



Miejsce, w którym liczy się człowiek

Rozmowa z lek. Anetą Słowik, kierownik Oddziału Medycyny Paliatywnej w Tarnobrzegu



nobrzegu otwarto Oddział Medycyny Paliatywnej. O jego misji i codziennej pracy rozmawiamy z lek. Anetą Słowik (na zdjęciu), specjalistą onkologii klinicznej i medycyny paliatywnej, kierownik oddziału.

- Pani Doktor, dlaczego otwarcie oddziału paliatywnego jest tak ważne dla mieszkańców Tarnobrzega i okolic?

Jeśli opiekujesz się osobą chorą na nowotwór – mamą, tatą, kimś, kogo kochasz – i wraz z nią doświadczasz bólu, którego trudno ukołować, znasz te chwile lęku, niepewności i zwątpienia. Gdzie jechać? Kto pomoże, kto nas teraz poprowadzi?

W Tarnobrzegu powstało miejsce, które odpowiada na pytania „co teraz?”, „co dalej?” w sposób bardzo konkretny: ulgą w bólu, planem na jutro i wsparciem dla całej rodziny. To Oddział Medycyny Paliatywnej – zespół ludzi, którzy wierzą, że nawet w najtrudniejszym czasie każdy dzień może być choć odrobinę lepszy. I że nikt nie powinien przechodzić przez chorobę samotnie.

W lutym 2025 roku w Wojewódzkim Szpitalu im. Zofii z Zamoyskich Tarnowskiej w Tar-

lekt. Aneta Słowik: – Od 20 lat pracuję jako onkolog kliniczny, leczę osoby z chorobami nowotworowymi i obserwuję, jak bardzo zmienia się onkologia. Dzięki postępowi nauki i nowoczesnym metodom leczenia nasi pacjenci żyją znacznie dłużej.

Aktualnie w Polsce żyje około 1,3 mln osób z rozpoznaną chorobą nowotworową, a każdego roku odnotowujemy kolejne zachorowania. W 2024 roku było to ponad 185 tys. osób. Wszyscy ci pacjenci będą potrzebowali skutecznego leczenia onkologicznego, a część z nich także dodatkowego wsparcia w trakcie długiego, często wieloletniego procesu terapii. Właśnie dlatego otworzyliśmy nasz Oddział.

Medycyna paliatywna to przestrzeń, w której pacjent i jego rodzina otrzymują realną

ulgę i wsparcie. Ścisłe współpracujemy z innymi oddziałami szpitala, szczególnie z Centrum Onkologicznym, aby zapewnić ciągłość opieki. W zależności od stopnia zaawansowania choroby i nasilenia objawów – zarówno somatycznych, jak i duchowych – pacjent otrzymuje pomoc dostosowaną do swoich potrzeb, w możliwie najkrótszym czasie.

- Jak opisałaby Pani misję oddziału?

Działamy zgodnie z najnowszą wiedzą medyczną. Uśmierzamy ból, łagodzymy duszność, nudności, lęk, dbamy o żywienie, rehabilitację, wsparcie psychologiczne i duchowe. Najważniejsza jest dla nas jakość życia tu i teraz.

Jeśli stan pacjenta się poprawia, kierujemy go dalej do leczenia przyczynowego. Często po opanowaniu objawów pacjent wraca do domu – z jasnym planem i odpowiednim zabezpieczeniem. Największą satysfakcję dają nam chwile, gdy pacjent mówi: „pierwszy raz od dawna nie boli” albo gdy – wzmocniony – może przywitać swoich bliskich w domu. To poczucie ulgi i nadziei daje ogromną wartość także rodzinie.

- Czym różni się opieka paliatywna od typowego leczenia szpitalnego?

– W leczeniu szpitalnym priorytetem jest szybkie wyleczenie i wypis do domu. U nas najważniejsza jest poprawa jakości życia pacjenta – we wszystkich jego wymiarach: fizycznym, emocjonalnym i duchowym. Leczymy objawy, wzmacniamy organizm, prowadzimy rehabilitację i wspieramy rodzinę krok po kroku.

