej wolności wypowiedzi. Jednocześnie wskazuje ona na uprzywilejowanie pewnej części społeczeństwa, kosztem drugiej. Mówiąc wprost, według środowisk prawicowych ograniczy to możliwość krytykowania środowisk LGBT, co według nich w przyszłości może doprowadzić do kolejnych ograniczeń wolności wypowiedzi. Z tych powodów prawnicy z Instytutu Rzecz Kultury Prawnej Ordo Iuris skierowali oficjalne pismo do rządu, w którym wskazują między innymi na to, że w ich opinii projekt zawiera mnóstwo błędów prawnych, które mogą skutkować chociażby niewłaściwym działaniem organów ścigania. W tym momencie zapewne część z Państwa zastanawia się w jaki sposób? Otóż według prawników z Ordo Iuris w wyniku błędnie prowadzonych szkoleń ich funkcjonariusze mogą uważać, że jakakolwiek krytyka środowisk LGBT, czy też kwestii związanych z migrantami, będzie złamaniem prawa, a co za tym idzie, przyczyni się to do dalszego ograniczenia wolności wypowiedzi.

Radość lewicy

Zupełnie inaczej uważa lewica, dla której omawiany 13 grudnia zeszłego roku w Sejmie projekt stanowi swoisty kamień milowy dla osób o innej niż heteroseksualna orientacji płciowej, czy też działających na rzecz migrantów. Według nich na chwilę obecną osoby nawołujące do nienawiści na tle orientacji seksualnej, czy też w stosunku do migrantów, często unikają kary lub jest ona nieadekwatna do popełnionego przez nie czynu. Według wniesionego projektu kara za tego typu czyny może wynieść nawet trzy lata pozbawienia wolności. I, co ciekawe, za tym właśnie rozwiązaniem optuje część parlamentarzystów. Z kolei popierająca projekt Kampania Przeciw Homofobii twierdzi, że wprowadzenie zmian prawnych zawartych w projekcie jest jednym z zaleceń organizacji międzynarodowych w stosunku do Polski. Kampania uważa wręcz, że przepisy te powinny być rozszerzone również na grupy ludności. O projekcie pozytywnie wypowiada się również Stowarzyszenie Prokuratorów Lex Super Omnia. Według niego zmiany prawne pozwolą na zapewnienie ochrony większej grupie ludności, która do tej pory była narażona na ataki ze strony osób oraz instytucji ze względu na orientację seksualną czy też pochodzenie etniczne. Czy tak się jednak rzeczywiście stanie, na ten moment trudno jest odpowiedzieć. W tej kwestii wiele tak naprawdę zależy od tego, jak będzie wyglądał dalszy proces legislacyjny tego projektu.

AO

Przed nami sześć miesięcy pełnych wyzwań

POLSKA NA CZELE UNII EUROPEJSKIEJ



W 2025 roku Polska, na pół roku, obejmie prezydenturę w Radzie Unii Europejskiej, w ramach rotacyjnego systemu prezydencji państw członkowskich UE. Co sześć miesięcy jedno z państw przewodzi pracom Rady, organizując spotkania, ustalając priorytety i kierunki działań.

W trakcie swojej prezydencji Polska będzie miała możliwość kształtowania agendy i wpływania na decyzje podejmowane w Unii, szczególnie w kwestiach kluczowych, takich jak bezpieczeństwo, gospodarka, zmiany klimatyczne czy współpraca międzynarodowa.

Prezydencja w Unii i wybory prezydenckie w Polsce

Polska prezydencja w Radzie Unii Europejskiej przypada w ważnym okresie, gdy Europa stawia czoła licznym wyzwaniom, takim jak transfor-

macja cyfrowa, energetyczna, wzmocnienie odporności społeczno-gospodarczej oraz bezpieczeństwo granic. Zbiegła się także z nadchodzącymi wyborami prezydenckimi w Polsce. Dla Donalda Tuska rok 2025 będzie kluczowy, zarówno w kontekście spraw krajowych, jak i na poziomie europejskim. Jest raczej pewne, że prezydencja Polski zostanie wykorzystana, by użyć zwycięstwo w maju.

Bezpieczeństwo, Europo!

Każde państwo obejmujące prezydenturę wybiera hasło, które streszcza jego najważniejsze działania. Hasłem naszej prezydencji jest „Bezpieczeństwo, Europo!”. Dla porównania, Estonia w 2018 roku wybrała hasło „Zrównoważona Europa – cyfrowa przyszłość”, Austria w tym samym roku postawiła na „Europa, która chroni”, a Węgry w 2021 roku użyły hasła „Wzmacniając jedność Europy”.

Nasze wyzwania

Polscy politycy planują wspierać działania mające na celu wzmocnienie bezpieczeństwa Unii Europejskiej w obszarach zewnętrznych, wewnętrznych, informacyjnych, gospodarczych, energetycznych, żywnościowych i zdrowotnych. Wiemy, jakie będą cele naszych działań poza UE. Premier niemiecki, by kontynuować militarne, ekonomiczne i polityczne wsparcie dla Ukrainy. Konieczne będzie również pochylenie się nad jej

przygotowaniem do członkostwa w Unii, czyli nad procesem integracji. Kwestia powstrzymania ataku Rosji będzie nieustannie obecnym tematem rozmów i działań.

Czy faktycznie nasz kraj będzie odgrywać ważną rolę na arenie międzynarodowej?

Rada Unii Europejskiej jest istotną, ale nie najważniejszą instytucją UE. Jej znaczenie polityczne jest mniejsze, niż często sądzą Polacy. Polska, pełniąc prezydenturę w Radzie Unii Europejskiej w 2025 roku, zyska pewien wpływ na politykę Unii, choć warto pamiętać, że nie jest to wpływ absolutny. Głównym zadaniem Polski w tym okresie będzie moderowanie dyskusji, inicjowanie i promowanie kluczowych tematów oraz budowanie porozumień między państwami członkowskimi. Ważne jest jednak, by pamiętać, że inne instytucje UE, takie jak Komisja Europejska i Parlament Europejski, również odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu polityki unijnej. Unia podejmuje decyzje na zasadzie tzw.

konsensusu, czyli zgody większości lub wszystkich państw. Polska nie będzie miała więc pełnej kontroli nad tym procesem. Po kilku dniach naszej prezydencji jesteśmy na etapie ustalania priorytetów i planu działania. Warto przypomnieć, że prezydencja w UE nie służy realizacji celów własnych poszczególnych państw.

Oczekiwania

Bruksela ma wysokie oczekiwania wobec Polski, licząc na uspokojenie prac Rady Unii Europejskiej po trudnym okresie prezydencji Węgier oraz na rozpoczęcie rozwiązywania bieżących problemów. Obecna węgierska prezydencja spotyka się z krytyką i nie jest oceniana pozytywnie. Nastroje wśród krajów europejskich są pesymistyczne – osłabione rządy w Paryżu i Berlinie spierały się o kierunek rozwoju gospodarki UE, a upadek rządu Michela Barniera w Paryżu oraz nadchodzące wybory w Niemczech nie napawają optymizmem. W tle wciąż toczy się wojna na Ukrainie, która dodatkowo komplikuje sytuację.

GJ



fot. Freepik

OKNA PVC

GOŚWINOWICE



Krzysztof Grzelak
48-300 Goświnowice
ul. Nyska 8



77 435 62 79



@oknapvc@onet.pl

OOPTYK
SZCZEPANIK

Bożena Szczepanik

Pon. - Pt. 10:00 - 17:00
sob. - 10:00 - 13:00

OKULARY NA MIARĘ
TWOICH POTRZEB

Rodzinna firma
od 1955 roku



NASZYM KLIENTOM OFERUJEMY

- ekspresowe wykonanie okularów
- bezpłatne badanie wzroku*
- płatności gotówkowe i ratalne
- płatności odroczone na 30 dni
- największy w regionie wybór opraw okularowych
- naprawy okularów i serwis posprzedażowy
- okulary dla dzieci i dorosłych

Nysa ul. Wrocławska 6/2u tel: 77 557 70 44

* bezpłatne badanie wzroku przy zakupie okularów korekcyjnych

CO DALEJ Z REFERENDUM?

To pytanie stosunkowo często pada z ust mieszkańców gminy Nysa. Nie ma w tym nic dziwnego, gdyż wielu z nich, delikatnie mówiąc, nie jest zadowolonych z działań władz samorządowych w czasie wrześniowej powodzi.

Tym bardziej, że według nich powódź była jedynie przysłowiową kroplą, która przelała ich czarę goryczy w stosunku do władz samorządowych Nysy. Warto więc przyjrzeć się nieco bliżej kwestii tego, co dalej z referendum w sprawie odwołania burmistrza oraz rady miejskiej.



Jak się okazuje, pomimo pozornej ciszy, jaka panuje na ten temat w mediach, przygotowania do referendum idą pełną parą. Na ten moment, aby móc przystąpić do kolejnych kroków, konieczne jest zebranie podpisów od około 5 tysięcy mieszkańców gminy. Jego termin jest również uwarunkowany - po pierwsze kwestiami prawnymi związanymi ze stanem kłeski żywiołowej. Po drugie - na konkretną datę jego przeprowadzenia mogą mieć także wpływ zbliżające się wybory prezydenckie.

Komisja Referendalna już 15 stycznia czyli w pierwszym możliwym terminie, złożyła u Komisarza Wyborczego w Opolu powiadomienie o zamiarze zorganizowania referendum. Ten sam dokument trafił do burmistrza Kolbiarza. Jest to pierwszy krok, który pozwala na rozpoczęcie zbiórki podpisów pod wnioskiem o organizację referendum. Mieszkańcy będą mogli w nim wyrazić wolę odwołania Burmistrza Nysy, Kordiana Kolbiarza oraz Rady Miejskiej w Nysie. Kolejnym etapem jest złożenie wniosku o referendum wraz z podpisanymi mieszkańcami.

- Powiadomienie złożyliśmy w pierwszym możliwym terminie. Nie mogliśmy tego zrobić wcześniej z powodu ogłoszonego po powodzi stanu kłeski żywiołowej. Teraz ruszamy ze zbiórką podpisów i chcemy zrobić to jak najszybciej. Będziemy je zbierać m.in. na ulicach, pod kościołami oraz w centrach handlowych - mówi pełnomocnik Komitetu

Referendalnego w Nysie, Patryk Cichy.

- Referendum to odpowiedź na liczne głosy mieszkańców Nysy i okolicznych sołectw, zawiedzionych postawą władz Nysy podczas powodzi z września 2024 r. Ludzie zostali pozostawieni sami sobie, nie byli INFORMOWANI o zagrożeniu i nie wiedzieli, co mają robić. Kiedy burmistrz ogłosił ewakuację, nakazał ludziom uciekać „za rzekę”, nie wskazując miejsc ewakuacji - mówi Agnieszka Białochławkę, sołtys Kubic.

Podnoszony jest także temat koleśiostwa, złego zarządzania spółkami miasta, które rok rocznie notują straty, a kierują nimi osoby niekompetentne. Zarzuca się włodarzom nijakość, miałość i brak kręgosłupa moralnego. Patryk Cichy określa mieszkańców Nysy „maszynkami do płacenia podatków”, których pieniądze, bezpieczeństwo i zdanie nie mają znaczenia dla władz. Przekonuje, że osoba, która pełni ważne funkcje w mieście, musi mieć poczucie służby wobec jego mieszkańców i rozsądnie podchodzić do wydawania cudzych pieniędzy. Tego - zdaniem Patryka Cichego - brakuje obecnej władzy.

Tego samego dnia 15 stycznia w sali Niebo zorganizowano kolejne spotkanie w sprawie organizacji referendum. Zainteresowanych było bardzo wielu, a rozmowy trwały długo. Osoby chętne mogły się zaangażować w różne formy pomocy. Poza ogólnymi

miejscami, gdzie zbierane będą podpisy, jeśli ktoś wyrazi taką chęć, będzie możliwość zbierania ich np. wśród sąsiadów. Procedurę rozpoczęto już w czasie spotkania. Patryk Cichy, jeden z inicjatorów referendum, powiedział później, że udało się zgromadzić kilkaset podpisów, co jest dowodem na duże zainteresowanie mieszkańców miasta.

W planowanym referendum mieszkańcy będą mogli odpowiedzieć na dwa pytania:

1. Czy jesteś za odwołaniem burmistrza Kordiana Kolbiarza?
2. Czy jesteś za odwołaniem radnych Rady Miejskiej w Nysie?

Pod koniec spotkania Patryk Cichy zdradził, że nie tylko mieszkańcy Nysy nie są zadowoleni ze sposobu zarządzania ich miastem. Powiedział, że od członków Komisji Referendalnej odzywają się przedstawiciele innych miast, którzy chcieliby iść podobną drogą co Nysa i jest to np. Wrocław. Przypomniał też, że tak duże zainteresowanie organizacją referendum wśród mieszkańców Nysy jest dowodem na nieprawdziwość słów, które słyssał na początku od władzy miasta, a mianowicie że inicjatywa nie dojdzie do skutku, bo stoi za nią tylko kilka osób niezadowolonych z powodzi.

AO



W budżecie Nysy na rok 2025 wydatki na obronę cywilną nie zajmują ważnego miejsca. W sumie nie ma o nich mowy

Sprawa trzeciorzędna

Temat obrony cywilnej pojawił się znowu po wybuchu wojny na Ukrainie. Wcześniej, w czasie sielskiego pokoju, popadł niemal zupełnie w zapomnienie. Obrona cywilna to po prostu wszelkie sposoby i systemy ochrony ludności cywilnej, tzw. zwykłych obywateli, na wypadek wojny lub innych poważnych kryzysów. Ma na celu także maksymalne zabezpieczenie infrastruktury, budynków użyteczności publicznej i dóbr kultury. Ważnym jej elementem jest tworzenie systemu pomocy poszkodowanym w wyniku konfliktów i klęsk.

Co ciekawe, i może zaskakujące, z obroną cywilną dobrze, a przynajmniej lepiej, radziły sobie władze komunistycz-

ne. Większość szkół wybudowanych w okresie PRL-u powstało z myślą o tym, by w razie potrzeby stanowiły obiekty mogące służyć jako miejsce schronienia. Z pewnością wielu z nas pamięta podziemne szatnie w szkołach, które nawet nazywano „bunkrami”. Rzeczywiście miały stanowić schronienie dla cywilów. Sale gimnastyczne i prowadzące do nich wąskie korytarze zbudowano tak, by w razie potrzeby szybko przekształcić je w szpital i izbę przyjęć. Tajemniczych rozwiązań było wiele. Budowane wówczas osiedla wyposażano w schrony, których ślad to „grzybki” na trawnikach. Polska miała być przygotowana na III wojnę światową.

Obecnie władze, zarówno centralne jak i samorządowe, zdają się zapominać o tym, że granice na mapie Europy nie są usta-

lone na wieczność oraz że kataklizmy zdarzają się nawet w XXI wieku. O tym ostatnim przekonaliśmy się dotkliwie kilka miesięcy temu. Wydaje się, że brak zainteresowania obroną cywilną jest albo bezmyślny, albo ma na celu „nie wzbudzanie paniki”. Tymczasem lepiej byłoby się do-

brze przygotować do niebezpieczeństwa, niż udawać że nic nam nie zagraża.

O tym jak ważna dla samorządu naszej gminy jest kwestia obrony ludności cywilnej, przekonaliśmy się przy okazji uchwalenia budżetu rady miasta na rok 2025. Wówczas to

okazało się, że w rekordowym budżecie nie znalazło się ani złotówki na ten cel. 416 mln zł zostanie przeznaczony na infrastrukturę, budowę mieszkań, oświatę, kulturę czy gospodarkę komunalną i są to niewątpliwie bardzo istotne kwestie. Wydaje się jednak, że ważne jest także bezpieczeństwo mieszkańców, o którym zapomniano. Promocja miasta pochłonie około półtora miliona złotych. Trudno oczekiwać, że ktoś będzie chciał budować tutaj dom lub wiązać życie z Nysą, jeśli dobrze wiadomo, że nie jest to miasto bezpieczne. Być może na własną rękę powinniśmy szukać rozwiązania i inspiracji w Indonezji, gdzie budynki mieszkalne stawia się na palach.

GJ



CZTERECH JEŹDźCÓW PREKAMPANII

SZYMON HOŁOWNIA

Na drodze do wgniecenia Putina

Wiek: 48 lat

Obecnie: marszałek sejmu

Partia: „Niezależny” (z Polski 2050)



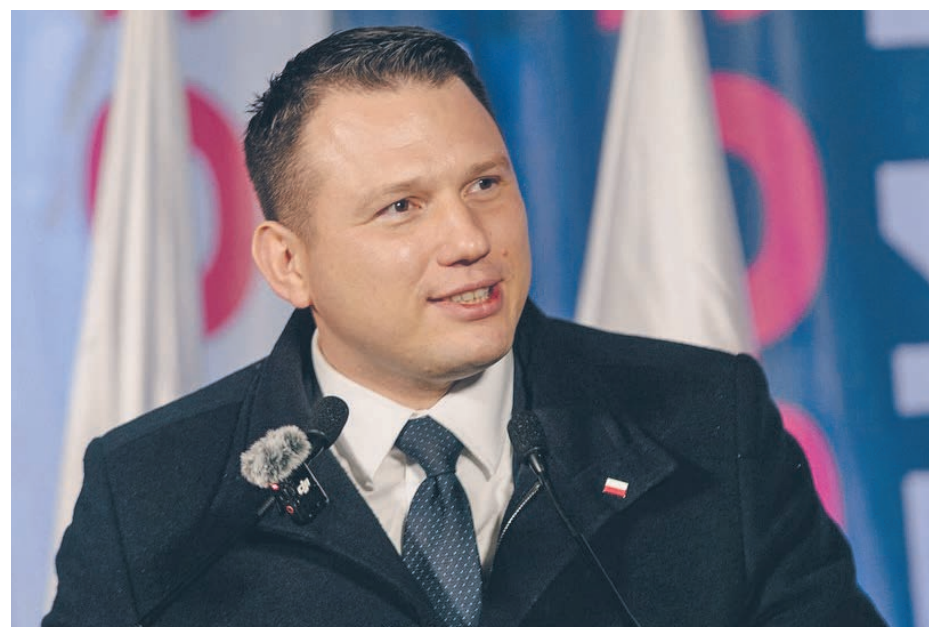
SŁAWOMIR MENTZEN

Ten, który orze i griluje

Wiek: 37 lat

Partia: Konfederacja

Obecnie: Poseł, przedsiębiorca



Od lat znany z mediów w pewnym momencie przeszedł do polityki i 5 lat temu założył patrię Polska 2050. Wszedł w Koalicję z PSL-em, KO i Nową Lewicą. Objął stanowisko Marszałka Sejmu i wydaje się, że bardzo dobrze czuje się w tej roli. Znany jest z wielu aktywności na różnych polach, przed laty kojarzony mocno z Kościołem katolickim, prowadził nawet rekolekcje. Obecnie znacznie rozwdnił swoje poglądy, co wielu uważa, że sprzedanie się.

Marszałek nie ma wykształcenia wyższego. Pięć lat studiował psychologię, jednak nie zdobył tytułu naukowego. Był redaktorem albo pisał dla Wprost, Rzeczpospolitej, Newsweeka, Tygodnika powszechnego i Gazety Wyborczej. Autor takich książek jak „Bóg. Życie i twórczość” czy „Pół na pół, Rozmowy nie dla dzieci”. Prowadzi dwie fundacje. W ostatnim roku znany z tego, że jego sposób prowadzenia sejmowych obrad spotkał się z ogromnym zainteresowaniem Polaków. Jego komentarze i riposty względem posów zjednały mu duże poparcie na fali „rozliczenia PiS-u”. Opowiadał się za większym wpływem obywateli na ustawodawstwo i z jego inicjatywy zainteresowani mogą wyrazić swoje zdanie na temat ustawy, która ma być procedowana.

