

Jan Lubiński:
Badania genetyczne
i analiza pierwiastków
mogą uratować
Ci życie

str. 2



Mariusz Kwiatkowski:
Lubuskie staje się
liderem w społecznych
innowacjach

str. 6



Lucjan Błaszczyk:
Zielonogórski
sport powinien
się rozwijać, a nie
zwijać

str. 11



NASZA LUBUSKA

przejdź na naszą stronę

REGION

www.naszalubuska.pl

nr 35 (179)

31 października-6 listopada 2025

ISSN 2720-1783

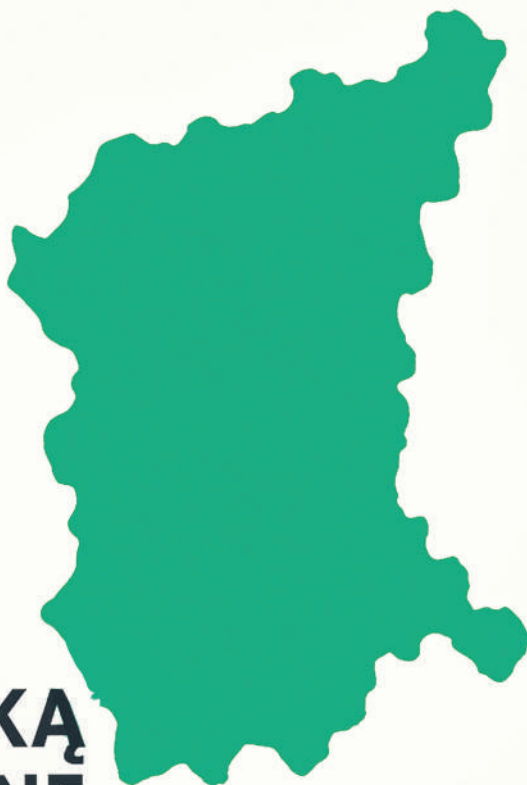
lci.lubuskie.pl

fb.com/lubuskiecentruminformacyjne

777 MILIONÓW ZŁOTYCH



NA LUBUSKĄ OCHRONĘ ZDROWIA



Województwo lubuskie staje przed największym w historii programem modernizacji ochrony zdrowia. Do szpitali i ośrodków medycznych ma trafić 777 milionów złotych z funduszy zewnętrznych. Pieniądze pozwolą nie tylko na budowę nowoczesnych obiektów, ale przede wszystkim mają wpłynąć na realną poprawę warunków leczenia pacjentów i pracy personelu.

Najważniejsze inwestycje to nowy szpital psychiatryczny dla dzieci w Zielonej Górze, rozbudowa onkologii, modernizacja oddziałów w Gorzowie, Międzyrzeczu i Nowej Soli oraz rozwój cyfrowych systemów medycznych. Wsparcie objęło cały region – od Gorzowa po Żary.

– To nie była cegielka, ale ogromna cegła, a nawet cały mur, który wspólnie zbudowaliśmy – obrazuje ten temat marszałek województwa **Sebastian Ciemnoczowski**.

Nowe placówki mają być lepiej przygotowane na wyzwania współczesnej medycyny. Jakże? Starzenie się społeczeństwa, choroby cywilizacyjne i rosnące potrzeby pacjentów. Czy to krok w stronę stabilnego, dostępnego systemu opieki zdrowotnej w województwie?

Więcej na str. 3

W NUMERZE

Przypałacowy park
w Zaborze zachwyca
po rewitalizacji

str. 3

Udar u 9-letniego
chłopca i przełomowa
decyzja lekarzy

str. 4

Ponad połowa Lubuszan
ma nadwagę. Jak
wygrać zdrowe życie?

str. 7



**Niosą pomoc i nadzieję. Kto?
Lubuscy Samarytanie...**

str. 4



**Rekordowy wynik aukcji
„Artyści dla Młodzieży”**

str. 8



41. GORZOWSKIE SPOTKANIA TEATRALNE
8-14 LISTOPADA 2025

NASZ KOMENTARZ

Powody do miłości



Cudze chwalicie... Mój 8-letni syn z dumą mówi, że kocha Polskę, bo to jego Ojczyzna. Nie potrzebuje innego powodu, nie zastanawia się (jeszcze), czy w innym kraju żyje się lepiej. Czasem pyta, dlaczego w innych krajach dzieci nie mają dostępu do nauki albo bieżącej wody, więc wie, że gdzieś na świecie jest gorzej niż u nas.

A w Polsce? A Polska? Narzekamy, krytykujemy, komentujemy. „Lepiej już było” – słysząc zewsząd. Hejtujemy, wyszydząmy, umniejszamy – sobie i Polsce. A gdyby chociaż raz na chwilę spojrzeć na tę Polskę z innej perspektywy? Z życzliwością na przykład. Tak jak widzą nasz kraj inni, na przykład niemiecki pisarz dr Matthias Kneip, niestrudzony propagator Polski w Niemczech i – jak się okazuje – także w Polsce. Autor wydanej najpierw po niemiecku w 2015 roku, a później przetłumaczonej na język polski książki „111 powodów, by kochać Polskę”. Można by zapytać: Aż 111? Albo: Tylko 111?

Cały nakład polskiego wydania szybko się wyczerpał, książka trudna do zdobycia. – Byłem w szoku, że Polacy tak się interesują tym tematem – że Niemiec kocha Polskę – mówił Matthias Kneip z rozbrajającą szczerością. – Ale widziałem, że Polacy nie chcieli wierzyć. Jak można znaleźć 111 powodów, by kochać własny kraj? Oni myśleli, że to nie jest możliwe. I oni chcą sprawdzić, jakie powody – tłumaczył autor. Z uśmiechem i nieukrywaną sympatią do Polski – tak, naszej Polski! – którą widzi inaczej niż my na co dzień; zachwycony lokalnym kolorytem, zwyczajami, potrawami, dyskusjami o sprawach mało ważnych albo najważniejszych, zapachami, znaczkami pocztowymi. Rozmawiając z nim, poczułam się, jakbym słuchała opowieści zafascynowanego dziecka, szczerego i otwartego, które nie ma uprzedzeń, nie zdążyło jeszcze nimi przesiąknąć. Można tak jeszcze patrzeć na kraj, w którym się mieszka, pracuje i płaci podatki? Pamiętacie popularny program „Europa da się lubić”? A gdyby tak zrobić podobny program o Polsce, czym moglibyśmy się pochwalić? Znalazłoby się kilka powodów? A może nawet 111?

A Ty? Za co kochasz Polskę?

Iwona Kusiak

”

MY SIĘ NAZYWAMY

KOALICJA OBYWATELSKA.

JAKO KO WYGRALIŚMY WYBORY

I NIC INNEGO NIE MUSIMY WYMYŚLAĆ.

ŻADNEGO KŁAMSTWA,

ŻADNYCH SZTUCZEK,

TYLKO DROGA DO ZWYCIĘSTWA

Donald Tusk

premier
Polski

na konwencji
zjednoczeniowej
Koalicji Obywatelskiej



Badania genetyczne to klucz do profilaktyki

Prof. Jan Lubiński, światowej sławy specjalista w dziedzinie genetyki klinicznej i patomorfologii, wygłosił wykład w ramach Lubuskiego Onkotouru w Gorzowie. Nam opowiada o znaczeniu badań DNA i pierwiastków w profilaktyce, o leczeniu raka piersi i o tym, dlaczego genetyka to przyszłość medycyny spersonalizowanej.

Genetyka a leczenie nowotworów – jak dzisiejsza nauka przekłada się na skuteczność terapii i szanse na wyleczenie?

Wykład był skoncentrowany na dwóch kluczowych aspektach: testach DNA oraz roli pierwiastków w profilaktyce i wspomaganiu leczenia pacjentek z rakiem piersi. To niezwykle istotne zagadnienia, ponieważ testy DNA potrafią zmienić sposób leczenia w około 15 procentach przypadków. I to są zmiany radykalne – decydujące o rokowaniu, przeżyciu i pełnym wyleczeniu. Dlatego apeluję, aby każda kobieta przed rozpoczęciem leczenia raka piersi wykonała testy genetyczne.

Co dokładnie pokazują te testy i dlaczego są tak ważne?

Dzięki badaniom możemy wykryć mutacje w genach, takich jak BRCA1, BRCA2, PALB2, CHEK2 czy TP53. Kobiety, które mają te zmiany, powinny być leczone zupełnie inaczej niż standardowo. W ich przypadku niewykonanie testów DNA to ogromne ryzyko – możemy obrać niewłaściwą ścieżkę terapeutyczną. Poza tym testy pozwalają zidentyfikować grupy ryzyka. W Polsce szacujemy, że około milion osób jest nosicielami mutacji zwiększających ryzyko zachorowania na raka.

Czy takie badania powinny wykonywać tylko osoby z obciążeniem rodzinnym?

Nie tylko. Oczywiście, jeśli w rodzinie występowały przypadki nowotworów, to tym bardziej, ale połowa nosicieli mutacji nie ma żadnych przypadków raka w rodzinie. Dlatego

Jedność opozycji to wartość, ale nie za wszelką cenę

– To był naturalny proces. Koalicja Obywatelska istnieje od 2015 roku, teraz tylko potwierdziliśmy to formalnie – mówił poseł Waldemar Śługocki w Radiu Zachód, komentując połączenie Platformy Obywatelskiej, Nowoczesnej i Inicjatywy Polskiej w jedną formację. Jego zdaniem zjednoczenie było logicznym krokiem, choć – jak podkreślił – polityka to nie tylko liczby, lecz także wartości.

Śługocki odniósł się także do obietnic gospodarczych Prawa i Sprawiedliwości, ogłoszonych na konwencji tej partii. – Jest cienka granica



Prof. Jan Lubiński: Apeluję, aby każda kobieta przed rozpoczęciem leczenia raka piersi wykonała testy genetyczne

powinniśmy badać wszystkich dorosłych. Warto wykonać zarówno test DNA, jak i analizę pierwiastków, takich jak selen, cynk czy miedź – one również mają ogromne znaczenie dla zdrowia i rokowania.

Testy DNA potrafią zmienić sposób leczenia w około 15 proc. przypadków. I to są zmiany decydujące o rokowaniu, przeżyciu i pełnym wyleczeniu

Czy te badania są dostępne i refundowane?

Tak, choć wiele osób o tym nie wie. Badania DNA i analizy pierwiastków mogą być wykonywane w ramach NFZ, ale problemem jest brak świadomości i edukacji. To stosunkowo

nowa wiedza i dopiero przebija się do praktyki klinicznej. Dlatego takie spotkania, jak dzisiejsze w Gorzowie, są tak ważne – pomagają informować i zachęcać do profilaktyki.

Często mówi się, że rak to nie wyrok. Jak pan ocenia realne szanse na wygraną z chorobą?

Wszystko zaczyna się od właściwej diagnozy i doboru odpowiedniego leczenia. Przykładowo, u pacjentek z mutacją BRCA1 leczenie powinno rozpoczynać się od chemioterapii, a nie od operacji. Jeśli zastosujemy tę wiedzę w praktyce, wyniki są znakomite – u dobrze leczonych kobiet z tą mutacją aż 96 procent przeżywa 10 lat od diagnozy. To ogromne osiągnięcie współczesnej medycyny.

Co z profilaktyką i świadomym dbaniem o zdrowie?

Musimy nauczyć się działać zanim pojawi się choroba. Badania genetyczne i analiza pierwiastków to klucz do profilaktyki. Dzięki optymalizacji poziomu pierwiastków, takich jak selen czy arsen, ryzyko zachorowania i zgonu z powodu raka można zmniejszyć nawet kilkakrotnie. To wiedza, która może uratować tysiące istnień.

Jakie przesłanie chciałby pan przekazać naszym Czytelnikom?

Żeby badać się świadomie i nie bać się wiedzy o sobie. Genetyka daje nam szansę, by zapobiegać, a nie tylko leczyć. Walka o życie to walka o wiedzę – o nas samych i o naszych bliskich.

Katarzyna Kozińska



między powagą a śmiesznością. Nie można rozdawać wszystkiego, nie licząc skutków. Budżet jest skończony, a dług publiczny jest ogromny. Jak przypominał, PiS miało osiem lat na realizację swoich planów, a obecne zapowiedzi brzmią jak spóźniona refleksja: – Zamiast budować państwo, zajmowano się aferami i wykorzystywaniem władzy dla własnych korzyści. Poseł potwierdził też start w wyborach regionalnych. – To sól demokracji, by się spierać i rywalizować uczciwie – dodał.

