DZIŚ PO STRONIE SENIORA

BEZPIECZNE PRZYJMOWANIE LEKÓW
KTÓRE Z NICH MOŻNA ŁĄCZYĆ, A KTÓRYCH NIE WOLNO

Nr ISSN 0866-9511
Nr indeksu 350354
46
9 770866 951044

www.poranny.pl

Nr 220 (10868) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Czwartek, 12.11.2026

36 lat

Kurier Poranny

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Święto Niepodległości

Marszałek: Bohaterowie dziś mają imiona Jakub i Artur

W Białymstoku oficjalne obchody Narodowego Święta Niepodległości rozpoczęły się minutą ciszy, ku pamięci ofiar zamachu w Krakowie **– Str. 3**

Białystok

Autor pierwszego obrazu Jezusa Miłosiernego upamiętniony

Tablicę upamiętniającą malarza Eugeniusza Kazimirowskiego odsłonięto przy ul. Kilińskiego – na kamienicy, w której niegdyś mieszkał **– Str. 4**

Około 30 proc. – tyle wynosi zaawansowanie prac przy modernizacji kompleksu po WSAP na potrzeby magistratu **– Str. 4**

Media przeciw dezinformacji. Rozmawiamy z dr hab. Małgorzatą Chlabicz, pełnomocnik rektora UMB ds. przeciwdziałania dezinformacji medycznej **– Str. 2**



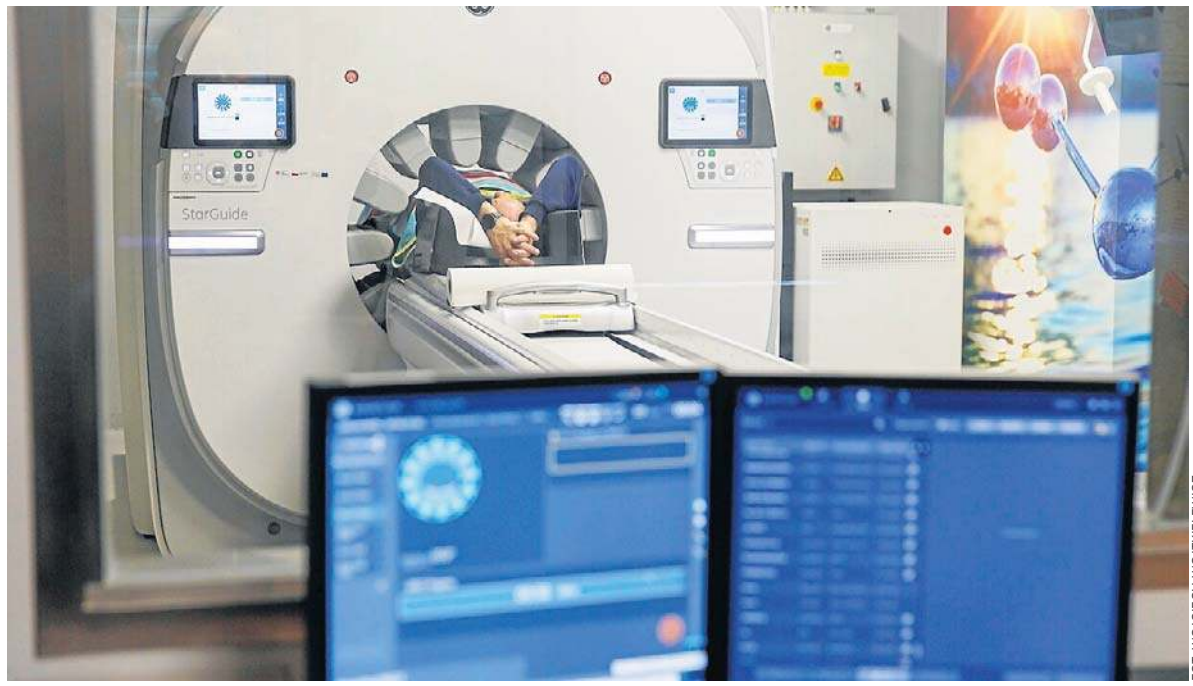
FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Ochrona zdrowia

Szybsza i dokładniejsza diagnostyka dzięki nowoczesnym gamma kamerom

Magdalena Kleban, PAP

Szybsza i dokładniejsza diagnostyka pacjentów – w tym onkologicznych – jest możliwa dzięki nowym gamma kamerom, które kupił Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Białymstoku.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Dwie nowe gamma kamery, które trafiły do Zakładu Medycyny Nuklearnej USK kosztowały prawie 10 mln zł

Dokładniejsze obrazy, nowocześniejsza technologia i możliwość szybszego wykonywania badań – Zakład Medycyny Nuklearnej Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku dysponuje dwoma nowymi gamma kamerami. Urządzenia pozwalają jeszcze precyzyjniej oceniać funkcjonowanie narządów i wykrywać zmiany chorobowe. Zostały zakupione ze środków Krajowego Planu Odbudowy (KPO). Kosztowały prawie 10 mln zł.

Jedna z tych nowych kamer – SPECT/CT Star Guide z detektorami CZT – jest pierwszym takim urządzeniem w Polsce – poinformował we wtorek na konferencji prasowej kierownik Zakładu Medycyny Nuklearnej w USK prof. Janusz Myśliwiec.

– Mamy do czynienia z technologią iście kosmiczną To prawdziwy skok technologiczny w diagnostyce radioizotopowej. Dzięki zmianie detektora z klasycznego na półprzewodnikowy możliwa była zmiana konstrukcji – zamiast dwóch masywnych głowic nuklearnych, bo tak to się u nas nazywa – mamy teraz 12 takich hybrydowych bolców – tłumaczył prof. Janusz Myśliwiec. – Te głowice rotują wokół ciała pacjenta dostosowując się do jego anatomii. Dla pacjenta to oznacza krótsze badanie, mniejsze narażenie na promieniowanie. I bardziej precyzyjną diagnozę – co przekłada się na większą wartość kliniczną w zakresie onkologii, w zakresie chorób serca – przede wszystkim choroby wieńcowej, ale także chorób otępiennych, mamy na myśli przede wszystkim parkinsonizm.

Najczęściej na urządzeniu są obecnie wykonywane badania scyntygrafii kości u pacjentów onkologicznych, aby sprawdzić, czy nowotwór pierwotny, np. piersi czy prostaty, nie dał już przerzutów właśnie do kości. Prof. Myśliwiec wyjaśnił, że urządzenie daje szanse na wykrycie takich przerzutów znacznie wcześniej, niż było to możliwe dotychczas. Podkreślił, że wykluczenie przerzutów w onkologii wpływa na sposób leczenia pacjenta.

– Technologia ta jest rzeczywiście przełomem, jeżeli chodzi o obrazowanie w medycynie, bo także umożliwi nam uzyskiwanie takich parametrów, które możliwe były dotychczas tylko w badaniu (urządzeniem) PET (pozytonowa tomografia emisyjna) – zaznaczył prof. Myśliwiec. Dodał, że obraz z gamma kamery daje szanse na uzyskanie wyników, których np. radiolog nie jest w stanie dostrzec np. w wynikach badania wykonanego rezonansem magnetycznym.