Nie chce być kojarzony z konkretną opcją polityczną, nazywa się kandydatem bezpartyjnym i gorąco przekonuje, że jako prezydent RP nie będzie sterowany przez lidera żądanej partii. Wielu nie wierzy temu, twierdząc, że jego ostatecznym zwierzchnikiem jest Donald Tusk. Wielokrotnie powtarzał, że Polska jest podzielona pomiędzy dwa obozy i ten podział nie powinien mieć miejsca, dlatego siebie nazywa trzecią drogą. Uważa, że prezydent musi być niezależny i swoją mocą zmusić spierające się obozy do skupienia się wreszcie na sprawach Polski. Opowiada się za możliwością rejestracji związków partnerskich, w tym osób tej samej płci, sprzeciwia się natomiast małżeństwom osób tej samej płci. Szymon Hołownia nie popiera czasowego ograniczenia prawa do azylu, które ogłosił Donald Tusk w listopadzie. Stanowczo opowiedział się przeciwko temu pomysłowi, tłumacząc, że prawa człowieka są dla niego priorytetem. Jest zwolennikiem maksymalnej pomocy Ukrainie, tłumacząc, że kryzys jaki ma miejsce za naszą wschodnią granicą, musi nas obchodzić, zwłaszcza że wiemy, jak Rosja niszczyła nigdy naszą kulturę. Jego hasło „Putina wgnieciemy w ziemię” spotkało się z niepocholebnymi reakcjami. Chce „być blisko ludzi” i „słuchać ludzi”. Jego flagowym pomysłem było usunięcie barierek spod Sejmu. Zauważył, że obecna, niepewna sytuacja w państwie, może doprowadzić do kryzysu w związku z wyborami prezydenckimi, w wyniku którego prezydent-elekt nie zostanie uznany. Wówczas władze w Polsce sprawować będzie Marszałek Sejmu. Szymon Hołownia ma więc plan B.

Już prawie każdy z głównych kandydatów ma swoją telewizję, a niektórzy nawet dwie. Mentzen jednak skromnie skorzystał z gościnności TikToka i podobnych platform, aby za ich pośrednictwem łączyć się ze swym elektoratem. W czasie krótkich filmików często „orze” lub „griluje” poszczególnych polityków innych partii. Kandydat Konfederacji to człowiek, który prowadzi kilka biznesów — w tym kancelarię podatkową i browar — i zdradza, że nie pobiera poselskiej pensji. To niemal jak Donald Trump.

Wychował się w Toruniu i tam uzyskał stopień doktora nauk ekonomicznych pisząc pracę na temat długu publicznego. Od lat opowiada się za uproszczeniem podatków i uważa, że państwo za bardzo ingeruje w życie obywateli, zwłaszcza w ich portfele. Odcina się od politycznego duopolu, mówiąc: „PiS, PO — jedno zło”. Uważa, że jego partia jest jedyną alternatywą i nigdy nie zgodził się na koalicję z PiS-em. Zasiada w Radzie Liderów Konfederacji (partia nie ma jednego lidera).

Jako pierwszy ogłosił swój start w wyborach. Wielu wyborców Konfederacji wolałoby widzieć w tej roli wicemarszałka Krzysztofa Bosaka, który w ostatnim czasie jest politykiem cieszącym się sporym zaufaniem społecznym. Inni chętniej zagłosowałoby na wyrazistego Grzegorza Brauna, który zapisał się w pamięci opinii publicznej słynnym gaszeniem chanukowych świec, a obecnie ostro przemawia w Parlamencie Europejskim. Jak na razie Sławomir Mentzen dzielnie znosi ten brak entuzjazmu.

Jego poglądy są prawicowe. Sprzeciwia się odejściu od płatności gotówkowych, argumentując, że płatności elektroniczne mogą być i będą śledzone przez państwo, co zabierze obywatelom wolność. Nie jest za przyjęciem euro i odrzuca przyjmowanie migrantów do Polski. Uważa, że pomoc okazywana obywatelom Ukrainy w Polsce jest zbyt duża i nieadekwatna. Nie chce włączenia Polski do konfliktu z Rosją ani mobilizacji Polaków. Nie zgadza się na włączenie do definicji małżeństwa związku par tej samej płci oraz na adopcję dzieci przez pary homoseksualne. Jest eurosceptykiem i uważa, że Unia Europejska zbliża się niebezpiecznie do totalitaryzmu, jednak obecnie — w jego ocenie — PolExit nie wchodzi w grę. Opowiada się za dobrowolnymi składkami na ZUS. Postuluje wprowadzenie podatku liniowego na poziomie 12%. Uważa, że nie należy rozdawać pieniędzy obywatelom, którzy nie chcą pracować (chodzi o programy socjalne). W czasie pandemii gorąco wspierał przedsiębiorców i walczył z przymusem szczepień, krytykując PiS za nierozsądne obostrzenia. Wspierał rolników w ostatnich strajkach.

**Pod sformułowaniem, że spośród kandydatów na prezydenta RP nie wybralibyśmy nikogo, podpisałoby się wielu z nas. A startujących jest coraz więcej. Pełno nas, a jakoby nikogo nie było...
Przyjrzyjmy się dziś czterem pierwszym i głównym pretendantom do fotela prezydenta.**

KAROL NAWROCKI

Nowa twarz

Wiek: 41 lat

Obecnie: prezes Instytutu Pamięci Narodowej

Partia: "bezpartyjny" (popierany przez PiS)



Najmniej znana osoba w naszym zestawieniu. Wcześniej dyrektor Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku. Został wybrany przez PiS, wygrywając m.in. z Przemysławem Czarnkiem i Tobiaszem Bocheńskim w partyjnych przedbiegach. Niemniej mówi o sobie, że jest bezpartyjny.

Pochodzi z Gdańska i tam też uczył się i uzyskał stopień doktora nauk humanistycznych. Znany jest z tego, że w młodości z powodzeniem trenował boks w drużynie RKS Stoczniovec. Grał także w piłkę nożną. Zapalony historyk i piewca patriotyzmu. Działal w radach wielu muzeów i wystaw o tematyce m.in. żołnierzy wyklętych i komunizmu. Pisał dla portalu histmag.org, „Do Rzeczy”, „Magazyn Solidarności”. Opublikował też kilka książek. Był inicjatorem nazwania jednej z ulic w Gdańsku im. ks. Jerzego Popiełuszki a także powstania pomnika Inki (Danuty Siedzikówny).

Nie jest zwolennikiem przystąpienia Ukrainy do NATO i UE w tym momencie. Uważa, że ten kraj powinien przejść odpowiednie przygotowania i spełniać wszystkie warunki. Wyjaśnia dodatkowo: „Nie może być częścią międzynarodowych sojuszu państwo, które nie jest w stanie rozliczyć się z bardzo brutalnej zbrodni na 120 tys. swoich sąsiadów”. Jednocześnie oznajmił kilka dni temu, że IPN jest gotowy w każdej chwili przystąpić do ekshumacji, jeśli deklaracje strony ukraińskiej w sprawie Wołynia przestaną być mgliste i pozwolą na realne działania. Na pytanie o to, czy podpisałby ustawę przywracającą w Polsce trzy-przesłankową legalność aborcji (obecnie aborcja w Polsce jest legalna w dwóch przypadkach), odpowiedział: „Nie podpisałbym ustawy o powrocie do kompromisu aborcyjnego. Nie mógłbym pozwolić na to — jako przyszły prezydent — aby aborcji były poddawane dzieci z zespołem Downa.” Swoje poglądy motywuje wiarą katolicką oraz historią swojego przybranego syna. Jednocześnie jest przeciwny walce ideologicznej na ulicach polskich miast. Nie podpisałby także ustawy o związkach partnerskich, ale uważa za słuszne dyskusje na temat tzw. statusu osoby bliskiej. Tymczasem w kwestii smoleńskiej sądzi, że naiwnością byłoby przynajmniej niepodejrzewanie, że był to zamach.

Na potrzeby swojej kampanii wziął urlop od obowiązków w IPN-ie, gdzie obowiązuje go bezpartyjność. Czekamy na dalszą ekspozycję jego poglądów w trakcie trwania kampanii.

RAFAŁ TRZASKOWSKI

Kapitan Płonąca Planeta

Wiek: 52 lata

Obecnie: prezydent Warszawy

Partia: KO



Rafała Trzaskowskiego poznaliśmy już dogłębnie przy okazji ostatniej kampanii prezydenckiej, podczas której w drugiej turze minimalnie przegrał z Andrzejem Dudą. Pochodzi z Warszawy. Jeszcze przed wyborami w 1989 roku, będąc licealistą, pomagał jako tłumacz przedstawiciela amerykańskiego stanu Michigan, dzięki, któremu zyskał później stypendium w Stanach. Jest doktorem nauk humanistycznych. Pełnił wiele publicznych funkcji m. in. był posłem, ministrem administracji i cyfryzacji, sekretarzem stanu i pełnomocnikiem premiera do spraw Rady Europejskiej.

Partia zdecydowała się wystawić w wyborach jego, zamiast Radosława Sikorsiego, choć wielu złośliwie uzasadnia to jedynie lubianą przez Polski aparycją prezydenta Warszawy. Jak na razie cieszy się on największym poparciem wśród Polaków, choć na ogonie siedzi mu Karol Nawrocki. Jest postrzegany jako kandydat centrowicowy lub wprost lewicowy. Zdecydowanie sprzyja środowiskom LGBT w Warszawie i obejmuje Parady Równości swoim honorowym patronatem. Na jednym ze swoich przemówień powiedział: „Gdybym wygrał to nie byłoby kompromitacji na arenie międzynarodowej, nie byłoby inflacji, nie byłoby średniowiecznego prawa aborcyjnego”. W ostatnich miesiącach zasłynął usuwaniem krzyży z warszawskich urzędów oraz utworzeniem w stolicy stref czystego transportu.

Początkowo sprzeciwiał się budowie CPK, uważając je za megalomanię, jednak w ostatnim czasie zreformował swoje poglądy i stał się jej zwolennikiem. W 2016 Trzaskowski nawoływał do jak najszybszego wejścia do strefy euro, tłumacząc, że nie możemy pozwolić sobie na to, by być na marginesie Europy. Obecnie nie zajmuje się tym tematem. Jest wielkim zwolennikiem ekologii. Głosował za wejściem w życie pakietu Fit for 55 (część europejskiego Zielonego Ładu mająca na celu ograniczenie spalin o 55%), jednak w ostatnim czasie także złagodził swoje podejście do tego zagadnienia. Wciąż powtarzane są jego słowa „planeta płonie”, w których wyrażał z troską o losy Ziemi. Z jego inicjatywy nasza stolica stała się członkiem inicjatywy C40 czyli grupy miast zmierzających do maksymalnej redukcji gazów cieplarnianych. Popiero budowę elektrowni atomowej w Polsce.

Już za 5 miesięcy...

Szymon Hołownia ostatecznie ogłosił termin wyborów prezydenckich na 18 maja 2025 r. Poza wymienionymi wyżej osobami startują także: Magdalena Biejat, Adrian Zandberg, Marek Jakubiak, Piotr Szumlewicz, Marek Woch, Katarzyna Cichos, Grzegorz Braun. Łącznie jest 11 kandydatów z czego sześciu oficjalnie zarejestrowało komitety wyborcze.

CZY TO JESZCZE DEMOKRACJA?

W demokratycznym społeczeństwie opozycja pełni kluczową rolę w kontrolowaniu władzy, wprowadzaniu alternatywnych wizji politycznych oraz reprezentowaniu różnorodnych interesów obywateli. Jednak w Polsce, w obliczu narastającej polaryzacji politycznej, opozycja często staje się celem ataków, zarówno ze strony rządzących, jak i mediów związanych z władzą. Niemalże każdego dnia jesteśmy świadkami publicznych oskarżeń, fałszywych informacji oraz kampanii dezinformacyjnych wymierzonych w polityków opozycji.

W ostatnich miesiącach obserwujemy nie tylko nasilenie retoryki antyopozycyjnej, ale także konkretne działania, które mają na celu marginalizację i zastraszenie przedstawicieli opozycji, a docelowo nawet delegalizację największej opozycyjnej partii politycznej oraz mediów o odmiennym, od rządzących sposobie patrzenia na rzeczywistość.

Podobnie jak robiła to administracja europejska w odniesieniu do rządów Zjednoczonej Prawicy w Polsce, tak obecna koalicja w odniesieniu do największej partii politycznej (Prawa i Sprawiedliwość) stosuje próbę tzw. "zagłodzenia". Tak jak brukselscy urzędnicy pod byle pretekstem odmawiali wypłaty Polsce należnych unijnych środków, wpływając tym samym na nastroje społeczne w polskim społeczeństwie. Tak "koalicja 13 grudnia", niezależnie od ostatnich decyzji PKW, zupełnie bezprawnie odmawia największej partii politycznej w Polsce wypłaty należnej subwencji, tym samym ograniczając możliwości prowadzenia przez nią bieżącej działalności, w tym przede wszystkim finansowania kampanii wyborczej. Czy to mieści się jeszcze w granicach demokratycznego państwa prawa? Czy prawem dla funkcjonariuszy obecnej władzy są jeszcze obowiązujące ustawy, czy już wyłącznie wola polityczna Donalda Tuska, czasem ogłaszana zwykłym wpisem w mediach społecznościowych, czasem uchwałą sejmową. Dlaczego nie ustawą, jak wymaga tego Prawo?

Bo do przyjęcia ustawy niezbędny jest podpis prezydenta. Taka jest w Polsce ścieżka prawodawcza, przyjęta właśnie po-

to, aby ośrodki władzy mogły wzajemnie się ograniczać w swoich autokratycznych zapędach.

Jednym z najczęściej komentowanych przypadków jest sytuacja związana z niezależnością sądów i prokuratury. Wprowadzono bezprawne zmiany w Prokuraturze Krajowej (bez wymaganej prawem zgody prezydenta), które w praktyce ograniczają kontrolę sądową nad działaniami władzy wykonawczej, ale przede wszystkim czynią z prokuratury narzędzie w walce z opozycją, co w sprzężeniu z nielegalnie przejętymi mediami publicznymi tworzy narzędzie do niszczenia polityków opozycji. Najpierw politycznie postawiony zarzut, a następnie medialny festiwal nienawiści, czyniący z niewinnego w świetle prawa człowieka, de facto winnego wszelkich zarzucanych czynów. Przykłady nadużyć władzy, takie jak śledztwa prowadzone w sposób selektywny, czy też wykorzystywanie aparatu państwowego do zadań politycznych, są coraz liczniejsze. Konkretnych nie trzeba nawet podawać, bo każdy czytelnik sam potrafi znaleźć ich aż nadto.

Dodatkowo, media publiczne, które powinny pełnić funkcję informacyjną, często stają się narzędziem propagandy, promującym wyłącznie narrację rządzących. Opozycja, w takich warunkach, ma ograniczone możliwości dotarcia do obywateli i przedstawienia swoich argumentów, a w odniesieniu do mediów, które takie możliwości dają rozpoczyna się kampania różnorodnych ataków, które w opinii niektórych polityków "koalicji 13 grudnia", doprowadzić mają do odebrania tym mediom możliwości funkcjonowania. Mam tutaj na myśli głównie telewizję Republika, której dziennikarze bezprawnie nie są nawet wpuszczani na konferencje prasowe rządu, nie wspominając o możliwości zadawania niewygodnych pytań.

Nie można również zapominać o roli, jaką w tym procesie odgrywają media społecznościowe. Platformy te, chociaż dają możliwość dotarcia do szerszej publiczności, jednocześnie stają się polem bitwy dla trolli politycznych oraz dezinformacyjnych kampanii. Opozycjoniści muszą zmagać się nie tylko z klasycz-

nymi atakami, ale także z nowoczesnymi formami szykanowania, które mogą być równie skuteczne w niszczeniu reputacji. Na niektórych z nich funkcjonuje również prewencyjna cenzura, nazywana obecnie "kontrolą treści", której zapowiadane zniesienie na portalu takim jak Facebook, spotkało się z negatywnymi komentarzami przedstawicieli partii rządzących. Nawołują oni ostatnio również do ograniczenia działalności portalu X (do niedawna Twitter), który przejęty został przez Elona Muska, dzięki czemu zrezygnował z cenzury treści o zabarwieniu prawniczym.

W obliczu tych wyzwań, ważne jest, aby społeczeństwo nie traciło z oczu wartości demokratycznych, takich jak wolność słowa, pluralizm i poszanowanie dla różnorodności poglądów. Opozycja, mimo trudności, powinna kontynuować swoją działalność, próbując mobilizować obywateli do działania. Z kolei obywatele, jako aktywni uczestnicy życia publicznego, powinni wspierać niezależne media i inicjatywy, które promują zdrową debatę oraz prawdziwe informacje.

Szykanowanie opozycji politycznej nie jest tylko problemem samych polityków, ale wyzwaniem dla całego społeczeństwa. Demokracja wymaga nieustannej czujności i działania ze strony wszystkich jej uczestników. Warto, abyśmy wszyscy pamiętali, że to właśnie różnorodność poglądów i konstruktywna krytyka władzy są fundamentami zdrowego społeczeństwa obywatelskiego. Stare, ale jakże dziś aktualne, powiedzenie mówi, że możesz nie interesować się polityką, ale polityka prędzej czy później zainteresuje się tobą. Może ci się wydawać, że aparat władzy za nic mający prawo, albo stosujący je w taki sposób, w jaki sam je rozumie, to nie twój problem. Że to rozgrywka polityków. Ale każdy z nas prędzej czy później zetknie się z władzą. Jeden w sądzie, drugi w urzędzie skarbowym, kolejny w dowolnym urzędzie, czy na komisariacie policji. Każdy z nas chciałby mieć wtedy pewność, że przedstawiciel władzy ograniczony jest przepisami prawa takimi, jakie one są. A nie takimi, jak je tenże przedstawiciel rozumie.



KAMIL BORTNICZUK
poseł



TOMASZ KOSTUŚ,
poseł

POLSKA PREZYDENCJA W UNII: 7 X BEZPIECZEŃSTWO

1 stycznia Polska objęła przewodnictwo w Radzie Unii Europejskiej. O priorytetach polskiej prezydencji w zakresie obronności i bezpieczeństwa żywnościowego pisze poseł Tomasz Kostuś

Raz na 13 lat każde z 27 państw członkowskich Unii na 6 miesięcy obejmuje tzw. prezydencję, czyli staje na czele Rady Unii Europejskiej i koordynując działania Wspólnoty, nadaje im kierunek polityczny oraz dba o jej rozwój. To duże wyzwanie, ale także możliwość większego i realnego wpływu na decyzje podejmowane w Brukseli. 1 stycznia przed tą szansą stanęła Polska.

Nie ma co ukrywać. Druga w historii naszego członkostwa polska prezydencja przypada na szczególny okres – i na świecie, i w samej Unii. We wspólnocie jest to początek prac nowych komisarzy unijnych, na świecie coraz bardziej napięta sytuacja związana z konfliktami w Ukrainie i na Bliskim Wschodzie oraz zagrożeniem ze strony Rosji i działaniami hybrydowymi. Do tego dochodzi zaostrzająca się rywalizacja na linii USA-Chiny, nieprzewidywalność Białego Domu pod rządami Donalda Trumpa oraz kryzysy migracyjny i klimatyczny. To wielkie wyzwanie dla Polski, ale też tym większa przed nami szansa na wypracowanie pozycji silnego lidera europejskiego.