Kaja Rostkowska

Trzy siódemki, czyli rekordowe nakłady na ochronę zdrowia

777 milionów złotych na lubuską ochronę zdrowia – to pieniądze, które mają zmienić oblicze sfery naszego życia, o której zawsze powtarza się, że jest niedofinansowana. Niewątpliwie jest to krok w dobrym kierunku, zyskają wszyscy Lubuszanie.

– Takich pieniędzy nigdy w historii regionu w tak krótkim czasie nie było. I to środków zewnętrznych, co jest bardzo istotne. My jako urząd marszałkowski dysponujemy środkami unijnymi, ale tymi, które są w naszej gestii. Natomiast to jest 770 milionów spoza tych środków, spoza budżetu samorządów. Te pieniądze pochodzą z różnych źródeł: z Funduszu Medycznego, ale przede wszystkim z KPO – mówił marszałek Sebastian Ciemnoczołowski.

Największe inwestycje, które zostaną zrealizowane z tych środków, to będą dwa projekty w Zielonej Górze – 233,5 mln złotych na Lubuskie Uniwersyteckie Centrum Onkologii oraz 50 mln na przeniesienie z Zaboru Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży, a także dwa projekty w Gorzowie Wielkopolskim – 200 mln na psychiatrię oraz 80 mln na nowoczesny blok operacyjny.

Zyska cały region

Posł **Waldemar Sługocki** podkreślał, że trzeba głośno mówić o tym, że Ziemia Lubuska nigdy nie otrzymała tak gigantycznych środków na ochronę zdrowia, a wszystko w trakcie dwuletnich rządów Koalicji 15 Października. Co ważniejsze, według parlamentarzysty skorzysta na tym cały region, wszyscy Lubuszanie, co realnie przyczyni



Od lewej: posłowie Waldemar Sługocki i Krystyna Sibińska, marszałek Sebastian Ciemnoczołowski i Andrzej Żywień, dyrektor Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży w Zaborze

się do poprawy jakości świadczonych usług.

– Gdybyśmy popatrzyli na mapę województwa od północy, od Gorzowa poczynając, to później jest Międzyrzecz, Świebodzin, Sulechów, Zielona Góra, Nowa Sól, Żary. To pokazuje, że w każdym z tych miejsc powstanie nowa infrastruktura ochrony zdrowia. To jest ważne, bo w mojej ocenie dwie przesłanki są kluczowe: po pierwsze świetnie przygotowani lekarze, personel medyczny, techniczny, a po drugie właśnie jak najlepsza infrastruktura – wskazywał.

Sługocki nie ukrywa, że obecne realia każą szczególnie nacisk

SKĄD, DLA KOGO I NA CO TE MILIONY

Fundusz Medyczny: ● przebudowa SOR-u w szpitalu w Świebodzinie – 12,3 mln zł ● modernizacja infrastruktury i wyposażenia w 105. Kresowym Szpitalu Wojskowym w Żarach – 6,6 mln zł.

Krajowy Plan Odbudowy: ● modernizacja onkologii w Wielospecjalistycznym Szpitalu Wojewódzkim w Gorzowie Wlkp. – 80 mln zł ● modernizacja infrastruktury i utworzenie Pracowni Rezonansu Magnetycznego w szpitalu Sulechowie – 37,8 mln zł ● rozwój infrastruktury w szpitalu w Nowej Soli – 30,2 mln zł ● cyfryzacja i bezpieczeństwo danych w szpitalach w Gorzowie Wlkp., Zielonej Górze i Żarach – 30 mln zł.

Rządowy Fundusz Polski Ład: ● przebudowa dróg wewnętrznych w Szpitalu Uniwersyteckim w Zielonej Górze – 30 mln zł ● modernizacja infrastruktury technicznej w szpitalach w Gorzowie i Międzyrzecz – 30 mln zł ● rewitalizacja zabytkowego parku przy Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży w Zaborze – 2 mln zł.

Łącznie do lubuskich placówek trafi ponad 777 mln zł, a wraz z innymi środkami samorządowymi i unijnymi – blisko 1 mld zł.

kląć na ochronę zdrowia, ponieważ trzeba mieć świadomość, że jesteśmy starzejącym się społeczeństwem z mnóstwem innych wyzwań cywilizacyjnych.

– Dlatego musimy podnosić poziom ochrony zdrowia na jak najwyższy szczebel. Wiemy, że mamy kierunek lekarski, że mamy pielęgniarstwo, że mamy różne inne kierunki związane z medycyną. Rozmawiamy także na temat otwarcia kolejnych kierunków, jak chociażby farmacja na Uniwersytecie Zielonogórskim – przekazał poseł KO.

Trzeba działać zespołowo

W podobnym tonie wypowiedziała się posłanka **Krystyna Sibińska**, która dodawała, że w kwestii ochrony zdrowia absolutnie nie może być żadnej rywalizacji północy z południem, a trzeba działać zespołowo.

– Trzeba się cieszyć z tego, że do Lubuskiego trafi blisko 800 milionów złotych. Te pieniądze spowodują, że wkroczymy z ochroną zdrowia i z obiektami w kolejny wiek. Jestem przekonana, że poprawi to jakość obsługi pacjentów, ale też dostępność. I tutaj wszyscy będziemy mocno wspierać te inwestycje, żeby jak najszybciej ruszyły do przodu, żeby pacjenci dostali nową jakość – zapewniała posłanka.

Adrian Stokłosa
ad.stoklosa@lubuskie.pl

Park w Zaborze zachwyca po rewitalizacji

Przypałacowy park w Zaborze doczekał się rewitalizacji. Przywrócona została historyczna oś widokowa łącząca pałac z jeziorem. Wyeksponowano również wyjątkowe okazy drzew.

Park przy Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży został oficjalnie zaprezentowany 20 października. Zanim jednak doszło do symbolicznego otwarcia terenu już był on chętnie odwiedzany.

– I taki powinien być charakter tego parku – to miejsce otwarte dla wszystkich. Mamy tu kilka ciekawostek, np. zabezpieczone obszary, gdzie rośnie czosnek niedźwiedzi. Znajduje się tu także jeden z najstarszych dębów w województwie lubuskim, który ma 250 lat, i jeden z największych

wiązów. Powstała infrastruktura, jak ścieżki dydaktyczne i altany – mówił marszałek województwa lubuskiego **Sebastian Ciemnoczołowski**. – To pierwszy krok do tego, co chcemy tutaj wspólnie stworzyć.

– Jestem niezmiernie szczęśliwy, że ta inwestycja doszła do skutku. Uważam, że to kolejna perełka w naszej gminie, która przyciągnie bardzo dużo turystów. Urząd wraz z radą gminy przystąpił do utworzenia Gminnego Programu Rewitalizacji dla miejscowości Zabór. Określa on główne cele remontu, upiększenia niektórych obiektów na terenie Zaboru, a także budowę parkingu – powiedział **Robert Sidoruk**, wójt gminy Zabór.



Prace były prowadzone na ponad 184 tys. mkw. terenu. Powstały trzy drewniane mostki, dwie altany, pływający pomost nad jeziorem Liwno, 509 mkw.

drewnianych ścieżek, pięć tablic informacyjnych, pięć ścieżek dydaktycznych (prowadzących m.in. do sadu z różnymi odmianami jabłoni i starych drzew)

oraz 12 stanowisk na rowery.

– Stwarzamy konkurencję dla Zatonia, ale będzie to zdrowa konkurencja – stwierdził projektant **Paweł Stankiewicz** z firmy Zielony Las. – Park ma ponad 300-letnią historię. Jego specyfiką są najżyźniejsze gleby w Polsce. Dlatego mamy tu czosnek niedźwiedzi, który jest bardzo wymagającą rośliną. Druga roślina przewodnia to modrzew kaukaski, który jest opisywany jako osiągający 1,80 m, a w parku rosną blisko 4-metrowe okazy.

Koszt odnowy parku w Zaborze wyniósł 4,8 mln złotych, z czego 2,8 mln zł to środki z budżetu województwa, a 2 mln zł pozyskano z Polskiego Ładu.

Aleksandra Pietruszewska

NIOSĄ POMOC I NADZIEJĘ

W Nowosolskim Domu Kultury odbyła się VII Gala „Lubuski Samarytanin” – wyjątkowe wydarzenie, na którym uhonorowano osoby i instytucje niosące pomoc chorym, cierpiącym i potrzebującym wsparcia.

– Lubuski Samarytanin to nagroda, która przypomina nam, jak wielką wartość ma bezinteresowna pomoc. To wyróżnienie dla ludzi, którzy swoją codzienną pracą i postawą uczą nas, że troska o drugiego człowieka jest najpiękniejszym wymiarem człowieczeństwa. Gratuluję wszystkim zwycięzcom, jesteście naszymi bohaterami – mówiła członki zarządu województwa Anna Chinalska.

Nagroda „Lubuski Samarytanin”, ustanowiona przez biskupa Tadeusza Lityńskiego, ordynariusza diecezji zielonogórsko-gorzowskiej, przyznawana jest osobom, placówkom i organizacjom, które w wyjątkowy sposób służą chorym i potrzebującym, łącząc profesjonalizm z empatią i chrześcijańską troską o drugiego człowieka. Na tegorocznej gali uhonorowano sześć osób i instytucji.

Kategoria instytucje, stowarzyszenia i organizacje medyczne: ● Fundacja Hospicjum Głogowskie ● Zespół Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Promyk” w Zielonej Górze.

Kategoria pracownik służby zdrowia: ● Bogusława Woźniak, zastępca ordynatora oddziału rehabilitacji szpitala w Nowej Soli ● Bartosz Kudliński, ordynator Klinicznego Oddziału Anestezjologii i Intensywnej Terapii Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze.



Kategoria wolontariusz: ● Ewa Sychowska, wolontariuszka Ośrodka Integracji Społecznej w Zielonej Górze ● siostra Nella Gołąb ze stowarzyszenia Cisi Pracownicy Krzyża w Głogowie.

Gala była pełna emocji i wdzięczności – zarówno dla uhonorowanych, jak i dla wszystkich, którzy codziennie wspierają innych swoją wiedzą, wrażliwością i ser-

cem. Jak podkreślali organizatorzy, wyróżnienie „Lubuski Samarytanin” to nie tylko symbol uznania, lecz także przypomnienie o tym, że w świecie pełnym wyzwań wciąż jest miejsce na dobro i solidarność.

Przyszłoroczna gala zostanie zorganizowana w Głogowie.

Joanna Nawlicka

Udar mózgu u 9-latka i przełomowa decyzja lekarzy

Lekarze ze Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze uratowali 9-latka, który trafił do nich z udarem niedokrwiennym mózgu. Dzięki ogromnemu doświadczeniu i jednej kluczowej decyzji chłopiec jest w pełni zdrowia.

Do Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze trafił 9-letni chłopiec z objawami typowymi dla udaru. Na początku dziecko zgłosiło mamie, że nie może poruszyć nogą. Potem dołączyły kolejne objawy. Jak opowiada neurolog Anita Siewko, chłopiec nie potrafił się wystawić, nie do końca rozumiał, co się do niego mówi, i miał znacznie osłabione kończyny prawe. Praktycznie nimi nie ruszał.

Czy podać alteplazę

Choć udar najczęściej dotyka osób dorosłych, nie ma on ograniczeń wiekowych. Zdarza się to niezwykle rzadko, ale może wystąpić również u dzieci, a nawet u niemowląt. Takie przypadki są w literaturze medycznej – zarówno polskiej, jak i światowej – opisywane sporadycznie.

Dr n. med. Szymon Jurga, kierownik Klinicznego Oddziału Neurologii Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze, podkreśla, że pierwszy raz w swojej ponad 30-letniej karierze lekarza spotkał się z takim przypadkiem. Szczególnie trudna była diagnostyka – podczas gdy ten sam obraz kliniczny u dorosłego pacjenta nie budzi wątpliwości, u dziecka wymaga przeprowadzenia pełnej procedury diagnostycznej.