Gamma kamera to specjalistyczne urządzenie diagnostyczne wykorzystywane w medycynie nuklearnej. Służy do wykonywania badań scyntygraficznych, które pozwalają ocenić nie tylko wygląd narządów, ale przede wszystkim ich funkcjonowanie. W przeciwieństwie do klasycznego USG, tomografii komputerowej czy rezonansu magnetycznego, gamma kamera pokazuje, jak pracują poszczególne narządy i tkanki – np. czy prawidłowo przepływa przez nie krew, jak funkcjonują nerki lub czy w kościach nie ma zmian wskazujących na proces chorobowy. Badanie przebiega w kilku etapach. Najpierw pacjentowi podaje się niewielką ilość radiofarmaceutyku, czyli preparatu zawierającego izotop promieniotwórczy. Preparat dociera do określonych narządów lub tkanek i gromadzi się w nich zgodnie z ich aktywnością biologiczną. Gamma kamera rejestruje promieniowanie emitowane przez radioznacznik znajdujący się w organizmie. Komputer przetwarza zebrane dane na obrazy pokazujące rozmieszczenie znacznika i funkcjonowanie badanego narządu.

– To jest kamień milowy w medycynie i cieszę się, że ten kamień leży w województwie podlaskim, w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym, przede wszystkim dla dobra naszych pacjentów, dla dobra Podlasian – podkreślał prof. Myśliwiec.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

POLECAMY

JUTRO: Bohaterowie. To oni powstrzymali zamachowca w Krakowie

12.11.2026 Czwartek

KURIER PORANNY
GAZETA WSPÓŁCZESNA
POLSKA PRESS GRUPA

Redaktor naczelny
Tomasz Dworzańczyk
Z-ca redaktora naczelnego
Dorota Naumczyk-Kruszewska
Wydawcy
Dorota Naumczyk-Kruszewska
Urszula Ludwiczak
Marta Romańczuk

www.**poranny.pl**
www.**wspolczesna.pl**

Polska Press Makroregion Wschód
Redakcja ul. Św. Mikołaja 1
15-419 Białystok, tel. 85 74 89 610
redakcja@poranny.pl, redakcja@wspolczesna.pl
Prezes Makroregionu
Aureliusz Mikos
Dyrektor reklamy
Elżbieta Dźwigaj
Biuro reklamy oddziału
tel. 695 346 825
Druk Drukarnia w Ignatkach, ul. Przemysłowa 26
16-001, Ignatki

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Robert Feluś
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.poranny.pl/tresci oraz www.wspolczesna.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Z KALENDARZA

12 listopada 2026

Dziś 316. dzień roku.
Do końca roku pozostało 49 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 6.46, zachód o godzinie 15.36. Dzień będzie trwać 8 godzin i 49 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 roku dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 8 godzin i 7 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 1 godzinę i 16 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Mateusz, Renata, Witold

KALENDARIUM

1948
Biskup lubelski Stefan Wyszyński otrzymał nominację na arcybiskupa gnieźnieńskiego i warszawskiego oraz prymasa Polski.

1962
Premiera filmu „O dwóch takich, co ukradli Księżyc" w reżyserii Jana Batorego. W rolach Jacka i Placka wystąpili bracia Lech i Jarosław Kaczyńscy.

1980
W rozegranym w Barcelonie towarzyskim meczu piłkarskim reprezentacja Polski odniosła jedyne do tej pory zwycięstwo (2:1) nad reprezentacją Hiszpanii.

1989
W Krzyżowej została odprawiona msza pojednania z udziałem premiera Tadeusza Mazowieckiego i kanclerza Helmuta Kohla.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Kurier Poranny" „Gazetę Współczesną"

tel. 85 875 07 30
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.poranny.pl
prenumerata.wspolczesna.pl

POGODA

Białystok	Łomża	Suwałki
3°C/2°C	3°C/3°C	2°C/2°C

ROZMOWA

Lekarze walczą z dezinformacją medyczną

MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI

Magdalena Kleban

Dr hab. Małgorzata Chlabicz z Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku w ciągu ostatniego roku przeprowadziła liczne szkolenia i warsztaty z przeciwdziałania dezinformacji medycznej dla środowiska medycznego i uczniów szkół średnich. Na UMB prowadzone są też zajęcia o tej tematyce dla studentów wydziału lekarskiego.

Dezinformacja w medycynie wydaje się być powszechna. Jak mogą zachować się lekarze, którzy w gabinecie, w szpitalu spotykają się z pacjentem, który zgłasza się po pomoc, ale sam ma już przeświadczenie na temat tego, na co choruje i co jest mu potrzebne – a wszystko w oparciu o wiedzę zaczerpniętą z internetu.

Z oczywistych względów nie zapobiegniemy temu, co już ten pacjent przeczytał, usłyszał. Ale możemy się nauczyć – i już to robimy na szkoleniach i warsztatach – jak rozmawiać z taką osobą i jak spróbować przekonać ją do medycyny opartej na faktach. Mierzymy się wówczas z tym problemem i próbujemy go rozwiązać. O tym będzie też szkolenie, które przygotowujemy dla lekarzy praktyków w Okręgowej Izbie Lekarskiej – jak sobie radzić z pacjentem, który przychodzi do lekarza z dezinformacją, jak nie eskalować emocji, jak rozmawiać, aby przekonać tę osobę tego, by zastosowała nasze zalecenia.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Dr hab. Małgorzata Chlabicz, pełnomocnik rektora UMB ds. przeciwdziałania dezinformacji medycznej

Czy są jakieś mechanizmy, instrumenty, które lekarz może wykorzystać w czasie takiej rozmowy?

Przede wszystkim musi wykazać się dużą empatią i zrozumieniem drugiej strony. Rozmowa w takim wypadku jest kluczowa – skąd ta informacja do danej osoby dotarła, jej źródła i potem przekazanie w jasny sposób naszych danych. Bo to też jest taki problem, że my, lekarze, często przekazujemy informacje w sposób zbyt skomplikowany. I kiedy pacjenci nie rozumieją naszego postępowania, to szukają wytłumaczenia, które jest prostsze, w innych miejscach niż nasze wiarygodne źródła. Dlatego my, jako lekarze, też musimy dołożyć wszelkich starań, aby ta informacja, która od nas wychodzi, była bardzo zrozumiała – na tyle, na ile się da wytłumaczyć dane zjawisko. W prosty sposób wytłumaczyć, co w danej chorobie należy zrobić i dlaczego my chcemy w ten, a nie inny sposób postąpić.

Nie można w tym miejscu nie wspomnieć o sztucznej inteligencji, która coraz bardziej wdziera się w każdy aspekt naszego życia. Także jeśli chodzi o diagnostykę, sprawdzanie chorób i metod leczenia. I pewnie będzie to postępować. Jak się tu bronić przed dezinformacją?

Sztuczna inteligencja jest tak zaprogramowana, żeby podsumowywać pewne dokumenty, wyszukiwać dane. Jeżeli zadamy odpowiednie pytanie sztucznej inteligencji, poprosimy o odpowiedź, ale tylko z wykorzystaniem wiarygodnych źródeł – jak np. źródła rządowe, strony medyczne, instytucje medyczne – to nie ma w tym nic złego. Trzeba jednak zaznaczyć, żeby zostały wykluczone np. informacje z mediów społecznościowych. O tym powinniśmy pamiętać. Ja przecież też korzystam ze sztucznej inteligencji, bo ułatwia ona agregowanie, wyszukiwanie danych i również podsumowywanie – to narzędzie do tego zostało stworzone. Więc my możemy za pomocą sztucznej inteligencji zweryfikować daną informację, możemy zapytać, czy ta informacja jest zgodna z evidence-based medicine, czyli z wiedzą opartą na faktach z publikacji naukowych znajdujących się w bazach bibliograficznych, np. jak PubMed. Na przykład jest informacja, że jakiś profesor poleca, załóżmy, niesprawdzony lek na chorobę Alzheimera. To możemy sprawdzić tę publikację, zapytać sztucznej inteligencji, czy taka publikacja istnieje w wiarygodnej bazie danych i o czym jest ta publikacja. Bo bardzo często te dezinformacje podpierają się wiarygodnymi artykułami, które mówią o czymś zupełnie innym, niż podaje autor dezinformacji. Podsumowując, sztuczną inteligencję możemy jak najbardziej wykorzystać do swoich celów, do weryfikacji informacji.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

PUSZCZA BIAŁOWIESKA

Nowy rezerwat im. Simony Kossak? Trwają konsultacje

PAP

Do 20 listopada Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Białymstoku prowadzi konsultacje społeczne ws. propozycji utworzenia nowego rezerwatu w Puszczy Białowieskiej: „Lasy Otwarte im. prof. Simony Kossak".