Podążamy za pacjentem, odpowiadając na jego potrzeby w tempie, jakie narzuca choroba. Pracujemy w zespole interdyscyplinarnym: lekarze, pielęgniarki, psycholog, opiekun medyczny, fizjoterapeuta, dietetyk i duszpasterz.

Najczęściej trafiają do nas osoby z nasilonym bólem, dusznością, objawami niedrożności przewodu pokarmowego, bezsennością, znacznym osłabieniem czy odleżynami. Rodzinom dajemy jasną informację „co dalej”, uczymy opieki, pomagamy w organizacji sprzętu i świadczeń, a gdy trzeba – zapewniamy chwilę wytchnienia.

- Jak wygląda współpraca z rodziną pacjenta?

– Bliscy są dla nas bardzo ważni. Od momentu przyjęcia chorego stają się częścią naszego zespołu. Włączamy ich w podejmowanie decyzji, zawsze respektując wolę pacjen-



ta. Rozmawiamy prostym językiem, wyjaśniamy, co w danym momencie pomoże najbardziej i dlaczego postępujemy właśnie w taki sposób. Wspólnie ustalamy cele: czasem priorytetem jest zmniejszenie bólu, innym razem poprawa snu czy wzmocnienie przed planowanym leczeniem. Taka otwarta rozmowa daje rodzinie spokój i poczucie bezpieczeństwa.

- Co chciałaby Pani przekazać mieszkańcom naszego regionu?

– Przede wszystkim chciałabym, aby wszyscy wiedzieli, że nowoczesna medycyna paliatywna to opieka wspierająca i nie oznacza rezygnacji z leczenia. To aktywne, skuteczne leczenie

objawów choroby lub powikłań terapii, które może towarzyszyć leczeniu onkologicznemu. Na każdym etapie choroby warto skorzystać z konsultacji specjalisty medycyny paliatywnej. Naszą misją jest poprawa jakości życia pacjentów i wsparcie ich rodzin na każdym etapie choroby.

Chciałabym, aby mieszkańcy Tarnobrzega i okolic wiedzieli, że kiedy pojawi się potrzeba – jesteśmy tutaj dla Was. Jeśli potrzebna jest ulga w bólu, swobodniejszy oddech czy wsparcie medyczne w sytuacji nasilenia objawów trudnych do opanowania – my wiemy, jak to zapewnić. Komfort, godność i bezpieczeństwo pacjenta są dla nas najważniejsze.

Drogowe inwestycje to wygodniejsza codzienność

Największy w ostatnich latach pakiet modernizacji drogowych w Tarnobrzegu został zrealizowany. Dzięki dofinansowaniu z Rządowego Funduszu Polski Ład miasto odnowiło i rozbudowało sieć ulic, chodników oraz parkingów. Wartość całego projektu przekroczyła 35 mln zł.

Projekt „Budowa i modernizacja infrastruktury drogowej na terenie miasta Tarnobrzega” rozpoczął się w 2024 roku. Umowy podpisano 20 marca, a kolejne odbiory zakończonych remontów miały miejsce w lipcu i sierpniu br. Łączna wartość inwestycji wyniosła ponad 35 mln zł, z czego ponad 29,9 mln zł pochodziło z dofinansowania rządowego. Ponad 5,1 mln zł stanowił wkład własny miasta.

W ramach programu przeprowadzono aż 13 zadań inwestycyjnych. Przebudowano ulice: Podlesną, Sobowską, Konopnickiej, 12 Października, Jaśminową, Jasień,

Waryńskiego oraz Świętej Kingi. Zmodernizowano ciągi komunikacyjne na ul. Jasińskiego i Kanadyjskiej, a także drogi wewnętrzne przy ul. Czeresniowej i Wyspiańskiego. Na ulicy Sieleckiej i Sobowskiej wybudowano długo wyczekiwane chodniki.

Każde zadanie obejmowało nie tylko wymianę nawierzchni, ale także budowę systemów odwodnienia, modernizację oświetlenia i przebudowę sieci technicznych. W ramach remontów powstały także nowe miejsca parkingowe.