– Brzmi to może skomplikowanie, ale chodzi o jedno – trzeba

PAWEŁ MATECKI:
MIELIŚMY 50 NA 50
PROCENT SZANS,
ŻE LEK ZADZIAŁA
I NIE BĘDZIE POWIKŁAŃ

ANITA SIEWKO:
UDAŁO SIĘ, CHŁOPIEC
JEST SPRAWNY
I BEZ DEFICYTÓW

potwierdzić, że to rzeczywiście udar niedokrwienny. Potem, po diagnozie, podjąć trudną decyzję o włączeniu leku, alteplazy, która jest dedykowana pacjentom dorosłym – mówi Szymon Michniewicz, kierownik SOR-u.

Alteplaza zarejestrowana jest jako lek od 16. roku życia. Oficjalnie zarejestrowanego leku rozrzedzającego skrzep dla dzieci nie ma. Decyzja, czy ją podać, należała więc do neurologa. A kluczowe znaczenie miał tu czas, tzw. okno terapeutyczne, czyli okres od wystąpienia objawów do rozpoczęcia leczenia, który wynosi zaledwie około 4,5 godziny.



OBJAWY UDARU. ZAPAMIĘTAJ: FAST

F jak face, czyli twarz: ● asymetria twarzy ● opadanie kącika ust po jednej stronie ● sprawdź, czy osoba potrafi się uśmiechnąć.

A jak arms, czyli ramiona: ● nagłe osłabienie lub drętwienie ręki po jednej stronie ● sprawdź, czy osoba potrafi podnieść obie ręce i czy jedna nie opada.

S jak speech, czyli mowa: ● trudności z mówieniem ● bełkotliwa mowa ● problemy ze zrozumieniem poleceń ● poproś osobę o powtórzenie prostego zdania.

T jak time, czyli czas: ● czas działa szybko ● jeśli zauważysz którykolwiek z tych objawów, natychmiast wezwij pomoc medyczną.

Inne objawy: ● problemy z równowagą – zawroty głowy, trudności w chodzeniu lub utrzymaniu równowagi ● nagły, silny ból głowy – zazwyczaj bez wyraźnej przyczyny, czasami z nudnościami i wymiotami ● zaburzenia widzenia – problemy z widzeniem w jednym lub obu oczach, niedowidzenie lub podwójne widzenie ● utrata przytomności lub dezorientacja – senność, oszołomienie lub nieświadomość.

Ryzyko i efekty

– Mieliliśmy 50 na 50 procent szans, że lek zadziała i nie będzie powikłań – wyznaje Paweł Matecki, kierownik Klinicznego Oddziału Anestezjologii i Intensywnej Terapii dla Dzieci Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze.

– Myślę, że w podjęciu tej decyzji pomogły nam doświadczenia zdobyte podczas leczenia dorosłych pacjentów – mówi Michniewicz. – Udar to jedna z najczęstszych chorób, z jakimi mamy do czynienia na co dzień, a pacjenci z tym rozpoznaniem trafiają na oddział ratunkowy niemal codziennie. To właśnie ta praktyka pozwoliła nam w sposób adekwatny ocenić potencjalne korzyści i ryzyko związane z zastosowaną procedurą. Oczywiście wszystko odbywało się w porozumieniu z rodzicami.

Postanowiono zaryzykować, bo alternatywą było ciężkie uszkodzenie neurologiczne u młodego człowieka.

– Udało się, chłopiec jest sprawny i bez żadnych deficytów – mówi neurolog Anita Siewko. – Nasze doświadczenie, mam nadzieję, przysłuży się temu, żeby być może poszerzono w przyszłości rejestrację alteplazy dla leczenia pacjentów z ostrym udarem niedokrwiennym mózgu poniżej 18. roku życia.

Magdalena Podhajecka

Wiek i choroby nie mogą wykluczać ze społeczeństwa

Samorząd województwa lubuskiego od lat stara się konsekwentnie inwestować w politykę społeczną, ze szczególnym uwzględnieniem seniorów. Kolejnym tego przykładem są dwa konkursy zorganizowane w 2025 roku, które miały na celu wsparcie projektów dotyczących rehabilitacji zawodowej i społecznej osób z niepełnosprawnościami.

Łącznie blisko 1,2 mln zł rozdzielone zostało na 64 zadania. Środki te pochodzą z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, którymi z ramienia województwa lubuskiego zarządza Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej.

Region bliski dla obywatela

– Chcemy, żeby nasz region był silny w wymiarze społecznym i bliski dla obywatela. W starzejącym się społeczeństwie, gdzie mamy sporo osób z niepełnosprawnością, musimy uzupełniać luki brakującej opieki dla osób zależnych, chorych czy niedomagających – mówi członkini zarządu województwa Anna Chinalska.

Podkreśla ona także, że tego typu konkursy przeznaczone są dla organizacji pozarządowych, bo województwo chce z nimi współpracować z prostego względu: one doskonale te luki w naszym systemie opieki wypełniają, a przede wszystkim są w tym specjalistami.

„Alternatywy” są wzorem

Jedną z organizacji, która korzysta ze środków rozdyspo-



Organizacje pozarządowe doskonale wypełniają pewne luki w systemie opieki i przede wszystkim są w tym specjalistami

nowanych przez ROPS, są zielonogórskie „Alternatywy”, czyli dom dziennego pobytu, który z jednej strony zapewnia opiekę seniorom, ale także daje wytchnienie ich rodzinom i bliskim.

– Jesteśmy społeczeństwem starzejącym się w bardzo szybkim tempie. I sami zauważyli-

śmy to już ponad osiem lat temu, kiedy postanowiliśmy stworzyć przestrzeń dla osób starszych właśnie tutaj, w Zielonej Górze. Nie sądziliśmy wówczas, że potrzeby będą tak olbrzymie. Dlatego po sześciu latach działalności otworzyliśmy kolejną, drugą placówkę i aktualnie jesteśmy w stanie objąć opieką 47 osób w

ciągu miesiąca. Osób chętnych jest jednak dużo, dużo więcej – wskazuje Mateusz Czechowski, prezes „Alternatyw”.

Tutaj senior może być bezpieczny

Czechowskiemu wtóruje Aleksandra Dębek, dyrektor dziennego domu pobytu dla osób

z chorobami neurodegeneracyjnymi i osób z niepełnosprawnościami przy ul. Fabrycznej i Sikorskiego w Zielonej Górze. Jak stwierdza, w dzisiejszych czasach żyjemy dłużej, mamy lepszą diagnozę, więc osoby, które żyją dłużej, są też narażone na wielochorobowość.

– Jedną z tych chorób jest właśnie choroba neurodegeneracyjna, której w społeczeństwie jest coraz więcej i niestety coraz młodsze osoby na tę nią zapadają. W związku z tym takie miejsca jak nasze są dla osób, którym trudno już jest pozostać w domu bądź jest to niemożliwe, żeby zostały samodzielnie we własnych gospodarstwach. Zazwyczaj te osoby żyją i mieszkają z bliskimi, z rodzinami, które pracują, są czynne zawodowo. Więc taki dom, który działa od 7.00 do 17.00, jest jak najbardziej miejscem, gdzie nasz senior, nasz bliski może być bezpiecznie opiekowany, a przede wszystkim mogą być realizowane jego potrzeby, jego pragnienia i – co najważniejsze – jest w społeczeństwie – podkreśla Dębek.

Adrian Stokłosa
ad.stoklosa@lubuskie.pl

Niebieski Listopad. Mężczyzno, zbadaj się!

Listopad to miesiąc, w którym mężczyźni na całym świecie zapuszczają wąsy w słusznej sprawie. Akcja Movember – znana też jako „Niebieski Listopad” – przypomina, jak ważna jest profilaktyka chorób nowotworowych jąder i prostaty. To symboliczny gest solidarności z mężczyznami, którzy mierzą się z rakiem, ale też apel do wszystkich panów: dbajcie o siebie – badajcie się regularnie!

Celem akcji jest również zwiększanie świadomości społecznej na temat nowotworów prostaty, jąder i innych chorób onkologicznych dotyczących mężczyzn.

Pomysł narodził się w 1999 roku w Australii. Od tamtej pory, dzięki połączeniu słów moustache (wąsy) i November (listopad), akcja objęła cały świat. Wąsy stały się pretekstem do rozmowy o zdrowiu – o tym, że mężczyźni



O akcji Movember przypomina także coroczny Bieg z Wąsem – dla jaj w Zielonej Górze, w którym regularnie bierze udział m.in. Paweł Boharewicz. W tym roku odbędzie się 23 listopada

również potrzebują profilaktyki i wsparcia.

Rak prostaty i rak jąder to najczęściej diagnozowane nowotwory u mężczyzn, ale – wy-

kryte we wczesnym stadium – dają bardzo wysokie szanse na wyleczenie. Dlatego tak ważne są regularne badania i otwarta rozmowa o zdrowiu.

Samorząd województwa lubuskiego od lat aktywnie wspiera działania prozdrowotne skierowane do mieszkańców regionu. Oprócz kampanii informacyjnych i wydarzeń, takich jak Pikniki Zdrowia, Światowy Dzień Zdrowia czy Dzień Walki z Rakiem, od 2021 roku samorząd udziela dotacji na realizację zadania publicznego „Męskie Zdrowie – badania profilaktyczne”, którego organizatorem jest Stowarzyszenie Fizjospport w Szczecinie.

W ramach projektu wykonywane są bezpłatne przesiewowe badania jąder i prostaty w ramach wczesnej profilaktyki nowotworowej. Darmowa akcja promocyjna oraz badania USG i PSA przeprowadzane są w Zielonej Górze i Gorzowie Wielkopolskim w mobilnym gabinecie medycznym. Akcja skierowana jest do mieszkańców województwa

lubuskiego: ●USG jąder – dla panów w wieku 18-45 lat ●test PSA – dla panów powyżej 45. roku życia.

To proste, szybkie i bezbolesne badania, które mogą uratować życie. Terminy badań: ●8 listopada – Gorzów Wielkopolski, NoVa Park ●29 listopada – Zielona Góra, Focus Mall.

USG jąder polega na przyłożeniu głowicy ultrasonografu do worka mosznowego, co pozwala lekarzowi uzyskać szczegółowy obraz tkanek. Jest to szybkie, bezbolesne badanie, niewymagające specjalnych przygotowań poza zachowaniem higieny. Wyniki dostępne są natychmiast.

Badanie PSA polega na pobraniu kropli krwi z palca. Wynik uzyskuje się w ciągu około 10 minut – pozwala on ocenić poziom antygenu PSA we krwi, co pomaga w wykrywaniu raka prostaty.

Iwona Kusiać

Usługi społeczne wychodzą do ludzi

Nowoczesna pomoc społeczna to nie zasiłki, lecz relacje, wsparcie i współpraca. Lubuskie konsekwentnie realizuje idee usług społecznych bliżej mieszkańców. Rozmawiano o tym na konferencji w Zielonej Górze. Jest też dobra wiadomość. Właśnie rozstrzygnięto konkurs na utworzenie kolejnych Centrów Usług Społecznych.

15 projektów otrzyma dofinansowanie z Funduszy Europejskich, a tym samym 15 Ośrodków Pomocy Społecznej zostanie przekształconych w Centra Usług Społecznych. To krok milowy w kierunku deinstytucjonalizacji i nowoczesnego systemu wsparcia.

– Pamiętam, jak w poprzedniej perspektywie finansowej mówiliśmy o CUS-ach. Namawialiśmy wszystkie gminy do tworzenia CUS-ów i pierwsze konkursy w ramach środków europejskich pokazały, że te chęci są i trafiliśmy z argumentami do władarzy gmin. Marzy mi się, żeby CUS-ów było jeszcze więcej, aby wszyscy władarze naszych gmin zdecydowali się na to, bo to jest przyszłość w patrzeniu na politykę społeczną w naszym regionie oraz kraju – uważa **Łukasz Porycki**, członek zarządu województwa lubuskiego.

Nowa twarz pomocy społecznej

Współczesne wyzwania pomocy społecznej wymagają nowego podejścia. Jak podkreślała **Agnieszka Krzaczkowska**, dyrektorka Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Zielonej Górze, usługi społeczne muszą „wyjść do mieszkańca, zmienić formę i angażować ludzi”.

– Kiedy w 2019 roku zaczęliśmy rozmowy o usługach społecznych, wiele ośrodków podchodziło do zmian z nieufnością. Dziś widać ogromny postęp – za-

znaczyła. W województwie działała na razie siedem CUS-ów, ale wkrótce dołączy kolejne 15.