Ma nim być objętych ponad 33,7 tys. ha w części puszczy administrowanej przez Lasy Państwowe. Obiekt ma się znajdować na terenie pięciu gmin: 12,4 tys. ha w gminie Narewka, 9,2 tys. ha w gminie Hajnówka, ponad 8,1 tys. w gminie Białowieża, ok. 2 tys. ha w gminie Narew, a 1,8 tys. w gminie Dubicze Cerkiewne – wynika z planu RDOŚ.

Nowy rezerwat ma dać gminom korzyści finansowe, o 5-7 mln zł wyższą niż dotychczas subwencję ekologiczną, szansę na rozwój, a jednocześnie ochronę przyrody.

„Nowa forma ochrony będzie historyczną decyzją, która połączy zabezpieczenie unikalnej przyrody z realnym wsparciem finansowym dla lokalnych społeczności" – tak RDOŚ uzasadnia pomysł na kolejny rezerwat.

RDOŚ zapewnia jednocześnie, że mieszkańcy i turyści mieliby dostęp do lasu, „niemal na całym terenie" rezerwatu mają mieć możliwość zbierania grzybów i runa leśnego. W pełni dostępne będą szlaki piesze, rowerowe. Istniejące tam drogi nie będą objęte rezerwatem.

Gospodarzem terenu pozostaną Lasy Państwowe. Mają się one zajmować zadaniami ochronnymi, dbać o bezpieczeństwo przeciwpożarowe, obsługiwać ruch turystyczny.

RDOŚ przypomina, że nic się nie zmieni ws. gospodarki leśnej, bo od 2018 r. obowiązuje zakaz takiej gospodarki. Wówczas z powodu wycinek w 2017 r. w Puszczy Białowieskiej uzasadnianych przez ówczesny rząd walką z gradacją kornika, Polska weszła w spór z Komisją Europejską.

„Powołanie rezerwatu pozwoli zakończyć wieloletni, trwający od 2018 r. spór z KE dotyczący braku odpowiedniego zabezpieczenia w prawie krajowym tych cennych przyrodniczo obszarów. Ustanowienie rezerwatu oddali ryzyko nałożenia na Polskę kar finansowych" – argumentuje RDOŚ.

Starosta hajnowski Andrzej Skiepko powiedział PAP, że samorządy nie są zaskoczone propozycją utworzenia nowego rezerwatu.

– Przymiarki cały czas jakieś były, jeśli chodzi o nowe tereny chronione – powiedział starosta.

Zaznaczył jednak, że w związku z tym, że praktycznie cała Puszcza Białowieska jest obecnie chroniona na podstawie Zintegrowanego Planu Zarządzania Obiektem Światowego Dziedzictwa UNESCO Puszcza Białowieska, mieszkańcy i samorządy, powinni zacząć na tym korzystać.

– W końcu dobrze by było, gdyby również mieszkańcy też z tego mieli jakąś korzyść, samorządy specjalną, dodatkową (ponad już obowiązującą – przyp. PAP) subwencję ekologiczną – powiedział Skiepko.

Starosta zaznaczył jednak, że samorządy muszą dokładnie zapoznać się z tą propozycją.

– Musimy dokładnie się temu przyjrzeć – powiedział starosta. Dodał, że w najbliższych dniach zwoła zarząd powiatu, aby zajął się tą sprawą. Zaznaczył jednak przy tym, że wypowiedzieć się indywidualnie w konsultacjach ma prawo każdy mieszkaniec i powinni to zrobić. Dodał, że ponieważ tworzenie czegoś nowego wiąże się zazwyczaj z ograniczeniami, to mieszkańcy tego obawiają się najbardziej.

Patronką rezerwatu ma być biolog prof. Simona Kossak (zm. w 2007 r.), badaczka, miłośniczka i popularyzatorka puszczańskiej przyrody. „Nadanie rezerwatowi jej imienia będzie hołdem dla osoby, która uczyła, jak mądrze i z szacunkiem współistnieć z naturą" – podkreśla RDOŚ.

Puszcza Białowieska to jeden z ostatnich istniejących i najlepiej zachowanych naturalnych kompleksów leśnych o charakterze pierwotnym na niżu Europy, ostoja wielu rzadkich gatunków.

Z SĄDU

Wyroki skazujące w sprawie bójki pod dyskoteką. Po ciosie i upadku zmarł 18-latek

PAP

Na 6,5 roku więzienia skazał we wtorek Sąd Okręgowy w Łomży młodego mężczyznę za udział w bójce i spowodowanie obrażeń, wskutek których zmarł 18-latek uderzony przez niego w twarz pod dyskoteką we wsi Wnory-Wiechy. Padając, chłopak uderzył głową o betonowe podłoże.

Współoskarżony w tej sprawie inny młody mężczyzna, któremu prokuratura zarzuciła udział w tej bójce, został skazany na rok więzienia.

Łomżyński sąd we wtorek – na drugiej rozprawie – zakończył postępowanie dowodowe, zamknął przewód sądowy, strony wygłosiły mowy końcowe, a po naradzie składu orzekającego zapadł wyrok. Poinformował o nim PAP rzecznik łomżyńskiego sądu okręgowego sędzia Jan Leszczewski. Sąd skazał obu oskarżonych zgodnie z kwalifikacją prawną przyjętą przez prokuraturę. Orzeczenie nie jest prawomocne.

Do bójki we Wnorach-Wiechach doszło w nocy z 26 na 27 grudnia ub. roku. Jak podawała wówczas policja i prokuratura, wzięli w niej udział młodzi mężczyźni z powiatu wysokomazowieckiego i ostrołęckiego.

Główny oskarżony odpowiadał nie tylko za udział w bójce, ale przede wszystkim za spowodowanie obrażeń skutkujących śmiercią. Po ciosie i upadku na betonowe podłoże 18-letni chłopak doznał poważnych obrażeń głowy (m.in. wytworzyły się obustronne krwiaki podtwardówkowe), wskutek których zmarł. Drugi z 22-latków oskarżony był o udział w bójce.

W obu przypadkach prokuratura przyjęła także, że oskarżeni działali publicznie, bez powodu i okazali przez to rażące lekceważenie porządku prawnego, czyli odpowiadali też za czyn o charakterze chuligańskim.

Na pierwszej rozprawie główny oskarżony nie przyznał się do skutków swego działania, ale potwierdził, że 18-latka uderzył. – Nie przyznaję się do tego, że chciałem go zabić lub zrobić poważną krzywdę – mówił. Przepraszał bliskich ofiary i składał kondolencje. – To był nieszczęśliwy wypadek, do którego nie powinno dojść – powiedział.

Drugi z oskarżonych również na rozprawie się nie przyznał, choć nie negował udziału w bójce. W śledztwie przyznał się, chciał nawet dobrowolnie poddać się karze, mówił m.in., że działał w samoobronie.

