

Godziny spędzone przed komputerem męczą nasze oczy. Co zrobić, by im ulżyć? str. 11



FOT. 123RF

Po czym poznać, że nerki chorują? Jakie objawy mogą oznaczać kamicy nerkową, zapalenie czy niewydolność nerek? **str. 10**

**STRONA
ZDROWIA**

Nr 26 (23 897)

DZIENNIK POLSKI

Cena 3,90 zł
(w tym 8% VAT)



Środa, 1.02.2023 r.

www.dziennikpolski24.pl

Putin szykuje kolejne uderzenie na Ukrainę. Chce zająć Kijów str. 9



FOT. ADAM JANIKOWSKI

Czy prezydent Biden przyjedzie do Polski w rocznicę napaści na Ukrainę? str. 8

Nowa polska komedia z gwiazdami z Dziędzielem, Bielską i Grabowskim str. 6



FOT. PAWEŁ DRABIK

KRAKÓW TYMCZASEM WYBETONUJĄ BRZEG RUDAWY

Bulwary wiślane czekają na pieniądze

Piotr Tymczak
piotr.tymczak@polskapress.pl

Mimo protestów części mieszkańców krakowscy urzędnicy planują w tym roku wybudować betonową ścieżkę na wałach Rudawy.

Urzędnicy przekonują, że dzięki temu piesi i rowerzyści będą mogli korzystać z nabrzeża przez cały rok. Powstał także projekt przebudowy bulwarów wiślanych, ale na to zadanie na razie brakuje pieniędzy.

- Forsowana budowa drogi rowerowej na wałach Rudawy to nieprzemysłany projekt. To nie jest to samo, co trasa rowerowa do Tyńca. W tym przypadku mamy do czynienia z terenem, z którego korzysta wielu pieszych, osób wychodzących na spacer z psami, którzy cieszyli się, że mogą korzystać z naturalnej nawierzchni, a tu proponuje się beton -

komentuje Marcin Sajdak ze Społecznej Grupy Obywatelskiej Mieszkańcy z Rudawy.

Zarząd Zieleni Miejskiej w Krakowie ogłosił przetarg na budowę drogi rowerowej na wałach przeciwpowodziowych Rudawy. Koszt inwestycji szacuje się na ok. 12 mln zł. Zadanie ma być w 85-procentach dofinansowane przez Urząd Marszałkowski ze środków unijnych. Założenie jest takie, że prace muszą być zrealizowane w tym roku i takie też są plany ZZM. Dyrektor tej miejskiej jednostki Piotr Kempf wyjaśnia: - Przy akceptacji Wód Polskich, zapadła decyzja, że na wałach powstanie nawierzchnia z betonu jamistego, czyli ścieżka betonowa, w pełni przepuszczalna dla wody, nazwijmy to ekologiczna.

Jest też projekt rewitalizacji lewego brzegu bulwarów wiślanych, od ujścia Rudawy do Wisły do okolic mostu kolejowego w rejonie Grzegórzek. Plan jest

taki, aby na tym odcinku oddzielić ruch rowerowy od pieszego. Trasę dla cyklistów od alejek spacerowych ma oddzielać pas zieleni.

Planuje się także wymianę małej architektury, utworzenie miejsc z placami zabaw i urządzeniami do rekreacji i infrastruktury niezbędnej dla cumujących jednostek pływających.

Na wykonanie prac potrzeba ok. 40 mln zł. Nie ma na to pieniędzy w budżecie. W ZZM liczą, że znajdują się środki zewnętrzne. - Może będą pieniądze w ramach Krajowego Planu Odbudowy, mogą to też być środki z kolejnego unijnego rozdania do 2027 roku. Będziemy czekać. Zamierzamy być w gotowości, aby w sytuacji, w której środki się pojawią, móc przystąpić do wykonania prac. Być może będziemy aplikować o dofinansowanie rządowe - mówi dyr. Piotr Kempf.

