PISMO SPOŁECZNO–ZAWODOWE ŚRODOWISKA GÓRNICZEGO

NOWY Górnik

DWUTYGODNIK

ISSN 2082-3797

WWW.NOWYGORNIK.PL

NR 17/2025 • 1–15 WRZEŚNIA 2025

CENA 3,50 ZŁ W TYM 8% VAT

Temat na czasie

PGG SA uczy się od najlepszych.

Analiza zagranicznych wzorców powinna być punktem wyjścia do opracowania polskiej strategii transformacji górnictwa węgla kamiennego.

S. 6–7

w Numerze

Między bezpieczeństwem energetycznym a transformacją

Polska szuka nowego miejsca dla węgla w energetycznej układance.

STRONA 3

Z kopalni na podium

Rozmowa z Tomaszem Flasińskim, ultratriathlonistą.

STRONA 4–5

Inwestycje dla środowiska

Sośnica zwiększa retencję wód dołowych.

STRONA 5

Zielone płuca planety

Rola lasów w stabilizacji klimatu.

STRONA 8

Używany, ale pewny

Jak kupić samochód z drugiej ręki i nie żałować.

STRONA 9

GÓRNICY I HUTNICY. Razem na ulicach Katowic

Gorący protest

21 sierpnia centrum Katowic stało się sceną jednej z największych demonstracji ostatnich miesięcy. Od rana ulice wokół Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego zablokowali związkowcy Wolnego Związku Zawodowego „Sierpień 80”. Nie wysłali delegacji – cała manifestująca grupa ruszyła do wojewody śląskiego z petycją w sprawie dramatycznej sytuacji w przemyśle ciężkim. Hutnicy, górnicy i pracownicy koksowni wspólnie protestowali przeciwko napływowi taniej stali ze Wschodu, wysokim kosztom energii i groźbie likwidacji miejsc pracy. Dodatkowe emocje wzbudziły sugestie rządu dotyczące rewizji umowy społecznej, która zakłada stopniowe wygaszanie kopalń do 2049 roku. Związkowcy ostrzegają, że jej zerwanie grozi kryzysem społecznym na Śląsku i przypominają, że to właśnie realizacja tej umowy była warunkiem społecznym dla utrzymania spokoju w regionie. Choć protest w Katowicach miał charakter pokojowy, jego wymowa była zdecydowana: rząd – zdaniem związkowców – nie dotrzymuje zobowiązań, a przemysł ciężki staje na krawędzi. Zapowiedziano kolejne akcje, między innymi przed biurem ministry Katarzyny Pełczyńskiej-Nałęcz w Warszawie.

KATARZYNA ZAREMBA-MAJCHER

PIXABAY.COM

FELIETON

Wiatraki na hamulcu

W sercu Niemiec, w malowniczym regionie Ostwestfalen-Lippe, stoją setki wiatraków. Są to symbole zielonej transformacji i energetycznej przyszłości. Problem w tym, że wiele z nich… stoi nie tylko dumnie, ale też bezczynnie. Nie dlatego, że nie ma wiatru. Wręcz przeciwnie, jest go aż za dużo. Ale niemieckie sieci przesyłowe nie nadążają za produkcją. Wiatr wieje, turbiny się kręcą, prąd się marnuje. A wszystko to kosztuje miliony.

Brzmi jak absurd? Niestety to rzeczywistość. W samym 2023 roku Niemcy wypłaciły 4 mld euro odszkodowań za energię, której nie udało się wpuścić do sieci. W Ostwestfalen-Lippe, gdzie wiatraki stawiane są gęsto jak grzyby po deszczu, sytuacja jest wyjątkowo dotkliwa. Turbiny są wyłączane, by uniknąć przeciążenia systemu. Operatorzy dostają rekompensaty. Kto za to płaci? Myślmy logicznie – oczywiście odbiorcy energii. Czyli obywatele. I przedsiębiorstwa, którym rosną rachunki za prąd. W Bielefeldzie lokalne fabryki biją na alarm, bo przy takich kosztach trudno mówić o konkurencyjności.

Problem ma swoje korzenie w biurokracji, protestach i chronicznym opóźnieniu inwestycji w sieć przesyłową. SuedLink to flagowy projekt przesyłu energii z północy na południe Niemiec, który grzęźnie w papierach i konsultacjach. Tymczasem politycy ogłaszają kolejne sukcesy w transformacji energetycznej.

Ale jaką to ma wartość, skoro energia z wiatru zostaje „na polu”? Bez rozbudowanej infrastruktury każda turbina to nie inwestycja w przyszłość, tylko kosztowny pomnik złych decyzji. Eksperci mówią wprost: bez lepszego planowania, magazynowania energii i lokalnego wykorzystywania nadwyżek, choćby do produkcji wodoru, będziemy kręcić się w kółko. Jak te wiatraki, które obracają się na próżno.

Zielona energia? Tak. Ale z głową, bo jeśli wiatr zmian ma nas popchnąć do przodu, potrzebujemy nie tylko turbin, ale i sprawnych sieci przesyłowych, którymi ta energia popłynie. **HK**

PIXABAY.COM

FELIETON

Drogie marzenia

Europa lubi myśleć o sobie jako o pionierze w ochronie klimatu, w zielonej transformacji, w nowoczesnym transporcie. Problem w tym, że coraz częściej jest to rola lidera w biegu, w którym goniący przeciwnicy biegną po równym torze, a my w górę stromego wzgórza. Dane Europejskiej Konfederacji Związków Zawodowych są bezlitosne: 500 miejsc pracy mniej każdego dnia. Głównie w przemyśle, a motoryzacja, przez lata wizytówka kontynentu, staje się jego piętą achillesową.

Fabryki zamykają się w ciszy, a te większe ogłaszają grupowe zwolnienia. W tle są rosnące ceny energii, koszty pracy i regulacyjna dżungla. W Unii prąd dla przemysłu jest dwa razy droższy niż w USA, gaz jeszcze bardziej. W Chinach jest taniej o prawie połowę. Nic dziwnego, że inwestorzy pakują maszyny i przenoszą produkcję tam, gdzie rachunki za energię nie przyprawiają o palpitacje.

Ambitne cele klimatyczne? Piękne na papierze, trudne w praktyce, jeśli brakuje skutecznych narzędzi ochrony przemysłu. System handlu emisjami ETS, który miał promować ekologiczne zmiany, w praktyce bywa windą dla cen energii z pomocą spekulantów, którym pozwolono handlować uprawnieniami.

Do tego dochodzi utrata przewagi kosztowej. Polska, jeszcze niedawno atrakcyjna dla producentów, dziś notuje wzrost kosztów pracy o 13 proc. w skali roku, ponad dwa razy szybciej niż średnia unijna. Przy niskich marżach w branży to prosta droga do decyzji: wynosimy się.

Problem jest strukturalny. Europa ma know-how, infrastrukturę i ludzi, ale traci konkurencyjność. Jeśli nie nastąpi odwrót – tańsza energia, prostsze przepisy, realne wsparcie inwestycji – grozi nam deindustrializacja. A wtedy pozostanie nam liderowanie w rankingu nostalgii za przemysłem, który kiedyś był naszą dumą. Historia zna wiele cywilizacji, które upadły, wierząc, że ich potęga jest niezachwiana. **MH**

PIXABAY.COM

FELIETON

Meduzy kontra atom

Niektóre historie brzmią jak fragment scenariusza filmu katastroficznego klasy B. Wyobraźmy sobie: potężna francuska elektrownia jądrowa zatrzymuje produkcję energii, bo cztery z sześciu reaktorów unieruchamia rój… meduz. Brzmi jak żart opowiadany w porcie, ale to rzeczywistość z północnego wybrzeża Francji. W Gravelines chłodzenie reaktorów odbywa się wodą z kanału połączonego z Morzem Północnym. Nocą filtry przy ujęciach wody zatkała masa galaretowatych stworzeń, które przypłynęły z przypływem i zafundowały inżynierom przymusowy urlop.

Meduzy nie są jadowite, ale w liczbie tysięcy potrafią zatrzymać nie tylko rybacką łódź, lecz także gigawaty mocy. Ich populacja rośnie dzięki dwóm sprzymierzeńcom: ciepłym wodom i globalnemu handlowi. Wyższa temperatura morza wydłuża okres rozrodczy, a statki przenoszą larwy w zbiornikach balastowych niczym niechcianą przesyłkę międzynarodową. W efekcie na plażach między Dunkierką a Calais widuje się coraz więcej przybyszów, w tym azjatycką odmianę meduzy księżycowej.

Incydent w Gravelines to przypomnienie, że nawet czysta w eksploatacji energia jądrowa nie działa w próżni. Technologia, choć oparta na fizyce jądrowej, wciąż zależy od przyrody i jej kaprysów. Ciepłe morza oznaczają większe ryzyko „biologicznych korków” w infrastrukturze. Japonia, Chiny i Indie już tego doświadczyły, teraz do listy dopisała się Francja. Można oczywiście zainstalować nowe zabezpieczenia, ale być może ważniejsze jest uświadomienie sobie, że w epoce zmian klimatycznych to nie tylko huragany czy powodzie będą testować naszą cywilizację. Czasem wystarczy, by kilka tysięcy meduz płynęło w złą stronę. Być może to właśnie takie niepozorne starcia z naturą pokażą nam, jak krucha jest nasza technologiczna pewność siebie. I kto wie, czy przyszłe plany energetyczne nie będą musiały uwzględniać także humoru morskich stworzeń. **HK**

BYŁO, NIE MINĘŁO

Subiektywny przegląd wydarzeń

PRODUKCJA PRZEMYSŁOWA W LIPCU WZROSŁA O 2,9 PROC. W UJĘCIU ROCZNYM, a w porównaniu z poprzednim miesiącem wzrosła o 0,2 proc. – podał GUS. Po wyeliminowaniu wpływu czynników o charakterze sezonowym w lipcu produkcja sprzedana przemysłu ukształtowała się na poziomie o 1,1 proc. wyższym niż w analogicznym miesiącu ub.r. i o 0,9 proc. wyższym niż w czerwcu.

JSW SA ZAKOŃCZYŁA LIPIEC 2025 ROKU WYNIKAMI WSKAZUJĄCYMI NA UTRZYMANIE ROCZNEJ PRODUKCJI POWYŻEJ PLANU. Wydobycie w lipcu wyniosło 1,23 mln ton węgla (94,5 proc. PTE), a od stycznia do lipca spółka zrealizowała 103,3 proc. założeń – 7,43 mln ton. Jest to wynikiem uruchamiania nowych ścian, lepszej organizacji pracy i rozwiązań motywacyjnych w ramach Planu Strategicznej Transformacji. Sprzedaż węgla była wyższa o 2,1 proc. w lipcu i o 1,4 proc. od początku roku. Rekordowy był segment koksowy – 0,30 mln ton, o 19 proc. ponad plan, mimo przesunięć dostaw do Indii. W lipcu ceny surowców odbiły: węgiel Premium Low Vol wzrósł z 173,50 do 183,20 dol./t, a koks chiński z 179 do 204 dol./t.