Oskarżycielami posiłkowymi byli bliscy zmarłego – rodzice i rodzeństwo. Od głównego oskarżonego sąd przyznał rodzicom 18-latka po 50 tys. zł zadośćuczynienia, rodzeństwu po 15 tys. zł. Od drugiego oskarżonego – odpowiednio po 3 i 2 tys. zł zadośćuczynienia.

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

Marszałek: Bohaterowie, których wspominamy, dziś mają imiona Jakub i Artur

red, PAP

11 listopada Rynek Kościuszki w Białymstoku był biało-czerwony. Tłumy Białostoczan, władze samorządowe, służby mundurowe, żołnierze, kombatanci, harcerze wspólnie świętowali 108. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. Uroczystości odbyły się w całym regionie.

W Białymstoku oficjalne wojewódzkie uroczystości rozpoczęły się minutą ciszy, ku pamięci ofiar zamachu w Krakowie, w którym w sobotę zginęło 6 osób, kilkanaście zostało rannych.

– W tym dniu pełnym grozy byli jednak ludzie, którzy pokazali, że duch ofiarności, któremu zawdzięczamy niepodległość, wciąż w nas żyje – mówił w swoim wystąpieniu marszałek województwa Łukasz Prokorym, wymieniając policjantów Jakuba Kulika i Artura Morańskiego, którzy z narażeniem życia doprowadzili do ujęcia zamachowca.

Prokorym przypominał datę powstania policji państwowej w odrodzonej po zaborach Polsce. – Bez bezpieczeństwa obywateli nie ma prawdziwej niepodległości – powiedział.

– Od tamtej pory każdy funkcjonariusz ślubuje strzec bezpieczeństwa państwa i jego obywateli, nawet z narażeniem życia. W sobotę w Krakowie dwaj młodzi policjanci pokazali, że te słowa nie są formułą, tylko zobowiązaniem, któremu można pozostać wiernym do końca – mówił marszałek. – Bohaterowie, których wspominamy w Święto Niepodległości, nie są wyłącznie postaciami z pomników, są wśród nas. Dziś mają imiona Jakub i Artur, Artur i Jakub.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Główne uroczystości Narodowego Święta Niepodległości odbyły się wczoraj na Rynku Kościuszki w Białymstoku

Do wydarzeń w Krakowie nawiązał też zastępca prezydenta Białegostoku Rafał Rudnicki. Mówiąc o jedności Polaków, która pojawia się zawsze w trudnych dla państwa czy społeczeństwa momentach, powiedział, że ta tragedia pokazuje, że „jesteśmy narodem współczującym, który w trudnych chwilach jest jednością". – Miliony złotych wpłacane podczas zbiórek na rzecz ofiar krakowskiej masakry pokazały, że w niezwykle trudnych momentach potrafimy się nawzajem wspierać i nikt nie patrzy wówczas na partyjne szyldy czy przekonania. W takich chwilach liczy się drugi człowiek – powiedział.

Przed oficjalnymi uroczystościami, w samo południe mieszkańcy spotkali się przed Ratuszem, aby wspólnie odśpiewać hymn razem z Chórem im. Stanisława Moniuszki pod dyrekcją Marty Szałkiewicz. W białostockich świątyniach (katedrze pw. św. Mikołaja Cudotwórcy oraz w katedrze pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny) odbyły się nabożeństwa w intencji Ojczyzny.

Były też m.in. biegi, mecz, koncerty czy wydarzenia historyczne.

Dzień wcześniej na Cmentarzu Wojskowym w Białymstoku odbył się Capstrzyk Niepodległościowy. Ulicami miasta zaś przeszedł Białostocki Marsz Niepodległości. Na Cmentarzu Wojskowym w ramach akcji Światło Pamięci Niezwyciężonym zapłonęły setki zniczy.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

KRÓTKO

Polityka

Radni PiS przeciwko działaniom resortu klimatu

Radni Prawa i Sprawiedliwości Sejmiku Województwa Podlaskiego ponownie złożyli obywatelski projekt stanowiska wyrażający sprzeciw wobec działań minister klimatu i środowiska Pauliny Hennig-Kloski, które – ich zdaniem – uderzają w podlaską gospodarkę leśną i branżę drzewną. Chcą też uznania jej za persona non grata w województwie podlaskim, podobnie jak i jej zastępcy – Mikołaja Dorożały. Poinformowali o tym podczas wtorkowej konferencji prasowej.
Radni PiS żądają, aby sejmik na najbliższej sesji (23 listopada) zajął się projektem, pod którym podpisało się prawie 8 tys. osób, przeprowadził debatę i dopuścił go pod głosowanie. Zaprosili również do udziału w proteście leśników, który odbędzie się 24 listopada w Warszawie. **(UK)**

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

KOMFORTOWO urządzone 2-pok, Wyszyńskiego. 660-281-127

POKÓJ z balkonem, B-stok, 505-925-517

Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

MONETY i banknoty całego świata, również wycofane z obiegu państw UE, monety PRL; biżuterię, złom złota, srebra. Kupujemy! Sprzedajesz monetę jako złom -przynieś do nas, może być cenna! Sklep Numizmatyczny "Suweren" B-stok, Legionowa 9/1 lok.135.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

DROBNE remonty, naprawy. 609-078-656

REMONTY i wykończenia, szpachlowanie, malowanie. 500348745

INSTALACYJNE

HYDRAULIK -solidnie, tel. 668-18-36-66

Różne

ANTYKWARIAT naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

ZŁOM kupię, wywiozę. 508-127-829, 85/653-79-24

Komunikaty

BURMISTRZ Czarnej Białostockiej informuje, iż w Urzędzie Miejskim w Czarnej Białostockiej zostały wywieszone wykazy nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy, najmu i użyczenia. Kontakt tel. (085)-713-13-63, http://bip-umczarnabialostocka.wrotapodlasia.pl/

AUTOREKLAMA

TELEMAGAZYN

Twój wybór programów

telemagazyn.pl

REKLAMA 0011612097

OGŁOSZENIE

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko-Własnościowej w Mońkach

ogłasza przetarg na pierwszeństwo zawarcia umowy

o ustanowienie odrębnej własności lokalu mieszkalnego położonego w Mońkach przy ul. Wyzwolenia 2B m 35 o powierzchni użytkowej 24,20 m², I piętro, udział w nieruchomości wspólnej wynosi 2758/1026835.

Przetarg w formie ustnej licytacji odbędzie się w dniu **8 grudnia 2026 r. o godz. 10.00** w biurze Spółdzielni. Cena wywoławcza za ww. lokal wynosi 117 000 zł – wadium wynosi 8000 zł. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo odstąpienia lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyn. Więcej informacji można uzyskać pod nr tel. 85 716 23 22.

Zarząd SMLW

REKLAMA 0011611782

Informacja
Wójt Gminy Wyszki

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dn. 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2026 r. poz. 399 z późn. zm.) informuję, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Wyszki, w miejscowości położenia gruntów, na stronie internetowej www.ugwyszki.bip.podlaskie.pl (zakładka: przetargi) wywieszony został wykaz nieruchomości przeznaczonych do najmu: lokal użytkowy o powierzchni użytkowej 47,14 m², znajdujący się w budynku Ośrodka Zdrowia w Strabli przy ul. Przekątnej 10, usytuowany na nieruchomości oznaczonej nr geod. 1235/1 o pow. 0,0797 ha.