– To inne podejście do usług społecznych, które są odpowiedzią na wyzwania naszych czasów: demografię czy nowe zadania związane z obronnością kraju. To także ogólnoeuropejski trend – podkreślił Porycki.

Lubuskie liderem?

Na konferencji poświęconej reformie systemu pomocy społecznej **Anna Bielawska-Jutrzenka** z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej przedstawiła kierunki reformy i procesy deinstytucjonalizacji.

Województwo lubuskie nie czeka na zmiany – już teraz wdraża je poprzez Regionalny Plan Rozwoju Usług Społecznych oraz program LPRES 2024-2026. To dokumenty, które tworzą ramy systemowego wsparcia i pokazują, jak przekładać reformy na konkretne działania w gminach.

Diagnoza regionu

Jak pokazał dr **Konrad Stępnik** z ROPS-u, region notuje wyraźny wzrost liczby osób korzystających z usług asystenckich i mieszkań wspomaganych. To odpowiedź na potrzeby osób z niepełnosprawnościami i seniorów, dla których dostępność usług w miejscu zamieszkania jest kluczowa.

– Dostęp do usług to nie luksus, to prawo każdego obywatela – podkreślił.



Anna Bielawska-Jutrzenka z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej przedstawiła kierunki reformy i procesy deinstytucjonalizacji

W refleksyjnej, ale i inspirującej prezentacji dr hab. **Mariusz Kwiatkowski** opowiedział o tym, za co (nie) kochamy CUS. Pokazał, że Centra Usług Społecznych to nie tylko instytucje, ale miejsca, gdzie pracownicy spotykają się z mieszkańcami w codzienności.

CUS diagnozuje potrzeby lokalnej społeczności, tworzy partnerstwa i angażuje ludzi w działania na rzecz swoich sąsiadów.

Ważnym punktem konferencji była prezentacja Krzaczkowskiej o roli ROPS-u w koordynacji



Łukasz Porycki, członek zarządu województwa lubuskiego: Marzy mi się, żeby Centrów Usług Społecznych było jeszcze więcej

usług społecznych. Symbolicznie rozpoczęto też budowę „sieci współpracy” między instytucjami, która ma wzmocnić wymianę doświadczeń i wspólne działania na rzecz mieszkańców.

Narzędzie, nie cel

Jarosław Kaszkowiak z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubuskiego przypomniał, że środki unijne są narzędziem wsparcia, a nie celem samym w sobie.

– Nie chodzi o projekty. Chodzi o ludzi, o to, co pozostanie po zakończeniu wsparcia, jak roz-

winać dalej usługi ze wsparciem samorządu – powiedział.

Klucz do sukcesu

Konferencję zakończyły praktyczne przykłady z gmin i dyskusja o współpracy samorządów, NGO i sektora zdrowia. Mówiono o barierach – braku kadr, dostępności usług na wsiach – ale też o sile wspólnoty.

Rozwój usług społecznych to nie tylko reformy i projekty. To realna zmiana w życiu ludzi – w sąsiedztwie, na osiedlu, w małych gminach. Lubuskie pokazuje, że skuteczna pomoc to ta, która angażuje, wspiera i daje wybór. Dzięki wspólnym działaniom samorządów, organizacji i mieszkańców region staje się miejscem, w którym nikt nie zostaje sam. Obco brzmiące słowo deinstytucjonalizacja to nic innego, jak ustalenie, że w centrum jest człowiek, jego podmiotowość i potrzeby, następnie zaś zmiany organizacyjne w zakresie form świadczenia wsparcia.

Wnioski: rozwój usług to długotrwały proces, musi być elastyczny, wymagający finansowania, ale ustawodawcy nie chodzi o działanie projektowe. Chodzi o to, by po jego realizacji pozostało realne działanie, wpisane w lokalne strategię. To nie ma być incydentalne, kilkuletnie, a długofalowe działanie na rzecz poprawy jakości życia mieszkańców.

Katarzyna Kozińska
k.kozinska@lubuskie.pl

Lubuskie staje się liderem w społecznych innowacjach

Jak Centra Usług Społecznych zmieniają i zmieniać będą nasz region? Rozmowa z prof. Mariuszem Kwiatkowskim, socjologiem, pełnomocnikiem marszałka ds. społecznego potencjału regionu.

W najbliższym czasie powstanie kolejnych 15 Centrów Usług Społecznych w województwie lubuskim. Stajemy się liderem w skali kraju?

Tak, jesteśmy aktualnie liderem. Tym większa jest zasługa tych, którzy o tym decydują, bo startowaliśmy później, a osiągnęliśmy więcej. Co to znaczy więcej? Więcej w proporcji do liczby gmin. Czyli będziemy mieli, jak policzyliśmy, ponad 20 Centrów Usług Społecznych na 82 gminy, co znaczy, że w jednej czwartej naszych gmin będą już rozwiązania innowacyjne. To oznacza, że mieszkańcy uzyskają dostęp do wysokiej jakości i szerokiej palety usług dopasowanych do ich potrzeb. To znaczy, że będziemy o wiele lepiej przygotowani do odpowiedzi

na wyzwania, które nas dotyczą – starzenie się, wyludnianie się, rozpad więzi społecznych. Na te wszystkie problemy odpowiada CUS.

Czego potrzebowało Lubuskie, by przyspieszyć i stać się liderem? Zmiany mentalności?

Mentalność to jest jedno. To jest naturalne, że ludzie boją się zmiany, szczególnie wtedy, kiedy nie wiedzą, jak to funkcjonuje. W 2020 roku, kiedy pionierzy wystartowali na przykład w Wielkopolsce, w Lubuskiem były obawy, że to się może nie udać, że wysiłek będzie nadmierny w stosunku do efektów. Ale kiedy już się kil-

kadziesiąt CUS-ów w Polsce pojawiło, to okazało się, że to działa. I udało nam się skojarzyć osoby, które kierują takimi placówkami, na przykład w Wielkopolsce, z szefami OPS-ów w Lubuskiem. Odbyły się szkolenia, wizyty studyjne... W Lubuskiem zobaczono, jak to działa w innych województwach, i stwierdzono „my też tego chcemy”.

Nadrzędnym celem CUS-ów jest to, że trzeba wyjść do mieszkańca, zmienić formę kontaktu i pomocy, a przede wszystkim zaangażować ludzi w miejscu ich zamieszkania. Dla samych ludzi też jest to nadal barierą, by wyjść z domu i się zaangażować?

To jest bariera, która będzie zawsze istniała, bo lęk przed zmianą, lęk przed kontaktem z nietypowym, nowym jest naturalny. Natomiast poza CUS-ami w Lubuskiem próbujemy to robić na wiele różnych sposobów. To jest komplementarne. Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej wdraża usługi mobilne. To jest próba dotarcia do ludzi na miejscu. I to jest to, co bardzo różni CUS od innych form – dotarcie do mieszkańca tam, gdzie on funkcjonuje – ale to też umożliwienie mieszkańcowi dotarcia do usług. Elementem działania CUS jest między innymi próba przynajmniej częściowego zaradzenia wykluczeniu transportowemu, które nas bardzo dotyka, szczególnie w prowincjonalnych miejscowościach.

Adrian Stokłosa



Jak wygrać zdrowe życie?

Uczniowie wysłuchali ekspertów

W Gorzowie Wielkopolskim odbyła się konferencja naukowa poświęcona jednemu z najpoważniejszych problemów zdrowotnych współczesności – otyłości wśród dzieci i młodzieży. Wydarzenie zorganizowało Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego „Medyk” wraz z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną. Tegoroczna edycja, pod hasłem „Wygraj zdrowe życie”, zgromadziła uczniów i nauczycieli gorzowskich szkół średnich.

Według danych WHO problem nadwagi i otyłości dotyczy już około 10 proc. dzieci i młodzieży na świecie. W Europie z nadmierną masą ciała zmagają się przeciętnie jeden na trzech chłopców i jedna na pięć dziewczynek w wieku 6-9 lat. Wraz z tym rośnie liczba zachorowań na cukrzycę typu 2, nadciśnienie i stłuszczenie wątroby.

Eksperci podkreślali, że najczęstszymi przyczynami są: nadmiar słodzonych napojów i fast foodów, brak ruchu oraz niewystarczająca ilość warzyw i owoców w diecie. Aż 80 proc. 15-letnich chłopców i 70 proc. dziewcząt spędza przed ekranem ponad dwie godziny dziennie, a jedynie co czwarty młody Europejczyk spełnia zalecenia dotyczące aktywności fizycznej.

Edukacja przez praktykę

Celem konferencji była nie tylko prezentacja danych, ale przede wszystkim przekazanie konkretnych wskazówek, jak dbać o zdrowie na co dzień.

Pierwszy wykład, dotyczący społecznych i kulturowych uwarunkowań otyłości, poprowadziła **Dorota Mądrawska**, kierowniczka Centralnej Sterylizacji Wojewódzkiego Szpitala Wielo-



Celem konferencji było przekazanie konkretnych wskazówek, jak dbać o zdrowie na co dzień

specjalistycznego w Gorzowie i nauczycielka w „Medyku”.

– Problem otyłości coraz częściej pojawia się u dzieci i młodzieży. Kulturowo nie jesteśmy jeszcze przygotowani na jego skalę, często oceniamy te osoby zamiast im pomagać. Brakuje dostępu do specjalistów i wsparcia psychologicznego. Ważne jest, by już od najmłodszych lat zaszczyć w dzieciach zasady zdrowego odżywiania. Regularne posiłki wzmacniają rodzinne więzi i budują trwałe nawyki – mówiła Mądrawska.

To właśnie codzienne, pozornie drobne decyzje – wspólne posiłki, ograniczenie przekąsek i regularna aktywność – mogą mieć największe znaczenie.

Jak mądrze wybierać w sklepie

Podczas prezentacji **Bożeny Zibert**, kierowniczki Sekcji Bezpieczeństwa Żywności i Żywnienia w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gorzowie, uczestnicy poznali praktyczne sposoby na zdrowsze zakupy.

– Celem mojej prezentacji jest uświadomienie, jak zdobywać informacje o produktach spożywczych i jak wybierać te odpowiednie dla naszego zdrowia. W zalewie kolorowych etykiet i chwytliwych haseł łatwo się pogubić – mówiła Zibert.

Ekspertka zachęcała do czytania etykiet i unikania produktów o długiej liście składników.

– Czytajmy informacje na opakowaniach. To podstawa, by nie dać się zwieść marketingowi – apelowała przedstawicielka sanepidu.

Największy kapitał

W programie konferencji znalazły się również wykłady poświęcone zasadom prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży oraz profilaktyce wirusowego zapalenia wątroby typu A, które poprowadziła **Beata Dunał** z gorzowskiego sanepidu.

Eksperti zwracali uwagę, że większość młodych ludzi nie wyrasta z otyłości – aż czterech na pięciu otyłych nastolatków będzie zmagać się z nią także w dorosłości. Dlatego potrzebna jest edukacja i wsparcie ze strony szkoły, rodziny i lokalnej społeczności.

– Takie spotkania są bardzo ważne. Chcemy uświadamiać młodzież i dorosłych, że zdrowie to nasz największy kapitał. „Wygraj zdrowe życie” to nie tylko tytuł konferencji, ale też przesłanie, które warto wcielać w codzienność – podsumowała **Irena Szklana-Berest**, dyrektorka „Medyka”.

Konferencja w Gorzowie była więc nie tylko spotkaniem z nauką, lecz przede wszystkim inspiracją do wprowadzania zdrowych zmian – krok po kroku, każdego dnia.

Natalia Debička
n.debicka@lubuskie.pl

Ponad połowa Lubuszan ma nadwagę lub otyłość

Niepokojące dane napływają z Lubuskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia. Jak wynika z najnowszego raportu, aż 64,7 proc. mieszkańców województwa lubuskiego zmagają się z nadwagą lub otyłością. To nieco powyżej średniej krajowej, która wynosi 64,5 proc.

Dane pochodzą z analiz lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej (POZ), którzy od stycznia do lipca tego roku przekazali NFZ informacje o wzroście i masie ciała ponad 360 tys. dorosłych Lubuszan.

Jak jest w powiatach?

Najlepiej wypadł powiat krośnieński – tam nadwagę lub otyłość ma 62,3 proc. mieszkańców. Najgorzej sytuacja wygląda w po-

wiecie sulcińskim, gdzie wskaźnik ten sięga 67,52 proc. Wysokie wartości odnotowano także w powiatach: gorzowskim (67,13 proc.) i żagańskim (67,11).