MIĘDZYNARODOWA AGENCJA ENERGETYCZNA PROGNOZUJE, ŻE GLOBALNE ZAPOTRZEBOWANIE NA WĘGIEL W LATACH 2025–2026 UTRZYMA SIĘ NA PLATEAU ZBLIŻONYM DO REKORDOWEGO POZIOMU Z 2024 ROKU (8,8 MLD TON). Spadki zużycia w Chinach i Indiach są równoważone wzrostem w USA, gdzie konsumpcja węgla wzrosła o 10 proc. z powodu drogiego gazu. Prognozy regionalne są zróżnicowane: UE odnotuje spadek o 2 proc., USA wzrost o 7 proc, a Chiny minimalny spadek. Produkcja wzrośnie w 2025 roku, ale w 2026 ma spaść, podobnie jak globalny handel węglem. Ceny surowca spadły do poziomów z 2021 roku, co uderza w rentowność, szczególnie w Rosji i Indonezji.

POLSKIE GÓRNICTWO POGRĄŻA SIĘ W KRYZYSIE – SPADA WYDOBYCIE I SPRZEDAŻ, ROSNĄ KOSZTY, a sektor generuje miliardowe straty. Od stycznia do maja 2025 roku wydobyto 17,3 mln ton węgla, o 5 proc. mniej niż rok wcześniej. Ceny węgla spadły – energetycznego o 22 proc., a koksowego o 30 proc. Koszty wydobycia rosną mimo mniejszej produkcji. Zatrudnienie w górnictwie spadło o 38,6 proc. od 2011 roku i nadal maleje. Import surowca zmniejszył się o 7,7 proc., jednak Polska nadal jest importerem netto. Wydatki inwestycyjne również spadają. Tylko od stycznia do maja 2025 roku państwo przeznaczyło ponad 3 mld złotych na pomoc dla sektora, a całość wsparcia systemowego w 2024 roku wyniosła 7,1 mld.

ROSYJSKI PRZEMYSŁ WĘGLOWY ZMAGA SIĘ Z ROSNĄCĄ NIERENTOWNOŚCIĄ – W 2024 ROKU AŻ 53,3 PROC. SPÓŁEK ODNOTOWAŁO STRATY WOBEC 31,5 PROC. ROK WCZEŚNIEJ. Embargo UE zmusiło producentów do przekierowania dostaw do Azji, gdzie nabywcy wynegocjowali niższe ceny, co przy obecnych kosztach czyni wydobycie w Kuzbasie nieopłacalnym. Branża zatrudnia 146,5 tys. osób, a 30 miast jest od niej gospodarczo zależnych, dlatego rząd wspiera sektor dotacjami i ulgami. W 2024 roku straty wyniosły 112 mld rubli, a w 2025 mogą sięgnąć 300–500 mld. Rozważana jest konsolidacja, która wzmocniłaby największych producentów.

CZECHY PLANUJĄ ZAKOŃCZYĆ WYDOBYCIE WĘGLA KAMIENNEGO NAJPÓŹNIEJ DO POŁOWY 2026 ROKU. Ostatnia kopalnia ČSM, należąca do spółki OKD, mimo że wciąż przynosi zyski, zakończy działalność już w I kwartale przyszłego roku. Decyzja podyktowana jest chęcią kontrolowanego wygaszenia wydobycia, zanim sektor stanie się nierentowny. W 2024 roku OKD osiągnęła zysk 1 mld koron (około 180 mln złotych). Czechy, które odpowiadają za zaledwie 2 proc. unijnej produkcji węgla, chcą uniknąć konieczności państwowego dofinansowania. To odwrotna strategia niż w Polsce, gdzie górnictwo wymaga już dziś ponad 1 mln złotych wsparcia publicznego na godzinę.

•

Polska szuka nowego miejsca dla węgla w energetycznej układance

Między bezpieczeństwem energetycznym a transformacją

Węgiel, od dziesięcioleci fundament polskiej energetyki, dziś stoi na rozdrożu. Świat przyspiesza w stronę neutralności klimatycznej, inwestując w odnawialne źródła energii, a Europa systematycznie zamyka kolejne elektrownie węglowe. Jednak w wielu regionach świata czarne złoto wciąż jest podstawą bezpieczeństwa energetycznego, zwłaszcza w krajach rozwijających się, gdzie liczy się niska cena i łatwa dostępność surowca.

Polska znajduje się w sytuacji szczególnej. Musi się zmierzyć z presją regulacyjną i ekonomiczną, a jednocześnie dbać o regiony, których tożsamość i gospodarka są wciąż związane z górnictwem. W globalnym bilansie energetycznym węgiel pozostaje istotny. Chiny i Indie, mimo ogromnych inwestycji w farmy wiatrowe i fotowoltaiczne, nadal budują nowe elektrownie węglowe. W Afryce rozwój węgla tłumaczy się brakiem kapitału na drogie technologie odnawialne. Kontrastuje to z polityką Unii Europejskiej, gdzie odchodzenie od węgla jest priorytetem zarówno ze względów klimatycznych, jak i ekonomicznych, bo ceny uprawnień do emisji CO_2 czynią go coraz mniej konkurencyjnym.

Na Śląsku węgiel to nie tylko paliwo, ale również element historii i lokalnej kultury. Jednak rachunek ekonomiczny jest brutalny, koszty wydobycia rosną, a popyt spada. Nowo powołane Ministerstwo Energii ma być odpowiedzią na dotychczasowy chaos kompetencyjny w polityce energetycznej. Powstało w miejsce zlikwidowanego Ministerstwa Przemysłu, ale część kluczowych obszarów, takich jak odnawialne źródła energii czy biopaliwa, nadal pozostaje w gestii Ministerstwa Klimatu i Środowiska. Trwają prace nad zmianą ustawy o działach administracji, aby scentralizować zarządzanie energetyką.

PLAN, KTÓRY BUDZI MIESZANE REAKCJE

Pod koniec lipca Ministerstwo Klimatu i Środowiska zaprezentowało Krajowy Plan w dziedzinie Energii i Klimatu, dokument mający wyznaczyć strategiczny kurs transformacji energetycznej Polski. Choć to projekt kluczowy dla przyszłości kraju, eksperci przyjęli go z rezerwą, wskazując na brak szczegółów i niedostateczne rozpisanie działań w czasie. Minister energii Miłosz Motyka, który wcześniej współtworzył plan jako wiceminister klimatu, zapowiada jego szczegółową analizę i skierowanie do Rady Ministrów w październiku.

KPEiK zakłada dwa możliwe scenariusze. Wariant bazowy opiera się na obecnych środkach i ma zapewnić stabilne ceny energii, poprawę jakości powietrza oraz utrzymanie bezpieczeństwa energetycznego. Wariant ambitny wymaga dodatkowych działań i zakłada radykalny wzrost udziału odnawialnych źródeł energii oraz znaczną redukcję emisji gazów cieplarnianych. Rząd wybrał opcję bazową, traktując węgiel jako paliwo przejściowe do momentu uruchomienia dużych elektrowni jądrowych i małych reaktorów modułowych, a w najbliższych latach rolę stabilizatora systemu ma pełnić gaz.

Resort zapowiada opracowanie mapy drogowej dla SMR-ów, obejmującej inwentaryzację projektów, analizę ich potencjału w ciepłownictwie, przemyśle i energetyce zawodowej, a także ocenę możliwości udziału polskiego przemysłu w łańcuchu dostaw. Polska chce się stać jednym z europejskich liderów w tej technologii, widząc w niej szansę na uniezależnienie się od importu energii oraz impuls rozwojowy dla gospodarki i sektora wysokich technologii.

GÓRNICTWO I BEZPIECZEŃSTWO SUROWCOWE

Jednym z najpilniejszych zadań Ministerstwa Energii jest uzyskanie zgody Komisji Europejskiej na pomoc publiczną dla kopalń. Brak notyfikacji oznaczałby konieczność zwrotu miliardów złotych i potencjalne bankructwo spółek górniczych. Równolegle trwają prace nad zmianami w ustawie górniczej, które mają umożliwić wypłatę świadczeń osłonowych dla odchodzących górników oraz uporządkować sprawy majątku po zamykanych zakładach.

Wojna w Ukrainie przypomniała, że bezpieczeństwo energetyczne jest fundamentem stabilnej gospodarki. Ministerstwo planuje aktualizację programów inwestycyjnych PERN-u i Gaz-Systemu, zwiększenie pojemności magazynowych ropy, gazu i paliw oraz reformę systemu zapasów obowiązkowych, by kraj był przygotowany na ewentualne kryzysy surowcowe.

Choć siedziba ministerstwa pozostanie w Warszawie, resort utrzyma silną delegaturę na Śląsku – regionie kluczowym dla przemysłu ciężkiego, hutniczego i stalowego, gdzie transformacja będzie najtrudniejsza i najbardziej kosztowna społecznie. Węgiel nie zniknie z polskiego miksu energetycznego w krótkiej perspektywie. W dłuższej wszystko zależeć będzie od tempa inwestycji w odnawialne źródła energii, energetykę jądrową i infrastrukturę gazową. Minister Motyka podkreśla, że proces zmian musi iść w parze z utrzymaniem dyspozycyjnych źródeł mocy, co w polskich realiach oznacza, że węgiel pozostanie w systemie jeszcze przez wiele lat.

AMBICJE I KOSZTY TRANSFORMACJI

Scenariusz ambitny zakłada wzrost udziału odnawialnych źródeł energii do ponad połowy w 2030 roku i niemal 80 proc. w 2040 roku, redukcję emisji o ponad połowę względem 1990 roku, spadek kosztów wytwarzania energii oraz zmniejszenie importu paliw kopalnych. Realizacja takiego planu wymaga jednak inwestycji rzędu kilkuset miliardów złotych. Ministerstwo przekonuje, że wydatki się zwrócą, bo rachunki za energię w perspektywie kilkunastu lat znacząco spadną, lecz krytycy przypominają, że podobne prognozy w przeszłości często się nie sprawdzały.

Plan przewiduje rozwój morskich farm wiatrowych, fotowoltaiki oraz energetyki jądrowej, która miałaby osiągnąć 6–9 GW mocy do 2043 roku. Problem w tym, że pierwszy blok atomowy może powstać dopiero około 2040 roku, co grozi luką w dostawach stabilnej energii po wyłączeniu części bloków węglowych.

Forum Energii ocenia KPEiK jako dokument trafnie identyfikujący problemy sektora i stanowiący dobry punkt wyjścia do dalszych analiz. Fundacja Instrat chwali ambitne plany rozwoju OZE, ostrzegając jednak przed zbyt optymistycznymi założeniami dotyczącymi energetyki jądrowej. Wielu ekspertów wskazuje na konieczność rozwoju tzw. miksu opcyjnego, czyli równoległego inwestowania w różne źródła energii – od OZE, przez atom i biometan, po technologie wychwytywania dwutlenku węgla i wodór.

SZANSA CZY RYZYKO

Zwolennicy transformacji podkreślają, że jest ona nie tylko wymogiem unijnym, lecz także szansą na modernizację gospodarki, wzrost PKB i poprawę jakości życia. Warunkami sukcesu są jednak stabilne prawo, przejrzyste mechanizmy finansowania i programy osłonowe dla regionów górniczych. Bez nich proces zmian może wywołać poważne napięcia społeczne w miastach uzależnionych od przemysłu wydobywczego.

KPEiK to dokument niezbędny, aby Polska mogła w pełni korzystać z unijnych funduszy i uniknąć chaotycznej transformacji energetycznej. Realizacja planu wymaga jednak pogodzenia celów klimatycznych z realiami technologicznymi i finansowymi. Największym wyzwaniem jest znalezienie równowagi między ambicją a pragmatyzmem oraz prowadzenie procesu w sposób konsekwentny i oparty na dialogu społecznym, a nie na krótkoterminowych kalkulacjach politycznych. Jeśli ta równowaga zostanie zachowana, Polska ma szansę przejść przez transformację w sposób, który zapewni bezpieczeństwo energetyczne, konkurencyjność gospodarki i akceptację społeczną.