INWESTYCJE

Trwa modernizacja dawnej siedziby WSAP. Będzie tu urząd

Tomasz Maleta

Około 30 proc. – tyle wynosi aktualne zaawansowanie zleconego zakresu robót przy modernizacji kompleksu uczelnianego po WSAP na potrzeby Urzędu Miejskiego w Białymstoku. Planowany termin zakończenia prac i oddania obiektu do użytkowania to koniec października 2027 roku.



FOT. ARCHIWUM

Koszt adaptacji budynku ma wynieść 33 mln zł

Przypomnijmy, że budynki przy ul. Suchowolca na historycznych Dojlidach Fabrycznych miasto nabyło na licytacji pod koniec lutego 2021 roku za nieco ponad 18 mln zł. Od tamtego roku wydatki na nieruchomości wyniosły 7 452 142,12 zł, w tym: łączne koszty utrzymania budynku: 300 459,21 zł; dokumentacja: 930 279,17 zł; roboty budowlane: 6 158 673,74 zł;ekspertyzy: 62 730,00 zł.

Aktualnie zawartych jest osiem aneksów do umowy na roboty budowlane: siedem z nich dotyczyło kwestii organizacyjnych, jeden – zmiany terminu umownego.

Zgodnie z dokumentacją projektową powierzchnia użytkowa budynków wynosi 8316 mkw., jednak nie zawiera ona bilansu pomieszczeń z podziałem na poszczególne przeznaczenie. Pytał o niego w interpelacji do prezydenta radny Henryk Dębowski.

– Należy podkreślić, iż z uwagi na swoje przeznaczenie, cały budynek będzie służyć na potrzeby urzędników i interesantów – odpowiedział sekretarz miasta Krzysztof Karpieszuk.

Ponadto informuje, że w budynkach pozostaną cztery pomieszczenia, które funkcjonowały pierwotnie jako aule o łącznej powierzchni 1314 mkw. Największa z nich zostanie dostosowana do potrzeb obrad Rady Miasta, a pozostałe będą wykorzystywane w ramach potrzeb urzędu. – Do modernizowanego budynku planowane jest przeniesienie co najmniej 210 pracowników – poinformował sekretarz.

Miejsc postojowych po remoncie będzie zaś 369.

Poza tym miasto Białystok w ramach naboru wniosków o dofinansowanie z programu Fundusze Europejskie dla Podlaskiego 2021-2027 złożyło wniosek „Poprawa efektywności energetycznej budynków użyteczności publicznej przy ul. ks. Stanisława Suchowolca 6 w Białymstoku". – Projekt został oceniony pozytywnie pod względem formalnym i zakwalifikowany do kolejnego etapu. Aktualnie trwa ocena merytoryczna wniosku – dodał sekretarz. – Na obecnym etapie realizacji inwestycji nie ma możliwości precyzyjnego określenia przyszłych kosztów utrzymania obiektu.

Koszt remontu ma wynieść 33 mln zł.

INICJATYWA

Upamiętniono Eugeniusza Kazimirowskiego

PAP

Tablicę upamiętniającą malarza Eugeniusza Kazimirowskiego – autora pierwszego obrazu przedstawiającego Jezusa Miłosiernego według objawień św. Faustyny – odsłonięto we wtorek w Białymstoku. Tablica mieści się na kamienicy, w której niegdyś mieszkał.



FOT. UM BIAŁYSTOK/J.T. GWIAZDOWSKI

Tablicę poświęcił metropolita białostocki abp Józef Guzdek

Eugeniusz Kazimirowski (1873-1939) przez ostatnie lata swojego życia mieszkał w Białymstoku, aktywnie włączał się w życie kulturalne miasta, pochowany jest też na miejscowym cmentarzu farnym – podano podczas wtorkowych uroczystości przy ul. Kilińskiego 15, gdzie artysta mieszkał w latach 1935-1939.

Kazimirowski był autorem pierwszego obrazu „Jezu ufam Tobie"; namalował go w Wilnie w 1934 roku na podstawie objawień św. siostry Faustyny Kowalskiej. Obecnie obraz znajduje się w Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Wilnie.

Jak powiedział podczas uroczystości zastępca prezydenta Białegostoku Rafał Rudnicki, tablicę odsłonięto w przeddzień Święta Niepodległości i rocznicy urodzin Kazimirowskiego. Podkreślił, że obraz Jezusa Miłosiernego namalowany przez tego malarza jest bardzo ważny w Białymstoku, bo – jak powiedział – „związanego z kultem Miłosierdzia Bożego, z bł. ks. Michałem Sopoćką, św. Faustyną".

Podziękował białostockiemu Klubowi Inteligencji Katolickiej, który był pomysłodawcą upamiętnienia w ten sposób artysty. Wiceprezydent dodał, że dzięki temu Białostoczanie mogą się dowiedzieć, że ten wybitny malarz był związany z miastem. – A przez to, że był autorem tak wybitnego dzieła, tak mocno związanego z kultem Miłosierdzia Bożego, zasługiwał na upamiętnienie – zaznaczył.

Prezes białostockiego KIK Tadeusz Ruminowicz dodał, że Białystok jest Miastem Miłosierdzia, a jego patronem jest bł. ks. Sopoćko, jest też szlak turystyczno-pielgrzymkowy, w który tablica upamiętniająca artystę się wpisuje.

Tablicę poświęcił metropolita białostocki abp Józef Guzdek. Jak mówił, to ludzie tworzą miasto, a przed laty klimat miasta tworzyły takie osoby jak bł. ks. Michał Sopoćko czy wybitny malarz Kazimirowski.

– Gratuluję i dziękuję, że ten mały znak o wielkim człowieku dzisiaj na tej ścianie został odsłonięty – zaznaczył abp Guzdek.

Eugeniusz Kazimirowski urodził się 11 listopada 1873 r. w Wygnance na Podolu. Tworzył obrazy, rysunki i pejzaże, był popularyzatorem turystyki.

Kazimirowski był też członkiem polskiej drużyny strzeleckiej w Czortkowie oraz Polskiej Organizacji Wojskowej, ochotnikiem w wojnie polsko-bolszewickiej 1919-1921.

W Białymstoku osiadł w 1935 r. Zmarł 23 września 1939 r., został pochowany na białostockim cmentarzu farnym. Dzięki staraniom IPN nagrobek Kazimirowskiego został odnowiony, a w 2025 r. Instytut oznaczył go jako grób weterana walk o wolność i niepodległość Polski.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

SUWAŁKI

Przywódca ruchu ludowego ma swój obelisk w Suwałkach

Martyna Jurkowska

Wincenty Witos – prezes Rady Ministrów II Rzeczypospolitej, przywódca ruchu ludowego oraz jeden z ojców niepodległej Polski został upamiętniony w Suwałkach. Obelisk jego pamięci został uroczyście odsłonięty na skwerze zieleni znajdującym się przy ulicy noszącej nazwę bohatera.



FOT. UM SUWAŁKI

W uroczystości odsłonięcia pomnika Wincentego Witosa wzięli udział politycy i samorządowcy

– Wincenty Witos przez całe życie przypominał, że siła państwa wyrasta z pracy, odpowiedzialności obywateli, solidarności, szacunku dla godności człowieka. Niech ten pomnik będzie nie tylko miejscem pamięci, lecz także przesłaniem dla kolejnych pokoleń. Niech przypomina, że patriotyzm wyraża się nie tylko w słowach, ale przede wszystkim w odpowiedzialności za wspólne dobro. Za naszą małą ojczyznę i całą Rzeczpospolitą – mówił Cezary Cieślukowski, przewodniczący Społecznego Komitetu Budowy Pomnika Wincentego Witosa w Suwałkach.