Jedną z ważniejszych realizacji była przebudowa drogi wewnętrz-

nej łączącej ul. Wyspiańskiego z ul. Tracza. Oprócz nowej nawierzchni powstały tam dodatkowe miejsca parkingowe dla rodziców i nauczycieli przy Szkole Podstawowej nr 4. Na osiedlu Podłęże przebudowano boczną ulicę Czeresniową, a w Sobowie – ul. Sobowską, gdzie wybudowano nowy chodnik i odwodnienie. Mieszkańcy zyskali bezpieczniejsze dojścia do posesji i przystanków.

Modernizacja ulic przyniosła także wprowadzenie nowoczesnych rozwiązań technicznych. Na ul. Konopnickiej powstało inteligentne, doświetlane przejście dla pieszych z lampami solarnymi. Na ul. Wyspiańskiego zamontowano zbiorniki retencyjne, które pozwalają gromadzić nadmiar wód opadowych. W wielu lokalizacjach wymieniono oświetlenie na ener-

gooszczędne oprawy LED, a przy części dróg wybudowano kanały technologiczne, umożliwiające w przyszłości łatwiejsze poprowadzenie instalacji telekomunikacyjnych.

– Zrealizowaliśmy program modernizacji dróg w naszym mieście, który realnie wpłynął na wygodę mieszkańców – poprawiony został komfort jazdy, bezpieczeństwo pieszych i estetyka osiedlowych przestrzeni.

Cieszę się, że Tarnobrzeg zyskał nową jakość infrastruktury – mówi Łukasz Nowak, prezydent Tarnobrzega. – Takie inwestycje są niezwykle cenne, gdyż przekładają się na wygodniejszą codzienność mieszkańców. Wyremontowane ulice to łatwiejszy dojazd do szkół czy pracy, bezpieczniejsze przejścia dla pieszych i więcej miejsc parkingowych. To także inwestycje w rozwój miasta – bo nowoczesna infrastruktura drogowa to jeden z warunków przyciągania nowych inwestorów i poprawy jakości życia w mieście.



Uczcimy rocznicę wybuchu wojny

Prezydent Tarnobrzega Łukasz Nowak wraz z Radą Miasta Tarnobrzega zapraszają mieszkańców na uroczyste obchody 86. rocznicy wybuchu II wojny światowej, które odbędą się w poniedziałek, 1 września 2025 roku, o godz. 17 na Cmentarzu Wojennym przy ul. Targowej

Uroczystości rozpoczną się wspólnym odśpiewaniem hymnu państwowego, po którym nastąpi modlitwa za poległych, okolicznościowe przemówienia oraz złożenie kwiatów i oddanie honorów przez poczty sztandarowe.

Dodatkowym punktem programu będzie recytacja poezji września '39 w wykonaniu grup teatralnych Tarnobrzelskiego Domu Kultury. Oprawę muzyczną wydarzenia zapewni Miejska Orkiestra Dęta.

Po części oficjalnej na cmentarzu, o godz. 18 w kościele Dominikanów w Tarnobrzegu zostanie odprawiona msza święta w intencji Ojczyzny.

Obchody zostaną uzupełnione o dodatkowe wydarzenia następnego dnia – 2 września 2025 r. o godz. 12 przy obelisku pamięci ofiar bombardowania z 2 września 1939 r., znajdującym się przy ul. Sienkiewicza w Tarnobrzegu. Tam również odbędzie się symboliczne złożenie kwiatów i oddanie honorów.

Prezydent Łukasz Nowak podkreśla, że to wyjątkowy moment, aby wspólnie oddać cześć ofiarom wojny i przypomnieć o wartości wolności i pokoju.

Serdecznie zapraszamy mieszkańców Tarnobrzega do udziału w uroczystościach i wspólnego upamiętnienia tej ważnej rocznicy.