MH

MIĘDZY REKORDOWĄ NADPODAŻĄ A CIENIAMI PRZYSZŁOŚCI

Gdzie dziś stoi węgiel

Rynek węgla energetycznego balansuje dziś na cienkiej granicy. W portach ARA tona surowca wyceniana jest tuż przy poziomie 100 dolarów, w drugiej połowie sierpnia notowania utrzymywały się wokół 99,9 dol./t.

Źródła tej stabilizacji prowadzą do rynku gazu, który również tanieje. Europa zapełnia swoje magazyny, a słabszy popyt w Chinach dodatkowo obniża presję cenową. Dzięki temu węgiel energetyczny nie podlega gwałtownym wahaniom, choć to tylko fragment większej układanki.

Globalna produkcja węgla przekroczyła w 2024 roku i w pierwszej połowie 2025 aż 9,1 mld ton. Podaż rośnie, podczas gdy popyt pozostaje płaski: w USA lekko wzrasta, w Chinach i Indiach spada, wypierany przez odnawialne źródła energii. Import do Chin spadł do rekordowo niskich poziomów, choć ceny spot australijskiego węgla odbiły w sierpniu do 72 dol./t. Indie z kolei stawiają na własne wydobycie. Nadpodaż zmusza część producentów, jak australijski Yancoal, do ograniczeń, co może otworzyć drogę do odbicia cen pod koniec roku.

Na rynku węgla koksowego sytuacja jest nieco stabilniejsza. Benchmark PCI w Australii na II kwartał 2025 roku wyniósł 146 dol./t. I choć globalny popyt na węgiel energetyczny słabnie, węgiel koksowy w Azji wciąż ma przyszłość, gdyż hutnictwo tam nadal generuje istotny popyt, a produkcja stali, mimo transformacji energetycznej, wciąż potrzebuje tego surowca. Węgiel energetyczny traci na znaczeniu, ale koksowy wciąż pozostaje kluczowy dla produkcji stali, co spowalnia tempo odchodzenia od tego surowca.

Rozmowa z **TOMASZEM FLASIŃSKIM,** ultratriathlonistą

Z kopalni na podium

NOWY GÓRNIK: Gratuluję – podium w zawodach Ironman to osiągnięcie, które dla wielu jest marzeniem życia. Na co dzień pracuje Pan w kopalni. Jak to się w ogóle da pogodzić?

TOMASZ FLASIŃSKI: Dziękuję. Rzeczywiście to mogą się wydawać dwa zupełnie różne światy – kopalnia i ultratriathlon – ale dla mnie one w dziwny sposób się uzupełniają. Pracuję w kopalni od 13 lat, głównie na nocne zmiany, więc dzień trzeba bardzo precyzyjnie zaplanować. Jest praca, sen, czas dla rodziny i… zawsze te dwie godziny na trening. To jest moja święta przestrzeń w ciągu dnia, niezależnie od tego, jak bardzo jestem zmęczony. To mój codzienny rytuał. Czasem po ciężkiej nocy organizm mówi „daj spokój", ale właśnie wtedy zmuszam się do ruchu.

Od czego się to zaczęło? Przecież nikt nie budzi się pewnego dnia i od razu robi cztery dystanse Ironmana.

No tak, to raczej długa historia. Zaczęło się dokładnie w dniu moich 30. urodzin. Pomyślałem wtedy, że czas coś ze sobą zrobić, bo waga rosła, kondycja spadała, a w pracy fizycznej czułem, że coraz gorzej się ruszam. Powiedziałem sobie: rusz się z kanapy. To nie było nic romantycznego, po prostu facet postanowił włożyć buty biegowe. Zaczęło się od truchtania po okolicy, potem pierwsze starty w zawodach i poczułem nutkę rywalizacji, która wciąga. Z czasem odkryłem, że największą satysfakcję daje mi walka z samym sobą. Wpadłem w rytm – krótsze biegi, półmaratony, maratony, zdobyłem koronę maratonów w różnych miastach.

I wtedy przyszedł rower?

Dokładnie. Okazało się, że mam do tego smykałkę. Dystanse zaczęły się wydłużać, to były setki kilometrów na siodełku. Naturalnym krokiem był triathlon. Tylko był problem… nie umiałem pływać, więc cztery lata temu zacząłem treningi z instruktorem, a potem uczyłem się sam i dużo czytałem, oglądałem materiały w internecie, chodziłem na basen z córką, która też się uczyła pływać.

Przygotowania do tego startu musiały być wyjątkowo wymagające.

Tak, do ultratriathlonu zacząłem się szykować od kwietnia, kiedy moje nazwisko pojawiło się na liście startowej. Obserwowałem zawodników, z którymi przyjdzie mi się zmierzyć, z Brazylii, Kanady, USA, Francji, Litwy, Austrii, Niemiec. Patrząc na ich osiągnięcia, często mówiłem sobie: co ja tam będę robić? Mój plan był prosty na papierze, ale piekielnie wymagający w praktyce. Każdego dnia dwa treningi z różnych dyscyplin. Jednego dnia rower i pływanie, drugiego bieg. W późniejszych etapach wprowadziłem tzw. ultraniedziele, czyli cały dzień treningu. Jazdy po 200, 270, 340, a nawet 560 km. Biegi po 50 i 68 km. Pływanie testowe na 15 km, żeby sprawdzić odżywianie.

Brzmi jak praca na pełny etat, tylko że nie w biurze, ale w wodzie, na rowerze i w butach biegowych.

ARCHIWUM TOMASZ FLASIŃSKI

Trochę tak. Ale dla mnie to nie była praca, lecz inwestycja w siebie. I oczywiście w zdrowie, bo po ciężkim dniu w kopalni ruch naprawdę pomaga się odstresować. Plan treningów musiał być żelazny, realizowany dzień w dzień, bez względu na pogodę czy zmęczenie. Wiedziałem, że na starcie czekają mnie dystanse, które same w sobie brzmią jak osobne wyzwania życiowe. Bieg – 700 metrów w pętli 248 okrążeń. Jak sobie to przełożyć na realia? To tak, jakby pobiec z Krakowa do Katowic i wrócić, czyli około 160 km. Rower – 4,2 km w pętli i 170 okrążeń. W przeliczeniu na trasę to jakby wyruszyć z Chrzanowa nad morze, co daje jakieś 600 km. A pływanie? Basen o długości 24 metrów, 622 nawroty. Na Chechle jedna pętla to około 500 metrów, więc trzeba by ją pokonać 30 razy. Tak wyglądały liczby, które siedziały w mojej głowie przez całe przygotowania.

Trenowałem tak, żeby ciało znało ten wysiłek, zanim stanie na starcie. Jednego dnia rower i pływanie, drugiego bieganie. W niedziele robiłem „ultra", czyli całodniowe sesje, które miały odwzorować warunki zawodów. Czasem było 200, czasem 560 km na rowerze. Biegi po 50–68 km. Testowe pływanie na 15 m, żeby sprawdzić nie tylko mięśnie, ale też żołądek, bo odżywianie w ultra jest tak samo ważne jak kondycja. To był trening ciała, ale i psychiki, bo w ultra wygrywa ten, kto potrafi utrzymać głowę na właściwych torach, kiedy ciało mówi „dość".

W Ironmanie są trzy wymagające dyscypliny. Która była dla Pana najtrudniejsza?

Bieg, bez dwóch zdań. Nie dlatego, że nie lubię biegać, ale dlatego, że po pięciu godzinach pływania i 27 godzinach jazdy na rowerze organizm krzyczał „stop". A ja musiałem przebiec cztery maratony. Pierwszy był gehenną, ciało buntowało się na każdym kroku, ale później stało się coś dziwnego, bo każdy kolejny maraton był szybszy.

Miał Pan strategię na każdy etap?

Na pływanie tak – chciałem się zmieścić w pięciu godzinach. Wyszedłem z wody po 4:43, na drugim miejscu. Na rowerze celem było 720 km w 24 godziny, średnia 30 km/h. Wyszło 27 godzin, 28,8 km/h i tu zmęczenie i senność zrobiły swoje. A bieg? Planu nie było. Nigdy wcześniej nie biegałem po takim wysiłku, więc założyłem, że improwizujemy i będzie, co będzie.

A kryzysy?

Wiedzieliśmy, że przyjdą. To jest jak ściana – nagle wszystko waży tonę, powieki opadają, w głowie pustka. Podczas biegu pojawiło się zmęczenie, senność, problemy z koncentracją. Ale wiedzieliśmy, że to przyjdzie. Mój team był przygotowany. Stosowaliśmy krótkie drzemki po 15 minut, czasem godzinę. Po każdej wstawałem silniejszy, jakby ktoś włączył we mnie dodatkowy generator. Mój zespół miał wszystko dopięte, pilnowali nawodnienia, suplementów, temperatury ciała, reagowali na każdy problem, zanim się rozkręcił.

Wspomniał Pan o zespole. Kto Panu towarzyszył?

Lista jest bardzo długa. Przede wszystkim znajomi, którzy byli ze mną od samego początku przygotowań oraz przez cały okres zawodów. Bez nich nie byłoby szans ukończyć Iromana i uplasować się na trzecim miejscu na świecie. Michał Bartosik, Zuzia Koźbiał, Kacper Szczurek i Klaudia Jarczyk – bez nich to by się nie udało. To ludzie, którzy nie tylko podawali wodę czy jedzenie, ale też potrafili jednym zdaniem wyrwać mnie z marazmu. Oni mnie wspierali, a ja tylko pedałowałem, biegałem i pływałem. Byli od pierwszego dnia przygotowań, przez całe zawody.

Do tego dochodzi miasto Chrzanów oraz mój zakład pracy. To nie była moja samotna walka, lecz wspólny sukces. Nie sposób byłoby tego osiągnąć bez wsparcia mojego pracodawcy, czyli Południowego Koncernu Węglowego. Prezes PKW wyraził zgodę na mój urlop bezpłatny, za co jestem niezwykle wdzięczny, ponieważ mogłem w pełni skupić się na przygotowaniach do Poland Ultra Triathlon 2025.

Co było największą motywacją?

Drugi maraton. Dowiedziałem się, że na trasę jedzie moja rodzina z córką. Kiedy ją zobaczyłem, wszystko się zmieniło – ból zniknął, nogi same biegły. Nie potrafię tego wyjaśnić, ale obecność Oli działa na mnie jak turbo. Chcę jej pokazać, że jeśli coś postanowisz, to nie ma znaczenia, ile to potrwa i ile razy będziesz miał ochotę się poddać – da się to zrobić. Chcę pokazywać córce, że ograniczenia istnieją tylko w naszej głowie.

Co Pan czuł na mecie?

To była mieszanka ulgi i otępienia. Wiedziałem, że to koniec, ale radość była przytłumiona przez zmęczenie. Dopiero po dwóch–trzech tygodniach zaczęło do mnie docierać, co zrobiłem. Paradoksalnie po 70 godzinach bez snu przez kolejne dwie doby nie mogłem zasnąć, tak adrenalina trzymała.

Czego się Pan nauczył?

Że nie ma rzeczy niemożliwych. To tak jak życie, które jest pełne przeszkód do pokonania i momentów, kiedy trzeba iść dalej, choć wszystko w środku mówi, żeby przestać.

A plany?