W największych miastach regionu sytuacja również nie napawa optymizmem. W Gorzowie Wielkopolskim 64 proc. mieszkańców ma nadwagę lub otyłość, a w Zielonej Górze – 60,4 proc. Dla porównania, najniższy odsetek osób z nadmierną masą ciała w kraju odnotowano w Poznaniu – 55,8 proc.

Ważny wskaźnik BMI

Na podstawie zebranych pomiarów NFZ oblicza wskaźnik masy ciała (BMI). To relacja masy ciała do wzrostu podniesionego do kwadratu. Prawidłowe BMI mieści się w przedziale



W Gorzowie Wielkopolskim 64 proc. mieszkańców ma nadwagę lub otyłość, a w Zielonej Górze – 60,4 proc.

od 18,5 do 25. Wynik powyżej 25 oznacza nadwagę, a powyżej 30 – otyłość.

W regionie lubuskim nadwagę ma 134 834 osób, a otyłość – 100 449 pacjentów. Prawidłową

wagę utrzymuje 121 560 mieszkańców, natomiast niedowagę stwierdzono u 6442 osób.

Dlaczego to ważne? Obowiązek wykonywania pomiarów wzrostu i wagi w POZ istnieje od

2020 roku. Dane te nie są jedynie biurokratycznym wymogiem – stanowią ważne narzędzie w walce z epidemią otyłości.

Takie mogą być efekty

Otyłość znacząco zwiększa ryzyko wystąpienia wielu groźnych chorób, w tym: ●cukrzycy typu 2 ●nadciśnienia tętniczego i chorób serca ●zwyrodnień stawów ●nowotworów.

Wczesne wykrycie problemu i edukacja pacjentów pozwalają na szybszą reakcję oraz lepsze planowanie działań profilaktycznych i leczniczych. NFZ zachęca do zdrowego stylu życia i przypomina, że każdy może bezpłatnie korzystać z portalu diety. nfz.gov.pl.

oprac. Magdalena Podhajecka
źródło: Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ

#lubuska kultura

Teatr w Zielonej Górze

31 października, 11.00: „Czerwony Kapturek”; 4 listopada, 19.00: „Królowa Śmieszka i siedmiu śmieszkołudków”; 7 listopada, 19.00: „Akompaniator”.

Teatr w Gorzowie Wlkp.

31 października, 9.00: „Karmelek”; 3 listopada, 17.00: „Gorzowskie zaduszki”; 8 listopada, 18.00: „Lalka” – określana jako największa polska powieść – dzięki nowym ekranizacjom przebojem wraca do powszechnej świadomości.

Biblioteka w Gorzowie Wlkp.

30 października, 16.30: „Bal Hallo-weenowy” – bal przebierańców, połączony z zajęciami animacyjno-plastycznymi dla dzieci w wieku 8-12 lat (obowiązują zapisy, tel. 95 721 58 49); 3 listopada, 15.00 „Kuznia talentów. Czas zadumy” – zajęcia interdyscyplinarne dla dzieci i młodzieży; 5 listopada, 10.00: „Polska – Niemcy w powersalskim ładzie. 100-lecie traktatu w Locarno (1925-2025)” – seminarium naukowe; 6 listopada, 16.30: „Kolorowe sylaby. Dzień Postaci z Bajek” – zajęcia animacyjno-plastyczne dla dzieci obcojęzycznych (obowiązują zapisy, tel. 95 721 58 49).



FOT. PIXABAY

Filharmonia w Zielonej Górze

3 listopada, 16.00 i 17.00: „Muzyczne raczkowanie” – koncert przygotowany z myślą o mamach w ciąży oraz rodzicach z dziećmi od narodzin do lat czterech; 7 listopada, 19.00: Koncert z okazji Święta Niepodległości – w programie Tadeusz Baird, Mieczysław Karłowicz, Adam Wesołowski, Stanisław Moniuszko.

Biblioteka w Zielonej Górze

31 października, 11.00: „Książka albo pikus!”. Jesteś czytelnikiem? Przyjdź do Centrum Bibliotecznego dla Dzieci i Młodzieży – Biblioteki Pana Kleksa i pokaz swoje halloweenowe przebranie. W zamian możesz zabrać książkę.

Rekord z potrzeby serca

54 300 złotych udało się zebrać podczas tegorocznej, czwartej edycji charytatywnej aukcji „Artyści dla Młodzieży” w Filharmonii Gorzowskiej. To najwyższa suma w historii wydarzenia, które z roku na rok zyskuje coraz większy rozmach i coraz więcej serc.

Gorzowscy artyści ponownie połączyli swoje talenty, by wesprzeć młodzież zmagającą się z problemami emocjonalnymi i psychicznymi. Cały dochód z aukcji, podobnie jak w poprzednich latach, trafi do Fundacji Sztuka Ducha i zostanie przeznaczony na organizację warsztatów rozwojowo-psychologicznych dla młodzieży.

Sztuka, która łączy pokolenia

W aukcji wzięło udział 15 twórców związanych z Gorzowem i regionem. Jak podkreśla współorganizatorka wydarzenia Ewa Niśkiewicz-Krawczyk, pomysł narodził się z potrzeby serca i do dziś zachowuje ten autentyczny charakter.

– Dzisiaj mamy szczególne wydarzenie. To już czwarta edycja aukcji charytatywnej „Artyści dla Młodzieży” i trzeci raz z rzędu zbieramy środki na działania psychologiczne, warsztaty interaktywne z młodzieżą i dziećmi. To forma terapii dla młodych ludzi. Chcemy, by ta aukcja łączyła zarówno pokolenia, jak i różne środowiska – artystów, biznesmenów, ludzi kultury i wszystkich, którzy po prostu lubią pomagać – mówiła Niśkiewicz-Krawczyk.

Sztuka, która leczy

Patronat honorowy nad wydarzeniem objęła po raz kolejny posłanka Krystyna Sibińska, która od początku wspiera inicjatywę.

– Fantastyczne wydarzenie. Nasi gorzowscy artyści przekazali swoje prace, a my licytowaliśmy, by wspomóc warsztaty dla młodzieży. To już czwarta edycja i czwarte tak piękne spotkanie ludzi wrażliwych – mówiła posłanka. – Jestem przewodniczącą parlamentarnego zespołu do spraw zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, dlatego wiem, jak bardzo takie inicjatywy są potrzebne. Młodzi ludzie



Czwarta edycja „Artystów dla Młodzieży” pokazała, że wrażliwość to siła, a sztuka to narzędzie zmiany

często nie wiedzą, że mogą się otworzyć, że mogą szukać wsparcia. A sztuka może im w tym pomóc.

Sibińska zwróciła uwagę, że aukcja to nie tylko spotkanie ze sztuką, ale także działanie realnie wspierające młodych ludzi w kryzysie.

Profesjonalizm i otwartość

Aukcję poprowadzili: Ewa Pawlak, dyrektorka Muzeum Lubuskiego, i Sławomir Szenwald, dyrektor WiMBP w Gorzowie Wlkp. Jak podkreślali, wydarzenie odbywa się w formule profesjonalnej aukcji artystycznej, z zachowaniem standardów domów aukcyjnych, ale jednocześnie pozostaje otwarte dla wszystkich.

– To jedyna taka aukcja w Gorzowie – mówiła Pawlak. – Nie trzeba być kolekcjonerem ani dysponować dużym majątkiem, by w niej uczestniczyć. Można po prostu przyjść, zobaczyć prace, poroz-

mawiać z artystami, poczuć klimat sztuki. To wydarzenie, które łączy ludzi i pokazuje, że kultura w naszym mieście ma ogromną moc.

W tym roku pod młotek trafiły zarówno obrazy i grafiki, jak i rzeźby.

Muzyka, emocje i rekordowy wynik

Przed rozpoczęciem licytacji uczestnicy wysłuchali koncertu młodych muzyków ze Szkoły Muzycznej w Gorzowie, przygotowanego pod opieką skrzypaczki Hanny Szurkało.

Czwarta edycja „Artystów dla Młodzieży” po raz kolejny pokazała, że wrażliwość to siła, a sztuka to narzędzie zmiany. W jednym miejscu spotkali się artyści, instytucje kultury i mieszkańcy, których połączyła wspólna idea: pomagać młodym ludziom.

Natalia Dębicka
n.debicka@lubuskie.pl

PĄGOWSKIEGO HOŁD DLA MISTRZA, CZYLI „HAS NA NOWO”

W Gorzowie do 19 grudnia można oglądać wyjątkową serię 25 plakatów inspirowanych filmami Wojciecha Jerzego Hasa, jednego z najbardziej oryginalnych i cenionych polskich reżyserów. W Zespole Willowo-Ogrodowym Muzeum Lubuskiego w Gorzowie gościł mistrz plakatu Andrzej Pągowski, który wziął udział w wernisażu swojej wystawy „Has na nowo”. Projekt obejmuje wszystkie filmy Hasa. W kolekcji znalazło się także miejsce dla jego najśłynniejszego niezrealizowanego projektu – „Ośła grającego na lirze”.

„Has na nowo” to czwarty autorski projekt Pągowskiego poświęcony wybitnym reżyserom polskiego kina. Wcześniej powstały serie: „Kieślowski na nowo” (2016), „Wajda na nowo” (2021) i „Morgenstern na nowo” (2023). Wszystkie spotkały się z ogromnym uznaniem i były prezentowane na licznych wystawach w całej Polsce.

– Ten projekt zrodził się przypadkowo, bo też Krzysztof Kieślowski zrobił film „Przypadek”. Chciałem w ten sposób spłacić dług jednemu z moich przyjaciół, mentorów, reżyserów, z



Andrzej Pągowski na wernisażu wystawy w Gorzowie

którymi pracowałem. Kiedy powstał projekt „Wajda na nowo”, nagle okazało się, że to coś ważnego. Oglądając filmy Hasa, odkryłem, że to spotkanie z niezwykłą wyobraźnią i wrażliwością – mówi autor wystawy.

Katarzyna Kozińska

● szczypta soli

Magdalena Podhajecka

Kot w piwnicy prawa

Podwórka, piwnice, śmietniki – to są „domy” kotów wolno żyjących. Paradoks polega na tym, że choć, prawo nadaje im status pełnoprawnych mieszkańców – ba, de facto nawet „dobra ogólnonarodowego” – żyją w zaułkach między paragrafami.

Jakiś czas temu regularnie wpadałam na jedną kotkę. Mówiąc delikatnie, wykrzystała już co najmniej siedem ze swoich dziewięciu żyć. Pełna naiwnej wiary w elementarną ludzką wrażliwość, rozpoczęłam rejs po absurdzie. Już pierwsze telefony wciągnęły mnie w biurokratyczny Trójkąt Bermudzki: Straż Miejska, Urząd Miasta, Gmina. Poszłam więc osobiście, konsekwentnie podążając nurtem „psychologii”.

Na koniec, od strażnika miejskiego usłyszałam, że w tej sprawie robią: nic. Oto, funkcjonariusz publiczny, którego obowiązkiem jest reagować w przypadkach zagrożenia życia zwierzęcia.

Oficjalnie nazywa się takie koty „wolno żyjącymi”. W Ustawie o Ochronie Zwierząt ten kontrowersyjny termin pojawia się w rozdziale poświęconym zwierzętom domowym i bezdomnym, a nie dzikim. Kot domowy, choćby najbardziej zdziaczały, nie jest



zwierzęciem dzikim jak ryś czy żbik – to gatunek udomowiony. Jakby nie patrzeć, dachowce podlegają pod te same przepisy o ochronie.

Te trzy słowa z Ustawy to w rzeczywistości alibi dla obojętności. Dzięki „wolno żyjącym”, odpowiedzialni mogą zniknąć w biurokratycznym Trójkącie Bermudzkim, wciągając w niego także autentycznie zaangażowanych. Wmawia się im, że bezdomność to naturalny „stan wolny”, który nie wymaga interwencji.

Od czasu do czasu, gminy rzucają ochłap w postaci dofinansowania sterylizacji, ale to nie rozwiązuje problemu. To nie jest całociowa opieka.