Nowe miejsce upamiętnienia Wincentego Witosa zlokalizowane jest na skwerze zieleni przy ulicy noszącej imię tego zasłużonego męża stanu. Monument tworzą dwa ogromne kamienie. Na jednym umieszczono popiersie Witosa, na drugim tablicę pamiątkową.

Uroczystość odsłonięcia pomnika Wincentego Witosa, z udziałem m.in. byłego prezydenta RP Bronisława Komorowskiego, wicemarszałka Sejmu Piotra Zgorzelskiego, ministra rolnictwa i rozwoju wsi Stefana Krajewskiego oraz przedstawicieli władz samorządowych, była nie tylko okazją do wspomnienia wielkiego Polaka, ale także do przypomnienia wartości, które powinny pozostać fundamentem naszego państwa.

– Pamięć o Wincentym Witosie to pamięć o Polsce solidarnej, demokratycznej i sprawiedliwej. Jego życiorys przypomina nam, że Polska jest wspólnym dobrem wszystkich obywateli, a pochodzenie nie może ograniczać marzeń i ambicji. To również ważna lekcja odwagi w obronie własnych przekonań i wartości – podkreślał Stefan Krajewski.

Wicemarszałek Sejmu Piotr Zgorzelski zwracał uwagę na to, że dla ludowców każdy taki pomnik jest czymś więcej niż upamiętnieniem wielkiego przywódcy PSL. To bowiem przypomnienie, że niepodległość nie jest dana raz na zawsze, a siła Polski rodzi się z jedności jej obywateli.

– Witos potrafił zjednoczyć Polaków ponad politycznymi podziałami i zmobilizować naród do obrony własnego państwa. Zwycięstwo nad bolszewikami było dziełem polskiego żołnierza i całego społeczeństwa, a jego przywództwo stanowiło jeden z fundamentów tego historycznego triumfu. Przez dziesięciolecia zasługi Witosa nie zawsze znajdowały należne uznanie. Dziś kolejne polskie miasta przywracają pamięć o człowieku, który całe swoje życie poświęcił służbie ojczyźnie – podnosił Zgorzelski.

Wzniesienie obelisku było możliwe dzięki staraniom Społecznego Komitetu Budowy Pomnika Wincentego Witosa w Suwałkach, który wystąpił do samorządu z propozycją upamiętnienia tej postaci. Odpowiadając na wniosek, Rada Miejska podjęła stosowną uchwałę. Przedsięwzięcie w całości sfinansowano ze środków pochodzących ze zbiórki publicznej.

POWIAT SOKÓLSKI

Ponad 545 tys. zł na ochronę bioróżnorodności

opr. red

Utworzenie parku sensorycznego w Janowszczyźnie oraz ochrona i odbudowa bioróżnorodności parku na rondzie w Krynkach – to kolejne przedsięwzięcia, które otrzymają unijne wsparcie na działania proekologiczne.

We wtorek wicemarszałek województwa Wiesława Burnos podpisała umowy z przedstawicielami beneficjentów. Środki pochodzą z projektu, w którym Województwo Podlaskie pełni rolę partnera strategicznego. W jego ramach przeznaczono 3 mln zł na granty dla mniejszych miejscowości, wspierające ochronę przyrody i różnorodności biologicznej.

W Krynkach, dzięki dofinansowaniu w wysokości ponad 245 tys. zł, zrewitalizowana zostanie zielona przestrzeń znajdująca się wewnątrz ronda. – Dzięki temu wsparciu miejsce to zyska nowe oblicze. Zaplanowano pielęgnację drzew, utworzenie łąk kwietnych oraz wprowadzenie rodzimej roślinności. Powstaną także warunki sprzyjające bytowaniu ptaków, owadów i pszczół. To ważne działania, które pozwolą wzbogacić lokalną przyrodę, a jednocześnie uczynią tę przestrzeń bardziej atrakcyjną dla mieszkańców – podkreśliła Wiesława Burnos.

Burmistrz Krynek Jolanta Gudalewska zaznaczyła, że głównym celem samorządu jest odnowienie zieleni i poprawa jej kondycji. Roślinność wymaga odpowiedniej pielęgnacji. – Chcemy o nią zadbać i sprawić, by ponownie zachwycała bujnością oraz estetyką – mówiła burmistrz.

Przedsięwzięcie obejmuje także działania edukacyjne. Wśród zieleni pojawią się tablice informacyjne, a mieszkańcy i odwiedzający Krynki będą mogli uczestniczyć w warsztatach przyrodniczych.

Z kolei w Janowszczyźnie, dzięki dotacji w wysokości blisko 300 tys. zł, powstanie park sensoryczny, z którego korzystać będą m.in. uczniowie Szkoły Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi. Projekt zrealizuje Społeczno-Oświatowe Stowarzyszenie Pomocy Pokrzywdzonym i Niepełnosprawnym „EDUKATOR". Inwestycja będzie kolejnym elementem rozwoju zaplecza edukacyjnego szkoły w Janowszczyźnie. Wcześniej powstały tam m.in. ogród i pawilon sensoryczny.

Dyrektor placówki Janusz Pawłowski poinformował, że park będzie przestrzenią pełną roślinności, przyjazną zwierzętom i owadom. Ma stać się miejscem regularnie wykorzystywanym przez szkołę podczas pracy z dziećmi i młodzieżą. – Będą się tu odbywać m.in. terenowe lekcje przyrody, biologii i geografii, a także zajęcia specjalistyczne z dziećmi wymagającymi edukacji specjalnej – wymieniał.

Umowę w imieniu stowarzyszenia podpisał jego sekretarz Bartłomiej Żebrowski.

REKLAMA 0011611588

OBWIESZCZENIE
STAROSTY POWIATU BIAŁOSTOCKIEGO
z dnia 12.11.2026 r.