Kiedyś marzyły mi się Hawaje, ale to bardzo kosztowne i logistycznie trudne. Teraz bardziej ciągnie mnie do wielokrotności dystansów Ironmana. Myślę o pięciokrotnym, może dziesięciokrotnym i bardziej chodzi o samo ukończenie dystansu, niezależnie od miejsca. Ale najpierw regeneracja, bo kolana i ścięgna też mają coś do powiedzenia.

Na koniec – jaką ma Pan radę dla tych, którzy marzą o Ironmanie?

Stawiajcie sobie cele, w sporcie i w życiu, i realizujcie je cegiełka po cegiełce. Sukces to umiejętność radzenia sobie z kryzysami. Zawody i życie działają dokładnie tak samo. Jeśli chcecie śledzić każdy kilometr, każdą pętlę i każdy oddech w tej niesamowitej podróży, zapraszam na mój Instagram – tam dzieje się cała akcja na żywo!

Rozmawiała **HANNA KRZYŻOWSKA**

SOŚNICA ZWIĘKSZA RETENCJĘ WÓD DOŁOWYCH

Inwestycje dla środowiska

Kopalnia Sośnica należąca do PGG SA zmodernizowała osadnik na Polu Zachód, nadając mu funkcję strategicznego zbiornika retencyjnego. Dzięki inwestycji zakład może teraz zatrzymać zrzut wód dołowych do Kłodnicy (dopływu Odry) na około 25 dni.

KWK SOŚNICA/PGG S.A.

To szczególnie istotne w okresach niskich stanów wód, gdy ekosystemy rzeczne są bardziej narażone na presję. Modernizacja była potrzebna, bo dotychczasowy obiekt, działający głównie jako płytki osadnik mułowy, miał ograniczone znaczenie w systemie odwadniania. Teraz jego parametry techniczne robią wrażenie: długość 250 m, szerokość 125 m, robocza głębokość 7 m i pojemność 135,1 tys. m³. Obiekt wyposażono w geomembranę uszczelniającą, geowłókniny, rampę techniczną, skarpy wzmocnione geosiatką oraz nowe urządzenia do regulacji odpływu.

KORZYŚCI ŚRODOWISKOWE I LEPSZE ZARZĄDZANIE

Zmodernizowany osadnik daje kopalni znacznie większą elastyczność. Możliwość całkowitego wstrzymania zrzutu wód w czasie suszy pozwala chronić zdolność samooczyszczania rzek, a kontrolowane, stopniowe odprowadzanie zmniejsza ładunek chlorków i siarczanów trafiających do Kłodnicy i Odry. Zbiornik działa też jak bufor chemiczno-hydrauliczny, pozwalając na naturalne oczyszczanie i dokładniejsze pomiary jakości wód. Obsługa systemu wymaga stałego zaangażowania specjalistów z kilku działów, od ochrony środowiska po przeróbkę mechaniczną i służby miernicze. Monitoring prowadzony jest całodobowo i wykracza poza wymogi formalne, co potwierdza rosnące znaczenie odpowiedzialnego zarządzania wodą w górnictwie. Dzięki inwestycji Sośnica zwiększa bezpieczeństwo ekologiczne i przygotowanie na sytuacje kryzysowe, a jednocześnie podnosi standardy środowiskowe całej spółki. •

Polska strateg zagra

PGG SA UCZY SIĘ OD NAJLEPSZYCH. Analiza zagranicznych wzorców powinna być punktem wyjścia do opracowania polskiej strategii transformacji górnictwa węgla kamiennego. Doświadczenia krajów, których gospodarki odchodziły od górnictwa, pokazują, że koniec wydobycia węgla nie musi oznaczać końca działalności firmy, wręcz przeciwnie. Udało się tam zrealizować wiele interesujących przedsięwzięć przynoszących przedsiębiorstwom zyski, a lokalnym społecznościom podatki, które pozwalają między innymi prowadzić projekty infrastrukturalne. Co najważniejsze, byli pracownicy kopalń znajdują zatrudnienie w nowych branżach. Plany, a w konsekwencji działania będą dopasowane do specyfiki każdej kopalni, panujących w niej warunków oraz możliwości zagospodarowania terenu. – Kierunkowo chcemy, aby te obszary zyskały nowe życie oraz nowe funkcje gospodarcze i społeczne – mówią w rozmowie z Nowym Górnikiem **RAFAŁ GĄSIOR**, dyrektor Biura Kontrolingu Strategicznego PGG, oraz jego zastępca **ŁUKASZ ŁATA**.

PGG SA

O podobieństwie regionów oraz o problemach związanych z restrukturyzacją sektora przemysłowego rozmawiano podczas kilkudniowej wizyty studyjnej w Hiszpanii

ROZMAWIA HANNA KRZYŻOWSKA

NOWY GÓRNIK: Polska Grupa Górnicza wykorzystuje doświadczenia innych krajów, takich jak Niemcy, Hiszpania czy Czechy, przy opracowywaniu własnej strategii?

RAFAŁ GĄSIOR: Każdy z wymienionych przez Panią krajów jest inny. Warunki oraz otoczenie, w jakim działało górnictwo, różnią się od siebie. Trudno więc zebrać te wzorce w jeden, spójny mianownik. Trzeba pamiętać, że proces zmian trwa wiele lat. W rozmowach z przedstawicielami innych krajów zwracamy uwagę na fakt, że niektórzy zaczęli zmiany zbyt późno i muszą nadrabiać te zaległości. Dlatego też od kilku miesięcy uczestniczymy w dialogu dotyczącym zmian z przedstawicielami jednostek zagranicznych oraz w regonie z władzami województwa śląskiego, samorządami, w których jesteśmy obecni. Zależy nam, aby proces transformacji był dopasowany do naszych realiów, by był prowadzony po gospodarsku, dawał nowe możliwości, a wobec niestabilnej sytuacji międzynarodowej pozwalał być przygotowanym na różne scenariusze. To chyba największe wyzwanie.

Jakie główne cele transformacyjne realizuje obecnie PGG w kontekście współpracy międzynarodowej?

PGG SA

Polska delegacja uczestniczyła również w wizycie studyjnej w Walii, poznając brytyjskie doświadczenia w transformacji regionów pogórniczych. Delegacja odwiedziła między innymi hub zielonej energii na terenie dawnej elektrowni Aberthaw oraz światowe centrum badań kolejnictwa GCRE w Onllwyn. Szczególne wrażenie zrobił na nich brytyjski model szybkiego zagospodarowania terenów poprzemysłowych poprzez lokalne partnerstwa, tworzenie nowych miejsc pracy i inwestowanie w innowacyjne branże

ŁUKASZ ŁATA: Doświadczenia przywołanych krajów pokazują, że koniec górnictwa nie oznacza końca danej firmy, wręcz przeciwnie. Udaje się realizować wiele ciekawych przedsięwzięć, które przynoszą dochód przedsiębiorstwu i podatki lokalnym społecznościom, co pozwala na przykład na prowadzenie projektów infrastrukturalnych, a co najważniejsze – byli pracownicy kopalń znajdują też zatrudnienie. Plany, a w konsekwencji prowadzone prace będą dopasowane do danej kopalni, warunków, które tam panują i na co docelowo pozwalają. Chcemy, aby te tereny dostały nowe życie, nowe funkcje gospodarcze i społeczne. Liczymy, że wszystkie lub większość z nich będzie inicjowana przez spółkę lub przy jej aktywnym udziale z lokalnymi władzami. Wygaszaniu działalności górniczej powinny towarzyszyć działania wspierające powstawanie nowych obszarów działalności, co ograniczy emigrację zarobkową.

> PGG SA chce, aby proces wygaszania górnictwa był prowadzony „po gospodarsku", dawał nowe funkcje gospodarcze i społeczne terenom pokopalnianym, ograniczał emigrację zarobkową i był realizowany przy aktywnym udziale lokalnych władz.

Czy PGG SA bazuje wyłącznie na doświadczeniach wymienionych krajów, czy także poszukuje innych inspiracji i partnerów?

RAFAŁ GĄSIOR: Rozwijamy i budujemy własne kompetencje. Oczywiście bazujemy na doświadczeniach innych, ale chcemy też uniknąć błędów przeszłości. Co prawda mamy zupełnie nowe czasy, inne możliwości, ale doświadczenia ostatnich lat na świecie pokazują, że nic nie jest dane raz na zawsze. Mamy bardzo dobrych fachowców, ludzi z doświadczeniem i z wiedzą. Staramy się budować lokalne partnerstwa na rzecz transformacji. W lutym bieżącego roku uruchomiliśmy specjalną platformę projektową – miejsce, które ma łączyć spółkę z rynkiem oraz środowiskami naukowymi. W odpowiedzi na zamieszczane na platformie ogłoszenia prowadzimy dialog z podmiotami zainteresowanymi potencjalną współpracą. W ramach platformy dostępne są także specjalne formularze kontaktowe. Służą one przedstawieniu pomysłu, określeniu zakresu potencjalnej współpracy oraz wskazaniu możliwych korzyści płynących z realizacji danego przedsięwzięcia. Dodatkowo prezentowane są prospekty informacyjne projektów, dla których spółka szuka partnerów.

gia, niczne inspiracje

PGG SA

Przedstawiciele śląskiego górnictwa i samorządu uczestniczyli w wizycie studyjnej w Nadrenii Północnej-Westfalii, gdzie poznali niemieckie rozwiązania w gospodarce wodnej na terenach pogórniczych oraz w procesach transformacji górnictwa. Zaprezentowano im między innymi sposoby wykorzystania wód kopalnianych, ograniczania zasolenia rzek i modele biznesowe wdrażane w regionach po zamknięciu kopalń

Otwieramy się na współpracę, chcemy być bardziej aktywni niż dotychczas. Przykładowo razem ze Spółką Restrukturyzacji Kopalń realizowaliśmy wspólną procedurę przetargową na zakup ziemi oraz dokumentacji dla projektu budowy farmy fotowoltaicznej. Jest to bodajże pierwsze takie przedsięwzięcie w Polsce. Skala potencjalnego projektu (o mocy około 30 MW) plasuje go w czołówce tego typu przedsięwzięć w kraju.

Jak wygląda proces identyfikowania potencjalnych partnerów zagranicznych do projektów transformacyjnych?

ŁUKASZ ŁATA: Przede wszystkim chcemy czerpać z doświadczeń krajów, które projekty związane z transformacją górniczych regionów rozpoczęły znacznie wcześniej. Mamy już za sobą wstępne rozmowy i spotkania między innymi z Niemcami, Anglikami i Hiszpanami. Możliwe, że w przyszłości będziemy sięgali po ich wiedzę i doświadczenia już w ramach konkretnych przedsięwzięć. Obecnie koncentrujemy się na zbudowaniu własnego know-how.

Jak wygląda proces przygotowywania i negocjowania listów intencyjnych z partnerami zagranicznymi?

ŁUKASZ ŁATA: Ten etap jeszcze przed nami. Na razie możemy jedynie powiedzieć, że prowadzimy rozmowy z potencjalnymi partnerami zagranicznymi. Zarys współpracy obejmuje analizę różnic w podejściu do transformacji regionu pogórniczego i jej sposobu.

> Spółka rozwija własne know-how, korzysta z doświadczeń innych krajów, tworzy platformę projektową do łączenia biznesu i nauki, a także angażuje się w duże inwestycje, na przykład wspólny projekt farmy fotowoltaicznej o mocy około 30 MW.

Jakie wyzwania napotyka PGG podczas wdrażania transformacji w kontekście współpracy międzynarodowej?