Oznacza to, że faktyczna odpowiedzialność bierze na swoje barki garstka wolontariuszy. To oni noszą ciężar karmienia, leczenia i ratowania. Taka luka w prawie, pozwalająca na egzystencję w warunkach permanentnego zagrożenia, jest wyrazem hipokryzji: z jednej strony zwierzę to „dobro narodowe”, z drugiej – ten sam status pozwala mu umierać w samotności, schowanemu między paragrafami a śmietnikiem.

Używajmy więc właściwego języka: one nie są wolno żyjące. To są koty porzucone.

● gdzie Bóbr do Odry

Radosław Sujak

Jak demokracja potrafi nas poróżnić

Nie wiem, czy śmiać się, czy płakać. W kraju, w którym sądy toną w tysiącach spraw, prokuratorzy mają więcej akt niż półki w archiwach, a postępowania ciągną się latami, ktoś uznał, że największym zagrożeniem dla porządku publicznego jest... sołtys z własną radą sołecką.

Prokurator z Zielonej Góry postanowił zakwestionować uchwałę rady miejskiej w Krośnie Odrzańskim z 2020 roku – tę, która dotyczy statutów sołectw. Powód? Rada miała rzekomo „przekroczyć swobodę regulacji”, przyznając sołtysowi prawo do... zwoływania rady sołectkiej i przewodniczenia jej obradom. Czyli dokładnie tego, co od zawsze robił każdy sołtys w Polsce – gospodarz wsi, lider społeczności, nie żaden dyrektor departamentu.

Zamiast pochylić się nad realnymi problemami – opóźnionymi postępowaniami, brakiem

kadr czy przewlekłością procesów – prokuratura zajmuje się analizą pięcioletniego dokumentu, jakby od tego zależał los państwa prawa. W efekcie zamiast usprawniać wymiar sprawiedliwości produkujemy kolejne tony papierów i paralizujemy lokalne wspólnoty. Bo jeśli sołtys nie może zwołać swojej rady, to może za chwilę burmistrz nie będzie mógł rozmawiać ze swoimi naczelnikami, a przewodniczący rady – zwoływać sesji.

Sądowe zapychanie aktami o „przewodniczenie” to symbol szerszego problemu: urzędowego myślenia, które dawno zgubiło kontakt z rzeczywistością. W kraju, gdzie ludzie latami czekają na wyrok w sprawie o działkę czy alimenty, ktoś poważnie poświęca czas i pieniądze na badanie, czy w Krośnie Odrzańskim sołtys nie przekroczył kompetencji, ustalając termin spotkania rady sołectkiej. Brzmi absurdalnie? Bo właśnie takie jest.

Może czasem lepiej zostawić paragraf w spokoju, a zaufać zdrowemu rozsądkowi. Bo jeśli dalej będziemy w ten sposób „porządkować” prawo, to w końcu nie będzie miał kto tego porządku pilnować – wszyscy utopiają się w procedurach.



● zakola i meandry

Andrzej Flügel

Smutek, smuteczek...

Pan Bogdan spotkał ostatnio starego kumpla. Gościa fajnego, otwartego, mądrego i – co najciekawsze – mającego podobne spojrzenie na polską rzeczywistość, jak on. Zazwyczaj, kiedy się spotykali, wymieniali kłasiwe uwagi na temat polskiej prawicy, jej śmieszności, dziwnych zachowań największych fighterów, głupot, jakie wygadywali. Słowem, robili przegląd wydarzeń, uzupełniając się wzajemnie argumentami, licząc dni do wyborów, gdy partie demokratyczne były w opozycji, analizując działania, kiedy ich sympatycy zaczęli rządzić.

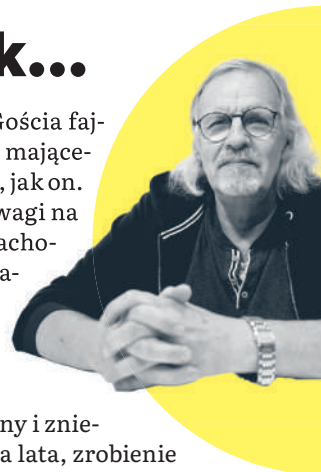
Teraz ów kolega był jakiś taki smutny, zrezygnowany i zniechęcony. Stwierdził, że biorąc pod uwagę ostatnie dwa lata, zrobienie z Polski w pełni demokratycznego kraju się nie powiodło. Popełniono zbyt wiele błędów, zmarnowano połowę kadencji i zasadniczo nic się nie zmieniło. Ci, którzy mieli być rozliczeni, spokojnie hasają po Sejmie i śmieją się.

Jeśli słysząc o jakimś akcie oskarżenia i wnioskach o uchylenie immunitetu, to w sprawach mniej ważnych, jak ostatnio w przypadku Wąsika i Kamińskiego za to, że przyszli do Sejmu, kiedy po wyroku nie mieli już prawa, a nie za numery, jakich dopuszczali się pod ich kierownictwem służby. Obajtkowi szykują sprawę za zamówienie na koszt Orlenu prywatnego detektywa, żeby śledził ludzi z opozycji i wstawienie sobie zębów, a nie za skandalicznie niską sprzedaż Lotosu.

Kolega powiedział, że stracił wiarę po przegranych wyborach prezydenckich. Liczył na to, że wreszcie po 10 latach smutku pierwszym obywatelem będzie światły, otwarty i niezasklepiiony w swoich politycznych torach człowiek. Stało się inaczej i w zasadzie szanse na przeforsowanie jakichkolwiek zmian są praktycznie zerowe.

Tak więc on przestał liczyć na to, że w Polce może się coś zmienić. Ci, którzy teraz rządzą, albo nie potrafią, albo nie dają rady. Tamci, rozwalający przez osiem lat demokrację, zostawili w wielu ważnych instytucjach swoje przyczółki i czekają, aż ci dzisiejsi albo się zupełnie zniechęcą, albo przekalkulują, że może nie warto być tak gorliwym, bo jak wrócą ci dziś przyczajeni, to rozliczą.

Kolega miał nadzieję, że być może władza wrzuci drugi bieg. Kiedy jednak zobaczył, jak pisowski neosędzia próbuje przerwać konferencję prasową ministra sprawiedliwości w Sądzie Najwyższym, twierdząc, że nie ma on prawa czegoś takiego tam urządzić, doszedł do wniosku, że nie ma co liczyć na zmiany. W sumie smutek, smuteczek... Ma rację?



● do dechy

Dariusz Chajewski

Proszę, trochę oleju



Pociąg dalekobieżny, wygodne siedzenia, świat przemakający za oknem, odcinek ulubionego serialu na ekranie smartfona i gdyby nie ona... A wszystko zaczęło się od anatomii. Pewne roześmiane dziewczę, mimo zmiennej aury, demonstrowało nagi brzuch. Trzeba przyznać, że płaski.

– Biedna dziewczyna, przeziębienie jak nic, i to wszystko przez telewizję i internet – to zagajenie pani siedzącej obok miało być, jak mniemam, nieco ironiczne. Spojrzałem, uśmiechnąłem się.

– A na tę drugą niech pan popatrzy, obcięta niemal na łyso, metal w nosie, a taka byłaby ładna, gdyby jakąś sukienkę ubrała. I ta czarna koszulka. I chyba nie miała stanika. Jak pan myśli? – uśmiechnąłem się taktownie, wzruszyłem ramionami, starając się dać do zrozumienia, że temat stanika nie budzi we mnie jakichś specjalnych emocji.

– A wie pan, że wszystkiemu winni jesteście wy, mężczyźni, a szczególnie tacy w pana wieku, rozumie pan, głowa siwieje, d... szaleje. Kobiety się starają tylko sprostać – po minie mojej sąsiadki zorientowałem się, że miał to być frywolny żarcik.

– Przepraszam, ale posiwałem w wieku 25 lat i nie wiem, jaki w tym udział miała moja d... – odpowiedziałem. Spojrzałem uważnie. Tak, ona starała się sprostać.

– Widzi pan, jak rozmowa zeszała na d..., to pan się ożywił – zachichotała. – Tacy jesteście, czy młody, czy stary, to tylko jedno wam w głowie – spojrzałem (i zapewniam, nie miałem tego w głowie), wzruszyłem kolejny raz ramionami, ale poczułem, że trzymam nerwy na krótkiej smyczy, a one szarpną się i zaczynają już szczyrzyć kły.

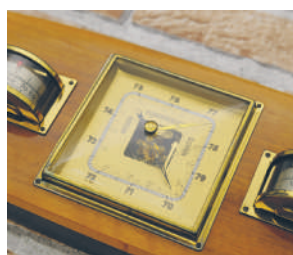
– Tak, tak, mężczyźni awanturują się, bo ostatnio w reklamach czy programach pojawiają się trochę pulchniejsze lub starsze kobiety – pani mówiła głośniej. – Udo wodniono naukowo, że dla was nawet auta i piwo muszą reklamować gołe biusty.

Wstałem, zabrałem swój plecaczek i życzyłem pani, żeby nie miała problemów z zasięgiem i zasilaniem podczas oglądania reklam oleju kujawskiego. Skąd olej z Kujaw? Kojarzycie te filmiki z nagimi, jak rzeźbionymi męskimi torsami, niezbędnymi zapewne podczas prezentacji procesu pierwszego tłoczenia rzepaku?

– Cham, mizogin, mam więcej oleju w głowie niż ty! – syknęła.

Tak, zgadzam się z tą opinią. Ale w tym przypadku był to tylko olej kujawski.

czy wiesz, że...



... 1 listopada 1877 w Zielonej Górze rozpoczęto pomiary meteorologiczne. Założycielem stacji był rabin Leopold Santer. Wsparł go zielonogórski astronom Wilhelm Forster.

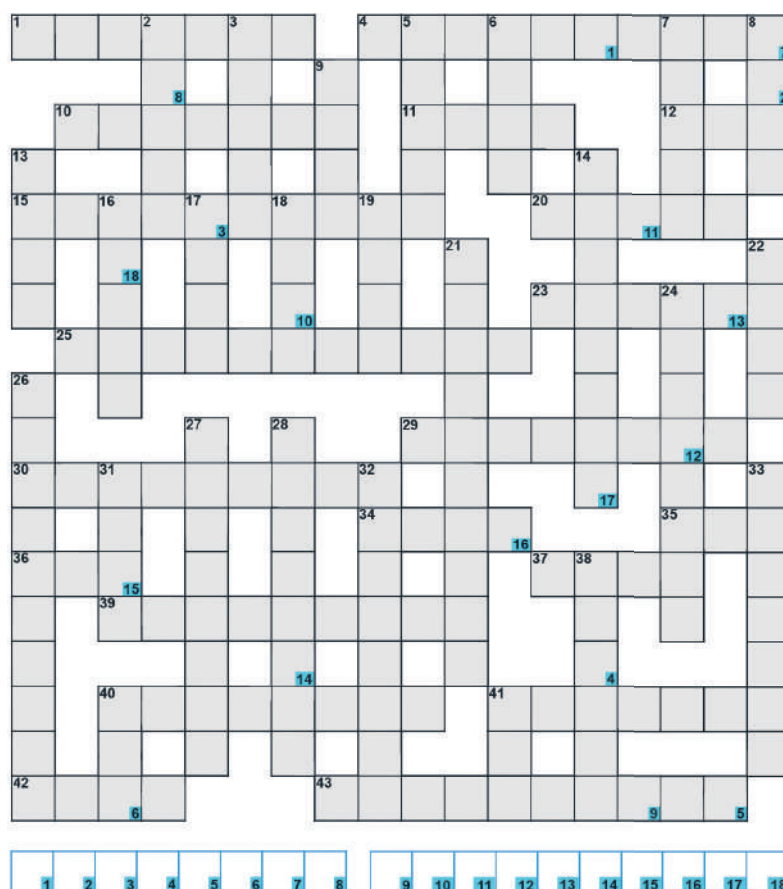


... 3 listopada 1945 w Teatrze Miejskim w Zielonej Górze odbyło się „otwarcie sezonu”. Zespół amatorski pod kierunkiem Cezarego Julskiego wystawił komedię „Baron – rekrut”.

nasza krzyżówka

POZIOMO:

1. Pomnik, monument;
4. Lubuski rezerwat przyrody, chroniący siedliska nietoperzy;
10. Przybudówka, ganek; 11. Przybiera ją modelka; 12. Berliński lub chiński; 15. Przy-smak misia koali; 20. Piłkarze ze Skwierzyny; 23. Zawód głównego bohatera filmu „Ucieczka z kina Wolność”; 25. Praca chłopca na rzecz dworu; 29. Lud zamieszkujący w starożytności dorzecze górnego Renu; 30. Napis na nagrobku; 34. Zbiórka na obozie; 35. Dawny zespół Anny Wyszkonki; 36. Rzeka w Borach Tucholskich, dopływ Wisły; 37. ... Lubuskie, miasto w powiecie ślubickim; 39. Miejsce triumfu wojsk Kościuszki; 40. Rafał Blechacz lub Piotr Paleczny; 41. Przedni ząb; 42. Aromatyczna przyprawa; 43. Przymierze trzech osób.