Czytaj str. 3

Lekarze Nadziei apelują o pomoc na leki dla ubogich i bezdomnych

Patrycja Dziadosz
Kraków

Lekarze Nadziei z Krakowa od ponad 34 lat pomagają ubogim i bezdomnym. Ich praca jest szczególnie ważna zimą, kiedy poziom zachorowań, ale też odmrożeń i innych drobnych urazów jest największy.

Na ulicę Smoleńsk 4 w Krakowie, gdzie lekarze przyjmują osoby w kryzysie bezdomności, przychodzą codziennie. Rocznie z pomocy przy-

chodni korzysta ponad 7 tysięcy osób. Najwięcej zimą.

Pacjenci zgłaszający się do przychodni mogą liczyć na pomoc lekarzy różnych specjalizacji, m.in.: kardiologa, okulisty, laryngologa, ginekologa, stomatologa, chirurga, geriatry, a także wsparcie psychologów.

W razie potrzeby bezpłatnie otrzymują także potrzebne leki. W ostatnich tygodniach natłok pacjentów przeżywają też interniści pomagający wychodzić z typowych dla zimowego sezonu infekcji dróg oddechowych.

Przychodnia na swoje funkcjonowanie otrzymuje dotacje z kasy krakowskiego Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, ale są to kwoty zdecydowanie niewystarczające. Dlatego bardzo ważne jest wsparcie osób indywidualnych.

- Apelujemy do mieszkańców naszego regionu, by leki, które nie są im potrzebne, a nadal mają dobrą datę ważności, przynosili do nas - mówi dr Marian Kopciuch, przewodniczący Zarządu Głównego Stowarzyszenia Lekarze Nadziei.

Czytaj str. 4

MAŁOPOLSKA
Krynica-Zdrój pełna turystów.
Takich tłumów na „sądeckich Krupówkach” dawno nie było, a 75 proc. miejsc noclegowych jest zajętych



FOT. DAMIAN RAOZIAK

Kraków kupuje 250 elektrycznych rowerów str. 4

Nr ISSN 0137-9089

Nr Indeksu 350052



9 770137 908036



Kronika Krakowska

KRÓTKO

PORZĄDEK POGRZEBÓW

Dziś żegnamy

Cmentarz Rakowicki

9:40 Piotr Solarz (lat 74)
11:00 Marta Rokita (lat 73)
11:40 Maria Konieczna (lat 84)
12:20 Aleksander Ścisławski (lat 83)
13:00 Szczepan Kopciuch (l. 70)
13:40 Katarzyna Adamiak (lat 90)

Cmentarz Podgórski

9:00 Genowefa Kuzak (lat 84)
10:00 Marian Werniczewski (lat 83)
11:00 Irena Cekiera (lat 92)
12:00 Adam Cwiękała (lat 87)

Cmentarz Prokocim

14:00 Zofia Wójcik (lat 91)

Cmentarz Prądnik Czerwony

9:40 Marianna Włodarczyk (lat 96)
10:00 Marian Madej (lat 91)
10:20 Stanisława Rodak (l. 76)
11:00 Elżbieta Karwecka (l. 74)
11:00 Józef Strzelecki (lat 90)
11:40 Elżbieta Guzy (lat 72)
11:40 Karolina Kucharska (lat 89)

Cmentarz Grębałów

12:20 Henryk Molenda (lat 66)
13:00 Lidia Ligman (lat 72)
13:00 Wojciech Mizia (lat 80)
13:40 Janusz Spólnik (lat 78)
11:40 Zofia Kurek (lat 86)
12:20 Krzysztof Beruś (lat 62)

PODPISANO UMOWĘ NA TRAMWAJ DO MISTRZEJOWIC

Pierwszy odcinek w 2025 roku



Wiosną 2023 roku mają się rozpocząć prace związane z budową linii tramwajowej z ul. Meissnera do Mistrzejowic. Nowym odcinkiem torowiska mamy pojechać pod koniec 2025 roku. 30 stycznia podpisano umowę dotyczącą tej inwestycji. TYM