Zgodnie z art. 11f ust. 3 i 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r., poz. 311 t.j.) Starosta Powiatu Białostockiego zawiadamia, że w dniu 9.11.2026 r., po rozpatrzeniu wniosku **(AR.6740.3.6.2025) Zarządu Powiatu Białostockiego**, w imieniu którego występuje **Dyrektor Powiatowego Zarządu Dróg w Białymstoku**, złożonego w dniu 16.04.2025 r., skorygowanego i uzupełnionego po postanowieniu w dniu 1.08.2025 r., w związku z decyzją Wojewody Podlaskiego AB-II.7821.14.2025.AK z dnia 28.11.2025 r. uchylającą zaskarżoną decyzję w całości i przekazaną do ponownego rozpatrzenia organowi pierwszej instancji oraz uzupełnieniem po postanowieniu w dniu 18.09.2026 r., wydał decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej obejmującej **przebudowę z rozbudową drogi powiatowej Nr 1562B na odcinku m. Kamińskie Wiktory (Gm. Poświętne) wraz z przebudową i budową niezbędnej infrastruktury technicznej** na działkach: **obręb 0020 KAMIEŃSKIE WIKTORY jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod.: 58/6, 24/1, 61/1, 23/7, 29/3, 29/5, 30/1, 31/1, 32/7, 32/9, 32/11, 33/11, 33/21, 33/17, 39/7, 39/9, 39/10, 40/19, 41/8, 42/8, 43/8, 48/11, 62/2, 33/13; **obręb 0018 KAMIEŃSKIE PLISZKI jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod.: 15/10, 15/12, 44, 14/7, 15/14, 15/16, 43/6; **oraz ograniczenie w korzystaniu nieruchomości (czasowe zajęcie): obręb 0020 KAMIEŃSKIE WIKTORY jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod.: 39/8; 39/11; 40/3; 40/20; 41/9; 42/9; 43/9; 32/12; 33/12; 32/8 - budowa i przebudowa napowietrznych sieci elektroenergetycznych; nr geod.: 29/4; 29/6; 32/8; 33/14; 33/18 - budowa i przebudowa zjazdów (dowiązanie wysokościowe nawierzchni zjazdów); nr geod.: 43/9 - budowa kanalizacji deszczowej; **obręb 0018 KAMIEŃSKIE PLISZKI jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod.: 15/17, 43/7 – budowa i przebudowa napowietrznych sieci telekomunikacyjnych; oraz nieruchomości stanowiące teren wód płynących zajęte na czas realizacji inwestycji zgodnie z art. 20a Ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych /Dz.U. z 2024 r. poz. 311/: **obręb 0020 KAMIEŃSKIE WIKTORY jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod.: 65 - budowa wylotu kanalizacji deszczowej W2 oraz ujścia rowu przydrożnego na skarpie cieku Szeroka Struga. Zakres robót budowlanych, zgodnie z załączonym projektem budowlanym obejmuje: budowę nawierzchni jezdni, poboczy, budowę drogi dla pieszych, przebudowę skrzyżowań z drogami gminnymi wraz z przepustami w ciągu rowów drogowych, przebudowę i budowę rowów przydrożnych, przebudowę i budowę zjazdów wraz z przepustami w ciągu rowów drogowych, rozbiórkę i budowę przepustów pod koroną drogi, budowę drenu, budowę ujścia rowu przydrożnego na skarpie cieku Szeroka Struga, przebudowę sieci elektroenergetycznych, budowę kanału technologicznego, przebudowę kolidujących sieci teletechnicznych, przebudowę kolidującej sieci wodociągowej, przebudowę kolidującej sieci gazowej, przebudowę kolidującej sieci kanalizacji sanitarnej, budowę sieci kanalizacji deszczowej, budowę wylotu kanalizacji deszczowej W2 na skarpie cieku Szeroka Struga. **Z jednoczesnym zatwierdzeniem podziału nieruchomości: obręb 0020 KAMIEŃSKIE WIKTORY jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod. 24 na działki nr **24/1 i** 24/2; nr geod. 61 na działki nr **61/1 i** 61/2; nr geod. 23/6 na działki nr **23/7 i** 23/8; nr geod. 29/1 na działki nr **29/3 i** 29/4; nr geod. 29/2 na działki nr **29/5 i** 29/6; nr geod. 30 na działki nr **30/1 i** 30/2; nr geod. 31 na działki nr **31/1 i** 31/2; nr geod. 32/4 na działki nr **32/7 i** 32/8; nr geod. 32/5 na działki nr **32/9 i** 32/10; nr geod. 32/6 na działki nr **32/11 i** 32/12; nr geod. 33/7 na działki nr **33/11 i** 33/12; nr geod. 33/20 na działki nr **33/21** i 33/22; nr geod. 33/10 na działki nr **33/17** i 33/18; nr geod. 39/5 na działki nr **39/7 i** 39/8; nr geod. 39/6 na działki nr **39/9 i 39/10 i** 39/11; nr geod. 40/16 na działki nr **40/19** i 40/20; nr geod 41/6 na działki nr **41/8** i 41/9; nr geod 42/5 na działki nr **42/8** i 42/9; nr geod 43/3 na działki nr **43/8** i 43/9; nr geod 48/8 na działki nr **48/11** i 48/12; nr geod 62/1 na działki nr **62/2** i 62/3; nr geod 33/4 na działki nr **33/13** i 33/14; **obręb 0018 KAMIEŃSKIE PLISZKI jedn. ew. 200208_2 gm. Poświętne:** nr geod. 15/4 na działki nr **15/10** i 15/11. **Decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.**

Strony postępowania mogą zapoznać się z treścią decyzji w Starostwie Powiatowym w Białymstoku w Wydziale Architektury, ul. Borsucza 2 (budynek B, III piętro), 15-569 Białystok. Skorzystanie z ww. uprawnienia jest możliwe **wyłącznie** po uprzednim umówieniu konkretnego terminu wizyty telefonicznie pod numerem 85 740 39 25. Na podstawie art. 49 Kpa oraz art. 11f ust. 3 specustawy drogowej doręczenie decyzji o zezwoleniu na realizacje inwestycji drogowej w stosunku do innych stron postępowania niż wnioskodawca uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia w drodze obwieszczeń zamieszczonego na tablicy ogłoszeń i BIP w Starostwie Powiatowym w Białymstoku i w Urzędzie Gminy Poświętne oraz prasie lokalnej. Od decyzji przysługuje stronom odwołanie do Wojewody Podlaskiego w Białymstoku, za pośrednictwem Starosty Powiatu Białostockiego, w terminie 14 dni od dnia jej doręczenia.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

FOKUS

• **Raport badawczy:** 67,4 proc. Polaków używa AI, ale 78,7 proc. odrzuca relacje emocjonalne z tą technologią

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

Prezydent w stolicy, premier w Szczecinie, marszałek Sejmu w Krakowie

Wczoraj w całym kraju obchodzono Narodowe Święto Niepodległości. Prezydent wręczył też odznaczenia państwowe oraz nominacje generalskie

Robert Szulc

Premier Donald Tusk przebywał w Szczecinie, gdzie wziął udział w uroczystości chrztu i podniesienia bandery na promie „Bursztyn Unity". Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty w Krakowie złożył wieniec na grobie marszałka Sejmu II RP Ignacego Daszyńskiego na Cmentarzu Rakowickim, zapalił też znicz w miejscu sobotnich tragicznych wydarzeń w tym mieście.

Centralne obchody w Warszawie

Warszawskie uroczystości z okazji 108. rocznicy odzyskania niepodległości rozpoczęły się rano. Prezydent, a także przedstawiciele władz państwowych składali wieńce przed pomnikami Ojców Niepodległości: Wincentego Witosa, Ignacego Jana Paderewskiego, Ignacego Daszyńskiego, Romana Dmowskiego, Wojciecha Korfantego i Józefa Piłsudskiego.

Potem para prezydencka Karol i Marta Nawroccy, a także m.in. szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz wzięli udział w mszy św. za ojczyznę w Świątyni Opatrzności Bożej.

W Pałacu Prezydenckim Karol Nawrocki tradycyjnie wręczył odznaczenia państwowe.



FOT. PAWEŁ SUPERNAK

Prezydent RP Karol Nawrocki złożył wieniec przed Pomnikiem Wincentego Witosa przy Placu Trzech Krzyży w Warszawie

W południe przedstawiciele najwyższych władz państwowych wzięli udział w uroczystej odprawie wart przed Grobem Nieznanego Żołnierza na pl. Piłsudskiego, gdzie prezydent wygłosił przemówienie.

Karol Nawrocki wręczył także nominacje generalskie oficerom Wojska Polskiego.

Marsz Niepodległości

Po południu prezydent złożył też wieńce przed pomnikami: Ofiar Tragedii Smoleńskiej 2010 roku, prezydenta Lecha Kaczyńskiego oraz Marszałka Józefa Piłsudskiego.

Ulicami Warszawy przeszedł również Marsz Niepodległości – w tym roku pod hasłem „Polak w Polsce gospodarzem". Marsz Niepodległości od kilku lat przechodzi przez Warszawę stałą trasą: od Ronda Dmowskiego, Alejami Jerozolimskimi, mostem Poniatowskiego na błonia Stadionu Narodowego. Jego organizatorem jest stowarzyszenie Marsz Niepodległości. Jak co roku w warszawskim Marszu Niepodległości uczestniczył prezydent.