Znacie Państwo to powiedzenie, że kot ma siedem żyć? My tyle nie mamy, dlatego w tych turbulentnych czasach stawiamy na 7 razy bezpieczeństwo. I to ono będzie słowem kluczem polskiej prezydencji. Rozumiemy to bardzo szeroko – jako bezpieczeństwo militarne, żywnościowe energetyczne, ekonomiczne, zdrowotne, informacyjne i cywilne.

Rosja i Białoruś nie dają nam jednak tu wyboru – z tych siedmiu filarów priorytetowa dla nas jest obronność i to na nią będziemy kłaść nacisk szczególnie.

Mało które z państw europejskich tak dotkliwie jak Polska doświadczyło na przestrzeni dziejów rosyjskich prób dominacji i tak dobrze rozumie zagrożenie ze wschodu. Dlatego wielką wagę przywiązujemy do zacieśniania współpracy obronnej w ramach NATO, ale także do umacniania zdolności obronnych Unii Europejskiej. Cyberataki, z którymi już teraz się mierzymy, broń masowego rażenia czy niestabilność na granicach wymagają wspólnych inicjatyw oraz nowoczesnych strategii szybkiej mobilizacji sił zbrojnych. Potrzebujemy także pogłębienia europejskiej współpracy w zakresie wywiadu i wymiany informacji, co umożliwi szybszą reakcję na zagrożenia ze strony państw trzecich i organizacji terrorystycznych.

Ale jak mówi stara mądrość ludowa – umiesz liczyć, liczą na siebie. Dlatego jednym z naszych kluczowych celów jest

zwiększenie wydatków na obronność przez państwa członkowskie UE, tak by mogły utrzymać wysoką gotowość wojskową i same reagować odpowiednio na zagrożenia. Z blisko 5% PKB, które sami przeznaczamy na obronność, jesteśmy i będziemy tutaj wzorem dla innych. Jako kraj graniczący z obszarami niestabilnymi, takimi jak Ukraina i Białoruś, dostrzegamy także wagę wzmocnienia bezpieczeństwa militarnego na wschodnich rubieżach Unii. Budujemy Tarczę Wschód, ale ponieważ ma ona chronić nie tylko Polskę, a całą Wspólnotę, chcemy, żeby finansowały ją wszystkie państwa członkowskie. No i najważniejsze – nie zapominamy o polskich obywatelach, o naszej ludności cywilnej. Minimum 6 mld zł przeznaczymy w 2025 roku na budowę schronów, a do każdego polskiego domu trafi podpręcznik, jak zachować się w czasach kryzysu i zagrożenia – tak by Polacy w tych trudnych czasach czuli się pewnie.

Jestem przekonany, że dzięki priorytetom polskiej prezydencji stworzymy bezpieczniejszą i odporniejszą na kryzysy wspólnotę, a Polska nie tylko przejdzie suchą stopą przez wszystkie zagrożenia, ale jeszcze wyrośnie na prawdziwego lidera Europy. Czego sobie i Państwu życzę.

ROK 2025 BĘDZIE ROKIEM REKORDOWYM

270 milionów złotych - tyle wynosi budżet Powiatu Nyskiego na 2025 rok. To rekordowy budżet, w którym aż 42 miliony złotych stanowią wydatki majątkowe, czyli tak naprawdę inwestycje. Te największe to odbudowa Szpitala Powiatowego w nowym miejscu i budowa nowej strażnicy dla strażaków z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Nysie.

Przygotowanie projektu obudowy Szpitala Powiatowego przy ul. Otmuchowskiej w Nysie to główne zadanie, z którym przyjdzie nam się zmierzyć w ciągu najbliższych 12 miesięcy. Ale oprócz szpitala prowadzimy również bardzo zaawansowane prace, wspólnie z przedstawicielami Państwowej Straży Pożarnej, nad budową nowej remizy przy ul. Otmuchowskiej. Po ustaleniu wszystkich wytycznych i tego, jak ta strażnica ma wyglądać, przejdziemy do etapu ogłoszenia przetargu na przygotowanie już konkretnej dokumentacji projektowej dla budowy tej remizy. Bardzo ważna uwaga, w kontekście sytuacji powodziowej której doświadczyliśmy w połowie września zeszłego roku, chcemy aby w tej strażnicy powstało także Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego. W obiekcie znajdą się również miejsca schronienia, których przygotowanie wymuszają nowe przepisy wprowadzone początkiem roku w Polsce. Mowa o ustawie o ochronie ludności i obronie cywilnej.

Regulacja umożliwi powstanie systemu ochrony ludności, który w razie wojny będzie mógł się przekształcić w obronę

cywilną. O kluczowych zagadnieniach związanych z ustawą mówił, w trakcie swojej ostatniej wizyty w Nysie, minister Tomasz Siemoniak. Szef Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji podkreślał jak istotne jest dostosowanie przepisów do aktualnych potrzeb oraz wyzwań, z jakimi boryka się społeczeństwo.

Budowa strażnicy oraz szpitala w Nysie to zadania, które również mają bezpośrednie przełożenie na bezpieczeństwo mieszkańców. Podobnie jak inicjatywa utworzenia w Nysie jednostki Wojsk Obrony Terytorialnej. Obecnie prowadzimy bardzo zaawansowane rozmowy m.in. z dowództwem Wojsk Obrony Terytorialnej oraz z dowódcą 17. Opolskiej Brygady Obrony Terytorialnej pułkownikiem Arturem Bartkowskim. Żołnierze na stałe w Nysie mają pojawić się w pierwszej połowie roku. Termin uzależniony jest od kilku czynników, m.in. kiedy tereny pierwotnie wybrane przez dowództwo WOT będą mogły przejść na własność Skarbu Państwa, Ministerstwa Obrony Narodowej. Chodzi przede wszystkim o budynki przy ul. Poznańskiej. I tutaj jest już rola pana burmistrza i Gminy Nysa w sprawnym przeprowadzeniu tego procesu. Natomiast my ze swojej strony będziemy budować strzelnicę powiatową.

Powiatowa strzelnica będzie służyć żołnierzom WOT oraz wszystkim naszym służbom, a także będzie otwarta dla mieszkańców powiatu i dużego środowiska strzeleckiego, które w naszym regionie funkcjonuje. Obecnie mamy tylko jed-

ną strzelnicę w powiecie nyskim, która funkcjonuje na pełną skalę. Chcielibyśmy to zmienić i okazją ku temu jest stworzenie jednostki wojskowej. Prace są już zaawansowane, jesteśmy po spotkaniu m.in. z przedstawicielami wojska, tak aby oni wskazali potrzeby jakie mają w zakresie strzelnicy, osi strzeleckiej i tego, jak to powinno wyglądać. I będziemy przymierzać się do przygotowania dokumentacji projektowej, która następnie pozwoli na realizację tego zadania.

Strzelnica będzie zlokalizowana w miejscu, gdzie taki obiekt funkcjonował do 2018 roku. To jest pomiędzy miejscowościami Sękowice i Regulice. Jest tam obiekt strzelnicy, który wymaga wyczyszczenia, malej przebudowy i pozwoli to na prowadzenie specjalistycznych szkoleń, przede wszystkim dla Wojsk Obrony Terytorialnej. Mamy również informację, że zainteresowane korzystaniem z takiej strzelnicy są również wojska operacyjne. Myślę, że jest to bardzo dobry kierunek, przede wszystkim na zwiększenie odporności w zakresie bezpieczeństwa mieszkańców, ponieważ mieszkańcy też będą mogli z tej strzelnicy skorzystać i nauczyć się np. podstaw obsługi broni. W naszym powiecie mamy również wiele klubów strzeleckich sportowych, które w tej chwili nie mają gdzie strzelać, a my chcemy im to umożliwić.

Rok 2025 zapowiada się zatem przede wszystkim jako rok inwestowania w bezpieczeństwo.



MACIEJ KRZYSIK
członek zarządu powiatu w Nysie

Rozmowa z **Danielem Palimąką Starostą Nyskim** o podsumowaniu roku 2024 oraz o planach i wyzwaniach, jakie stoją przed Zarządem Powiatu w Nysie w roku 2025

• **Początek nowego roku to dobry moment na dokonanie pewnych podsumowań. Rok 2024, jaki był dla Powiatu Nyskiego, Zarządu Powiatu w Nysie i dla pana jako Starosty Nyskiego?**

Przede wszystkim niezwykle dynamiczny. Niezwykle dynamiczny dlatego, że mieliśmy wybory i w maju zmieniły się władze powiatu, zmienił się też Zarząd Powiatu oraz Starosta. Ja mam tę niewątpliwie wielką przyjemność i niewątpliwie wielką odpowiedzialność oraz dumę z tego, że mogę być Starostą właśnie Powiatu Nyskiego. Jest to powiat o wielkim potencjale, który nie zawsze był wykorzystywany. Jest to powiat o wielkich możliwościach, które nie zawsze były dostrzegane oraz powiat, który ma szansę, ale nie zawsze te szanse były zauważane i wykorzystywane. Dlatego też ten rok, 2024, to można powiedzieć zmiana warty, ale też wydarzenie, które dotknęło nas i przeobraziło wiele zagadnień i działań samorządu powiatu. Mówimy tutaj o powodzi, która miała miejsce we wrześniu. Czeka nas teraz rok 2025, który na pewno będzie przełomowy w pozycjonowaniu Powiatu Nyskiego. Ten rok będzie rokiem wielkich zmian, ale żeby te zmiany nastąpiły trzeba było w roku 2024 pewne elementy uporządkować. Mieliśmy dużo wyzwań jeśli chodzi o zarządzanie kryzysowe i bezpieczeństwo. Komórka, która tym się zajmuje musiała przejść przeobrażenie, ma też nowego kierownika. Jeśli chodzi też o funkcjonowanie samorządu powiatu musieliśmy trochę przemodelować schemat organizacyjny. To dlatego, że dotychczas w samorządzie powiatu nie było miejsca na budowanie społeczeństwa obywatelskiego oraz na to, aby więcej do powiedzenia miały organizacje pozarządowe. My to zmieniamy, ale żeby to zmienić musieliśmy dołożyć

taki element, który mówi o budowaniu społeczeństwa obywatelskiego. Będziemy też wprowadzać budżet partycypacyjny, czyli budżet gdzie mieszkańcy Powiatu Nyskiego będą sami decydować o kierunkach wydatkowania. Cały ten proces rozpoczniemy niebawem. Mówimy też, że pojawiły się pierwsze konkursy dla LZS-ów, Ochotniczych Straży Pożarnych oraz dla innych stowarzyszeń. To jest ten element dialogu obywatelskiego, tej partycypacji obywatelskiej w tworzeniu naszej powiatowej rzeczywistości.

Rok 2024 był również rokiem, kiedy podjęliśmy decyzję o takim mocnym poszukiwaniu lekarzy dla nas. Wprowadziliśmy stypendia dla studentów medycyny i pierwsze umowy zostały już podpisane. To spowoduje, że w przeciągu kilku lat możemy naprawdę sporo osób zachęcić do tego i zasilić nasz korpus medyczny. Rok 2024 to jest też rok, kiedy przygotowaliśmy się do nowego formowania budżetu, zgodnie ze znowelizowaną uchwałą o finansach publicznych. Ten budżet mamy już przyjęty. Patrząc na ten budżet i jego wielkość, jest on rekordowy pod względem wielkości. Jest zrównoważony, ponieważ równoważy nie tylko zadania i możliwości do potrzeb, ale też wszystkie Gminy z Powiatu Nyskiego. Dlatego też rok 2024 należy uznać jako rok przygotowań, ale też rok pewnych zmian, które mają dać mocny skok cywilizacyjny w przyszłych latach i niewątpliwie sprostać tym wyzwaniom, które przed nami.

• **Rok 2024 był również rokiem podjęcia bardzo ważnych decyzji. Chodzi o decyzje dotyczące zadań inwestycyjnych, które będą trwały przez najbliższe lata, ale to w tym roku podjęliście państwo pierwsze kroki w ich kierunku. Chodzi o budowę nowego szpitala oraz strażnicy dla Ko-**



mendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Nysie.

Wydarzenia z września pokazały nam jak ważne jest zabezpieczenie mieszkańców w podstawowe elementy związane z systemem bezpieczeństwa i ochrony zdrowia. My to wszystko musimy pokładać na miarę połowy XXI wieku. To już nie są czasy kiedy było spokojnie za naszymi granicami. To już nie są czasy kiedy przewidywalna była pogoda i wiadomo było kiedy spadnie śnieg i że będą roztopy, które nie szkodzą tak jak dzisiaj to się dzieje. Dlatego też my tym wyzwaniom musimy sprostać i nabierać odporności na tego typu sytuacje. Nabieraniem odporności jest również umiejscowienie na terenach bardzo bezpiecznych tych placówek, które z założenia powinny nieść pomoc innym. Nie mogą w sytuacji zagrożenia martwić się o siebie, tylko powinni pracować na rzecz bezpieczeństwa innych. Powódź z września sprawiła, że nasz szpital przestał być kompletnie funkcjonalny. Już i tak nie był funkcjonalny, bo to jest zlepek trzech obiektów z trzech różnych epok, gdzie doprowadzenie do standardów z połowy XXI wieku byłoby trudne, jeśli w ogóle wykonalne. Nie wspominając już o ekonomii energetycznej, której praktycznie w tych obiektach nie da się wprowadzić. Ta sytuacja i przychylność rządu sprawiła, że możemy mówić o odbudowie szpitala w nowym miejscu, przy ul. Otmuchowskiej. Te rozmowy, prace przygotowawcze, działania i analizy już się dzieją. Początek przyszłego roku to będzie czas kiedy zaczniemy wszystko przelewać na

dokumenty. Choć niektóre dokumenty już są gotowe. Mianowicie, udało nam się w ustawie podwoziowej 2.0. zapisać to, że nie musimy zmieniać planu zagospodarowania przestrzennego w trybie kilkunastomiesięcznym, tylko to wszystko zadzieje się w trybie specustawy i potrwa kilka tygodni. Mamy oczywiście też budowę remizy i tutaj chcę powiedzieć jasno, że decyzja Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji Tomasza Siemoniaka o budowie zapadła jeszcze przed powodzią. Powódź tylko pokazała, że to jest dobry kierunek. To przedsięwzięcie będzie realizowane i został też powołany zespół do spraw przygotowania dokumentacji i później przygotowania tej inwestycji do realizacji. Podobnie zresztą jak z budową szpitala, tam też już zespół roboczy składający się z fachowców został powołany.

• **Mówiąc o roku 2024 to nie sposób nie wspomnieć o inicjatywach, które kolkwalnie mówiąc - ułatwiły życie mieszkańcom. Chodzi o urzędomat, system kolejkowy w Wydziale Komunikacji czy możliwość zdawania w Nysie prawa jazdy kat. A.**

Ideą samorządów powinno być, aby mieć jak najwięcej usług i być jak najbliżej swoich mieszkańców. Dlatego staramy się tak działać i szukać takich rozwiązań, które pozwolą nie stać w kolejkach i zaoszczędzić czas. Temu właśnie służy urzędomat i system kolejkowy w Wydziale Komunikacji. Ja jeszcze w kampanii wyborczej mówiłem, że możliwość zdawania prawa jazdy kat. A musi być w Nysie i tak też już się dzieje. To wszystko sprawia, że krok po kroku tych usług nasi mieszkańcy mają więcej i krok po kroku stajemy się bardziej odporni na wszelkiego rodzaju turbulencje zewnętrzne.

• **Jeśli chodzi o rok 2025 to już powiedział pan, że będzie on rokiem dużych wyzwań.**

Na pewno będzie to również rok remontów dróg. Wielokrotnie wspominał pan, że w przypadku dróg zniszczonych przez powódź będzie to obudowa plus.

To, co udało nam się zrobić do końca roku, a takie było też nasze założenie po powodzi, żeby uczynić wszystkie trakty przejezdny, bądź w miarę przejezdny oraz zniwelować to, co woda zniszczyła. To się nam udało i mamy właściwie wszystko przejezdne, za wyjątkiem mostu siestrzechowickiego, który idzie do rozbiórki. Tam nie ma gdzie zlokalizować przeprawy tymczasowej oraz nie da się zorganizować ruchu przez ten most, więc przeprawa jest obecnie w mocnej rozbiórce. Patrząc w przyszłość chcemy, aby ten most miał wyższą niweletę oraz wyższe najazdy. Oraz aby był mostem jednopręślowym, aby żadne przesło nie znajdowało się w nurcie rzeki. To jest proces, który będzie postępował przez cały rok, czyli z chwili na chwilę będziemy mieć zakontraktowanych więcej przedsięwzięć na obudowę. Oczywiście nie zapominamy o przedsięwzięciach, które mieliśmy w planach. To choćby drogi Starowice-Lipniki, Kubice-Jasienica przez Mańkowice czy most w Karłowicach Małych. Szukamy również możliwości, które pozwolą nam zrealizować jeszcze więcej przedsięwzięć z zakresu odbudowy dróg, chodników czy ścieżek pieszo-rowerowych. Tą infrastrukturę czeka potężna przebudowa w roku 2025.

Wracając jeszcze do przygotowanego budżetu to ten budżet jest na określonym poziomie, ponad 200 milionów. Jednak jestem przekonany, że będziemy musieli go nowelizować w trakcie roku kilka, kilkanaście a może nawet kilkadziesiąt razy, bo będziemy przyjmować rządowe dotacje na obudowę. Na pewno ten budżet przekroczy 300 milionów, więc będzie to kwota rekordowa.

GL

Wizyta Tomasza Siemoniaka w Nysie

W sobotę, 11 stycznia w Muzeum Powiatowym w Nysie odbyło się spotkanie z Tomaszem Siemoniakiem Ministrem ds. Wewnętrznych i Administracji. Głównym tematem spotkania były kluczowe zagadnienia związane z ustawą o ochronie ludności i obronie cywilnej.

W spotkaniu wzięli udział również Dariusz Marczyński Dyrektor Departamentu Ochrony Ludności i Zarządzania Kry-



zysowego MSWiA, st. bryg. mgr inż. Paweł Frysztak zastępca Komendanta Głównego PSP, nad-

bryg. Paweł Kielar Opolski Komendant Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej, st. bryg. mgr

inż. Paweł Gotkowski Komendant Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Nysie, Daniel Palimąka starosta nyski, burmistrzowie i wójtowie gmin powiatu nyskiego, Krzysztof Kliś kierownik Zarządzania Kryzysowego oraz przedstawiciele gminni OSP w Nysie.

W trakcie spotkania omówione zostały priorytety związane z regulacjami, które mają na celu zwiększenie bezpieczeństwa mieszkańców oraz efektywne zarządzanie sytuacjami kryzysowy-

mi. Uczestnicy spotkania podkreślali, jak istotne jest dostosowanie przepisów do aktualnych potrzeb oraz wyzwań, z jakimi boryka się społeczeństwo.

Minister Siemoniak podkreślił, że przed nami stoją duże wyzwania na każdym szczeblu. „Chcemy wykorzystać Polskie przewodnictwo w UE do rozmów o zwiększeniu nakładów na szeroko rozumiane bezpieczeństwo” – zaznaczył minister.

GL

Reaktywacja Jeziora Otmuchowskiego

MUZYKA, REGATY I MIĘDZYNARODOWA WSPÓŁPRACA

Gmina Otmuchów, z inicjatywy Burmistrza Damiana Nowakowskiego, przygotowuje się do wielkiej reaktywacji Jeziora Otmuchowskiego.