W WEEKEND SIÓDMA EDYCJA FORUM

Na Rzecz Pacjenta Onkologicznego

Już w najbliższy weekend (4-5 lutego) w Krakowie po raz siódmy odbędzie się Forum Pacjenta Onkologicznego. Organizatorem wydarzenia są Stowarzyszenie UNICORN oraz prezydent Krakowa. W programie przewidziano zarówno część warsztatową, jak i wykłady prowadzone przez specjalistów z różnych dziedzin: psychologii, diete-

tyki czy rehabilitacji, a tematyka dotyczy wsparcia zarówno samych chorych, jak i całych rodzin. Tegoroczne Forum na Rzecz Pacjenta Onkologicznego rozpocznie się częścią warsztatową (warsztaty dotyczące psychologii, dietetyki, rehabilitacji, medycyny), a od 11.30 do 17.00 zaplanowana jest sesja główna. PD

1 LUTEGO - KALENDARIUM

Imieniny obchodzą: Brygida, Emil, Paweł, Piotr, Prosimir, Sewer, Siemirad i Żegota.

1982. W Polsce wprowadzono podwyżki cen żywności średnio o 241% oraz opału i energii średnio o 171%.

1953. 1853 osoby zginęły w Holandii, 307 w Wielkiej Brytanii i 28 w Belgii w wyniku powodzi wywołanej przez sztorm na Morzu Północnym.



FOT. WIKIEMEDIA CC

1 LUTEGO 1925 ROKU Stacja doświadczalna Polskiego Towarzystwa Radiotechnicznego (na zdjęciu) nadała pierwszą oficjalną audycję radiową. To wydarzenie uznaje się za początek publicznej radiofonii w Polsce.

Lekarze Nadziei apelują o leki dla ubogich i bezdomnych

Patrycja Dziadosz
Dobroczynność

Lekarze Nadziei z Krakowa od ponad 34 lat pomagają ubogim i bezdomnym. Ich praca jest szczególnie ważna zimą. Dlatego też, by mogli dalej pomagać proszą o wsparcie.

Na ulicę Smoleńsk 4 w Krakowie osoby w kryzysie bezdomności przychodzą codziennie. Rocznie z pomocy przychodni korzysta ponad 7 tysięcy osób. Najwięcej zimą, bo dla osób bez dachu nad głową to szczególnie trudny czas.

- Nie prowadzimy długiej listy zapisów, tylko natychmiast staramy się pomóc pacjentowi. Dla wielu bezdomnych jesteśmy jedyną formą zapewniającą opiekę medyczną - mówi dr Marian Kopciuch, przewodniczący Zarządu Głównego Stowarzyszenia Lekarze Nadziei.

Pacjenci zgłaszając się do przychodni mogą liczyć na pomoc lekarzy różnych specjalizacji m.in.: kardiologa, okulisty, laryngologa, ginekologa, stomatologa, chirurga, geriatry a także wsparcia psychologów. W razie potrzeby bezpłatnie otrzymują też potrzebne leki. W ostatnich tygodniach natłok pacjentów przeżywają też internści, pomagający wychodzić z typowych dla zimowego sezonu infekcji dróg oddechowych. - Wszyscy, którzy się



FOT. ADAM WOJNAR

Zimą osoby w kryzysie bezdomności znajdują się w szczególnie trudnej sytuacji

do nas zgłaszają otrzymują nie tylko u pomoc lekarza specjalisty, opatrunek pielęgniarstwa, a także potrzebne leki i maści. Dajemy im ciepłą odzież zbraną przez ojców kapucynów, by nie dopuścić do ponownego wychłodzenia - dodaje dr Kopciuch.

Przychodnia na swoje funkcjonowanie otrzymuje dotacje z kasy krakowskiego MOPS-u, ale są to kwoty zdecydowanie niewystarczające. Dlatego bardzo ważne jest wsparcie osób indywidualnych.