RAFAŁ GĄSIOR: Są to wyzwania głównie natury prawnej, a w szczególności dotyczące zasad pomocy publicznej. Każdy kraj podszedł do tego tematu inaczej. Dużym ułatwieniem na przykład w Hiszpanii jest notyfikacja, która pozwoliła przedsiębiorstwu górniczemu na poszukiwanie nowych kierunków rozwoju, nowych działalności. Istotne w kontekście wyzwań transformacji są wspomniane wcześniej koszty planowanych zmian, które można zniwelować wprowadzeniem działalności tzw. białej na terenach powydobywczych. Środki te można pozyskiwać z rynku na przykład poprzez tworzenie spółek zależnych. Ma to swoje zalety – majątek, który nie jest wykorzystywany w działalności górniczej, pozwala zarabiać, daje miejsca pracy. Taka działalność musi się opłacać, powinna też zmniejszać dopłaty w ramach otrzymywanej pomocy publicznej.

Jakie kierunki współpracy zagranicznej PGG uważa za najbardziej obiecujące w kontekście transformacji?

ŁUKASZ ŁATA: Każdy z przywołanych kierunków jest bardzo interesujący. Koledzy z Czech mają strategię, która przewiduje dywersyfikację i zmianę profilu firmy, czyli coś, o czym władze spółki i regionu mówią głośno od dłuższego czasu. Doświadczenia niemieckie i brytyjskie to z kolei ciekawe przykłady współpracy na poziomie lokalnym, łączenie potencjałów i wspólne projekty, między innymi nowe dzielnice, ciekawe i tematyczne, na przykład klastry energetyczne czy tereny inwestycyjne pokazywane na największych wydarzeniach targowych w Europie. Doświadczenia hiszpańskie z kolei to łączenie wyzwań transformacji z demografią, a to wyzwanie także stoi przed nami jako regionem.

Jakie są przykłady udanych działań lub projektów, w których PGG uczestniczyła dzięki współpracy zagranicznej?

RAFAŁ GĄSIOR: Liczymy, że najlepszy projekt lub projekty są jeszcze przed nami. Zależy nam na skuteczności działań. Mamy też cichą nadzieję, że nasze działania będą kiedyś wskazywane jako dobre praktyki i przykłady, jak można się zmieniać. Od ponad roku bierzemy udział w projekcie GI-mine „Zrównoważone i inteligentne zarządzanie odpadami kopalnianymi w kierunku gospodarki zielonego ładu, pilotaż i projekt demonstracyjny GI-mine (Zielona i inteligentna kopalnia)". Celem projektu jest opracowanie rozwiązań, technologii i wytycznych pozwalających na optymalizację gospodarki odpadami w przedsiębiorstwie górniczym, ukierunkowanej zgodnie z zasadą obiegu zamkniętego na maksymalne wykorzystanie surowców odpadowych. Te międzynarodowe przedsięwzięcia realizowane są w ramach Funduszu Badawczego Węgla i Stali. •

Międzynarodowa perspektywa

ŁUKASZ DEJA, prezes PGG SA, podsumowuje

Transformacja górnictwa to dla nas ogromne wyzwanie, ale też szansa na rozwój i budowanie nowej tożsamości firmy. Chcemy uczyć się od innych, ale wypracować rozwiązania najlepiej odpowiadające polskim warunkom – podkreśla Łukasz Deja, prezes PGG SA. Każde państwo prowadzące transformację górnictwa działa w odmiennych realiach, dlatego trudno stworzyć jeden uniwersalny model zmian. My aktywnie analizujemy doświadczenia między innymi Niemiec, Hiszpanii, Czech czy Wielkiej Brytanii, by wyciągać wnioski i unikać opóźnień oraz błędów, jakie pojawiły się w innych krajach. Naszym priorytetem jest prowadzenie transformacji „po gospodarsku", dostosowanej do lokalnych realiów i zabezpieczającej nowe miejsca pracy oraz funkcje społeczne dla terenów pokopalnianych. Ważnym elementem strategii jest rozwijanie własnych kompetencji – stworzyliśmy platformę projektową do współpracy z rynkiem i nauką oraz przygotowujemy inwestycje, między innym to farma fotowoltaiczna o mocy około 30 MW. Prowadzimy rozmowy z partnerami zagranicznymi, budując know-how i przygotowując się do formalnych porozumień. Wdrażanie zmian wiąże się z wyzwaniami prawnymi, zwłaszcza w zakresie pomocy publicznej, ale szukamy rozwiązań poprzez wykorzystanie majątku na cele pozagórnicze. Współpraca międzynarodowa obejmuje także wymianę doświadczeń w zakresie dywersyfikacji działalności, tworzenia klastrów energetycznych i zagospodarowania terenów inwestycyjnych. Dobrym przykładem jest nasz udział w projekcie GI-mine, który rozwija technologie gospodarki odpadami w duchu obiegu zamkniętego. Widzimy duży potencjał w łączeniu transformacji z aspektami demograficznymi i lokalnym rozwojem gospodarczym. Kluczowe jest, by proces zmian był długofalowy, a nasze działania elastyczne i otwarte na współpracę, bo tylko wtedy możemy stać się przykładem skutecznej transformacji w skali europejskiej. •

Kolumnę dofinansowano ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach

Za treści zawarte w publikacji dofinansowanej ze środków WFOŚiGW w Katowicach odpowiedzialność ponosi Redakcja

Rola lasów w stabilizacji klimatu

Zielone płuca planety

W CZASACH, GDY ZMIANY KLIMATU STAJĄ SIĘ CORAZ BARDZIEJ ODCZUWALNE W POSTACI GWAŁTOWNYCH BURZ, SUSZ, POŻARÓW I WZROSTU TEMPERATUR, ROŚNIE ŚWIADOMOŚĆ ROLI, JAKĄ ODGRYWAJĄ LASY W REGULACJI GLOBALNYCH PROCESÓW KLIMATYCZNYCH. CHOĆ CZĘSTO POSTRZEGAMY JE JAKO ŹRÓDŁO DREWNA CZY MIEJSCA REKREACJI, ICH FUNKCJA JAKO NATURALNYCH MAGAZYNÓW DWUTLENKU WĘGLA I STABILIZATORÓW KLIMATU JEST KLUCZOWA DLA PRZYSZŁOŚCI PLANETY.

PIXABAY.COM

NATURALNE POCHŁANIACZE DWUTLENKU WĘGLA. Lasy pochłaniają około jednej trzeciej emisji dwutlenku węgla wytwarzanych przez działalność człowieka. Proces fotosyntezy, w którym drzewa przekształcają dwutlenek węgla w tlen i biomasę, sprawia, że lasy są jednymi z najefektywniejszych „narzędzi" w walce z globalnym ociepleniem. Największe zasoby węgla znajdują się w lasach tropikalnych, takich jak Amazonia czy lasy Afryki Środkowej, ale również lasy umiarkowane i borealne odgrywają ważną rolę w tym procesie. W Europie Środkowej, w tym w Polsce, lasy magazynują setki milionów ton węgla, skutecznie przeciwdziałając nadmiernemu wzrostowi stężenia CO_2 w atmosferze.

ZALESIANIE JAKO STRATEGIA KLIMATYCZNA. Zalesianie, czyli sadzenie nowych lasów na terenach wcześniej niezalesionych, stało się w ostatnich latach jedną z najtańszych i najskuteczniejszych strategii ograniczania skutków zmian klimatu. Inicjatywy takie jak unijny Zielony Ład czy globalna kampania Trillion Trees zakładają nie tylko zatrzymanie wylesiania, ale także odbudowę zdegradowanych obszarów leśnych.

Badania pokazują, że odpowiednio prowadzone zalesianie może pochłonąć nawet 200 gigaton CO_2 w ciągu kilkudziesięciu lat – to ilość odpowiadająca kilkunastu latom globalnych emisji. Warunkiem jest jednak właściwy dobór gatunków, unikanie monokultur i dostosowanie upraw do lokalnych warunków przyrodniczych.

OCHRONA LASÓW TO OCHRONA KLIMATU. Mimo rosnącej świadomości co roku z powierzchni Ziemi znika ponad 10 mln hektarów lasów. Najczęściej z powodu ekspansji rolnictwa, przemysłu drzewnego czy urbanizacji. Wraz z wycinką uwalnia się zmagazynowany węgiel, co pogłębia efekt cieplarniany. Polska również nie jest wolna od kontrowersji – mimo że powierzchnia lasów systematycznie rośnie (dziś to około 30 proc. kraju), intensywna gospodarka leśna, szczególnie w cennych przyrodniczo obszarach, budzi niepokój ekspertów.

Kluczowe znaczenie ma tu zachowanie tzw. lasów pierwotnych lub naturalnych, które są znacznie skuteczniejsze w magazynowaniu węgla niż młode uprawy leśne. Stare lasy, bogate gatunkowo i różnorodne strukturalnie, lepiej radzą sobie ze stresem klimatycznym i są odporniejsze na susze, szkodniki czy pożary.

LASY JAKO TARCZA PRZED SKUTKAMI ZMIAN KLIMATU. Oprócz pochłaniania CO_2 lasy pełnią także szereg innych funkcji, które chronią nas przed skutkami globalnego ocieplenia. Stabilizują lokalne warunki pogodowe, zatrzymują wodę w krajobrazie, zmniejszają ryzyko powodzi i przeciwdziałają erozji. W miastach nawet niewielkie zadrzewienia obniżają temperaturę powietrza i poprawiają jego jakość.

Lasy to również dom dla ponad 80 proc. lądowych gatunków roślin i zwierząt. Ich ochrona ma więc również wymiar bioróżnorodnościowy – równie istotny w walce z kryzysem klimatycznym. Im większa różnorodność biologiczna, tym większa odporność całego ekosystemu.

POTRZEBA SYSTEMOWEGO PODEJŚCIA. Aby lasy mogły dalej pełnić swoją klimatyczną rolę, potrzebne są skoordynowane działania. Na poziomie politycznym konieczne są trwałe międzynarodowe porozumienia i krajowe strategie ochrony drzewostanów. Potrzebujemy również sprawnego systemu prawnego, który ograniczy wycinkę w cennych przyrodniczo obszarach i będzie promował zrównoważoną gospodarkę leśną. Kluczowe jest też zaangażowanie społeczne – budowanie świadomości ekologicznej, edukacja i traktowanie lasów jako wspólnego dobra.

ZIELONA PRZYSZŁOŚĆ ZALEŻY OD LASÓW. Walka z kryzysem klimatycznym nie ma jednego, prostego rozwiązania. Wymaga wielu działań jednocześnie – ograniczania emisji, rozwoju odnawialnych źródeł energii i zmiany stylu życia. W tym zestawie lasy odgrywają jednak wyjątkową rolę.

Chroniąc lasy, chronimy siebie. A każdy nowy las to inwestycja w przyszłość – bardziej zieloną, stabilniejszą i bezpieczniejszą. **HANNA KRZYŻOWSKA**

Dzieci uczą się ekologii w terenie

WOJEWÓDZKI FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA I GOSPODARKI WODNEJ W KATOWICACH OD LAT WSPIERA DZIAŁANIA, KTÓRE UCZĄ NAJMŁODSZYCH DBAŁOŚCI O PRZYRODĘ. W 2025 ROKU FUNDUSZ PRZEZNACZYŁ NA TEN CEL PONAD 600 TYS. ZŁOTYCH, A Z ZAJĘĆ SKORZYSTA PONAD 16,5 TYS. DZIECI I MŁODZIEŻY Z CAŁEGO REGIONU.