W ramach tej inicjatywy już późną wiosną nad brzegiem jeziora odbędzie się wyjątkowy Festiwal Muzyki Szantowej, któremu towarzyszyć będą atrakcje sportowe, muzyczne i kulinarne. To wszystko ma przywrócić jezioro do dawnej świetności i sprawić, by stało się centrum życia kulturalnego i rekreacyjnego naszej gminy.

Nowe życie nad Jeziorem Otmuchowskim

Jezioro Otmuchowskie, nigdyś tętniące życiem miejsce wypoczynku, ma szansę ponownie stać się perłą regionu. Dzięki staraniom Burmistrza Damiana Nowakowskiego i zespołu gminy Otmuchów, już w tym roku mieszkańcy oraz turyści będą mogli korzystać z odświeżonej oferty kulturalno-rekreacyjnej.

Jak podkreśla Burmistrz:

„Nasze jezioro to nie tylko piękno przyrody, ale również wielki potencjał, który chcemy wykorzystać. Dzięki wspólnemu zaangażowaniu możemy stworzyć miejsce, które będzie atrakcją zarówno dla mieszkańców, jak i gości”.



Festiwal Szantowy – wieczór przy ognisku i międzynarodowe dźwięki

Głównym punktem tego rocznych wydarzeń będzie Festiwal Muzyki Szantowej. Nad brzegiem jeziora rozbrzmiewać

będą rytmiczne melodie i żeglarskie pieśni, które od lat przyciągają miłośników muzyki marynistycznej. Wśród wykonawców znajdą się lokalni artyści oraz goście z Czech, co jest efektem współpracy Miejsko-Gminnego Domu Kultury w Otmuchowie

z Domem Kultury w Jaworniku. Dzięki temu wydarzenie nabierze międzynarodowego charakteru, budując mosty między społecznościami obu krajów.

To nie tylko muzyka – Festiwal to również okazja do wspólnego biesiadowania. Organizatorzy zapraszają wszystkich uczestników do spędzenia czasu przy ognisku, gdzie będzie można wsłuchać się w dźwięki szant w nastrojowej atmosferze. Na uczestników czekać będą także kulinarne atrakcje – specjały z grilla, aromatyczne kiełbaski i inne przysmaki przygotowywane na świeżym powietrzu.

„Szanty to muzyka, która łączy pokolenia i przypomina o wolności oraz pięknie natury. Chcemy, aby ten festiwal był czasem wspólnego świętowania, relaksu i dobrej zabawy dla wszystkich” – dodaje Burmistrz Nowakowski.

Regaty na Jeziorze Otmuchowskim – sport i integracja

Nieodłącznym elementem planów reaktywacji jeziora będą również regaty żeglarskie, które mają odbywać się równoległe z festiwalem. To wydarzenie skierowane zarówno do profesjonalnych żeglarzy, jak i amatorów oraz miłośników aktywnego wypoczynku. Regaty mają na celu promocję sportu wodnego, integrację społeczności lokalnej oraz budowanie tradycji żeglarskiej w regionie.

Dzięki malowniczym krajobrazom Jeziora Otmuchowskiego uczestnicy regat oraz ich widzowie będą mieli okazję podziwiać piękno naszego regionu, który ma szansę stać się ważnym punktem na turystycznej mapie Polski.

Wspólnie budujemy przyszłość

Reaktywacja Jeziora Otmuchowskiego to długofalowy projekt, który ma przynieść korzyści mieszkańcom gminy, turystom oraz lokalnym przedsiębiorcom. Władze gminy liczą, że nadchodzące wydarzenia będą początkiem nowej ery dla tego pięknego miejsca.

„Jezioro Otmuchowskie to nasze wspólne dobro. Chcemy, by każdy mógł cieszyć się jego urokami, a organizowane tu wydarzenia stały się tradycją i dumą naszej gminy” – podsumowuje Burmistrz Damian Nowakowski.

Już dziś zapraszamy wszystkich mieszkańców i gości na Festiwal Muzyki Szantowej oraz towarzyszące mu regaty. Zasiądźmy wspólnie przy ognisku, posłuchajmy dźwięków szant i delektujmy się smakołykami z grilla, celebując to, co w życiu najważniejsze – bliskość natury, muzykę i wspólnie spędzony czas. Szczegóły dotyczące wydarzenia zostaną ogłoszone w najbliższym czasie. Do zobaczenia nad Jeziorem Otmuchowskim!

Gmina Otmuchów



Ośrodek wypoczynkowo-szkoleniowy Sandacz



Odbudowa Szpitala w Nysie po powodzi

ODDZIAŁ DZIECIĘCY

Szpital Powiatowy w Nysie, mimo trudności związanych z odbudową po powodzi, nie zwalnia tempa. Właśnie zakończył realizację pierwszego etapu projektu modernizacji swoich budynków, który ma na celu podniesienie jakości usług medycznych i poprawę komfortu pacjentów po powodzi.

Na pierwszy ogień poszły łazienki w Oddziale Dziecięcym – pomieszczenia, które codziennie służą najmłodszym pacjentom szpitala. Jest to zadanie pn. „Modernizacja budynków ZOZ w Nysie, etap I”, które obejmowało „Wykonanie remontu łazienek w Oddziale Dziecięcym Szpitala w Nysie”

Inwestycja kosztowała nieco ponad 200 tysięcy złotych.

Choć koszt remontu łazienek może wydawać się stosunkowo niewielki w porównaniu do całościowych kosztów modernizacji, to właśnie takie inwestycje tworzą fundamenty dla przyszłych zmian. Nieco ponad 200 tysięcy złotych przeznaczone na ten cel to kropla w morzu potrzeb, ale równocześnie sygnał, że szpital w Nysie stawia na poprawę warunków dla pacjentów. To właśnie takie „drobne” remonty – jak modernizacja łazienek – mają ogromne znaczenie w poprawie codziennego komfortu pacjentów. A dla małych dzieci, które w szpitalu spędzają czas z rodzicami lub opiekunami, odpowiednie warunki sanitarno-higieniczne są podstawą dobrego samopoczucia.

„Inwestycja w dzieci jest inwestycją w przyszłość” – mówi dyrektor ZOZ w Nysie Artur Kamiński podkreślając, że każdy etap modernizacji, niezależnie od skali, jest krokiem ku poprawie jakości opieki. Remont łazienek w Oddziale Dziecięcym to tylko wstęp do znacznie bardziej kompleksowej modernizacji całego szpitala. Po zakończeniu tego etapu, szpital planuje kolejne działania mające na celu podniesienie standardów w innych częściach placówki m.in. modernizacja sal chorych – dodaje dyrektor Kamiński.

Sukces realizacji remontu był możliwy dzięki dotacji pozyskanej z samorządu Powiatu Nyskiego.

Szpital Powiatowy w Nysie staje się przykładem, jak lokalna placówka, nawet po tak dużym kataklizmie jak powódź, może szybko i sprawnie wrócić do działalności. Dzięki konsekwentnym inwestycjom i ambitnym planom modernizacyjnym, szpital staje się miejscem, które oferuje pacjentom najwyższej jakości opiekę medyczną, a także komfortowe warunki do leczenia i rekonwalescencji.

Szpital Powiatowy w Nysie



Artur Kamiński, dyrektor Szpitala Powiatowego w Nysie

PRZEDSIĘBIORCY ZWOLNIENI Z PODATKU

Poszkodowani w czasie powodzi przedsiębiorcy mogą liczyć na zwolnienie z podatku od nieruchomości. W ten sposób rząd planuje wspomóc ich w powrocie do normalności. Wielu z nich w wyniku poniesionych strat, wciąż nie wznowiło działalności, a co za tym idzie, nie mają z czego go zapłacić.

Nie jest to jedyna forma wsparcia dla poszkodowanych przedsiębiorców. Niestety, nie każdy z nich o nich wie. Warto więc przyrzeć się nieco bliżej kwestii rządowego wsparcia dla poszkodowanych przedsiębiorstw.

Dla wielu poszkodowanych w wyniku powodzi firm, zwolnienie z podatku od nieruchomości może okazać się kluczowe do ich przetrwania. Wynika to przede wszystkim z tego, że jest on naliczany od powierzchni użytkowej, jaką posiada dana firma. Im jest ona



for. Freepik

większa, tym wyższy jest podatek. Jak więc łatwo się domyślić, konieczność jego zapłaty w momencie, gdy firma nie przynosi dochodów, lub są one znacznie obniżone, może mieć dla niej katastrofalne skutki. Co równie ważne, dotyczy to nie tylko mikro przedsiębiorców, ale także dużych firm, zatrudniających często kilkuset

pracowników. Niestety, wiele firm wciąż nie wie, że może skorzystać z tej oraz innych form wsparcia. Oprócz zwolnienia z podatku od nieruchomości, należą do nich chociażby wsparcie w wysokości 16 tysięcy złotych za każdą osobę zgłoszoną do ZUS-u, lub skorzystanie z wypłaty średniomiesięcznego dochodu za poprzedni rok

w wysokości 75 procent. Aczkolwiek nie każdy przedsiębiorca o nich wie, gdyż nie ma jednej, spójnej bazy informacji, z jakich form pomocy mogą skorzystać osoby fizyczne oraz prawne. Co prawda wiele z nich można znaleźć na stronach odpowiednich instytucji, jednak nie zawsze są one na bieżąco aktualizowane. To z kolei powoduje, że część po-

szkodowanych firm nie wie, czy może już skorzystać z konkretnej formy wsparcia, czy też musi jeszcze poczekać. A to tylko część problemów, z jakimi zderzają się przedsiębiorstwa z zalanych obszarów. Niestety, jak to w Polsce bywa, część z nich nie przędko zostanie usuniętych.

AO

Co dalej z oddziałem psychogeriatry w Głuchołazach?

To pytanie coraz częściej zadają zarówno mieszkańcy Głuchołaz, jak i całego regionu. Informacje o jego planowanym utworzeniu pojawiły się latem zeszłego roku.

I jak dotąd niewiele więcej wiadomo, co dalej w jego sprawie. Postanowiliśmy więc sprawdzić, co dalej z planowanym oddziałem psychogeriatry w głuchołaskim szpitalu, oraz dlaczego jest on tak ważny.

Psychogeriatrya kosztem psychiatrii dla dorosłych

Na samym początku należy podkreślić, że plany utworzenia oddziału psychogeriatryi wcale nie oznaczają, że w głuchołaskim szpitalu zwiększy się

liczba oddziałów. Z przyczyn technicznych, dotychczasowy oddział psychiatrii dla dorosłych ma zostać przekształcony we wspomniany przez nas wcześniej oddział psychogeriatryi. Z oświadczenia, jakie możemy znaleźć na stronie opolskiego Narodowego Funduszu Zdrowia, głuchołaski szpital w dniu 09.08.2024 wygrał konkurs na utworzenie nowego oddziału. Z kolei z informacji dostępnych w sieci wynika, że nowy oddział miał zacząć działać we wrześniu ubiegłego roku. Wciąż jednak tak się nie stało. Przyczyną takiego stanu rzeczy może być powódź, jaka dotknęła w tym czasie południe Opolszczyzny. Na ten moment brakuje jakichkol-

wiek informacji, kiedy zostanie otwarty nowy oddział. Sam fakt jego powstania można traktować zarówno pozytywnie, jak i negatywnie. Z jednej strony oddział tego typu jest jak najbardziej potrzebny, gdyż z roku na rok zwiększa się liczba osób w podeszłym wieku ze schorzeniami psychicznymi, wobec których trzeba zastosować inne metody leczenia niż w przypadku typowych oddziałów psychiatrii dla dorosłych. Z drugiej strony jest to już kolejny oddział psychiatryczny zamknięty na terenie naszego województwa. Na chwilę obecną otwarte pozostają trzy z nich: jeden w szpitalu wojewódzkim przy ulicy Wodociągowej w Opolu

oraz dwa w szpitalu specjalistycznym w Branicach.

Psychogeriatrya w nowoczesnym społeczeństwie

Nasze społeczeństwo, nie ma co ukrywać, z roku na rok coraz bardziej się starzeje. W związku z tym stale rośnie zapotrzebowanie na specjalistyczne oddziały szpitalne przeznaczone dla osób starszych. W przypadku psychogeriatryi zaburzenia psychofizyczne mogą znacząco różnić się od tych, na które cierpią osoby młodsze. Często są one spowodowane chorobami wieku starczego. Mogą one przybierać różny charakter, od zaburzeń poznawczych, takich, jak na przykład otępienie czy też cho-

roba Alzheimera, poprzez wahania nastroju, a na stanach depresyjnych kończąc. Z tego powodu leczenie dolegliwości psychicznych osób starszych na zwykłych oddziałach psychiatrycznych często nie przynosi pożądanych skutków. Problem ten jest również poważny z tego względu, że oddziałów zajmujących się strictly psychogeriatryą w Polsce wciąż jest jak na lekarstwo. Wynika to w dużej mierze z tego, że w polskim systemie kształcenia lekarzy psychogeriatrya nie stanowi osobnej dziedziny. I nic tak naprawdę nie wskazuje, aby w najbliższym czasie się to zmieniło, mimo że problem cały czas narasta.

AO

Rozporządzenie majątkiem na wypadek śmierci - Testament.

TESTAMENT - CO TO JEST?

Z punktu widzenia prawa testamentem jest zarówno czynność prawną, którą charakteryzują określone cechy, jak również dokument obejmujący odpowiednio oświadczenie woli testatora.

Stanowi on jednostronną, odwoływalną czynnością prawną, w której testator (czyli przyszły spadkodawca) osobiście i zachowując szczególną formę, dokonuje rozporządzenia swoim majątkiem na wypadek śmierci. Testament nie wywołuje żadnego skutku prawnego do chwili śmierci spadkodawcy. Ma on także charakter osobisty, co oznacza, że niedopuszczalne jest sporządzenie rozrządzenia ostatniej woli przez przedstawiciela ustawowego lub pełnomocnika. Można więc powiedzieć, że testament jest dokumentem, w którym spadkodawca umieszcza swoją ostatnią wolę i powołuje do spadku konkretne, wybrane przez siebie osoby i organizacje, jednocześnie modyfikując ustawowy krąg dziedziczenia. Należy podkreślić, że testament jest aktem sformalizowanym, a więc może być dokonany tylko w ściśle określonej formie i przy zachowaniu przesłanek formalnych sprecyzowanych w ustawie. Jeżeli zatem testator dokona czynności prawnej z zamiarem sporządzenia testamentu, a nieodpowiadającej wymogom formalnym żadnej z form przewidzianych przez prawo, czynność taka nigdy nie będzie mogła zostać uznana za ważny testament. Testament nie jest popularny wśród Polaków, cały czas sporządza go tylko kilkanaście procent społeczeństwa, a szkoda bowiem obowiązujące w Polsce przepisy prawa dają wiele możliwości w zakresie jego rodzajów i każdy zainteresowany ma możliwość wyboru idealnego rozwiązania dla siebie. Z tego powodu warto zapoznać się z dostępnymi formami testamentów, a także dowiedzieć się, jakie warunki musi spełnić testament, aby był uznany za ważny i obowiązujący oraz co trzeba zrobić, aby zrealizować ostatnią wolę spadkodawcy. Sporządzić testament może osoba, która posiada zdolność testowania. Mowa tu o osobie fizycznej, która ukończyła 18 lat i nie jest ubezwłasnowolniona.

Jakie rodzaje testamentu przewiduje polskie prawo?

Ustawodawca polski przewidział możliwość sporządzenia testamentu w trzech formach zwykłych, do których zaliczamy: testament holograficzny, allograficzny i notarialny jak również w trzech formach szczególnych (w sytuacjach wyjątkowych lub nietypowych), tj. testament ustny, wojskowy, podróżny.

Testament własnoręczny - holograficzny

Testament holograficzny musi być napisany własnoręcznie przez spadkodawcę. Oznacza to, że tekst testamentu musi być w całości napisany własnoręcznie, bez użycia druku ani maszyny do pisania. W testamentach holograficznych można określić, komu ma być przekazany majątek po śmierci oraz w jaki sposób ma być on rozdysponowany. Można w nim również wskazać ewentualnych wykonawców testamentu lub inne szczególne życzenia dotyczące dziedziczenia. Testament taki musi być datowany i podpisany przez spadkodawcę. Data jest istotna, ponieważ decyduje o kolejności dziedziczenia w przypadku istnienia kilku testamentów lub gdy istnieją spory dotyczące autentyczności dokumentu. Testament holograficzny nie wymaga obecności notariusza ani świadków. Ważne jest, aby testament holograficzny był przechowywany w bezpiecznym miejscu i aby osoby zaangażowane w sprawy spadkowe były świadome jego istnienia oraz wiedziały, gdzie go odnaleźć po śmierci spadkodawcy. Testator - spadkodawca może w dowolnym momencie zmienić lub unieważnić testament holograficzny, pisząc nowy dokument lub dokonując odpowiednich zmian na istniejącym dokumencie. Jednakże, aby uniknąć problemów związanych z niejasnościami, błędami lub nieścisłościami, zalecam skonsultowanie się z radcą prawnym, adwokatem lub notariuszem przed sporządzeniem testamentu holograficznego. Wspomniani specjaliści mogą również udzielić wskazówek dotyczących sformułowania testamentu w sposób klarowny i zgodny z obowiązującymi przepisami prawnymi.

Testament allograficzny

Testator, wybierając tę formę testamentu, musi oświadczyć swoją ostatnią wolę ustnie, wobec urzędnika (prezydenta miasta, burmistrza czy wójta) i dwóch świadków. Nie może tego dokonać przez wręczenie urzędnikowi pisma, w którym spisana jest jego ostatnia wola.

**RAFAŁ KUBIK**

- Doradca osobom fizycznym
- Wspiera mikro, małych i średnich przedsiębiorców
- Wykładowca Collegium Witelona Uczelni Państwowej w Legnicy
- Rafal.Kubik@kan-celariakubik.eu
- <https://www.instagram.com/radcarafalkubik/>
- <https://www.facebook.com/radcaprawnykubik/>
- 505 874 744

Niedopuszczalne jest także, aby osoba urzędowa przybyła dopiero na czas odczytania protokołu z testamentu allograficznego. Świadkowie również muszą być obecni podczas wszystkich czynności dokonywanych przy sporządzaniu testamentu. Nieskuteczne jest odczytanie ostatniej woli testatora i potwierdzenie przez niego przez urzędnikiem i świadkami. Testament taki musi być w całości oświadczony przez testatora. Obecnie, nie jest to popularna forma sporządzania testamentu w Polsce.

Testament notarialny

Testament notarialny to formalny dokument, który musi być zgodny z wymogami prawnymi i prawidłowo zarejestrowany, aby miał ważność po śmierci spadkodawcy. Testament notarialny musi być sporządzony w obecności notariusza. Notariusz pomoże testatorowi w sformułowaniu testamentu oraz zapewni, że dokument spełnia wszelkie wymogi prawne. Testament notarialny musi być sporządzony na piśmie. Notariusz pomoże w sporządzeniu tekstu testamentu zgodnie z życzeniami spadkodawcy. Testament notarialny musi zostać podpisany przez spadkodawcę oraz przez notariusza. Podpis spadkodawcy musi być zgodny z jego prawdziwym podpisem. Testament notarialny nie wymaga obecności świadków. Notariusz pełni rolę nadzoru nad procesem sporządzania testamentu, dlatego nie ma potrzeby zaangażowania dodatkowych osób jako świadków. Po sporządzeniu testamentu notarialnego, notariusz zobowiązany jest do złożenia dokumentu w Notarialnym Rejestrze Testamentów (NORT). Jest to ważny krok, aby upewnić się, że testament

będzie miał skuteczność po śmierci spadkodawcy. Testament notarialny zapewnia wysoki poziom pewności prawnej, ponieważ został sporządzony w obecności osoby upoważnionej, czyli notariusza. Jest to rekomendowana forma testamentu, szczególnie w przypadku skomplikowanych rozkładów majątkowych lub gdy istnieje ryzyko sporów rodzinnych po śmierci spadkodawcy.