- Apelujemy do mieszkańców naszego regionu, by leki, które nie są im potrzebne, a nadal mają dobrą datę ważności przynosili do nas - mówi dr Kopciuch.

Szczególnie potrzebne są antybiotyki, leki przeciwwirusowe, preparaty witaminowe, leki przeciwdrgawkowe, a także środki opatrunkowe. Nieprzeterminowane medykamenty można przynosić do trzech punktów na mapie Krakowa: do siedziby Stowarzyszenia Lekarze Nadziei przy al. Pokoju 7 w poniedziałki, środy i piątki od godz. 9 do 14, codziennie do przychodni na ul. Smoleńsk 4 od godz. 9 do 16, a także do Punktu Charytatywnego na os. Dywizjonu 303 pawilon 1.

Dr Kopciuch apeluje też o przekazywanie 1,5 proc. podatku dochodowego na działalność stowarzyszenia. - Pamiętajcie państwo o nas przy rozli-

czaniu swoich deklaracji i przekazywaniu półtora procenta podatku. To naprawdę nic nie kosztuje, bo tak czy inaczej tych pieniędzy nie mamy, dla nas z kolei to wielkie wsparcie. Nasza działalność opiera się głównie na wsparciu finansowym i rzeczowym ze strony społeczeństwa.

Żeby przekazać swój 1,5 proc. podatku dla stowarzyszenia, wystarczy wpisać numer KRS (0000047746) i kwotę 1,5 procenta zaokrągloną do pełnych dziesiątek groszy w dół w rubryce: „Wniosek o przekazanie 1,5 % podatku należnego na rzecz organizacji pożytku publicznego (OPP) i złożony w Urzędzie Skarbowym. ©©

Kraków kupuje elektryczne rowery

Piotr Rapalski
piotr.rapalski@polskapress.pl

30 stycznia została wybrana oferta na dostawę rowerów elektrycznych do długoterminowej wypożyczalni, która ma działać w Krakowie.

Jeśli nie zostanie złożone odwołanie od wyniku przetargu, Zarząd Transportu Publicznego w Krakowie będzie mógł podpisać umowę. Najkorzystniejszą ofertę złożyła firma z Torunia, której rower elektryczny kosztuje 10 454 zł brutto, okres

gwarancji na rowery i akcesoria to 48 miesięcy. W odróżnieniu od konkurencji zwycięski rower wyposażony jest w 7-biegową przerzutkę planetarną, co także brane było pod uwagę podczas oceniania ofert przetargowych. Łączna cena zamówienia podstawowego, w którego skład wchodzi 250 rowerów, to 2 613 500,00 zł brutto.

Jednoślady ze wspomaganie elektrycznym przyjadą do Krakowa do 120 dni od momentu podpisania umowy. Dodatkowo Zarząd Transportu Publicznego w Krakowie ma

możliwość skorzystania z prawa opcji, czyli zakupu kolejnych, od 100 do 250, rowerów od tego samego producenta w tej samej cenie. Na dostawę dodatkowej partii rowerów wykonawca będzie miał już tylko 90 dni. Łącznie za 500 rowerów miasto zapłaci 5 227 000,00 zł brutto.

Rowery elektryczne rozszerzą ofertę pierwszej w Polsce długoterminowej wypożyczalni rowerów - LajkBike. W propozycji ZTP cena abonamentu miesięcznego za wynajem roweru, dzięki któremu

przejedziemy w jedną stronę nawet 10 km niemal bez wysiłku, wynosi 79 zł. Rower tradycyjny, czyli bez wspomaganie elektrycznego, w abonamencie ma kosztować 29 zł.

W temacie rowerów, jeśli chodzi o urzędników, wydarzyło się ostatnio coś jeszcze, co wzbudziło kontrowersje. Urząd Miasta kupił rower cargo za 30 tys. zł. Bicykl ma posłużyć do „rozwożenia po mieście budynkach Urzędu Miejskiego informatorów, ulotek, gazet, ale też i drobniejszych przedmiotów”. ©©