Dzięki dotacjom odbędą się warsztaty w różnych zakątkach województwa. Na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej młodzi uczestnicy wezmą udział w zajęciach terenowych, w Śląskim Ogrodzie Botanicznym poznają bogactwo lokalnej przyrody, a w Pszczynie – pójdą tropem żubra i odkryją sekrety pszczół. W Dąbrowie Górniczej warsztaty poświęcone będą zmianom klimatu i praktycznej adaptacji do nowych warunków. Nie zabraknie też ekologicznych lekcji w gospodarstwach rolnych czy zajęć w ośrodku edukacyjnym w Porąbce.

To inwestycja w przyszłość, bo dzieci i młodzież, które dziś uczą się szacunku do środowiska, jutro będą podejmować decyzje wpływające na jego stan – podkreślają przedstawiciele funduszu.

Program pokazuje, że najlepsza lekcja ekologii odbywa się nie w szkolnej ławce, lecz w bezpośrednim kontakcie z naturą. •

Rusza III edycja konkursu Zielona Przestrzeń 2025

WIĘCEJ PARKÓW, SKWERÓW I ZIELONYCH MIEJSC DO ODPOCZYNKU – TAKI JEST CEL KONKURSU ZIELONA PRZESTRZEŃ 2025, KTÓREGO TRZECIA EDYCJA WŁAŚNIE WYSTARTOWAŁA. PROGRAM WSPIERA SAMORZĄDY W TWORZENIU NOWYCH, OGÓLNODOSTĘPNYCH TERENÓW ZIELENI, KTÓRE MAJĄ POPRAWIĆ JAKOŚĆ ŻYCIA MIESZKAŃCÓW.

O dofinansowanie mogą się starać jednostki samorządu terytorialnego. Każda gmina czy powiat może złożyć jeden wniosek. Dotacja pokryje nawet 80 proc. kosztów inwestycji, a jej wysokość wyniesie od 100 do 250 tys. złotych. Zrealizowane projekty muszą być zakończone do końca października 2027 roku.

Nabór wniosków potrwa od 18 sierpnia do 30 września 2025 roku. Organizatorzy zachęcają samorządy, by wykorzystały tę szansę i stworzyły przestrzenie, które będą służyć lokalnym społecznościom przez lata. •

Bezpłatne porady prawne dla beneficjentów programu Czyste Powietrze

WOJEWÓDZKI FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA I GOSPODARKI WODNEJ W KATOWICACH, WE WSPÓŁPRACY Z IZBĄ ADWOKACKĄ, URUCHOMIŁ PUNKT BEZPŁATNYCH PORAD PRAWNYCH DLA OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z PROGRAMU CZYSTE POWIETRZE. POMOC SKIEROWANA JEST DO BENEFICJENTÓW, KTÓRYCH INWESTYCJE NIE ZOSTAŁY ZREALIZOWANE PRZEZ WYKONAWCÓW MIMO UZYSKANEGO DOFINANSOWANIA.

Podczas konsultacji adwokaci podpowiedzą, jak dochodzić swoich praw i odzyskać należności od nierzetelnych firm. Spotkania będą się odbywać w siedzibie funduszu przy ul. Wita Stwosza 2 w Katowicach. Aby skorzystać z pomocy, należy wcześniej umówić się telefonicznie, dzwoniąc pod numer 32 722 77 01. Dyżury prawników prowadzone są od poniedziałku do piątku, w godzinach pracy funduszu (7.30–15.30).

To ważne wsparcie dla osób, które napotkały problemy przy realizacji inwestycji w ramach programu Czyste Powietrze. Dzięki niemu mogą szybciej i skuteczniej podjąć działania prawne wobec nierzetelnych wykonawców. •

Jak kupić samochód z drugiej ręki i nie żałować

Używany, ale pewny

Kupno używanego samochodu to w Polsce codzienność. Według danych CEPiK każdego roku rejestrujemy ponad milion aut z drugiej ręki, z czego większość pochodzi z importu. Ceny w salonach nowych pojazdów rosną, a dostępność wielu modeli jest ograniczona, więc coraz więcej osób decyduje się na zakup auta kilkuletniego. Różnica w cenie w stosunku do fabrycznie nowego bywa kolosalna, bo już po trzech latach samochód może kosztować nawet 40–50 proc. mniej. Na tym rynku okazja potrafi być jednak pozorna, a różnica między dobrym zakupem a kosztownym błędem to czasem jedno niedopatrzenie.

PIXABAY.COM

PIXABAY.COM

BUDŻET – CAŁOŚĆ, NIE TYLKO CENA AUTA

Planowanie budżetu to nie tylko kwota, którą mamy na zakup. Do niej trzeba doliczyć opłaty rejestracyjne, ubezpieczenie (często droższe, jeśli zmieniamy segment lub moc auta), podatek PCC w wysokości 2 proc. ceny pojazdu w przypadku zakupu od osoby prywatnej oraz tzw. pakiet startowy. Ten ostatni obejmuje wymianę oleju i filtrów, świec zapłonowych lub żarowych, a często też klocków hamulcowych czy rozrządu. W przypadku aut z silnikiem Diesla koszty startowe mogą sięgnąć 3–5 tys. złotych, zwłaszcza jeśli trzeba wymienić filtr cząstek stałych czy dwumasowe koło zamachowe. Dlatego jeśli mamy na przykład 40 tys. złotych na samochód, rozsądnie jest przeznaczyć 34–35 tys. na samo auto, a resztę trzymać na konieczne wydatki po zakupie.

WYBÓR MODELU – WIĘCEJ ROZSĄDKU NIŻ SERCA

Warto kierować się realnymi potrzebami, nie tylko emocjami. Mały miejski hatchback nie sprawdzi się w roli auta rodzinnego, a potężny SUV będzie zbędnym obciążeniem w codziennych dojazdach po mieście. Znaczenie ma też dostępność części i koszty serwisu. Egzotyczny model, choć tani w zakupie, może wymagać długiego oczekiwania na naprawy i kosztowne części. Doświadczeni handlarze i mechanicy polecają kierowanie się nie tylko marką, ale i konkretną wersją silnikową. W obrębie jednego modelu różnice w niezawodności potrafią być ogromne. Przykładowo benzynowe silniki wolnossące Toyoty Auris uchodzą za bardzo trwałe, podczas gdy niektóre jednostki turbo w tym samym segmencie wymagają znacznie droższych napraw, na przykład 1.2 Turbo w Aurisie miewa problemy z poborem oleju i układem chłodzenia.

GDZIE SZUKAĆ AUTA?

Portale ogłoszeniowe to podstawowe narzędzie, ale trzeba umieć czytać między wierszami. Zbyt ogólny opis, brak zdjęć wnętrza czy komory silnika, unikanie informacji o historii serwisowej – to czerwone flagi. Dobry sprzedawca nie ma problemu z udostępnieniem pełnego numeru VIN, daty pierwszej rejestracji czy przebiegu potwierdzonego wpisami w książce serwisowej. Auta w komisach i salonach dilerskich są zazwyczaj droższe, ale często objęte gwarancją rozruchową lub nawet roczną ochroną. W przypadku komisu trzeba jednak pamiętać, że odpowiada on za ewentualne wady prawne i fizyczne pojazdu, chyba że sprzedaje w imieniu osoby prywatnej, wtedy formalnie odpowiada właściciel.

PIXABAY.COM

HISTORIA AUTA

Numer VIN to klucz do przeszłości samochodu. Dzięki niemu możemy sprawdzić historię w bazach takich jak historiapojazdu.gov.pl (CEPiK), w serwisach komercyjnych (AutoDNA, CarVertical) czy u autoryzowanego dilera danej marki. Warto zweryfikować przebieg, daty przeglądów technicznych, ewentualne kolizje, a w przypadku aut z importu zwrócić uwagę, czy nie były wcześniej poważnie uszkodzone lub zalane. Komplet dokumentów – dowód rejestracyjny, karta pojazdu (jeśli była wydana), faktury serwisowe – jest dla kupującego najlepszym zabezpieczeniem. Brak historii nie zawsze oznacza problem, ale wymaga dodatkowej czujności.

OGLĘDZINY – OKO I LUPA

Podczas oględzin należy patrzeć na auto jak detektyw. Różnice w odcieniu lakieru mogą sugerować naprawy blacharskie. Nierówne spasowanie drzwi czy maski może oznaczać powypadkową przeszłość. Warto zabrać ze sobą miernik grubości lakieru, który kosztuje mniej niż 200 złotych, a pozwala szybko wykryć elementy malowane lub szpachlowane. Taki sprzęt można też wypożyczyć w wypożyczalni sprzętu motoryzacyjnego, która często ma mierniki lakieru w swojej ofercie. Wnętrze mówi równie dużo. Zużyte elementy sterowania przy niskim deklarowanym przebiegu to sygnał ostrzegawczy. Świeży zapach z odświeżacza nie zawsze oznacza przyjemny aromat, czasem ma on ukryć wilgoć, pleśń lub zapach spalenizny.

STAN TECHNICZNY – DIAGNOZA PRZED ZAKUPEM

Najlepiej zabrać auto na stację diagnostyczną lub do niezależnego warsztatu, który oceni stan zawieszenia, układu hamulcowego, silnika i skrzyni biegów. Diagnosta sprawdzi też podwozie. To miejsce, które w ogłoszeniach jest praktycznie niewidoczne, a może skrywać korozję i poważne uszkodzenia. Jazda próbna to obowiązek. W jej trakcie warto przetestować różne prędkości, hamowanie awaryjne, skręty na małej i dużej prędkości, a także obserwować reakcję auta na nierówności. Nietypowe odgłosy, wibracje czy dymienie z wydechu to ostrzeżenie.

UMOWA – ZABEZPIECZENIE KUPUJĄCEGO

Umowa kupna-sprzedaży powinna zawierać dane obu stron, dokładny opis auta (marka, model, numer VIN, przebieg) i cenę. Warto dopisać klauzulę o zgodności stanu licznika i braku wad ukrytych. W razie sporu może to być argument w sądzie. Jeśli kupujemy samochód od firmy, możemy liczyć na rękojmię lub gwarancję. Przy zakupie od osoby prywatnej rękojmia również obowiązuje, jednak sprzedawca może ją ograniczyć lub całkowicie wyłączyć w umowie, dlatego warto uważnie sprawdzić jej treść przed podpisaniem. Wiele osób nie zdaje sobie sprawy, że nawet przy transakcji z osobą prywatną rękojmia daje możliwość dochodzenia swoich praw, jeśli auto okaże się niesprawne. Należy jednak pamiętać, że w przypadku prywatnego sprzedawcy dochodzenie roszczeń bywa trudniejsze. W przypadku rzeczy używanej strony mogą skrócić okres rękojmi, ale nie mniej niż do jednego roku.

CIERPLIWOŚĆ I CHŁODNA GŁOWA

Zakup używanego auta to proces, który powinien trwać tygodnie, a nie godziny. Lepiej obejrzeć 10 samochodów i nie kupić żadnego, niż wrócić do domu z problemem na czterech kołach. Sprawdzona historia, rzetelne oględziny i profesjonalna diagnostyka to inwestycja, która zwraca się wielokrotnie. Na rynku samochodów używanych nie wygrywa ten, kto jest szybszy, tylko ten, kto jest dokładniejszy.