Fundusze Europejskie dla Lubuskiego



Rzeczpospolita Polska

Dofinansowane przez Unię Europejską



Projekt: Specjalista dla rynku pracy – efektywny system formalnego kształcenia zawodowego
Beneficjent: Gmina Witnica
Wartość inwestycji: 2 100 000 PLN
Wsparcie unijne: 1 785 000 PLN
Odwiedź: Witnica/www.witnica.pl

PIONOWO:

2. Stadium rozwojowe motyla; 3. Pojazd z płozami; 5. Położenie bez wyjścia; 6. Przenośnię o osobie wpływowej; 7. Film z Sylwestrem Stallonem; 8. Arena Igi Świątek; 9. Układ, sojusz; 13. Słona bywa zaporowa; 14. Grecki bóg mórz i oceanów; 16. Ściekowy lub melioracyjny; 17. Rodzaj skały osadowej; 18. Dzieło zduna; 19. Skrzynki na głosy; 21. Dmitrij, przeniósł pierwiastki na tablicę; 22. Tłuszcz z wieloryba; 24. Daria, wokalistka; 26. Uczęszczanie, obecność; 27. Botanik z Doliny Muminków; 28. Atomów, butów, dachów; 31. Syn Dedala; 32. Zwyczajowy tytuł aptekarza; 33. Pierwsza królowa Polski; 38. Sposoby układania nici, które łączą materiały; 40. Film w reżyserii Władysława Pasikowskiego; 41. Strażak z bajki.

Złap Balon AZL! – znamy zwycięzców

Aeroklub Ziemi Lubuskiej we współpracy z Urzędem Marszałkowskim Województwa Lubuskiego rozstrzygnął konkurs fotograficzny „Złap Balon AZL!”. Mieszkańcy polowali z aparatami na charakterystyczny balon, który przez całe lato pojawiał się nad Zieloną Górą i okolicami.

Od 20 lipca do 30 września balon spędził w powietrzu ponad 100 godzin, a jego loty stały się inspiracją dla ponad 120 fotografów amatorów. Ich zadaniem było uchwycić w obiektywie niepowtarzalne ujęcie – balon na tle lubuskich pejzaży, zachodów słońca czy miejskich panoram.

– Ten balon wzbudza pozytywne emocje, a fotografie zostaną z nami na zawsze. To dowód zaangażowania mieszkańców i przykład, że promocja regionu może łączyć pasję do lotnictwa z kreatywnością uczestników. Balon pozwala nam pokazać Lubuskie w nowej perspektywie, a zainteresowanie było tak duże, że w kolejnych latach będzie więcej okazji do uchwycenia go w kadrze – wicemarszałek Grzegorz Potęga podkreślał rolę, jaką balon odegrał w promocji regionu.



Zwycięzcy konkursu wraz z przedstawicielami urzędu marszałkowskiego i Aeroklubu Ziemi Lubuskiej

Jak podkreślają organizatorzy, poziom konkursu był wyjątkowo wysoki. Kreatywność i zaangażowanie uczestników sprawiły, że zdecydowano się zwiększyć liczbę nagrodzonych, by wyróżnić więcej autorów oryginalnych fotografii.

– Jestem pod wrażeniem tych zdjęć, niektóre wyglądają jak fotomontaże, tak pięknie uchwyciły balon nad regionem. Gratulujemy zwycięzcom i dzię-

kujemy wszystkim uczestnikom za determinację i kreatywność. Lubuskie poleca się zarówno na ziemi, jak i w powietrzu – mówił Janusz Rewers, dyrektor Departamentu Promocji, Turystyki i Sportu UMWL.

Komisja konkursowa wyłoniła zwycięzców: ● I miejsce – Gabriela Giszta z Zielonej Góry ● II miejsce – Janet Majer ze Słonego ● III miejsce – Łukasz Kłepka z Zielonej Góry ● IV miejsce (ex aequo)

– Katarzyna Buczacka z Zielonej Góry-Przylepu i Aneta Bogacka z Zielonej Góry-Przylepu.

Laureaci otrzymali voucher na lot balonem oraz zestaw gadżetów, a ich zdjęcia zostaną wykorzystane w materiałach promocyjnych województwa lubuskiego i Aeroklubu Ziemi Lubuskiej.

– Działanie z balonem to przykład udanej współpracy samorządu z lokalnym środowiskiem



Balon promujący Lubuskie

lotniczym. Widzimy, że połączenie promocji regionu z pasją pilotów spotkało się z dużym zainteresowaniem mieszkańców i mediów. W kolejnych latach planujemy kontynuować tę inicjatywę – podsumował Potęga.

Zwycięskie prace będzie można wkrótce zobaczyć na stronie internetowej Aeroklubu Ziemi Lubuskiej oraz w mediach społecznościowych organizatorów.

Magdalena Podhajecka

Chodzi o to, żeby **zielonogórski sport** się rozwijał, a nie zwijał

Jak powinna wyglądać strategia zielonogórskiego sportu? Według jakiego algorytmu przyznawać dotacje klubom? Na te i kilka innych pytań miało odpowiedzieć I Forum Sportu Zielonogórskiego. Dlaczego należało zorganizować takie wydarzenie? – Bo nigdy nie było – odpowiada Jacek Frątczak.



Jedni z wielu uczestników I Forum Sportu Zielonogórskiego. Z mikrofonem przedstawiciel pływania Jacek Miciul

Problemy ważne, więc i zainteresowanie nie małe. W Palmiarni Zielonogórskiej pojawili się przedstawiciele chyba wszystkich dyscyplin uprawianych w mieście. Organizatorzy wysłali zaproszenia do niemal 60 klubów. Nie zabrakło także samorządowców, naukowców i oczywiście dziennikarzy.

Trzeba rozmawiać o tym, jak rozwijać sport

Wszyscy nasi rozmówcy podkreślali, że jest to bardzo cenna inicjatywa i warto spotkać się w takim gronie, żeby porozmawiać o kwestiach kluczowych.

– Cieszę się, że coś takiego zostało zorganizowane. Do tej pory nie było spotkań, których myślą przewodnią byłaby przyszłość zielonogórskiego sportu – przyznał **Lucjan Błaszczak**, trener tenisistów stołowych ZKS-u Palmiarni Zielona Góra.

– Bardzo się cieszę, że taka inicjatywa powstała. Dobrze, żeby kluby rozmawiały ze sobą, spotykały się nie tylko w gronie jednego sportu, ale też interdyscyplinarnie – mówiła **Katarzyna Marciniak**, prezes Grono SSA, czyli koszykarskiego Zastalu Zielona Góra.

– Trzeba rozmawiać o tym, jak rozwijać sport w Zielonej Górze, bo do tej pory to działało samo. To jest coś fajnego, co może zapoczątkować następne spotkania i pozwolić wypracować coś, co można wdrożyć w życie – dodał **Marcin Zegzuła**, wiceprezes piłkarskiej Lechii Zielona Góra.

Współpraca to kluczowa sprawa

Pomysłodawcą I Forum Sportu Zielonogórskiego jest **Jacek Frątczak**, radny i przewodniczący miejskiej komisji kultury i sportu. Zapytany o cel wydarzenia, odpowiada:

– Myślenie strategiczne o sporcie, stworzenie dokumentu, zweryfikowanego poprzez takie spotkania ze środowiskiem – to jest niezwykle ważne. Współpraca to kluczowa sprawa. Współpraca środowiska, władz miasta w zakresie wypracowania

kierunków zielonogórskiego sportu w obliczu różnych zagrożeń.

Jakie to zagrożenia? Według Frątczaka jedną z kluczowych kwestii jest demografia.

– Są potężne inwestycje w infrastrukturę, natomiast trzeba zwrócić uwagę, jak będziemy wyglądali za 5-10 lat, jeżeli chodzi o populację w konkretnych rocznikach. W jaki sposób spowodować, żeby młodzież po zakończeniu edukacji na poziomie choćby liceum chciała zostać w Zielonej Górze – wskazuje pomysłodawca I Forum Sportu Zielonogórskiego.

W samorządach trwa dyskusja

Kluczowym i chyba najbardziej drażliwym tematem jest także kwestia finansowania sportu, na co zwrócił uwagę marszałek **Sebastian Ciemnoczołowski**.

– W każdym samorządzie trwa dyskusja, czy warto wspierać kluby – amatorskie, zawodowe – czy warto wspierać młodzież. A jeśli tak, bo przecież warto i tu chyba nikt nie ma wątpliwości, to na jakich zasadach – tłumaczył. – I to jest pierwsza taka inicjatywa, gdzie w sposób profesjonalny, według bardzo przemyślanych kryteriów, w grupach i w forach dyskusyjnych odbywa się wirtualny podział środków, którymi może dysponować miasto.

– Trzeba zacząć myśleć o tym na poważnie, spisać reguły gry, również dotyczące sposobu finansowania poszczególnych organizacji – potwierdził Frątczak.

Ta kołdra zawsze będzie za krótka

Tymczasem finansowa kołdra zawsze była, zawsze jest i zawsze będzie za krótka – to oczywiste. Każda dyscyplina jest inna, każda w mieście na różnym poziomie, a każdy klub przekonuje, że jest najważniejszy... Dlatego też niesłuchanie trudno to wszystko wyważyć, porównać i sprawiedliwie ocenić. Poza tym są sporty olimpijskie i nieolimpijskie, co wiąże się z liczbą trenujących, konkurencją, zainteresowaniem czy wreszcie prestiżem.

– Wynik sportowy jest wymierny – oznacza Błaszczak i uważa, że właśnie wyniki powinny być tu jednym z głównych kryteriów. W swojej grupie treningowej ma mistrzów Europy i wicemistrzów świata kadetów, mistrza paralimpijskiego czy dziewiątą zawodniczkę igrzysk w Paryżu. – Nie jest to adekwatnie docenione. Tenis stołowy powinien być wśród sportów rozwojowych i priorytetowych w mieście – nie ma wątpliwości. – Na świecie ta dyscyplina jest na szóstym miejscu pod względem popularności, interesuje się nią 875 milionów ludzi.

– Takie spotkania są potrzebne, aby miasto i ludzie zarządzający sportem mieli świadomość, z jakimi problemami borykają się kluby, jakie mają potrzeby i oczekiwania. Co można poprawić, co zrobić, żeby sport w Zielonej Górze się rozwijał, a nie zwijał – dodaje Błaszczak.

A potrzeby i oczekiwania każda dyscyplina, każdy klub ma różne.

– Przede wszystkim infrastruktura, stadion piłkarski, bo to jest dla nas najważniejsze. Wtedy można zbudować biznes, kibiców i całą otoczkę z tym związaną – mówi Zegzuła. – Dzisiaj kibic chce mieć troszeczkę wygody w oglądaniu show, które my robimy i chcemy robić. Chcemy się rozwijać. Organizacyjnie i finansowo chcemy iść do góry, ale za tym też musi iść infrastruktura i stadion piłkarski, o co będziemy zabiegali.

Przed organizatorami I Forum Sportu Zielonogórskiego arcytrudne zadanie, ale też wiedzieli, na co się decydują.

– Pierwsze efekty, jeżeli chodzi o ten dokument strategiczny, to jest minimum połowa przyszłego roku. Natomiast jak pokazują prace na poziomie strategii w obszarze kultury, to jest rok do przyjęcia takiego dokumentu przez radę miasta – szacuje Frątczak.

Szymon Kozica
sz.kozica@lubuskie.pl

Rozkład jazdy dla kibica



Koszykówka

EuroCup Women, 5 listopada: KSSSE Enea AZS AJP Gorzów – Charnay Basket (19.00).

Ekstraklasa kobiet, 2 listopada: KSSSE Enea AJP Gorzów – Zagłębie Sosnowiec (16.00).