Trzy dni muzyki, tańca i wspólnej zabawy

Od 5 do 7 września dziedziniec Zamku Tarnowskich w Tarnobrzegu ponownie wypełni się muzyką, śpiewem, tańcem i radością. Wszystko za sprawą odbywających się tam Tarnobrzeskich Dni Seniora 2025 potoczonych z 4. Letnim Festiwalem Muzyki, Tańca i Teatru.

Trzydniowa impreza, organizowana przez Tarnobrzekie Centrum Seniora i Stowarzyszenie Inicjatyw Artystycznych „FRAM”, rozpocznie się w piątek, 5 września, o godz. 15 od uroczystego otwarcia festiwalu i symbolicznego przekazania kluczy do miasta przez prezydenta Tarnobrzega Łukasza Nowaka. Już pierwszego dnia na scenie zaprezentują się m.in. Akademia Miechocińska, grupa wokalna „AleBabki”, Grupa Taneczna TCS, Teatr „Pozytyw-

nie Skopani”. Wieczór zakończą dwa koncerty: Laureatów Festiwalu „Dziecięca Wena” oraz Zespołu Pieśni i Tańca „Rzeszowiacy”, a także potańcówka.

Drugi odłona imprezy rozpocznie się w sobotę, również o godz. 15, występem Zespołu „Oicanki”. O godz. 15.30 rozpocznie się Festiwal Mody „Bądź jak Kwiat”, a po nim publiczność zobaczy widowiskowy pokaz mody przygotowany przez Fundację Artystyczną GA MON. Sobotni wieczór



zakończy program artystyczny w wykonaniu Studia Tańca i Ruchu FRAM, Zespołu Tanecznego „Gest”, Ludowego Teatru Tańca Współczesnego w Zaporozu „Feniks” oraz miejscowej Breaking Group.

Niedziela natomiast upłynie pod znakiem koncertów. Pierwszy z nich rozpocznie się już o godz. 16 i będzie to 6. koncert z cyklu „Artystyczne Talenty Podkarpacia”. O godz. 18.30 zaprezentują się laureaci konkursu „Wena”, a na godz. 19.30 zaplanowano koncert zespołu Galeria Cover Band.

W ramach Dni Seniora organizatorzy przygotowali także wiele atrakcji poza sceną. W programie znalazły się: II Turniej Brydża Seniorów, marsz nordic walking z mistrzem świata Henrykiem Kędziarą, szachy na trawie, rozgrywki w boule, pokazy rękodzieła i malarstwa przygotowane przez seniorów i lokalnych artystów.



Konferencja „Zdrowy Mózg”

W czwartek, 4 września, w Tarnobrzekim Domu Kultury odbędzie się wyjątkowa konferencja. Wydarzenie zainauguruje Tarnobrzekie Dni Seniora. Skierowane jest przede wszystkim do osób 60+, ale organizatorzy zapraszają również wszystkich mieszkańców zainteresowanych tematyką dbania o sprawność intelektualną i zdrowy styl życia.

– Konferencja, która rozpocznie się 4 września br. o godz. 10 w Tarnobrzekim Domu Kultury, jest inauguracją tegorocznych Tarnobrzeskich Dni Seniora – mówi Piotr Błaszkiwicz, prezes Ogólnokrajowego Stowarzyszenia Pomocy Chorym na Przewlekłą Białaczkę Szpikową. – Jej tematem jest zdrowy mózg. Wiadomo, że nasz komputer w głowie, czyli umysł jest potrzebny na co dzień, a szczególnie gdy stajemy się seniorami. I kiedy ten mózg wymaga większej aktywności, dlatego ta konferencja będzie dotyczyła tego jak aktywizować i jak współdziałać z seniorami i dlaczego aktywność społeczna jest ważna, dlaczego dobra pamięć jest ważna i jak o nią dbać, czym się odżywa nas mózg. Udział w niej jest bezpłatny.

Program pełen wiedzy i inspiracji

Spotkanie otworzą przedstawiciele władz miasta i organizatorów – Kamila Kalinka, zastępca prezydenta Tarnobrzega, oraz Gabriela Kwestarz-Biczyńska, prezes Zarządu Fundacji Dbam o Zdrowie. Podczas konferencji uczestnicy wysłuchają serii wykładów prowadzonych przez ekspertów, którzy w przystępny sposób opowiedzą o tym, jak dbać o zdrowie psychiczne i pamięć.