MK

PERYFERIA

Kreacja

PIXABAY.COM

Zaczęło się niewinnie. Beatę przez kilkanaście minut obserwowały w kawiarni dwie panie w średnim wieku, co chwilę chichocząc pod nosem. W końcu jedna z nich podeszła i zapytała, czy nie jest przypadkiem tą znaną piosenkarką, „no, tą od tej i tej piosenki". Zaskoczona Beata bez namysłu odparła, że tak. Po krótkiej rozmowie i złożeniu dwóch podpisów z dedykacjami poczuła się naprawdę dobrze. Nieważne, że właśnie przyjechała do tej niewielkiej, nadmorskiej mieściny i wcale nie była ani sławną piosenkarką, ani nikim rozpoznawalnym. Do tej pory niewiele w życiu osiągnęła – jedno nieudane małżeństwo, upadek jej małej firmy. Przez tamtą krótką chwilę pierwszy raz od dawna nie czuła się kompletną przegraną.

Tamto zdarzenie dało jej do myślenia. Następnego dnia poszła do pobliskiego lumpeksu, kupiła kilka używanych ubrań i umiejętnie je skomponowała – kombinowanie, jak wyglądać dobrze, prawie nic nie wydając, było jedną z niewielu praktycznych rzeczy, które wyniosła z małżeństwa. W kolejnych tygodniach bywała stewardesą, lekarką, biolożką morską, aktorką, byłą zakonnicą i jeszcze kilkoma innymi postaciami. Starannie przygotowywała każdą rolę, dopracowując szczegóły ubioru, sposobu mówienia i gestów. Gdy rozmówca zaczynał coś podejrzewać, znikała. Robiła to nie dla pieniędzy – po prostu po raz pierwszy od dawna czuła się dobrze. Z tym, kim udawała, że jest.

Nie bała się, że plan się posypie, bo nie miała planu. To była improwizacja, sposób na łatanie poobijanego poczucia własnej wartości. Może wszystko przeszłoby bez echa, gdyby pewnego dnia, w jednej z tych ról, nie poznała Stefana. Był w żałobie, wysłany na urlop przez zatroskane dzieci, ale od pierwszego spotkania oszalał na punkcie Beatki. Różnica dwudziestu lat zupełnie mu nie przeszkadzała. Problem w tym, że Stefan nie był zbyt bystry, a ona nie miała ochoty z nim romansować. On jednak uparcie obsypywał ją kwiatami i prezentami, wysyłał listy i wiadomości. Nie mając wiele, zastawił w lombardzie swój zegarek, a potem kolejne rzeczy ze skromnego majątku. Serce Beaty pozostało niewzruszone.

Ale coś w niej pękło. Nie pamiętała, kiedy ostatnio ktoś tak się o nią starał. Od tej pory jej wcielenia nabrały bardziej flirtującego charakteru. Nie szukała męża ani stałego związku, nie miała żadnych planów – po prostu weszła w tę grę. A może nawet trochę się w tym wszystkim pogubiła.

Pech chciał, że złamane serce Stefana wróciło rykoszetem. Jego dzieci z przerażeniem odkryły kolejne wydatki ojca, który wyglądał na bardziej zdruzgotanego po zniknięciu Beaty niż po zmarłej żonie. Po krótkiej naradzie postanowili działać. Zrzucili się na prywatnego detektywa, by zdobył dowody, jaką przebiegłą kobietą jest ta, która tak namieszała w ich rodzinie.

Janek, detektyw, znalazł Beatę w ciągu dwóch dni. Przez kilka dni obserwował ją z ukrycia, fotografując kolejne wcielenia i spotkania z różnymi mężczyznami. W końcu postanowił sam ją poznać. Trafił na moment, kiedy zmęczona swoim eksperymentem kobieta myślała już o przerwie. Spotkali się niby przypadkiem, w tej samej kawiarni, od której wszystko się zaczęło.

Od razu poczuła, że jest inaczej. Rozmawiali długo, a ona opowiedziała mu o nieudanym małżeństwie, trudnych relacjach z rodzicami, upadku biznesu, w który wierzyła, o szufladach pełnych niewydanych wierszy. Janek był nią zafascynowany, choć w głębi duszy nie wierzył w ani jedno słowo. Wszystko skrupulatnie zanotował przekonany, że każde zdanie jest częścią kolejnej roli. Ona zaś po raz pierwszy od dawna nie tylko mówiła prawdę, ale naprawdę się kimś zainteresowała.

A potem zniknął. Nie mogła go znaleźć, choć długo nie przychodziło jej do głowy, że może i on nie był tym, za kogo się podawał. Zrozumiała to dopiero, kiedy odwiedził ją zrozpaczony Stefan – z plikiem zdjęć i raportem od detektywa, w którym znalazła nie tylko swoje wcielenia, ale i pierwsze, ukradkowe spojrzenia, jakie wymieniła z Jankiem.

SAVOIR-VIVRE – CZYLI SZTUKA ŻYCIA

Przy stole bufetowym, sztuka dobrego smaku

Stół ugina się od potraw, zapachy unoszą się w powietrzu, a w dłoni już trzymamy talerz. Bufet, czy to w hotelowej restauracji, przyjęciu w ogrodzie, czy podczas eleganckiego bankietu, zawsze budzi emocje. Wybór często jest ogromny, więc łatwo wpaść w wir nakładania po trochu wszystkiego. Warto jednak pamiętać, że oprócz kulinarnych przyjemności liczy się także sposób, w jaki sięgamy po smakołyki.

PIXABAY.COM

PODSTAWĄ JEST CIERPLIWOŚĆ. Kolejka do bufetu to nie przeszkoda, lecz element dobrego tonu, daje wszystkim poczucie porządku i komfortu. Wchodzenie z boku czy „na chwilę" po jeden kawałek jest nieeleganckie. Jeśli widzimy, że ktoś czeka tylko po miseczkę zupy lub kawałek ciasta, ustąpmy miejsca. To drobny gest, który od razu poprawia atmosferę.

Kiedy nadchodzi nasza kolej, sięgamy po czysty talerz i sztućce – zawsze, nawet przy drugiej czy trzeciej rundzie. To nie tylko kwestia higieny, ale też szacunku dla gospodarzy i innych gości. Sztućców do nakładania używamy wyłącznie do dania, przy którym się znajdują. Nie przenosimy ich między półmiskami ani, co gorsza, nie poprawiamy nimi własnego talerza.

W BUFECIE ŁATWO ULEC POKUSIE, BY OD RAZU ZEBRAĆ ZBYT WIELE. Lepszym rozwiązaniem są mniejsze porcje i ewentualne dokładki. Dzięki temu unikamy marnowania jedzenia, zostawiamy coś dla innych i wygodniej się poruszamy. Warto też pamiętać o pewnej kolejności – najpierw przystawki, potem dania główne, a na końcu deser. Nie jest to obowiązek, ale pozwala uniknąć dziwnych połączeń, jak sernik obok sałatki śledziowej.

WAŻNA JEST PŁYNNOŚĆ RUCHU PRZY STOLE. Nakładamy to, co chcemy, i od razu się odsuwamy, by zrobić miejsce kolejnym osobom. Rozmowy prowadźmy już z boku, talerz w dłoni niech nie blokuje dostępu innym. Jedzenie przy samym stole bufetowym nie jest w dobrym tonie, lepiej znajdźmy swoje miejsce siedzące lub spokojny kąt sali.

Cała reszta to już drobiazgi, które tworzą klasę: delikatne „przepraszam", gdy sięgamy po potrawę; „dziękuję", kiedy ktoś poda nam półmisek; pomoc osobie, która nie dosięga wyższej paterki. Bufet to nie rywalizacja o najlepsze kąski, lecz okazja do swobodnego, towarzyskiego posiłku. A w przyjemnej atmosferze, z odrobiną taktu i elegancji, każdy kęs smakuje jeszcze lepiej. HK

ZDROWIE

Wypukły pępek, czyli przepuklina

U niektórych osób wystający pępek wynika z budowy anatomicznej albo ze sposobu obcięcia i zawiązania pępowiny. Najczęściej jednak oznacza przepuklinę, co oznacza przemieszczenie się pod skórą elementów jamy brzusznej, głównie otrzewnej i pętli jelita. Choroba ta jest wrodzona i najczęściej dotyczy dzieci, a spowodowana jest tym, że po urodzeniu nie zrósł się pierścień pępkowy – otwór, przez który w życiu płodowym do ciała dziecka wchodziły naczynia pępowinowe.

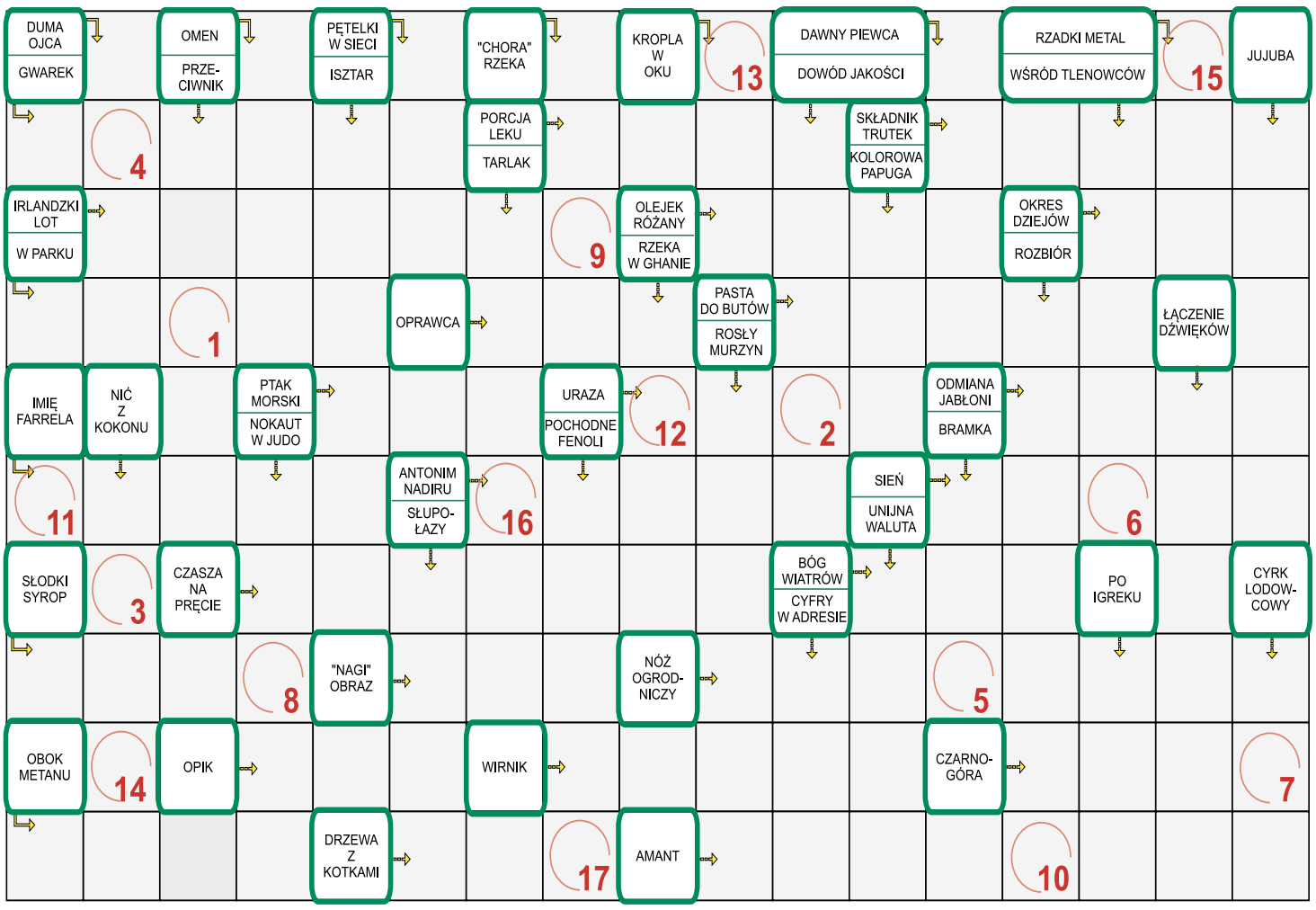
ARCHIWUM

JAKIE SĄ OBJAWY? Z reguły małe przepukliny nie powodują dolegliwości bólowych ani powikłań. U małych dzieci zmiana zwykle wycofuje się w ciągu pierwszego roku życia. Sprzyja temu wzmacnianie mięśni tłoczni brzusznej poprzez częste układanie dziecka na brzuchu. W cięższych, trwających dłużej przypadkach na początku z reguły pojawia się uczucie dyskomfortu i bólu w okolicy, gdzie powstaje przepuklina. W samym pępku lub tuż obok niego powstaje też powiększająca się wypukłość – miękki guz. Do niepokojących objawów należy bolesne zaczerwienione uwypuklenie, któremu mogą towarzyszyć płacz, wymioty i zaparcia. Objawy te świadczą o uwięźnięciu przepukliny oraz o rozwoju niedrożności jelit.