Testament ustny

Testament ustny, to rodzaj testamentu, w którym spadkodawca wyraża swoją wolę co do dyspozycji majątkiem w sposób ustny, zamiast pisemnie. W Polsce testament ustny jest możliwy do uznania za ważny w bardzo określonych sytuacjach i pod pewnymi warunkami. Testament ustny może być uznany za ważny tylko w sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia spadkodawcy. Oznacza to, że spadkodawca musi znajdować się w sytuacji, w której nie ma możliwości sporządzenia testamentu na piśmie, np. podczas wypadku, choroby lub w sytuacji nagłego zagrożenia życia. Testament ustny musi zostać wygłoszony przed co najmniej trzema świadkami, którzy muszą być obecni w momencie wyrażania woli spadkodawcy. Świadkowie mają za zadanie później złożyć oświadczenie na piśmie, w którym opiszą, co usłyszeli od spadkodawcy oraz potwierdzą, że spadkodawca wygłosił swoją wolę testamentową. Testament ustny musi zostać potwierdzony przez sąd. Oświadczenie świadków oraz wszelkie dostępne dowody muszą zostać przedstawione sądowi, który oceni, czy testament ustny spełnia wymogi prawne i czy może być uznany za ważny. Warto zauważyć, że testament ustny jest formą testamentu o niskiej pewności prawnej i może prowadzić do sporów rodzinnych oraz niejasności co do woli spadkodawcy.

Testament podróżny

W teorii można go sporządzić od chwili rozpoczęcia do zakończenia podróży. Przepisy dotyczące jego formy, pozwalają na przyjęcie oświadczenia woli testatora tylko dowódcy statku (dotyczy to zarówno statku morskiego jak i powietrznego) lub jego zastępcy. Nieważność testamentu powoduje więc przyjęcie oświadczenia przez inną osobę, nawet jeśli została upoważniona przez kapitana. Ponadto wola spadkodawcy musi także zostać spisana przez osobę odbierającą oświadczenie, nie może zrobić tego np. świadek. Testament taki co do zasady powinien być przyję-

ty na statku polskim.

Testament wojskowy

Testament wojskowy można sporządzić na podstawie Rozporządzenia Ministra Obrony Narodowej z dnia 30 stycznia 1965 r. w sprawie testamentów wojskowych tylko w czasie mobilizacji, wojny lub przebywania w niewoli w kilku różnych formach, przy czym oświadczenie woli ma zawsze formę ustną. Mianowicie są to: testament pisemny niewłasnoręczny, odpowiednik testamentu allograficznego, testament pisemny niewłasnoręczny bez podpisu testatora i testament ustny.

Podsumowanie

Spisanie testamentu ma wiele zalet, zarówno dla testatora-spadkodawcy, jak i dla jego bliskich. Testament pozwala spadkodawcy wyrazić swoje życzenia dotyczące rozdziału majątku po jego śmierci. Daje to kontrolę nad tym, komu mają być przekazane poszczególne aktywa, co może przyczynić się do zapewnienia bezpieczeństwa finansowego dla bliskich osób lub organizacji charytatywnych. Spisanie testamentu może pomóc zapobiec sporom i konfliktom rodzinnym po śmierci spadkodawcy. Jasne i precyzyjne wytyczne dotyczące dziedziczenia mogą zmniejszyć ryzyko nieporozumień lub walki o spadek między członkami rodziny. W przypadku nagłej śmierci, testament może zapewnić jasne wytyczne dotyczące dziedziczenia majątku, co może być szczególnie istotne, gdy spadkodawca podróżuje często lub prowadzi ryzykowne aktywności. Testament pozwala zabezpieczyć majątek spadkodawcy poprzez określenie, kto ma prawo do dziedziczenia, oraz wykluczenie osób, które nie są uprawnione do spadku zgodnie z wolą spadkodawcy lub z przepisami prawa. Testament może obejmować również dyspozycje dotyczące przyszłego utrzymania lub wsparcia finansowego dla bliskich osób, zwłaszcza osób zależnych od spadkodawcy. W przypadku posiadania firmy lub udziałów w firmie, testament może określić, co ma się stać z przedsiębiorstwem po śmierci spadkodawcy, aby zapewnić kontynuację działalności lub sprawną likwidację. Ważne jest, aby skonsultować się z radcą prawnym lub adwokatem ewentualnie notariuszem, aby upewnić się, że testament jest zgodny z obowiązującymi przepisami prawnymi i najlepiej odpowiada indywidualnym potrzebom i okolicznościom spadkodawcy.

Jak działa w Polsce oraz za granicą

SREBRNA GOSPODARKA

Srebrny rynek to wbrew pozorom jedna z prężniej rozwijających się gałęzi gospodarki. I nie chodzi tu wcale o srebro. Skupia się ona na wytwarzaniu dóbr i usług na rzecz seniorów.

Lwbrew pozorom jest to bardzo rozległa i zarazem dochodowa branża, zahażająca o wiele innych jej gałęzi, często stymulując je. Zobaczmy więc, jak wygląda ona w Polsce oraz za granicą.

Srebrna gospodarka w Polsce

Jeżeli chodzi o gospodarkę ukierunkowaną na potrzeby seniorów, różni się ona od krajów Europy Zachodniej. Wynika to przede wszystkim z możliwości ekonomicznych zarówno Polski, jak i jej seniorów oraz ich bliskich. Z tego powodu skupia się ona przede wszystkim wokół przemysłu farmakologicznego (produkcja leków dla seniorów) oraz usług medycznych. Nie oznacza to jednak,

że inne branże nie biorą w niej udziału. Coraz większą popularnością cieszy się na przykład turystyka skierowana do seniorów. Obecnie w ofercie niemalże każdego biura podróży możemy znaleźć oferty wyjazdów turystycznych dla seniorów. Głównie są to wyjazdy grupowe, ale nie tylko. Rośnie zapotrzebowanie na całodobowe ośrodki opiekuńcze, zarówno państwowe, jak i prywatne. Podobnie jest w przypadku indywidualnej opieki. W sieci bez większego problemu można znaleźć ogłoszenia o pracę dla opiekunki lub opiekuna osoby starszej. Warto przy tym zwrócić uwagę na to, że szeroko rozumiana branża senioralna w Polsce, co prawda powoli, jednak systematycznie rośnie. Jest to zasługą przede wszystkim dodatków socjalnych przeznaczonych dla seniorów oraz firm, które ich obsługują.

A jak jest za granicą?

Nie ma co ukrywać, srebrna gospodarka w krajach wysoko rozwiniętych (a więc niemalże cała Europa Zachodnia oraz Południowa) jest dużo bardziej rozgałęziona niż w Polsce. Wynika to w dużej mierze z trzech czynników, czyli znacznie wyższych



foto: Freepik

emerytur, bogatego wsparcia socjalnego oraz podejścia ekonomicznego. O ile pierwsze dwie kwestie są dosyć zrozumiałe, o tyle ostatnia już niekoniecznie. Otóż firmy oferujące produkty i usługi dla seniorów doskonale wręcz rozumieją, że srebrna gospodarka przy odpowiednim podejściu może być niezwykle dochodowa. Wystarczy spojrzeć na wspomnianą przez nas wcześniej turystykę, czego doskonałym przykładem mogą być Niemcy. Ich se-

niorzy regularnie korzystają z ofert biur podróży, często odwiedzając ciepłe kraje i nie tylko. Chętnie wybieranim przez nich kierunkiem jest między innymi Polska. Podobnie jest w przypadku ośrodków wypoczynkowych, które nie tylko spełniają normy jakości adekwatne do oferowanych cen, ale również organizują specjalne imprezy dla seniorów. Analogiczna sytuacja ma miejsce w przypadku domów opieki. Na Zachodzie jest ich cała masa, co

wynika w dużej mierze z podejścia kulturowego oraz kwestii finansowych. W pierwszym przypadku wynika to przede wszystkim z tego, że w przeciwieństwie do krajów Europy Wschodniej, na Zachodzie rodziny raczej na co dzień nie opiekują się seniorami, uważając, że są oni w końcu wolnymi osobami. Po drugie, mówiąc wprost, seniorów na Zachodzie stać na pobyt w takich ośrodkach.

AO

Technologie które zmienią nasze życie w 2025

Nowy rok to nie tylko zmiana daty w kalendarzu, ale również pod wieloma względami także znaczące zmiany technologiczne. I to, wbrew pozorom, nie takie małe, jak wielu osobom mogłoby się wydawać.

Co więcej, wiele z nich może całkiem realnie zmienić nasze życie. Warto więc przyjrzeć się nieco bliżej kwestii tego, dlaczego rok 2025 będzie przełomowy z punktu widzenia technologicznego i nie tylko.

Dalszy rozwój sztucznej inteligencji

Rok 2025 to przede wszystkim wciąż niezwykle dynamiczny rozwój sztucznej inteligencji, która coraz mocniej dotyka różnych gałęzi naszego życia. Coraz częściej jest ona bowiem wykorzystywana zarówno do celów prywatnych, jak i służbowych. Doskonałym przykładem mogą

być obsługiwane przez nią systemy przemysłowe, wykorzystywane w zakładach produkcyjnych, czy też naukowe. Innym przykładem wykorzystania AI (z ang.: sztuczna inteligencja) jest szeroko pojęta sztuka. Coraz częściej zdarza się, że obrazy czy też muzyka, są generowane nie stricte przez człowieka, a przez moce obliczeniowe sztucznej inteligencji. Część osób uważa to za poważne zagrożenie, argumentując przy tym, że w ten sposób wiele osób może stracić źródło swojego dochodu. Inni z kolei uważają, że jej rozwój jest naturalną kolejną rzeczą i wcale nie musi oznaczać, że osoby zajmujące się grafiką, czy też muzyką, stracą pracę, a wręcz przeciwnie. Według nich, 2025 rok sprawi, że sztuka tworzona za pomocą AI, dzięki wprowadzeniu sprawniejszych algorytmów, stanie się jeszcze bardziej popularna na całym świecie.

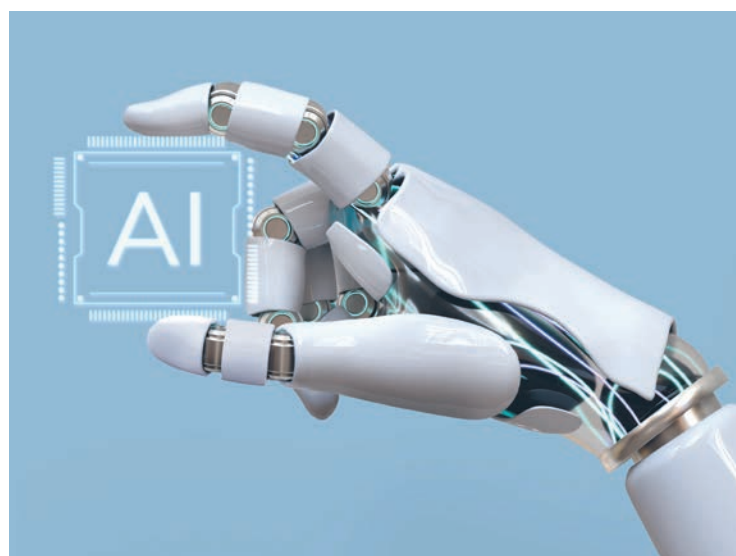


foto: Freepik

Dalszy rozwój elektromobilności

Innymi technologiami, które mogą w bezpośredni sposób wpłynąć na nasze życie w 2025 roku, jest wciąż rozwijająca się elektromobilność oraz technologia napędów hybrydowych. Coraz częściej z jednej strony zależy nam na oszczędnościach, z drugiej zaś na ekologii. W pierwszym przypadku

mogą one być naprawdę spore, czego przykładem są samochody hybrydowe. Ich normalne spalanie benzyny może wynieść nawet poniżej 5 litrów na 100 kilometrów. W przypadku zwykłych aut spalinowych wynik ten jest zazwyczaj nieosiągalny. Natomiast użytkownicy aut stricte elektrycznych mogą zaoszczędzić jeszcze więcej, ładując je na przykład w ramach

taryfy nocnej. Warto przy tym pamiętać, że oba typy napędu są coraz bardziej popularne nie tylko w samochodach osobowych, ale także ciężarowych oraz autobusach. Dzięki temu być może uda się obniżyć ceny w sklepach. Ich wysokość często uzależniona jest bowiem w dużej mierze od cen paliw, koniecznych do ich dostarczenia. Jak więc łatwo się domyślić, dalszy rozwój obu technologii w 2025 może znacząco przyspieszyć, zwłaszcza, jeśli dojdzie do kolejnych wahań cenowych na międzynarodowych rynkach ropy naftowej. Nie bez znaczenia przy tym są technologie pozwalające na, po pierwsze, szybsze i tańsze ładowanie aut elektrycznych oraz, po drugie, wydłużające zasięg na pełnej baterii. I wiele wskazuje, że właśnie te technologie mogą najbardziej przyczynić się do dalszego rozwoju elektromobilności na całym świecie.

AO

Z Elżbietą Pyrkosz-Cifonelli, specjalistą w leczeniu osób starszych, rozmawiamy o perspektywach na szczęśliwą jesień życia oraz o tym, czy starość udała się Panu Bogu.

OSZUKAĆ CZAS

Skąd pomysł na tak nietypową specjalizację?

Początkowo specjalizowałam się w kardiologii i leczeniu chorób wewnętrznych, jednak z czasem dojrzałam do geriatry. Przypadki spotykają nas w różnych momentach życia. Będąc w Anglii, zdałam sobie sprawę, że zawsze lubiłam rozmowy ze starszymi osobami. Kiedy patrzy się na nich przez pryzmat swoich rodziców, których się kocha, podchodzi się do tego inaczej. Zrozumiałam, że w pewnym momencie życie może stać się nieznosne: jak długo można cierpieć i narzekać na serce, stawy czy oddech? Dzięki współpracy z wieloma specjalistami widziałam, jak starsi ludzie wracają do sprawności. Zrozumiałam wtedy sens geriatry. Pamiętam 106-letnią panią, która po złamaniu biodra o własnych siłach opuściła nasz szpital. Chciałam nauczyć się jak przedłużyć życie w dobrej jakości, nieść ulgę.

Kiedy należy udać się do geriatry?

Pierwszym sygnałem że trzeba szukać rady geriatry jest to, że pacjent leczy się u kilku lekarzy na różne schorzenia, a każdy z nich przepisuje swoje leki. Wtedy pacjent i jego rodzina nie mają już świadomości, czy leki te ze sobą współdziałają, czy się znoszą, czy się nie powielają. Ktoś musi tym wszystkim kierować. Geriatra powinien być głównym koordynatorem leczenia osoby starszej.

Rzeczywiście, z wiekiem chorób i odwiedzanych przychodni przybywa. Ludzie starsi darzą lekarzy dużym szacunkiem i niechętnie zgłaszają swoje uwagi.

Najlepiej byłoby, gdyby powszechnie działał system, który pozwalałby lekarzom mieć wgląd w całe leczenie danego pacjenta. Medycyna jest jedna, pacjent także jest jeden. Lecząc w Wielkiej Brytanii, mając świadomość, że mój pacjent chodzi do różnych lekarzy, opisywałam jego sytuację w liście podsumowującym moją konsultację. List ten (kartka) trafiała zarówno do pacjenta, jak i do lekarza rodzinnego. Jeśli nie mamy geriatrów, to lekarz rodzinny powinien koordynować leczeniem pacjenta, zapobiegając szkodliwej wielolekowości.



Elżbieta Pyrkosz-Cifonelli

Jaki jest cel geriatry?

Celem geriatry jest, aby człowiek starszy jak najdłużej zachował uzasadnione przekonanie, że może i powinien być czynnym, aktywnym człowiekiem, który starzeje się powoli. Istnieje pojęcie optymalnego starzenia się — zachowanie dobrego stanu zdrowia, aktywności, bystrości umysłu i pozytywnego samopoczucia. Niestety, wciąż są to rzadkie przypadki. Najczęściej osoby starsze borykają się z wieloma chorobami i dolegliwościami. Należy pamiętać, że osoba starzejąca się optymalnie nie jest pozbawiona chorób, ale one nie ograniczają jej sprawności. Może nadal chodzić na spacer, przebiec pięć kilometrów i cieszyć się życiem. Pamiętam, jak jako młoda lekarka widziałam seniorów zjeżdżających na nartach w Alpach. Zrozumiałam wtedy, że osoba starsza nie musi być „zgrzybiała”, i że to nie jest śmieszne, że chce zachować młodzieńczą aktywność. Przedłużenie dobrego, satysfakcjonującego życia jest celem geriatry.

Jak więc starzeć się optymalnie?

To, jak się starzejemy, w dużej mierze zależy od nas samych. W wieku 60 czy 75 lat z perspektywy imienia i peselu jesteśmy tacy sami, jak w wieku 30 lat, ale nasze rezerwy fizjologiczne są już zupełnie inne. Czas pędzi, ale mamy duży wpływ na to, co z nami zrobi.

Mówimy tu o stylu życia?

Nie tylko! Oczywiście, styl życia jest bardzo ważny. Z zagranicznych doświadczeń wiem, że Polacy są jednymi z najbardziej wymagających i inteligentnych pacjentów, ponieważ posiadają ogromną wiedzę. W PRL-u, w kwestiach zdrowia, musieliśmy polegać na rozsądku i doświadczeniu,

co teraz procentuje. Dziś dochodzi do tego wiedza szkolna i własne poszukiwania. Używamy rozumu w kwestii profilaktyki i zażywania leków. To pozwala nam odpowiednio dbać o siebie. Trzeba to robić.

W wieku 30 czy 40 lat nie myślimy jeszcze o starości.

Tak, ale ona nadejdzie. Co więcej, może zdarzyć się wcześniej poważna choroba, wypadek, pandemia czy wojna. Doświadczenia nie tylko angielskich zespołów medycznych potwierdzają, że to, jak pacjent jest przygotowany do operacji, ma wyraźne przełożenie na jej wynik. Powinniśmy podchodzić do starości i chorób, które nas czekają, tak jak do przygotowania się do operacji czy innego ważnego wydarzenia wpływającego na nasze zdrowie. Jeśli w młodym wieku wiemy, że cierpimy na jakieś schorzenia, powinniśmy zająć się nimi jak najszybciej i uniknąć ryzyka ich zaostrzenia.

Pewnie najczęściej orientujemy się za późno.

Niestety, tak. Dlatego trzeba o tym myśleć wcześniej, bo nie możemy cofnąć czasu. Najbardziej trudnych i istotnych porad udzielam, gdy starszy pacjent stoi na progu utraty zdolności do samodzielnego funkcjonowania. Gdy zaczyna się przewracać, odczuwa ciągły ból, nie chce mu się działać, chudnie...

Co robić, gdy spotyka to naszych bliskich?

Ważne, by ktoś zauważył problem i szukał rady/pomocy. Może to być rodzina, ale także kolega czy sąsiadka. Ktoś, kto powie: „Babciu, dziadku, jeszcze trzy miesiące temu, latem zeszłego roku, robiłeś to (np. wychodziłeś na spacer), a teraz już tego nie robisz! Musimy działać”. Osobie w kryzysie bardzo trudno się otrząsnąć. Potrzebuje pomocy.