Ekstraklasa mężczyzn, 9 listopada: Zastal Zielona Góra – Legia Warszawa (17.30).

Piłka nożna

III liga, 31 października: Stal Jasień – Carina Gubin (15.00).

IV liga, 31 października: Odra Bytom Odrzański – Victoria Szczaniec (20.00); **2 listopada:** Dozamet Nowa Sól – Polonia Słubice (11.00), SILON Gorzów – Sprotavia Szprotawa (12.00), Czarni Żagań – Ilanka Rzepin, Piast Iłowa – Pogoń Skwierzyna, Pogoń Świebodzin – Lechia II Zielona Góra, Róża Różanki – Łuczniczka Strzelce Krajeńskie, Stal Sulęcín – Odra Nietków, Zorza Mostki – Syrena Żbąszyn (wszystkie o 14.00).

Centralna Liga Juniorów U-15, 30 października: Lechia Zielona Góra – TS Przyłep (13.00).

Godziny meczów mogą się zmienić, więc warto śledzić stronę internetową naszalubuska.pl (zakładka „sport”), gdzie przed każdą kolejką spotkań publikujemy aktualny terminarz.



Biegi

9. Bieg Niepodległości w Trzebielu (6 km). 8 listopada, godz. 12.00, start i meta przy wieży widokowej w Nowych Czaplach. O 10.30 bieg dzieci i młodzieży.

7. Zielonogórski Bieg Niepodległości (11 km). 11 listopada, godz. 11.00, start i meta w pobliżu Centrum Przyrodniczego przy ul. Dąbrowskiego.

12. Bieg Niepodległości w Żaganiu (10 km). 11 listopada, godz. 11.11, start i meta na stadionie przy ul. Kochanowskiego. O 9.45 biegi dzieci i młodzieży.

IX Bieg Niepodległości w Międzyrzecz (5,2 km). 11 listopada, godz. 13.00, start i meta na stadionie przy ul. Mikuły.

4. Niepodległościowa Piątka w Zielonej Górze. 11 listopada, godz. 14.00, start i meta na ul. Kożuchowskiej w Ochli. O 12.30 biegi dzieci i młodzieży, start i meta na boisku przy SP nr 25 w Ochli.

8. Narodowy Bieg Niepodległości w Słubicach (10 km). 11 listopada, godz. 14.00, start i meta na polu golfowym przy ul. Sportowej.

Będzie kredyt dla Stali Gorzów

Radni Gorzowa Wielkopolskiego zagłosowali za poręczeniem kredytu konsolidacyjnego dla Stali Gorzów. Klub zyska szansę na finansową stabilizację. Nie obyło się bez burzliwej dyskusji.

Poburliwej, ponad 1,5-godzinnej dyskusji, licznych pytaniach i emocjonalnych wystąpieniach radnych Rada Miasta Gorzowa podjęła decyzję o zwiększeniu limitu poręczeń budżetowych z 2 do 4 mln złotych. Oznacza to, że prezydent **Jacek Wójcicki** uzyskał prawo poręczenia kredytu dla klubu Stal Gorzów.

To już drugi raz w ciągu kilku tygodni, gdy radni zajmowali się sprawą wsparcia finansowego dla żużlowej Stali. Pod koniec września uchwala o poręczeniu kredytu w wysokości 3 mln złotych została odrzucona. Tym razem prezydent wrócił z nowym projektem – miasto miało poręczyć 4 mln, a prywatni akcjonariusze 5 mln. Klub potrzebuje łącznie 9 mln złotych na spłatę zobowiązań, bez których może stracić licencję na start w PGE Ekstralidze.

Gorąca debata i ostre słowa

Na sesji nie brakowało emocji. Radni pytali o warunki kredytu, zabezpieczenia i zakres odpowiedzialności miasta. Skarbnik **Agnieszka Kaczmarek** tłumaczyła, że zwiększenie limitu poręczeń nie oznacza automatycznego

poręczenia kredytu, a jedynie umożliwia prezydentowi podjęcie decyzji w tej sprawie.

– Miasto nie poręczy więcej niż 4 miliony złotych, nawet jeśli inne podmioty nie spłacą swojego udziału. To nie działa na zasadzie solidtarnej odpowiedzialności bez limitu – podkreślała skarbnik.

Podział wśród radnych

Wśród radnych nie zabrakło zarówno głosów poparcia, jak i krytyki. Część z nich zarzucała prezydentowi brak transparentności i ryzykowanie miejskimi finansami.

– To marka, to konkret. Ale oczekujemy profesjonalnego zarządzania – mówił **Jarosław Porwich**.

– Miasto stało się akcjonariuszem klubu. Odpowiadamy za jego sytuację. Jeśli powiedzieliśmy A, musimy powiedzieć B – dodał **Roman Sondej**.

Radna **Anna Kozak** apelowała o pełne rozliczenie finansów klubu, a **Jakub Derech-Krzycki** domagał się zapewnienia, że miasto nie będzie odpowiadało za całość kredytu. Prezydent potwierdził, że odpowiedzialność miasta ogranicza się do 4 mln złotych.



Na decyzję radnych z niecierpliwością czekały władze klubu

Ogromny kredyt zaufania

Wójcicki przypominał, że podobne poręczenie udzielono już wcześniej i klub samodzielnie spłacił zobowiązania.

– To nie jest decyzja na ślepo. Jeśli analiza pokaże, że to zbyt ryzykowne, nie podpiszę umowy poręczenia – zapewnił. – Ale to szansa na uratowanie 80-letniej historii klubu. Nie możemy tego zaprzepaścić.

Niektórzy radni apelowali do zarządu Stali o pełną odpowiedzialność za przyszłe decyzje.

– To nie prezydent, to wy – zarząd Stali – ponosicie odpowiedzialność

za wykorzystanie tej szansy – mówiła **Halina Kunicka**. – Zaufanie mieszkańców zostało nadwyżężone. Jeśli znów je zawiedziecie, nie będzie kolejnej pomocy.

Grożba utraty licencji i ryzyko upadłości

Wiceprezes klubu **Patryk Broszko** podkreślił, że bez poręczenia klub nie otrzyma kredytu, co oznaczałoby utratę licencji, spadek do najniższej ligi, a nawet ryzyko upadłości.

– Jeżeli nie uregulujemy zobowiązań, nasza licencja zo-

stanie wygaszona. Musielibyśmy zaczynać wszystko od zera – tłumaczył.

Ostatecznie uchwała została przyjęta: 11 radnych głosowało za, czterech przeciw, trzech się wstrzymało, a siedmiu było nieobecnych.

Prezydent zaznaczył, że decyzja o faktycznym poręczeniu zapadnie dopiero po analizie dokumentacji i umowy kredytowej. Stal ma czas do końca października, by spełnić wymogi PGE Ekstraligi.

Katarzyna Kozłowska
k.kozlowska@lubuskie.pl

KOPYTKOWANIE

Oby nie skończyło się jeszcze większym pożarem



W Gorzowie większość radnych obecnych na nadzwyczajnej sesji zagłosowała za tym, żeby prezydent miasta mógł poręczać kredyty do 4 mln złotych. I może sobie pani skarbnik bajdurzyć, o czym tylko zamarzy, ale wiadomo, że chodzi o ratowanie żużlowej Stali. Mnie zdumiewają dwie sprawy. Pierwsza – dlaczego na sesji zabrakło aż siedmiu z 25 radnych. Druga – dlaczego znaleźli się radni, którzy wstrzymali się od głosu. Na moje oko taka decyzja jest podszyta tchórzem, przekalkulowana i przeliczona na polityczny kapitał. Wyrachowana. Nie sądzę, by mieszkańcy wybierali radnych po to, żeby ci w ważnych dla miasta sprawach stawali okrakiem. W zanadru mam jeszcze porównanie z dziewicą, ale to może następnym razem... Cóż, nieobecni nie mają głosu, podobnie jak ci, którzy postanowili sami się zakneblować.

Przy okazji zadzwoniłem do zaprzyjaźnionego dziennikarza z Gorzowa, prywatnie kibica Stali, i zapytałem, czy to dobra decyzja. W odpowiedzi usłyszałem: „Wiesz, każda decyzja jest dobra i zła”... Czyli z perspektywy kibica dobra, a z perspektywy dziennikarza zła. Oby tylko nie skończyła się większym pożarem, bo żużlowa polewaczka tego nie ugasi. Stal za dwa lata będzie obchodziła 80. urodziny. Ciekawe, w jakiej kondycji.

Przed tygodniem pisałem o skandalu na meczu piłkarskiej IV ligi w Słubicach, gdzie stadionowy bandyta trafił piłkarza puszką w twarz. Kary dla klubu? Finansowa – 2 tys. złotych. No tak, Polonia pewnikiem zadrżała w posadach... Cofnięcie licencji na boczne boisko. Śmiech na sali, bo akurat skończył się remont stadionu i można grać na płycie głównej. Do końca rundy jesiennej domowe mecze bez udziału publiczności. Ładnie brzmi, ale zakaz dotyczy trzech spotkań. Po co te cyrki? Żeby była jasność – nie jestem za dotkliwymi karami dla klubu ani przeciwko Polonii, bo sportowo to kandydat do awansu. Popieram natomiast zdanie byłego piłkarza Pogoni Świebodzin: „Zamykanie stadionu dla prawdziwych kibiców przez jednego buraka jest nie na miejscu. To on powinien odpowiedzieć za swoją głupotę! Jest nagranie i widać, kto to zrobił. Zakaz udziału w imprezach masowych przez X lat plus 20 tys. na cel charytatywny!”. Kropka.

Szymon Kozica

OKIEM REZERWOWEGO

Futbol wymaga ofiar...



Takie mecze trzeba przepychać. Nawet jak nie idzie, zdobyć trzy punkty, bo potem może ich zabraknąć. To najczęstsze opinie po zremisowanym meczu piłkarzy Lechii z III-ligowym beniaminkiem Polonią Nysa. To prawda, bo to był już czwarty remis zielonogórczyków u siebie, więc zespół zgubił na „dołku” aż osiem punktów. To może mieć znaczenie na końcu. Tyle że do finiszu jeszcze daleko i miejmy nadzieję, że rywale też zaliczą jakiś kryzys.

W IV lidze Stilon drugi raz przegrał i zgubił kolejne punkty. Przed startem wydawało się, że gorzowianie, jak i Odra Bytom Odrzański, zdominują rozgrywki. Odra robi swoje i ma komplet zwycięstw. Stilon ma już osiem punktów straty do lidera. Nie tak miało być...

Koszykarze Zastalu słabo zaczęli, ale dobrze skończyli. Pokonali MKS Dąbrowa Górnicza i to było ich pierwsze zwycięstwo w hali CRS. Imponują zielonogórcy kibice. W pierwszym meczu w hali zasiadło ponad 4000 widzów (to prawda, że z pomocą fanów Górnika Wałbrzych), w drugim z Arką było ich 3600, tyle samo w ubiegłą niedzielę. Coś pięknego! To przykład, jak ważna dla kibiców w Zielonej Górze jest koszykówka. Teraz odpocznijmy od meczów u siebie, bo w listopadzie będzie tylko jeden mecz z Legią. A tak swoją drogą to kalendarz rozgrywek w ekstraklasie koszykarzy od kilku lat jest bardzo dziwny i zespoły grają seriami albo u siebie, albo na wyjeździe. Czemu tak jest? Nie mam pojęcia.

Kiedy w czwartkowy wieczór o tej samej porze zaczynały się mecze Lecha i Rakowa w Pucharze Konfederacji, postanowiłem oglądać spotkanie częstochowian z Sigmą Ołomuniec, zakładając, że ekipa z Czech to mocniejszy rywal niż mistrz Gibraltaru, z którym zmierzli się poznanianie. Ponieważ w Ołomuńcu nic ciekawego się nie działo, przeskoczyłem na chwilę na kanał, gdzie była transmisja z Gibraltaru. Akurat w tym momencie gospodarze strzelili bramkę. Pomyślałem, że teraz mistrz Polski wkurzy się i zacznie grać i zostałem przy tej transmisji. Nic z tego. Amatorzy, z którymi powinni powalczyć polscy III-ligowcy, wygrali! To była żenada w wykonaniu Lecha i wielki wstyd! Ale cóż, jak to zawsze mówię, „futbol wymaga ofiar”, więc oglądałem to do końca, choć bolały oczy...

Andrzej Flügel