CZY PRZEPUKLINĘ PĘPKOWĄ MOŻNA LECZYĆ? Leczy się ją wyłącznie operacyjnie, a im mniejsza przepuklina, tym łatwiejsza operacja, a ryzyko nawrotu minimalne. Operacja polega na znalezieniu tak zwanego worka przepuklinowego, czyli tej części zawartości jamy brzusznej, która wychodzi poza jej granice, odprowadzeniu jej na właściwe miejsce i wzmocnieniu otworu, przez który się uwypukla.

U osób starszych lub gdy własne tkanki są słabe, należy zastosować wzmocnienie z siatki wykonanej z tworzywa sztucznego. Siatka zrasta się z okolicznymi strukturami i tworzy zaporę przed nawrotem przepukliny. Konieczność wszczepienia siatki w przypadku przepukliny pępkowej występuje bardzo rzadko i nie można tego zrobić laparoskopowo. W przypadku nawrotów przepukliny może ona wynikać z błędu techniki operacji, lecz większość to wyraz słabości tkanek. Niektórzy pediatrzy zalecają również stosowanie specjalnych plastrów przepuklinowych.

Krzyżówka panoramiczna nr 17



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 dadzą rozwiązanie, które prosimy nadsyłać na adres e-mail: gornik1@wp.pl. Wśród autorów poprawnych rozwiązań rozlosujemy nagrodę.

Rozwiązanie poprzedniej krzyżówki brzmi: **PRACA UODPARNIA NA BÓL.** Nagrodę wylosował: **PAWEŁ KRUPA.**

PIWO PRZEZ WIEKI

Zakaz stadionowy?

Picie piwa nieodłącznie kojarzy się z kibicowaniem – zarówno przed telewizorem, jak i na stadionie. Wiele dużych browarów reklamuje się w kontekście sportu i wspólnego kibicowania. Niedługo te obrazki mogą stać się nieaktualne – do Senatu wpłynęła petycja, by zakazać sprzedaży alkoholu podczas imprez masowych. W założeniu ma to poprawić bezpieczeństwo uczestników i chronić młodzież.

Na stronie Senatu opublikowano petycję dotyczącą nowelizacji ustawy z 26 października 1982 roku o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi. Ma ona na celu wprowadzenie zakazu sprzedaży alkoholu podczas imprez na otwartym powietrzu oraz na stadionach i innych obiektach sportowych. Jak argumentują autorzy, „z uwagi na rosnący problem spożywania alkoholu w naszym kraju nowelizacja ustawy (...) jest konieczna w celu ograniczenia dostępności alkoholu przynajmniej podczas imprez, w których uczestniczyć mogą nieletni”. Gdyby nowela weszła w życie, możliwe byłoby wydawanie jednorazowych zezwoleń na sprzedaż alkoholu przedsiębiorcom, ale z ograniczeniem – sprzedaż nie mogłaby się odbywać w trakcie imprez masowych.

W ocenie autora petycji „sprzedaż alkoholu podczas imprez na otwartym powietrzu oraz na stadionach i innych obiektach sportowych o charakterze sportowym i rozrywkowym wpływa na agresję uczestników imprez”. Dodał, że „impreza sportowa powinna nieść ideę poprawy kondycji fizycznej, a nie stwarzać atmosferę miejsca, w którym można zdrowie niszczyć, spożywając różnorakie napoje wysokoprocentowe”. Na razie nie wiadomo, kiedy w parlamencie odbędzie się dyskusja i głosowanie nad petycją.

PIWNE WSPOMNIENIA

W dolnośląskich Ziębicach władze przystępują do rewitalizacji zabytkowego browaru. Dzięki wytycznym konserwatora zabytków stała się możliwa odbudowa obiektu w jego historycznym kształcie, z tylko kilkoma odstępstwami dotyczącymi wnętrz. Aby projekt jak najwierniej odzwierciedlał pierwotny charakter browaru, urząd miejski zwrócił się z apelem do wszystkich byłych pracowników zakładu, ich rodzin oraz kolekcjonerów dokumentów i pamiątek. Zachęca ich do podzielenia się materiałami związanymi z browarem w Ziębicach – mogą to być zdjęcia, plany, rysunki techniczne, dokumenty i wspomnienia. Archiwa będą cennym źródłem wiedzy dla zespołu projektowego pracującego nad przywróceniem browaru do życia. Każdy szczegół może mieć znaczenie dla odtworzenia układu przestrzennego, architektury i klimatu tego miejsca. Pierwszy odzew przyszedł z zagranicy – byli mieszkańcy Münsterberga (nazwa Ziębic w czasie zaborów) udostępnili zdjęcia, które pochodzą ze zbiorów muzeum w Bielefeld w Niemczech.

PROBLEMY ALEBROWARU

Browar z Lęborka nie ma w ostatnich miesiącach dobrej passy. Ze względu na ryzyko nadmiernego nagazowania i uszkodzenia butelki wycofano ze sprzedaży cztery piwa – Mango Man, Berry Blues, Nasty Zasty i Pacific Freak. Pechowi nabywcy mogą się też kontaktować z firmą w celu rekompensaty. Teraz organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej przeprowadziły postępowanie, które doprowadziło do decyzji o wycofaniu wszystkich piw wyprodukowanych w całym okresie występowania nieprawidłowości. Lista produktów objętych tym nakazem liczy 20 rodzajów piw. Właściciele AleBrowaru przyznają, że decyzja inspekcji ogranicza ich płynność finansową i spowoduje, że stracą część klientów. Złożyli odwołanie i czekają na kolejne, pomyślne już dla nich decyzje sanepidu.

MAREK KOWALIK

Kalejdoskop

PONAD POŁOWA PRACOWNIKÓW W POLSCE (53 PROC.) DOŚWIADCZA SILNEGO STRESU KAŻDEGO DNIA – wynika z badania ManpowerGroup „Globalny Barometr Talentów 2025”. Najczęściej skarżą się kobiety (57 proc.), osoby w wieku 18–44 lata oraz pracujący zdalnie (67 proc.). Najrzadziej stres odczuwają osoby pracujące w trybie hybrydowym (43 proc.). Co piąty pracownik (22 proc.) nie otrzymuje od firmy wsparcia w zachowaniu work–life balance. Aż 12 proc. zatrudnionych nie widzi sensu w swojej pracy, a 14 proc. nie identyfikuje się z wartościami pracodawcy – najczęściej dotyczy to milenialsów oraz pokolenia X.

PIXABAY.COM

NA KONIEC LIPCA 2025 ROKU AKTYWA REZERWOWE NBP WYNIOSŁY 953,6 MLD ZŁOTYCH, Z CZEGO ZŁOTO STANOWIŁO 204,1 MLD (21,4 PROC.). W ujęciu rocznym rezerwy wzrosły o 16,5 proc., a złoto o ponad 83 mld złotych dzięki rosnącym cenom i zakupom. W euro aktywa sięgnęły 223,5 mld, a w dolarach – 255,9 mld. NBP zwiększa dywersyfikację portfela, inwestując w ETF-y, obligacje korporacyjne i rządowe papiery wartościowe, zachowując priorytet bezpieczeństwa i płynności. Bank centralny zajmuje 12. miejsce na świecie pod względem zasobów złota. W najbliższych miesiącach aktywa rezerwowe NBP mogą przekroczyć 1 bln złotych, wspierane przez osłabienie złotego i wzrost cen złota.

11 SIERPNIA 2025 ROKU NASK OPUBLIKOWAŁ OSTRZEŻENIE O NOWEJ FALI OSZUSTW W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH, bazujących na grze na emocjach. Scenariusz jest podobny, czyli poruszająca, zmyślona historia (na przykład o dziecku i psie) zdobywa duże zasięgi, po czym treść posta jest podmieniana na religijne ostrzeżenia czy linki do fałszywych stron. Celem jest wyłudzenie danych logowania lub pieniędzy, często poprzez fikcyjne zbiórki. Ofiarami bywają zarówno seniorzy, jak i młodsi użytkownicy – jedni reagują na dramaty ludzkie, drudzy na cierpienie zwierząt. NASK radzi: sprawdzaj źródło, weryfikuj grafiki, nie klikaj w linki z postów, wpłacaj tylko na zweryfikowane zbiórki i zgłaszaj podejrzane treści. Czujność to najlepsza ochrona przed „emocjonalnymi oszustami”. •

DWUTYGODNIK
NOWY Górnik
PISMO SPOŁECZNO-ZAWODOWE ŚRODOWISKA GÓRNICZEGO

REDAKTOR NACZELNA: Hanna Krzyżowska
Redaguje zespół
WYDAWCA:
Oficyna Wydawnicza „Górnik”
tel. 500 27 88 66
E-MAIL: gornik1@wp.pl **WWW.NOWYGORNIK.PL**
DRUK: POLSKA PRESS Sp. z o.o.
Oddział Poligrafia, Drukarnia Sosnowiec

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Nie zwracamy niezamówionych materiałów. Zastrzegamy sobie prawo redagowania publikowanych tekstów. Dalsze rozpowszechnianie całości czy części materiałów opublikowanych na łamach „Nowego Górnika” bez pisemnej zgody wydawcy są zabronione.

Grupa FASING Synergia możliwości

KARBON 2 FASING S.A. MOJ S.A. Grupa Fasing KUŹNIA OSOWIEC KONKO STRATEGICZNY PARTNER

łańcuchy ogniwowe okrągłe i płaskie
kompletne obudowy zmechanizowane
wiertarki
kotwiarki
agregaty hydrauliczne
odkuwki
ogniwa złączne
zgrzebła
trasy przenośnikowe
sprzęgła

www.fasing.pl www.moj.com.pl www.konko.pl

MOJ S.A. Grupa Fasing

TÜV CERT EN ISO 9001 TÜV NORD

MOJ S.A. Katowice

MOJ S.A. oddział Kuźnia Osowiec

Osiedle Zalesie

MOJ S.A. ulica Tokarska 6 40-859 Katowice
tel. 32 604 09 00 fax. 32 604 09 01 e-mail: marketing@moj.com.pl

www.moj.com.pl
www.osiedlezalesie.pl