Częścią przygotowywania się do starości będzie więc tworzenie dobrych relacji?

Tak, ważne jest, by mieć wokół siebie ludzi, którzy mają dla nas czas. Osoba starsza musi czuć wsparcie męża, żony, partnera, przyjaciela czy rodziny. Sama nie dysponuje już dużą motywacją. Potrzebuje kogoś, kto zachęci ją do cwi-

czeń, ruchu, wyjścia. Warto pamiętać, że w podeszłym wieku spacer jest ważny, ale konieczne są także ćwiczenia siłowe. Utrata wagi u starszych osób najczęściej oznacza spadek masy mięśniowej, a nie pozbycie się tłuszczu.

A jakich lekarzy warto wybierać?

Lekarz także musi mieć czas, by przeprowadzić rozmowę, dopytać o szczegóły. Nie może tego robić w biegu. Konieczne jest pytanie: Jak śpisz? Czy trzymasz moc? Ile ważysz? Jak

nej jakości życia. Czas upływa na Pana niekorzyść”. To działa. **Mówi pani o wysokiej jakości świadczeń dla osób starszych w Wielkiej Brytanii. Czy w Polsce jest pod tym względem dobrze?**

W Polsce mamy około 500 geriatrów, z czego część pracuje w innych specjalizacjach. W Anglii w jednym szpitalu było ich 20. Jako córka seniorki i osoba, która sama wchodzi w wiek senioralny, nie wyobrażam sobie, by osoba starsza nie miała dostępu do rehabilitacji domowej. Czekanie pół roku na takie



for. Freepik

można o to nie zapytać?! W geriatry stosujemy tzw. całościową ocenę geriatryczną. Pytamy nie tylko o dolegliwości i schorzenia, ale także o sytuację życiową pacjenta — czy ma pieniądze na leki, czy ma ciepłą wodę w domu, ile schodków prowadzi do jego mieszkania. Wystarczy uruchomić wyobraźnię. Są osoby, które chciałyby chodzić na spacer, ale nie mogą, bo mieszkają na zbyt wysokim piętrze, a nie ma windy. Lekarz powinien wiedzieć jak najwięcej o swoim pacjencie. Warto czasem chodzić na wizyty z osobą, która opiekuje się pacjentem, by zebrać pełniejszy obraz sytuacji.

Jak zmotywować osobę starszą do działania na rzecz swojego zdrowia i kondycji?

Jako lekarz mówię tak: „Proszę pana, jest pan ciągle ok. Ma pan bardzo dużo do stracenia, musi pan trochę popracować, by pana (względnie może) samodzielność utrzymać. Musi pan zacząć działać już teraz, by nie utracić obec-

usługi jest absurdalne! Potrzebujemy większej świadomości wśród osób odpowiedzialnych za służbę zdrowia. Społeczeństwo gwałtownie się starzeje. Jak przygotujemy się do „srebrnej fali” teraz, tak będziemy zbierać owoce tych działań później.

Czy starość się nie udała Panu Bogu?

Kiedyś często to powtarzałam, ale zrozumiałam, że to nieprawda. Starość jest nam zadana, byśmy mieli więcej wyobraźni o upływie czasu i nieubłaganej zmianie naszej rzeczywistości. Uważam, że taki brak wyobraźni to olbrzymi grzech. Za dwadzieścia lat będziemy się gorzej czuć, a teraz ciągle palimy papierosy, pijemy za dużo alkoholu, nie walczymy z nadwagą, nie leczymy nadciśnienia, spędzamy cały dzień siedząc i bez aktywności fizycznej. Będziemy cieszyć się własną starością, jeśli pomyślimy o niej już wcześniej.

Dziękuję za rozmowę.

ZABAWA KARNAWAŁOWA



w rytmie

DISCO

229 ZŁ/OSOBE

DJ Grzechy



TRZY CIEPŁE POSIŁKI
ZIMNA PŁYTA
DESER
BUFET KAWOWY
NAPOJE

01 MARCA 2025 | START: 19:00

HOTEL EUROPEJSKI
RESTAURACJA
GIAN LORENZO

GIAN LORENZO
Smałami Śląskiego Rzymu

SKOROCHÓW 21 K

Mile widziane przebrania!

REZERWACJE:
77 433 99 09

STREIFY WOLNE OD DZIECI?

W ostatnich latach na Zachodzie obserwowany jest trend polegający na selekcji wiekowej. Kto jest poszkodowany? Dzieci. A z nimi rodzice.

Latem 2024 Aqua Parku Fala w Łodzi rozślawił się na całą Polskę ogłaszając, że zamyka dostęp do swojej strefy wellness dla dzieci poniżej 14 roku życia. Było to umotywowane chęcią zapewnić ciszy i spokoju dorosłym użytkownikom basenu oraz bezpieczeństwem. Być może udało się jakoś z tego wytłumaczyć, ale sprawę pogarszał plakat reklamujący wówczas pływalnię: przedstawiał przekreślone, płaczące dziecko.

Bez dzieci

To nie jest pierwszy tego typu przypadek. Już wcześniej kilka basenów czy restauracji próbowało podobnych zabiegów, co często kończyło się oburzeniem i ostatecznym odstąpieniem od ograniczeń. Tak było w przypadku wrocławskiego Aqua Parku. Niemniej istnieją lokale gastronomiczne i inne miejsca, które nie przyjmują rezerwacji i nie wpuszczają gości z dziećmi poniżej 12 czy 14 roku życia, tłumacząc to ko-

niecznością zachowania eleganckiej atmosfery lokalu czy dbaniem o komfort gości, którzy potrzebują ciszy.

Za i przeciw

Argumenty za są przeważnie jasne: chodzi o spokój, ciszę, relaks, atmosferę czy bezpieczeństwo, a czasami charakter danego miejsca. O ile zakaz przyrowadzania dzieci do nocnych klubów lub do ekstremalnych parków rozrywki jest zrozumiały, o tyle niektóre lokale wydają się przesadzać. Wiele osób podnosi wobec tego sprzeciw bojąc się, że trend stanie się popularny. Zakaz przyrowadzania dzieci uderza przede wszystkim w rodziców, głównie w matki. Ostatnio na facebooku pojawił się wpis kobiety, która została wyproszona z kawiarni, ponieważ jej dziecko płakało. Trudno wyobrazić sobie sytuację, że matka przez 5 lat nie chodzi do cukierni i restauracji, bo jej dziecko może zrobić trochę hałasu. Wiele środowisk boi się wykluczenia rodzin z przestrzeni publicznej.

Światowy trend

Część osób zwraca uwagę, że niechęć do dzieci w miejscach publicznych jest cechą światowego trendu. Przejawów i rodzajów tego zjawiska jest wiele. Skrajna niechęć przejawia się

podchodzeniem z niechęcią do rodzicielstwa, ale też zwykłego kontaktu z maluchami, a fakt, że dzieci przejawiają zestaw potrzeb i zachowań naruszających komfort i "dobrostan", często wymagających uwagi i poświęcenia, powoduje, że traktuje się maluchy niemal jak intru-

chęcią do nich byłoby całkowicie nie na miejscu. „Nie lubię ludzi na wózkach” — chyba mało kto słyszał coś takiego. Tymczasem hasło „nie lubię dzieci” albo wręcz „nienawidzę dzieci” można usłyszeć z wielu ust i nikogo to nie gorszy.



zów. Interesujące, że niektórzy nie czują się komfortowo w towarzystwie osób starszych czy niepełnosprawnych, źle znoszą kontakt z przedstawicielami różnych grup społecznych i jest to normalne. Jednak obnoszenie się z nie-

Macierzyństwo to katorga?

Spokrewnionym z powyższymi postawami trendem jest, pojawiająca się w wielu mediach, niechęć do macierzyństwa. Posiadanie dzieci przed-

stawia się jako straszne doświadczenie, wręcz męka. Ma ono czynić z kobiety niewolnicę małego, egoistycznego człowieka i nie pozwalać jej się rozwiać, żyć pełnią życia. Mamy są przedstawiane jako niezbyt rozgarnięte osoby, które nierzadko pochodzą z nizin społecznych i żyją z 800+ swoich dzieci. Pogardliwie nazywane są „Madkami”. Wielu socjologów, widząc jak popularne stają się tego typu wypowiedzi, bije na alarm: kraje Europy zachodniej, na czele z Polską, wydłużają się w zastraszającym tempie. Mądrym byłoby promowanie rodzicielstwa, a nie zniechęcanie do niego.

Tak i nie

Warto pamiętać, że właściciele prywatnych biznesów mogą nakładać na swoich gości i klientów pewne warunki (np. strój wizytowy) i jest to ich prawo, pozwalające na zachowanie specyfiki ich lokali — nie ma w tym nic dziwnego i niewłaściwego. Problemem jest nieuzasadniona niechęć do dzieci w przestrzeni publicznej. Obawa przed tym ostatnim nie oznacza przyzwolenia na złe zachowanie najmłodszych w restauracji czy na basenie.

GJ

Pijemy coraz mniej — to dobrze czy źle?

Na świecie i w Polsce od kilku lat wyraźnie pije się coraz mniej. Powód to rosnąca świadomość złego wpływu etanolu na zdrowie, ale także coraz wyższe ceny.

Trend NoLo (No and Low alcohol) opanowuje nasz kraj. Polega on na całkowitej rezygnacji lub ograniczeniu spożywania napojów alkoholowych. Pokolenie Z i Millenialsi chętniej niż po butelkę, sięgają po produkty bezalkoholowe, których coraz więcej pojawia się na półkach. Jeśli nawet spożywa się trunki, to są one niskoprocentowe. Co za tym stoi? W dużej mierze popularyzacja zdrowego stylu życia. Podobnie jak dawniej w świadomości społecznej zawsze mają swoje miejsce pewne slogany na tematy związane z żywnością. Niektóre z nich jest np. „śniadanie to najważniejszy

posiłek dnia”, „kawa wypłukuje magnez” czy „nie wolno jeść słodczy przed obiadem”. Podają je do naszej wiadomości „eksperci”, a potem wiedza ta żyje własnym życiem, bez względu na to czy jest zgodna z wiedzą naukową czy nie. Wiele współczesnych, żywieniowych haseł pochodzi z internetu i ma swoje źródło u dietetycznych coachów. W ostatnich latach coraz częściej powtarzali oni informację o tym, że alkohol, nawet w minimalnej ilości, bardzo niekorzystnie wpływa na nasz mózg i inne narządy. Młodzi ludzie, dla których zdrowie i zadbane ciało jest ważne, wzięli sobie to do serca.

Chcemy być piękni

Profile na instagramie przedstawiające pożywne, pełne wazryw posiłki oraz szczupłe, wysportowane ciało, to dzi-

siaj normalny widok. Okazuje się, że zdjęcie z piwem niekoniecznie dobrze się prezentuje, a już na pewno nie wpisuje się w trend bycia fit. Spotykamy osoby niepijących w barach jest już normą, mało tego — knajpy obowiązkowo oferują, a nawet prześcigają się w propozycjach bezalkoholowych drinków i innych napojów dla abstynentów.

Dobrowolna absytnencja

Dla sporego grona osób fakt, iż w ich rodzinie lub najbliższym otoczeniu alkohol odegrał dużą, negatywną rolę, ma znaczenie. Nasi dziadkowie i rodzice żyli w czasach PRL, gdzie wódkę można było kupić łatwiej niż chleb, problem alkoholowy dotknął w jakimś stopniu chyba każdą rodzinę w Polsce. Jest to powód dla którego ludzie rezygnują z procentów — z obawy przed uzależnieniem

oraz z pewnego rodzaju pogardy dla alkoholu, który wyrządził im i bliskim wiele zła.

Skład pod lupą

Polacy coraz chętniej analizują składy zarówno żywności jak i kosmetyków. Istnieją kanały na yt, które przedstawiają oglądającym wpływ różnych składników na jakość żywności oraz jej działanie na organizm. Skład alkoholi również jest analizowany. Niska cena wzbudza podejrzenia. O ile dziwnie tanie alkohole kiedyś były niezwykle chętnie spożywane, dzisiaj kojarzą się już głównie z patologią.

Tylko whisky

Chętniej sięgamy po wina, powoli żegnamy wysokoprocentowe alkohole takie jak wódka. Przywodzą nam na myśl czasy PRL-u lub weseła, na którym wszyscy piją

bez opamiętania, a potem tracą kontakt z rzeczywistością. Wódka w świadomości społecznej służy głównie do upijania się. I chociaż sporą popularnością cieszy się dziś u nas whisky, które ma ok 40%, pełni raczej funkcję degustacyjną i „wspólnototwórczą”.

Czy to dobrze, że pijemy mniej?

Wydaje się, że tak. Wpływ alkoholu na zdrowie i samopoczucie po prostu najczęściej nie jest dobry.

Miejmy nadzieję, że poprawi się bezpieczeństwo na drogach i spadnie liczba uzależnień. Istnieją też niestety negatywne strony tego trendu. Brak alkoholu powoduje sięganie po inne używki, niekoniecznie bezpieczniejsze.

GJ

Kobieta z przeszłością, mężczyzna po przejściach

JAK RANDKUJĄ SENIORZY

Nie zawsze jest tak, że po osiągnięciu wieku emerytalnego zasiadamy w bujanym fotelu przed kominkiem, robiąc na drutach w towarzystwie wnucząt. Czasem właśnie wtedy odkrywamy magię randkowych aplikacji.

Z perspektywy nastolatka lub studenta osoba w wieku 60 lat wydaje się bardzo stara, ale punkt widzenia zależy od punktu siedzenia. Im bardziej zbliżamy się do tej magicznej granicy, tym bardziej rozumiemy, że życie na emeryturze może być dobre, a nawet bardzo dobre. A że miłość jest niezbędna do szczęścia, to już od dawna wiemy.

Zupełnie sam

Seniorzy decydują się na poszukiwanie miłości z różnych powodów. Jednym z nich jest samotność. W przedziale wiekowym powyżej 60. roku życia ponad 50% ludzi mieszka w pojedynkę, prawie 1/3 odczuwa samotność, a 1/5 nie ma z kim spędzać wolnego czasu, rozmawiać i dzielić się pasjami. Choć wielu z nas mogłoby się określić mianem „samotnego wilka”, taki stan już po kilku dniach wzbudza poczucie głębokiego smutku u osób, które cenią sobie bliskie relacje. Samotność źle wpływa na stan fizyczny człowieka i może prowadzić nawet do depresji. Niestety – chciane lub niechciane – życie w pojedynkę jest światowym trendem. W Szwecji co drugie gospodarstwo domowe jest prowadzone przez jedną osobę.

To nie jest stan dla starych ludzi

Ludzie w Polsce w wieku powyżej 50. roku życia cier-



foto: Freepik

pią z powodu samotności, często spowodowanej śmiercią współmałżonka lub rozstaniem. Wielu z nich decyduje się poszukać miłości jeszcze raz. Jest też niemała grupa, która stawia swoje pierwsze kroki na rynku matrymonialnym. Co ciekawe, pomysł szukania drugiej połówki na emeryturze nie jest fanaberią, lecz zdrowym rozsądkiem. To czas, kiedy ustanie regularnego, aktywnego zajęcia uświadamia brak bliskiej osoby. Chcemy dzielić się przeżyciami, robić to, na co wcześniej nie było warunków. Emerytura ma być okresem spokoju i radości po latach ciężkiej pracy i wychowywaniu dzieci. Większość z nas woli towarzystwo od samotności, dlatego poszukujemy kogoś do kochania. Zdarza się, że dzieci namawiają swoich rodziców do randkowania.

Gdzie szukać?

Jeśli senior swobodnie czuje się w sieci, wybierze aplikację randkową. Nawet 19% osób starszych umawiających się online używa Tindera (co ciekawe, po angielsku nazwa ta oznacza

„krzesiwo”). Aż 35% seniorów korzystających z internetu do znalezienia miłości umawia się obecnie lub jest w związku z osobą poznaną za pomocą tej aplikacji. Około 25% użytkowników portali randkowych znalazło szczęście dzięki Bumble i Hinge. Dużą popularnością cieszy się także Badoo, aplikacja oparta na przesuwaniu profili. Istnieją również narzędzia stworzone specjalnie dla użytkowników 50+ lub 60+, takie jak SilverSingles, Single50plus czy Swatka.pl.

Swatki wciąż modne

Wśród osób starszych wciąż dużą popularnością cieszą się swatki. O ile umawianie się przez internet nie zawsze jest bezpieczne, a do tego bywa trudne dla osób nieobytych z aplikacjami, ta metoda daje większe prawdopodobieństwo, że spotkanie zakończy się sukcesem. Swatka monitoruje przebieg spotkania, sprawdzając np. czy osoby bezpiecznie dotarły do domu po kolacji czy kawie. Co więcej, kojarzenie par dużo szybciej kończy się powodzeniem. Swatki mają sprawdzone metody – np. po każdym spotkaniu pytają o wrażenia, jakie zrobiła dana osoba, i zbierają dane, a później pracują z nią. To one dokonują selekcji kandydatów, biorąc pod uwagę różne parametry, takie jak charakter, poprzednie związki, status majątkowy czy upodobania. Nie traci się czasu na jałowe przesuwanie zdjęć w prawo i w lewo. Usługa ta jest jednak bardzo kosztowna i może wynieść nawet 25 tys. zł, z dodatkową opłatą, jeśli dojdzie do ślubu. Obejmuje wiele elementów,

takich jak spotkania z psychologiem, doradcą oraz poszukiwanie partnera poza Polską.

Seniorzy są wymagający

Seniorzy decydujący się na znalezienie drugiej połówki mają na celu spędzenie tzw. „jesieni życia” szczęśliwie. Podejmują aktywne działania, które często wymagają od nich wyjścia ze strefy komfortu, zdobycia nowych umiejętności, poproszenia o pomoc dzieci czy wnuków. Niestety, chęć bliskości i dzielenia się codziennością wielu starszych ludzi uważa wciąż za zarezerwowaną dla młodszych. Ci, którzy słusznie zrozumieli, że nie ma drugiego życia, prezentują zgoła inne postawy niż nastolatki czy osoby przed trzydziestką. Najczęściej są zdecydowanie bardziej asertywni. Opowieść o tym, że w wieku 60 lat nie widzi się liter, ale głupców dostrzega się z odległości kilometrów, nie jest ani trochę przesadzona. Seniorzy szybko oceniają, czy dana osoba do nich pasuje, i nie tracą cennego czasu. Nie myślą już o dzieciach, pracy, ogromnych zobowiązaniach ani perspektywie 60 lat razem. Związki seniorów są dużo bardziej spokojne, nastawione na bycie ze sobą, wspieranie się i korzystanie z życia. Podróże, tańce, rozwijanie pasji, wspieranie swoich rodzin czy biznesów – to dla nich ważne. Mają już za sobą mniejsze lub większe doświadczenia bliskości i relacji, wiedzą, czego szukają, a w co nie chcą znowu wchodzić. Osoby z bagażem negatywnych doświadczeń, które „uwolniły się”, traktują to jako drugą szansę. Często, kierując się lekcjami, które dało im życie, mówią np. „Każdy

facet kłamie” albo „Mężczyzna musi wypić”, co niekoniecznie prowadzi do budowania wartościowej relacji.