Wśród nich będą: „Aktywizacja i współdziałanie z seniorami, o których powie Janusz Maciurzyński,

kierownik Tarnobrzekiego Centrum Seniora oraz „Dlaczego aktywność społeczna jest ważna?” – wykład poprowadzi Piotr Błaszkiwicz, prezes Ogólnokrajowego Stowarzyszenia Pomocy Chorym na Przewlekłą Białaczkę Szpikową. Kolejny z tematów, który zostanie podjęty przez psycholog Maję Maciaszczyk, kierownik Łódzkiego Towarzystwa Alzheimerowskiego to „Dobra pamięć, jak o nią dbać?”.

Uczestnicy wydarzenia dowiedzą się także „Czym odżywia się nasz mózg?” Wykład ten poprowadzi Karolina Król-Lach, dietetyk kliniczny i psychodietetyk, autorka portalu uwagadieta.pl. O farmakologicznym i naturalnym wspomaganiu mózgu

opowie natomiast Ewelina Walus, magister farmacji. Ostatni z wykładów będzie nosił tytuł: „Recepta na samotność seniora” – prelegentem w tym obszarze niezwykle ważnego tematu będzie Gabriela Kwestarz-Biczyńska, prezes Zarządu DOZ Fundacji.

Nie tylko wykłady

Poza wystąpieniami specjalistów, uczestnicy będą mogli skorzystać z bezpłatnych badań, odwiedzić strefę partnerów, a także spróbować zdrowego poczęstunku. Organizatorzy zadbałi również o przerwę kawową, która będzie okazją do rozmów i integracji.

Konferencja organizowana jest przez DOZ Fundację dbam o zdrowie, Miasto Tarnobrzeg oraz Ogólnokrajowe Stowarzyszenie Pomocy Chorym na Przewlekłą Białaczkę Szpikową. Honorowy patronat nad wydarzeniem objął Prezydent Miasta Tarnobrzega Łukasz Nowak.



Moda na Wisłę i San. Flisacka tradycja w nowoczesnej odłonie

Niecodzienne wydarzenie „Moda na Wisłę i San” odbędzie się 6 września w Tarnobrzegu. W programie znalazły się zarówno atrakcje nawiązujące do flisackiej tradycji regionu, jak i pokazy artystyczne przygotowane przez lokalnych twórców.

Wydarzenie – częściowo wpisujące się w 4. Festiwal Tańca Muzyki i Teatru – rozpocznie się o godz. 14 widowiskowym spływem flisackim z Baranowa Sandomierskiego do Tarnobrzega. Finał spływu zaplanowano na godz. 16 w okolicach przeprawy pro-

i tradycji regionu Doliny Wisły i Sanu. Po nim, od godziny 18, na scenie przed Muzeum – Zamkiem Tarnowskich zaprezentuje się Stowarzyszenie Inicjatyw Artystycznych „Fram Wozownia” w porywającym widowisku artystycznym.



mowej na Wiśle, skąd uczestnicy wyruszą w barwnym korowodzie przez miasto w stronę Muzeum – Zamku Tarnowskich. Towarzyszyć im będzie Miejska Orkiestra Dęta w Tarnobrzegu, podkreślając uroczysty charakter wydarzenia.

Kolejnym punktem programu będzie pokaz mody „Wiślane i nadszańskie powidoki” (godz. 17), który nawiązuje do kultury

„Moda na Wisłę i San” to nie tylko wydarzenie kulturalne, ale również promocja bogatej historii i tradycji związanej z flisactwem, które od wieków kształtowało życie mieszkańców nadwiślańskich i nadszańskich miejscowości. Organizatorzy podkreślają, że to okazja do spotkania, wspólnego świętowania i odkrywania na nowo dziedzictwa regionu w nowoczesnej, artystycznej odłonie.