Pani pozna pana

Seniorki szukają mężczyzn odpowiedzialnych, stabilnych finansowo, uśmiechniętych i bez nałogów. Nie chcą pełnić roli gospodyni domowej, wolą być adorowane i spędzać czas na rzeczach, które lubią. Mężczyźni pragną bliskości, zrozumienia, ciepła i kobiecości. Wyrobione gusta muzyczne, filmowe i polityczne, zdjęcia z wędkowania, na motorze lub z pianinem czy gitarą, informacje o kluczowych cechach poszukiwanej osoby – to standardowy widok na randkowych profilach seniorów. I oczywiście zawód: emeryt. Józef (66 lat) słucha Rachmaninoffa i szuka partnerki, z którą będzie mógł podróżować i uczyć się języków. Bogdan (68 lat) dumnie prezentuje się ze swoim saksofonem i chętnie pozna łagodną panią w podobnym wieku. Mirosław (61 lat) chce spotkać kogoś, za kim będzie tęsknił przez cały dzień, a Krzysztof w tym samym wieku ostrzega, że nie potrafiłby znieść w partnerce niepunktualności.

A gdy się zejdą...

Budowanie relacji w późnym wieku to duża ekscytacja, radość, codzienna motywacja. Poznawanie się może być fascynujące i prowadzić do satysfakcjonującego związku. Siedemdziesięcioletnia narzeczona i wnuki na ślubie to piękna sprawa. Jak to mówią – na miłość zawsze jest czas.



foto: Freepik

MYKOPLAZMA ATAKUJE

Mykoplazmoza to obecnie jedna z najczęściej diagnozowanych chorób, jeżeli chodzi o choroby zakaźne. Mimo to wiele osób wciąż nie zadaje sobie sprawy z tego, jakie są jej objawy. To z kolei może przyczynić się do bardzo poważnych powikłań zdrowotnych. Przyjrzyjmy się zatem nieco bliżej kwestii tego, czym tak naprawdę jest mykoplazmoza oraz w jaki sposób możemy z nią skutecznie walczyć.

Mycoplazmoza wywołana jest przez bakterię z rodziny *Mycoplasma pneumoniae*, która atakuje przede wszystkim górne drogi oddechowe. Według opublikowanych informacji jest ona odpowiedzialna za około 40 procent zachorowań na poszpitalne zapalenie płuc. Przenosi się ona drogą kropelkową, a do samego zakażenia najczęściej dochodzi w dużych skupiskach ludzi, takich jak na przykład przedszkola czy też urzęd-



foto: Freepik

dy. W pierwszym przypadku jest to o tyle ważne, że to właśnie dzieci są w szczególności narażone na zakażenie. Jeżeli zaś chodzi o jego przebieg, zazwyczaj jest on łagodny. Nie oznacza to jednak, że należy je lekceważyć. W przeciwnym wypadku mykoplazmoza może doprowadzić chociażby do zapalenia wątroby. Do najczęściej występujących objawów możemy zaliczyć:

- Ból gardła,
- Gorączkę,
- Kaszel,
- Ból głowy,
- Katar,
- Bóle mięśniowe,
- Bóle ucha.

Jak łatwo się wiec domyślić, są one podobne do innych chorób. Z tego powodu do poprawnej diagnozy mykoplazmy konieczna jest kon-

sultacja z lekarzem, który powinien zlecić wykonanie dodatkowych badań. Jeżeli zaś chodzi o samo leczenie, ono również różni się od standardowego leczenia zakażenia bakteryjnego. Wynika to przede wszystkim z tego, że bakterie ją wywołujące są odporne na większość antybiotyków. W ich przypadku najlepiej mogą się sprawdzić makaloidy, należy jednak pamiętać,

że o ich włączeniu do leczenia powinien zdecydować lekarz. Oprócz nich możemy stosować preparaty łagodzące jej objawy, takie jak na przykład wspomniany przez nas kaszel. Jeżeli jednak mimo to choroba nie zacznie ustępować, konieczne może okazać się leczenie w warunkach szpitalnych.

AO

Dlaczego warto ćwiczyć w podeszłym wieku

W zdrowym ciele zdrowy duch

Aktywność ruchowa oraz sport to jedne ze skuteczniejszych metod profilaktyki zdrowia fizycznego jak i psychicznego. Co do tego nie ma żadnych wątpliwości.

Mimo to wiele osób starszych oraz ich rodzin nie zdaje sobie sprawy z tego, jakie korzyści one niosą. Z tego powodu nie uprawiają one aktywnie sportu, a ich aktywność ruchowa jest mocno ograniczona. Przyjrzyjmy się zatem nieco bliżej kwestii tego, dlaczego warto aktywnie uprawiać sport, mimo podeszłego wieku.

Jedną z podstawowych zalet uprawiania ćwiczeń fizycz-

nych jest profilaktyka zdrowia psychicznego oraz fizycznego. Dzięki niej można uniknąć lub znacząco opóźnić wystąpienie takich chorób jak na przykład:

- Dolegliwości układu sercowo-kръżeniowego,
- Zaburzenia pamięci,
- Osteoporoza,
- Zwyrodnienia stawów

oraz wielu innych, które w niektórych przypadkach nieleczone, mogą stanowić poważne zagrożenie dla zdrowia oraz życia. Aktywność fizyczna w podeszłym wieku może wpłynąć również układ nerwowy oraz psychikę. W tej kwestii naukowcy udowodnili, że najlepsze efekty przynoszą ćwiczenia



foto: Freepik

o umiarkowanej intensywności. Wpływają one pozytywnie na przykład na intensywniejsze wydzielanie endorfin oraz kortyzolu, który odpowiedzialny jest za redukcję stresu. Przyczyniają

się one również do poprawy jakości snu.

Jak w takim razie odpowiednio zabrać się za ćwiczenia osób w wieku podeszłym? Najlepszym rozwiązaniem może okazać się

skorzystanie z pomocy fizjoterapeuty lub odpowiednio wykwalifikowanego trenera personalnego. Dzięki temu można dobrać ćwiczenia w taki sposób, aby były one z jednej strony optymalne dla naszego zdrowia, z drugiej zaś możliwie jak najbardziej bezpieczne. Co do zasady, zajęcia dla seniorów prowadzi się zarówno w formie indywidualnej, jak i grupowej. W pierwszym przypadku ćwiczenia są dobierane pod konkretną osobę. W drugim z kolei są one bardziej ogólne, za to mogą pozytywnie wpłynąć na socjalizację osób starszych, poprzez, chociażby poznanie nowych znajomych.

AO

HISTORIA LUBI SIĘ POWTARZAĆ

To powiedzenie często ma odzwierciedlenie w rzeczywistości. Czasami zdarza nam się powielać te same błędy lub sukcesy, co ludzie z przeszłości. Co więcej, w niektórych przypadkach scenariusze powtarzały się wielokrotnie. Warto zatem przyrzeć się nieco bliżej sytuacjom, kiedy historia ewidentnie się powtórzyła oraz z czego tak naprawdę to wynikało.

Jednym z doskonałych przykładów tego, że historia lub się powtarzać, są wyprawy wojenne Napoleona Bonaparte oraz Polaków przeciwko Rosji. Wielu z Państwa zastanawia się, co mają one ze sobą wspólnego, skoro dzieli je od siebie 200 lat? Odpowiedzią na to pytanie były niemalże te same błędy, które

popęlnili najpierw Polacy, a następnie Francuzi, na Niemczech kończąc. W naszym przypadku do klęski przyczyniły się między innymi:

– Złe przygotowanie do wyprawy. Siły polskie zakładały, że Rosjanie łatwo poddadzą się woli nowoosadzonego na carskim tronie, królewicza polskiego, Władysława. Rosjanie jednak po pierwsze szybko polapali się, że nie jest on przychylny swoimi nowym poddanym, a po drugie według nich (i nie tylko) był on jedynie marionetką w rękach swojego ojca, Zygmunta III Wazy.

– Złe przygotowanie logistyczne. Polacy nie przewidzieli, że po pierwsze ich linie

zaopatrzeniowe będą mocno szarpane przez ataki podjazdowe. Po drugie nie przygotowali się na wielomiesięczne oblężenia w warunkach ostrej rosyjskiej zimy.

Efekt był taki, że zdziesiątkowani opuściliśmy Moskwę. I bardzo podobne błędy popełnił Napoleon Bonaparte, licząc, że rozbije siły rosyjskie w jednej, decydującej bitwie. Liczył on również na to, że jego wojsko, w celu utrzymania odpowiedniego tempa natarcia, będzie wiozło ze sobą minimalne zapasy, a resztę potrzebnych materiałów zdobędą na przeciwniku. W obu przypadkach bardzo mocno się pomylił, gdyż siły rosyjskie za wszelką cenę unika-

ły decydującej bitwy, dodatkowo kłając i tak słabą już francuską logistykę atakami partyzanckimi. Zastosowali również taktykę spalanej ziemi, przez co Francuzi nie mieli możliwości pozyskania na miejscu podstawowych produktów takich jak na przykład żywność czy też tkaniny. Wszystko to sprawiło, że kompletnie nieprzygotowana do rosyjskiej zimy armia francuska poniosła kolosalne straty w czasie odwrotu, a sama kampania rosyjska walczy przyczyniła się do upadku Napoleona.

Przenieśmy się jednak na inną półkulę oraz w jeszcze bardziej odległe czasy, a konkretnie do średniowiecznej Japonii. W 1274 roku doszło do potężnej inwazji Chin, rządzonej wówczas przez dynastię mongolską, na feudalną Japonię. Skala inwazji była nieporównywalna z niczym innym - większa była jedynie aliancka inwazja w Normandii w roku 1944. Ocenia się, że mogło wziąć w niej udział około 140 tys. żołnierzy i około 4 tys. statków różnej wielkości. Siły, jakie wystawiła Japonia, niemalże od samego początku były przytłoczone ogromem inwazji, w związku z czym zaczęły się one wycofywać w kierunku gór. I w tym momencie

doszło do czegoś niezwykle. Otóż wojsko chińsko-mongolskie postanowiło się wycofać do swoich okrętów, obawiając się, że Japończycy postanowili się wycofać w celu ściągnięcia dodatkowych sił, których jak się później okazało, po prostu nie było. W międzyczasie okręty wypłynęły wraz z wojskiem na pełne morze, w celu uniknięcia nadciągającego tajfunu. I stało się dokładnie odwrotnie. Otóż na dno wraz z armią poszły niemalże wszystkie statki. Uratowało się jedynie kilka z nich, które nie zdążyły odbić od brzegu. Nie oznacza to jednak, że Mongołowie odpuścili całkowicie myśl inwazji na Japonię. Tym razem jednak, mimo ponownego zebrania ogromnych sił, nie byli oni w stanie znaleźć odpowiedniego miejsca od przeprowadzenia desantu. Jego poszukiwania zajęły wiele czasu, a co za tym idzie, znacznie nadszarpnęły zapasy wojenne. Jak łatwo się domyślić, w tym czasie ponownie ich flota została zatopiona przez tajfun. Widząc w tym boską interwencję, Japończycy nazwali oba tajfuny kamikaze, co z japońskiego oznacza boski wiatr.

AO



foto: Freepik

To auto powinno być naszą dumą

Prawdopodobnie miasto Nysa jest obecnie najbardziej znane z tego, że dotknęła je powódź. Drugim skojarzeniem powinna być Nyska — kultowy samochód. O swoim hobby i oczekiwaniach opowiada nam wielki pasjonat i społecznik Andrzej Stadnik.

Gdyby był pan odpowiedzialny za promocję naszego miasta jak by ona wyglądała?

Mamy przepiękne tereny i jesteśmy świetnie usytuowani, jesteśmy bazą wypadową na wiele lokalizacji: Czechy, góry, uzdrowiska, Niemodlin, Otmuchów, Wrocław. Historia to też mocny element np. 800 lat praw miejskich, czego nie potrafimy docenić. Ale oczywiście największym potencjałem jest fabryka aut marki Nysa. W Polsce jedynie Lublin i Warszawa mogłyby się pochwalić podobną historią.

Nysa jest znana w wielu zakątkach świata.

Tak, nie tylko w Polsce. Eksportowano ją do Afryki, na

Kubę, do ZSRR i innych krajów. Oczywiście największe znaczenie ma dla Polski i naszego regionu.

Myślę, że wielu turystów jest zaskoczona, że w Nysie nie ma muzeum.

Sam tego nie rozumiem, ale wiem, że muzeum powinno być w miejscu, w którym dana rzecz się dzieje. Tymczasem wszystkie obiekty związane z Zakładem Samochodów Dostawczych, który mieścił się w Nysie, zostały już sprzedane przez władze miasta. Jeszcze kilka lat temu walczyłem o obiekt, w którym znajduje się dzisiaj Kler, bo była tam główna linia produkcyjna, ale sprzedano także to. Pozostała tylko stróżówka, którą staram się pozyskać pod przyszłe muzeum. To miejsce w którym ktoś dosłownie w latach 60 przekreślił klucz i nigdy nie wrócił. Wnętrze zachowało się w niezmiennym stanie. Bardzo zależy mi na tym budynku, bo to ostatnia szansa na stworzenie muzeum Nysy w miej-

scu jej produkcji. Władze miasta na zmianę deklarują zamiar przekazania jej, potem zmieniają zdanie. Myślę, że to zwyczajna niechęć, bo nie znajduję innego wytłumaczenia, ale jest to dla mnie niezrozumiałe. Nie wiem dlaczego władze Nysy są tak nieprzychylnie promocji miasta przy pomocy oczywistej historii. Może to, że nasz burmistrz nie jest z Nysy sprawią, że nie czuje tego sentymentu i lekceważy to. Chociażby fakt, że wszyscy zarobilibyśmy na takiej promocji, bo zjeżdżaliby tu turyści, powinien być przekonujący.

Czy warto w takim razie walczyć o tę historię?

Warto mimo wszystko. Warto mimo wszystko. W ostatnim czasie udało mi się przeprowadzić wywiad z 96-letnim konstruktorem pierwszego egzemplarza marki Nysa N57. Miał bardzo jasny umysł. Mówił żartobliwie, że on miał niewielkie zadanie: zaprojektować przód tego samochodu. To przecież najbardziej charakterystyczna rzecz!

Ten pan po sześciu miesiącach zmarł. Ta historia umiera na naszych oczach. Ja sam nie mam prawie wolnego czasu, bo często jeżdżę po Polsce, pozyskuje auta, różne artefakty, dokumenty, przeprowadzam wywiady. Ale zależy mi na tym, bo to ostatni moment, by to zdobyć. Chciałbym zająć się tylko tym, z myślą, że miejsce na muzeum już jest.

Jakby wyglądałoby muzeum, które pan stworzy w tym miejscu?

Zawsze chciałem stworzyć muzeum z restauracją, która podawałaby dania z okresu produkcji Nysy. Chciałbym, by tam czas mogli spędzać zarówno mężczyźni jak i kobiety i dzieci, bo prawdopodobnie ekspozycja byłaby — mimo najlepszych chęci — bardziej interesująca dla płci męskiej. Ważne, by można było tam spędzić cały dzień, więc interakcje z różnymi elementami muszą się tam pojawić. Na pewno będzie się też można przejechać Nyską i zobaczyć jej różne

modele. Chciałbym współpracy np. z PANS Nysa, by uczniowie mogli przychodzić i korzystać z zasobów. Mamy ZS Technicznych i niektóre profile mogłyby w ramach zajęć naprawić starą Nysę, oderstaurować jeden egzemplarz. Chciałem, aby ta stróżówka była też miejscem spotkań byłych pracowników fabryki. To są już ludzie w podeszłym wieku, byłoby to coś, co dawałoby integrację grupie nieco wykluczonej.

Wierzymy, że w końcu się uda. Czy będzie więcej miniatur?

Tak. Projekty kolejnych Nysiek są już gotowe. Gromadzimy kapitał, czekamy na sponsorów, bo wykonanie jednego „autka” to koszt około 15 tys. zł. Mój syn stworzył model nysy 501, tę którą stała w galerii Dekada. Ona jest pierwsza w kolejce. Mam też wiele pomysłów już na przyszłość, może miniaturka wozu strażackiego, milicji, wojska, kinobusa? Zobaczymy.

GJ

JESTEŚMY CORAZ LEPSI

Sytuacja polskiego tenisa na dzień dzisiejszy jest bardzo obiecująca, zarówno wśród mężczyzn, jak i kobiet. Polska jest jednym z krajów, który w ostatnich latach poczynił ogromne postępy w tym sporcie, a sukcesy naszych zawodników i zawodniczek na arenie międzynarodowej pokazują, że jesteśmy na dobrej drodze do dalszego rozwoju.

Iga Świątek jest największą gwiazdą polskiego tenisa i jednym z najważniejszych powodów, dla których Polska zyskała międzynarodowe uznanie w tym sporcie. Zwycięzcy trzech French Open (2020, 2022, 2023) oraz US Open 2022, była również numerem 1 w rankingu WTA przez wiele tygodni. Jej dominacja na nawierzchni ziemnej, ale także coraz lepsza forma na innych nawierzchniach, sprawiają, że jest jedną z głównych faworytek do wygrania kolejnych wielkoszlemowych tytułów.

Najbliższy turniej, w którym Iga Świątek weźmie udział, to Australian Open 2025, który rozpoczął się 15 stycznia i potrwa do 28 stycznia 2025. Jest to pierwszy wielkoszlemowy turniej w sezonie, który odbywa się na twardych nawierzchniach w Melbourne.

Iga Świątek będzie jednym z głównych faworytek w grze singlowej kobiet, biorąc pod uwagę jej świetną formę i wysokie miejsce w rankingu WTA. Australijskie Australian Open jest jednym z najważniejszych turniejów w kalendarzu tenisowym, więc jest to wydarzenie, które cieszy się ogromnym zainteresowaniem.

Tenis męski wciąż czeka na gwiazdę

Polski tenis mężczyzn w ostatnich latach przeszedł spory rozwój, chociaż wciąż brakuje nam tak wybitnej postaci jak Iga Świątek. Niemniej jednak kilku polskich tenisistów, zwłaszcza młodszych, zdobywa doświadczenie na arenie międzynarodowej.

• **Hubert Hurkacz** – Największa nadzieja polskiego tenisa mężczyzn. W ostatnich latach Hubert Hurkacz zyskał rozpoznawalność dzięki wygranej w Miami Open w 2021 roku oraz dobrym wynikom w innych turniejach ATP, w tym na Wimbledonie, gdzie dotarł do ćwierćfinału. W 2024 roku nadal należy do czołowych zawod-



foto: Facebook

ników na świecie, choć nie udało mu się jeszcze zdobyć tytułu wielkoszlemowego. Hurkacz jest bardzo silnym zawodnikiem, który może rywalizować z najlepszymi na świecie, szczególnie na nawierzchni twardej.

• **Kamil Majchrzak** – Kamil to inny polski tenisista, który w ostatnich latach robi postępy. Choć nie osiągnął jeszcze przełomowego sukcesu w wielkich turniejach, wciąż jest w czołówce polskiego tenisa mężczyzn. Jego obecna forma wskazuje na to, że może wkrótce awansować do wyższej części rankingu ATP.

• **Jan Zieliński i Kacper Żuk** – To młodsze talenty, które zaczynają coraz bardziej zaznaczać swoją obecność na międzynarodowej scenie. Choć są jeszcze w fazie rozwoju, mają duży po-

tencjał i z każdą edycją turniejów zdobywają coraz więcej doświadczenia.

Infrastruktura

Polska ma dobrze rozwiniętą infrastrukturę tenisową, z nowoczesnymi kortami i akademiami, które umożliwiają młodym talentom rozwój. W miastach takich jak Warszawa, Wrocław czy Kraków znajdują się duże obiekty, w których młodzież ma możliwość trenować i uczestniczyć w turniejach.

• **Akademie tenisowe:** Istnieje szereg akademii tenisowych, które wspierają młodych zawodników i zawodniczki. Polska ma również duże ośrodki treningowe, które pomagają w przygotowaniach zarówno

do startów na poziomie krajowym, jak i międzynarodowym.

Rywalizacja i przyszłość

Polski tenis przeżywa prawdziwy rozkwit, ale wciąż czeka nas wiele pracy, zwłaszcza w kontekście męskiego tenisa. Iga Świątek jest na czołowej pozycji w kobiecym tenisie, ale w męskim nie mamy jeszcze zawodnika, który mógłby na stałe być w czołówce światowego rankingu. Hubert Hurkacz jest na najlepszej drodze, aby takim zawodnikiem się stać, ale będzie musiał wciąż stawić czoła bardzo silnej konkurencji w postaci topowych zawodników jak Novak Djoković, Carlos Alcaraz czy Daniil Medvedev.

GJ

Reprezentacja wynosi się z Narodowego

Plotki o tym, że reprezentacja Polski w piłce nożnej nie będzie już rozgrywać swoich meczów na PGE Narodowym obiegły cały kraj.

PGE Narodowy, mimo swojej olbrzymiej pojemności, nie zawsze przyciąga pełne trybuny, zwłaszcza na mniej ekscytujących meczach reprezentacji Polski, co wpływa na atmosferę na stadionie. Dodatkowo, wynajem tak dużego obiektu wiąże się z wysokimi kosztami organizacyjnymi, co dla Polskiego Związku Piłki Nożnej (PZPN) może stanowić dużą inwestycję, szczególnie przy mniejszym zainteresowaniu. W takim przypadku przeniesienie meczów na mniejsze stadiony, jak Stadion Śląski w Chorzowie, Stadion Miejski w Poznaniu czy PGE

Arena w Gdańsku, mogłoby okazać się bardziej opłacalne, a także zwiększyć zaangażowanie lokalnych kibiców, którzy w mniejszych miastach częściej wypełniają trybuny.

Może w Chorzowie?

Stadion Śląski w Chorzowie jest jednym z potencjalnych miejsc, gdzie mogłyby odbywać się mecze reprezentacji Polski w piłce nożnej, jeśli rzeczywiście doszłoby do przeniesienia spotkań z PGE Narodowego. Stadion Śląski jest jednym z najstarszych, ale także jednym z najbardziej charakterystycznych stadionów w Polsce, a jego modernizacja sprawiła, że stał się nowoczesnym obiektem, który spełnia wymagania międzynarodowe. Stadion Śląski w Chorzowie, po gruntownej modernizacji, z pojemno-

ścią około 55 000 widzów, jest jednym z największych stadionów w Polsce, co pozwala pomieścić sporą liczbę kibiców, jednocześnie zapewniając bardziej kameralną atmosferę niż PGE Narodowy. Jego centralna lokalizacja w aglomeracji Śląskiej oraz doskonała infrastruktura, w tym połączenia komunikacyjne, parkingi i zaplecze hotelowe, sprawiają, że jest łatwo dostępny dla kibiców z całego regionu. Stadion ma również duże znaczenie historyczne i emocjonalne, będąc miejscem wielu ważnych wydarzeń sportowych i meczów reprezentacji Polski, co sprawia, że jest to lokalizacja z dużym ładunkiem emocjonalnym dla fanów. Dodatkowo, Górny Śląsk, z silną tradycją piłkarską i klubami takimi jak Górnik Zabrze czy Ruch Chorzów, może zapew-

nić liczne wsparcie i zainteresowanie kibiców, co czyni Stadion Śląski atrakcyjnym miejscem na mecze reprezentacji.

Dlaczego jednak PGE?

Chorzów, choć znajduje się w sercu Górnego Śląska, może być jednak mniej dostępny dla kibiców z bardziej oddalonych obszarów. Mimo że Śląsk to region o dużym znaczeniu piłkarskim, to osoby z innych części Polski mogą napotkać pewne trudności związane z dojazdem, szczególnie jeśli chodzi o transport publiczny lub brak bezpośrednich połączeń. W przypadku osób dojeżdżających samochodami, problemem mogą być długie podróże z zachodnich czy wschodnich rejonów kraju.

Dlatego PGE Narodowy w Warszawie, ze swoją centralną lokalizacją i rozwiniętą sie-

cią komunikacyjną, rzeczywistość ma przewagę pod względem łatwości dostępu dla kibiców z całej Polski. To może być jednym z powodów, dla których stadion w Warszawie pozostaje głównym miejscem rozgrywania meczów reprezentacji. PGE jest uznawany za jeden z najlepszych stadionów w Polsce z wielu powodów. Ważne jest też to, że siedziby reprezentacji Polski naturalnie upatrujemy w stolicy kraju. PGE jest narodowy, podobnie jak nasza reprezentacja

Tylko plotki

Na chwilę obecną informacje o przeniesieniu reprezentacji na inny stadion to jedynie plotki. Może PZPN zdoła poradzić sobie z problemami związanymi ze stadionem narodowym.

GJ

TU NA RAZIE JEST ŚCIERNISKO...

Często o dobroczynnych inicjatywach wielkich tego świata słyszymy w telewizji i wcale nie wiemy, czy to tylko zapewnienia, czy może rzeczywiście ktoś komuś bardzo pomógł. Tym razem zobaczymy efekty. Reprezentacja Polski oficjalnie przekazała klubowi UKS Hat-trick Głuchołazy 400 tys. zł.



Kilka minut po 9:00 burmistrz Głuchołaz Paweł Szymkowicz, jego zastępca Roman Sambor, ks. Jerzy Kostorz — rzecznik etyki PZPN i pomysłodawca wydarzenia, przez UKS Tomasz Osiadły, dyrektora GOSiR-u Marek Szymanowski oraz przez OZPN Tomasz Garbowski zasiedli do stołu, aby podpisać umowę przekazania darowizny od polskich piłkarzy na rzecz UKS Hat-trick Głuchołazy. Na spotkaniu obecne były dzieci grające w Hat-tricku oraz ich trenerzy.

Pieniądze są częścią premii jaką reprezentacja otrzymała za swój występ na Euro 2024. Piłkarze zdecydowali, że pieniądze prześlą w całości na cele charytatywne:

„Był do mnie taki telefon pełniącego obowiązki dyrektora naszej kadry pana Łukasza Gawrjołka, z pytaniem czy znalazłbym takie miejsce, taki klub — szczególnie związany z dziećmi, ze szkoleniem dzieci — gdzie piłkarze ze swoich premii, któ-



re mają na koncie PZPN mogliby wykonać dzieło. Nie tylko jednorazową pomoc, ale konkretne dzieło. Po konsultacji z prezesem [...] OZPN Tomaszem Garbowski doszliśmy do wniosku, że UKS Hat-trick Głuchołazy to najlepszy typ.” — mówi ks. Jerzy Kostorz podczas konferencji prasowej.

Rzeczywiście, udało się sprawnie przeprowadzić całą procedurę. Jak przekonuje menager Hat-tricka ks. Kostorz bardzo pilno-

wał, by inicjatywa nie upadła i nie zginęła piłkarzon wśród natłoku spraw.

Nie w piwnicy, a na strychu

Spotkanie zorganizowane zostało na poddaszu budynku GOSiR mieszczącego się obok stadionu w Głuchołazach. Niewielkie pomieszczenia jak na razie nie są ogrzewane, podłogę pokrywają płyty wiurowe, a ze stropu zwisają pajęczyny. Konferen-

cja prasowa nie bez powodu rozpoczęła się słowami "Tu na razie jest ściernisko...". Aż trudno uwierzyć, że strych który z trudem pomieścił kilkanaście osób, ma się zamienić w szatnię i pomieszczenia do analizy meczowej, a także w salę do poturniejowych spotkań. A tak będzie, prace już wstępnie rozpoczęto. Dodatkowo podczas jednej z imprez w Koszalinie na rzecz Hat-tricka zebrano około 60 tys. zł, które zostaną wydane na remont małych schodów, co przystosuje je do potrzeb młodych piłkarzy. Według inicjatorów umiejscowienie z dala od ziemi jest celowe — ma służyć zabezpieczeniu na wypadek kolejnej powodzi.

Prezes UKS Tomasz Osiadły powiedział:

„Dla nas to jest wielkie wydarzenie. Jesteśmy trochę tułaczym klubem, funkcjonujemy już od 17 lat a nadal nie mieliśmy swojej siedziby. Korzystaliśmy z gościnności GOSiR-u no ale fajnie byłoby mieć swoje miejsce, gdzie możemy popracować z młodzieżą nie tylko na boisku. Często [...] można zauważyć, że trenerzy filmują mecze swoich podopiecznych. Mogą je później analizować. No właśnie. Nie mieliśmy miejsca, by coś takiego zrobić.”

Teraz sytuacja się odmieni. Tomasz Osiadły wyjaśnił też, że miejsce do analizy meczowej pozwoli rozwinąć klub i pracować nad formułą treningów. Dzięki rzutownikowi młodzi piłkarze będą mogli spojrzeć na swoją grę z boku i poprawić błędy.

Hat-trick otrzymał dokumentację projektową i pozwolenie na budowę. Co ciekawe już kilka lat

temu powstał pomysł adaptacji bezpiecznego od powodzi poddasza na pomieszczenie klubowe dla dzieci i młodzieży. Tego brakowało. Chciano wówczas ubiegać się o potrzebne fundusze z budżetu obywatelskiego, ale nie mogły być one wystarczające, ponieważ mogły wynosić jedynie około 80 tys. zł.

„To było pisane temu miejscu, że musi czekać na zdarzenie niebezpieczne, ale które przełoży się na coś pozytywnego. Ta odbudowa, o której się mówi, będzie odbudową z plusem” — powiedział zastępca burmistrza Głuchołaz, Roman Sambor.

Wspomniał także, że straty na obiektach sportowych w gminie przekroczą 100 mln zł. Obecnie 80% infrastruktury sportowej wymaga w Głuchołazach remontu. Władze nie chcą, by odbudowa polegała na powrocie do stanu sprzed powodzi, ale na wykorzystaniu okazji i maksymalnej modernizacji.

Szatnie szatniami, ale po co one, jeśli młodzi piłkarze nie mają miejsca, w którym mogliby grać, trenować i zwyciężać? Pieniądze przekazane przez piłkarzy nie zostaną przeznaczone na renowację boiska, a wyłącznie na adaptację poddasza budynku GOSiR. Według optymistycznego scenariusza zastępcy burmistrza Romana Sambora do rundy jesiennej rozgrywek uda się wymienić trawę na płytę głównej stadionu, korzystając z innych środków. Do tego czasu młodzi piłkarze z UKS Hat-trick muszą trenować na halach albo wyjazdowo.



Od lewej: zastępca burmistrza Roman Sambor, prezes OZPN Tomasz Garbowski, burmistrz Głuchołaz Paweł Szymkowicz, rzecznik PZPN ks. Jerzy Kostorz, prezes UKS Tomasz Osiadły.

Humor

Policjanci jadą na patrol. Podczas jazdy spotykają 3 nietrzeźwych mężczyzn. Biorą ich na komisariat. Niestety, alkomat był zepsuty. Postanowili ustawić jedno krzesło i sprawdzić ile ich zobaczą. Zaczęli ich wpuszczać po kolei:

- Ile pan widzi krzesel?
- Yyyy... dwa.

Więc wpuszczają następnego:

- Ile pan widzi krzesel?
- Yyyy... cztery.

Został ostatni:

- Ile pan widzi krzesel?
- Yyyy... a w którym rzędzie?

Student zdaje egzamin z elektrotechniki, lecz odpowiedzi studenta są poniżej krytyki. W końcu profesor zły, mówi:

- Dam panu trójkę, jeżeli powie pan ile jest żarówek w tej sali.

Student zaskoczony szybko policzył i odpowiada:

- Trzydzieści.
- Nieprawda - mówi profesor, po czym wyciąga z kieszeni żarówkę.

Za rok ten sam student podszedł do egzaminu i sytuacja się powtórzyła. Na pytanie profesora o ilość żarówek odpowiedział:

- Trzydzieści jeden.

Na co profesor z uśmiechem:

- Nieprawda. Nie mam w kieszeni żarówki.
- Ale ja mam.

W szpitalu pielęgniarka ma ogolić 80-letniego pacjenta przed operacją. Konkretnie chodzi o pachwiny. Rozbiera pacjenta i widzi ogromny interes. Nie może po-

wstrzymać się od uwagi:

- Dziadku, ależ to prawdziwy młot!

Dziadek dumnie:

- Jeszcze 10 lat temu wieszale na nim wiadro z wodą i przenosiłem 100 metrów od studni do domu bez pomocy rąk!
- A teraz się to już niestety nie udaje?
- Ano nie, kolana po drodze wysiadają.

Baco, gdzie nauczyliście się tak rąbać drzewo?

- Na Saharze.
- E, baco, kłamiecie! Przecież Sahara to pustynia...
- No, teraz to już pustynia.

Rabbi w synagodze pyta:

- Czy ktoś wie dlaczego ci Rosjanie tak nas nie lubią?

Mosiek, domyślnie:

- Może dlatego, że nie pijemy z nimi wódki?
- Niewykluczone - mówi rabbi - Niech każdy z was przyniesie jutro pół litra wódki, poćwiczymy między sobą jak się powinno pić po rusku, żeby nas Rosjanie polubili.

Mosiek wychodzi z domu z półlitrowką, a Salcia pyta:

- Gdzie niesiesz tą wódkę?
- Do synagogi, wlejemy wszystkie butelki do jednej beczki i będziemy pić jak Rosjanie - odpowiada Mosiek.
- W takim razie szkoda wódki - mówi Salcia.

Przełata wódkę do dzbanka i nalala wody do butelki. Mosiek, razem z innymi żydami, wlał swoją wódkę do beczki. Rabbi zaczerpnął stakana, wypił i mówi: Już wiem czemu nas Rosjanie nie lubią.



HOROSKOP

Baran 21 marca do 19 kwietnia

Osoby spod znaku Barana znajdą się w centrum ciekawych wydarzeń. Słońce sprawi, że nadejdą intrygujące wiadomości i zaproszenia na imprezy. Będzie jednak trochę zamieszania, bo przyjaciele mogą ciągle zmieniać plany. Nie ma się co martwić, bo wszystko się ułoży. W weekend czas na zabawę. Wycieczka lub taniec sprawią, że zodiakalne Barany nabiorą nowych sił.

Byk 20 kwietnia do 22 maja

Osoby spod znaku Byka mają przed sobą spokojniejszy tydzień. Do środy Merkury sprzyja zakupom, spotkaniom ze znajomymi i zajmowaniu się hobby. Do cięższej pracy trudno będzie zodiakalne Byki zmusić. W miłości powodzenie, ale od piątku ostrożnie z randkami w ciemno i żartami ze znajomych. Może się okazać, że ktoś nie ma poczucia humoru.

Bliźnięta 23 maja do 21 czerwca

Osoby spod znaku Bliźniąt poczują, że muszą trochę odpocząć. Słońce radzi zadbać o zdrowie i święty spokój, zamiast brać na siebie nowe zadania. Warto wreszcie docenić to, co dotychczas udało się zdobyć. W miłości niespodzianka. Wenus szykuje spotkanie z kimś, kto jakiś czas temu zniknął z towarzystwa. Teraz niespodziewanie powróci.

Rak 22 czerwca do 22 lipca

Osoby spod znaku Raka nie dadzą się nikomu poganiać. Mars pomoże im bronić swoich praw, zwłaszcza jeśli ktoś zleca im masę nieopłacalnych zadań. W środę i czwartek Księżyc w znaku Raka sprzyja zabawie i randkom, także spontanicznym. W miłości powodzenie - Wenus zadba, żeby osoby spod znaku Raka poczuły się kochane.

Lew 23 lipca do 23 sierpnia

Osoby spod znaku Lwa postanowią nie odkładać na później ważnych zadań i uda im się pozbyć zaległości. Początek tygodnia sprzyja rachunkom, zakupom i szybkiemu załatwianiu służbowych spraw. Od piątku Księżyc w znaku Lwa sprawi, że przypomną o sobie przyjaciele. Nadejdzie doskonały czas na zabawę i randki, więc warto korzystać z dobrej passy.

Panna 24 sierpnia do 22 września

Osoby spod znaku Panny chętnie wybiorą się na kawę ze znajomymi. W pracy żadne sekrety i poufne plany nie umkną ich bystremu spojrzeniu. Merkury do środy znajduje się w znaku Panny, a to sprzyja udanym negocjacjom i ważnym naradom. Uda się na czymś zaoszczędzić i tydzień okaże się bardzo udany. W weekend warto jednak zwolnić tempa, zadbać o zdrowie i wygodę.

Waga 23 września do 22 października

Osoby spod znaku Wagi będą optymistycznie nastawione i pomysłowe. Słońce już przebywa w ich znaku zodiaku, a od czwartku dołączy do niego Merkury. Sprawy, które opóźniały się lub nie układały, jak powinny, wreszcie ruszą do przodu. Od piątku Księżyc sprzyja zdobywaniu popularności. Zapowiada się więcej towarzyskich atrakcji, gości i zaproszeń na różne imprezy.

Skorpion 23 października do 21 listopada

Osoby spod znaku Skorpiona będą miały więcej szczęścia, bo w poniedziałek Wenus wkroczy do ich znaku zodiaku. Możliwe jest ważne spotkanie, decydująca rozmowa, a nawet zupełnie nowa zawodowa propozycja. Ktoś ważny okaże się pomocny, a okoliczności okażą się sprzyjające. Będzie jednak sporo pracy i innych zajęć, dopiero w niedzielę Księżyc pomoże znaleźć czas na przyjemności.

Strzelec 22 listopada do 21 grudnia

Osoby spod znaku Strzelca postanowią lepiej zapanować nad swoim życiem. Będą pilnować terminów i wszystko się dobrze ułoży. Jowisz otworzy nowe perspektywy, warto rozmawiać o przyszłości. W weekend osoby spod znaku Strzelca poczują, że potrzebują odpoczynku. Warto iść do kina lub na wystawę. W miłości nadal powodzenie, w piątek i sobotę Księżyc sprzyja nowym znajomościom.

Koziorożec 22 grudnia do 19 stycznia

Osoby spod znaku Koziorożca czeka aktywny tydzień. Lepiej jednak nie komentować zachowania kontrowersyjnej osoby, bo Mars lubi wzniesać ostre dyskusje. Wenus za to pomoże odnosić sukcesy i zapewni powodzenie w miłości. Przed samotnymi Koziorożcami szansa na intrygującą znajomość, warto się rozejrzeć za kimś sympatycznym na jesień.

Wodnik 20 stycznia do 18 lutego

Osoby spod znaku Wodnika chętnie wybiorą się w eleganckie miejsce i spotkają ze znajomymi. Życie towarzyskie rozkwitnie, na przekór jesieni. Od czwartku Merkury sprzyja zajmowaniu się hobby, a także miłości. W pracy już czas porozmawiać o wygodniejszym podziale obowiązków lub podwyżce, jest szansa na wygraną. W weekend lepiej wybrać wolność od porządków czy nudnych spotkań.

Ryby 19 lutego do 20 marca

Osoby spod znaku Ryb będą podejmować szybkie decyzje. Żadne lęki czy kompleksy nie będą przeszkodą. Mars radzi działać, zarabiać i wyznaczać sobie ambitne cele na przyszłość. W pracy tydzień sprzyja większym sukcesom, także finansowym. W weekend jednak zamiast ruszać na wielkie zakupy, lepiej odpocząć. Czasami trzeba zwolnić tempa.



emmano.pl
PERSONALIZOWANE PREZENTY

PREZENTY NA KAŻDĄ OKAZJĘ



Nysa, Rynek 36b



Emmano



emmano.pl



www.emmano.pl