Udział w marszu wzięli też politycy Konfederacji, Rozwoju Plus i PiS z Jarosławem Kaczyńskim.

Festiwale z okazji święta

Z okazji Święta Niepodległości w Muzeum Historii Polski oraz na Krakowskim Przedmieściu odbył się Festiwal „Wspólna Niepodległa", w ramach którego zaprezentowano pokazy tańca, parady oraz koncert pieśni ludowych w nowoczesnych aranżacjach w wykonaniu artystów ze wszystkich województw.

W festiwalu w Muzeum Historii Polski wzięła udział minister kultury Marta Cienkowska – o godz. 12 wspólnie z uczestnikami wydarzenia odśpiewała „Mazurka Dąbrowskiego" w ramach akcji „Do hymnu".

Z kart historii

Narodowe Święto Niepodległości upamiętnia przekazanie przez Radę Regencyjną naczelnego dowództwa wojsk polskich Józefowi Piłsudskiemu tego dnia w 1918 r. Święto zostało ustanowione przez Sejm RP w 1937 r. Zniesiono je w 1945 r. i przez cały okres PRL nie było oficjalnie obchodzone. Święto przywrócono w 1989 r. na mocy ustawy – od tego czasu Narodowe Święto Niepodległości 11 listopada jest dniem wolnym od pracy. **PAP**

PREMIER-PREZYDENT

Zaproszenie na przedświąteczne spotkanie

oprac. Jan Nowaczyk

Premier Donald Tusk zwrócił się w dniu Narodowego Święta Niepodległości do prezydenta Karola Nawrockiego z zaproszeniem do swojego domu w Sopocie na przedświąteczne spotkanie.

Wczoraj podczas ceremonii chrztu nowego promu „Bursztyn Unity" w Szczecinie szef rządu zwrócił się do prezydenta, mówiąc: „Panie Prezydencie, mieliśmy się spotkać, trochę czekałem na to zaproszenie, ale od serca, w takim razie, nie czekając dłużej, chcę zaprosić Pana, razem z małżonką, z rodziną, z dziećmi, do mnie do domu w Sopocie". – Podzielmy się opłatkiem przed Wigilią, porozmawiajmy, moje mieszkanie nieduże, ale znajdzie się dla nas dwóch miejsce w kuchni przy stole i porozmawiamy, jak to się kiedyś mówiło, jak Polak z Polakiem – powiedział Tusk. Jak podkreślił, Polska jest warta rozmowy premiera z prezydentem, „jest warta solidarności Polek i Polaków". **PAP**

MAGDALENKA

Znany amerykański aktor zmarł w Polsce

oprac. Jan Nowaczyk

Gwiazdor serialu „Mike Hammer", wybitny interpretator Szekspira, reżyser i producent Stacy Keach zmarł w Polsce po długiej walce z chorobą serca.

Amerykański aktor Stacy Keach, znany m.in. z serialu „Mike Hammer", filmu „Nebraska" oraz wybitnych kreacji szekspirowskich, zmarł w swoim domu w Magdalence pod Warszawą po długiej walce z chorobą serca. Miał 85 lat.

Aktor występował także w telewizji jako Ernest Hemingway, za którego rolę otrzymał Złoty Glob.

Silnym wątkiem życia Keacha były związki z Polską. W 2015 roku otrzymał polskie obywatelstwo. Ostatnie lata spędził w Magdalence pod Warszawą. Jego żoną była polska aktorka Małgorzata Tomassi, którą poznał na planie serialu „Mike Hammer". Keach wielokrotnie podkreślał, że jej listy i fotografie pomagały mu przetrwać najtrudniejsze chwile. **PAP**

KRÓTKO

Kraków

W szpitalach pozostaje 11 rannych w zamachu

Obecnie w pięciu krakowskich placówkach leczonych jest 11 rannych w ataku. Według informacji rzecznika wojewody ich stan jest stabilny, w przypadku jednej osoby stabilny ciężki. W stanie ciężkim jest 27-letni policjant Artur Morański. Do szpitala w Warszawie została przetransportowana 27-letnia kobieta z uszkodzeniami wątroby. PAP

Obronność

W Polsce będą stacjonowały wojska USA

Wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz oraz wiceszefowie MON Magdalena Sobkowiak-Czarnecka i Paweł Zalewski spotkali się w Pentagonie z szefem resortu wojny (obrony) USA. Na briefingu po spotkaniu szef MON podkreślił, że ze strony Pentagonu jest zielone światło dla stałej obecności wojsk USA w Polsce oraz że prowadzono rozmowy m.in. o zakupie i wykorzystaniu przez Polskę pocisków Tomahawk. PAP

Bezpieczeństwo

Cyberatak na system ePUAP zatrzymany

– Wykryto i zatrzymano cyberatak na państwowy system ePUAP – poinformował wicepremier, minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski. Dodał, że trwają prace techniczne nad przywróceniem pełnej funkcjonalności systemu, a infrastruktura Centralnego Ośrodka Informatyki jest bezpieczna. Jak zaznaczył szef resortu cyfryzacji, w sprawę pełnego wyjaśnienia incydentu włączona została Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego. PAP



FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Tak jak Polska w 1918 roku, tak dziś Kraków wraca do życia. Splamiony krwią niewinnych ofiar, lecz nadal otwarty, bezpieczny, silny i jak nigdy dotąd zjednoczony

KRZYSZTOF JAN KLĘCZAR
wojewoda małopolski

eprasa.pl 0f86d3cfc5

ŻYWIOŁ

Burza Charles szalała nad Portugalią. Setki interwencji służb ratowniczych

oprac. Jan Nowaczyk

Kilkaset interwencji podjęli od wtorkowego popołudnia strażacy w Portugalii w związku z przechodzącą przez kraj burzą Charles. Żywioł utrzyma się nad terytorium portugalskim co najmniej do dzisiejszego poranka.

Jak poinformował premier Luis Montenegro, w 9 z 18 dystryktów kontynentalnej części Portugalii ogłoszono najwyższy, tzw. czerwony alert pogodowy.

Zamknięte szkoły i praca zdalna

Zgodnie z dyspozycjami rządu premiera Montenegro w środę przez cały dzień zamknięte były szkoły. Władze wezwały też do pracy zdalnej z domu osoby zatrudnione w instytucjach administracji państwowej i samorządowej, które nie mają bezpośredniego kontaktu z petentami.

Według gabinetu premiera Montenegro Charles będzie stanowił szczególne zagrożenie z powodu intensywnych opadów deszczu oraz silnego wiatru w środę po południu.

Apel, by pozostać w domu ze względu na silny wiatr

W wydanym we wtorek komunikacie przedstawiciele rządu zaapelowali o pozostanie w domu. Wczoraj w ciągu dnia prędkość wiatru osiągała miejscami do 140 km na godzinę.

W środę po północy największe zniszczenia odnotowano na archipelagu Madery, gdzie ulewne deszcze i wichury doprowadziły do licznych podtopień, a także połamania drzew i osunięć ziemi.

Odwołane loty

W związku z nadejściem kataklizmu portugalskie lotniska odwołały kilkanaście lotów. Ich operator, spółka ANA, wezwała pasażerów do kontaktowania się z liniami lotniczymi, aby potwierdzić, że ich lot do Portugalii dojdzie do skutku.

PAP



FOT. PAP/EPA

Opady deszczu i bardzo silny wiatr dominowały w Portugalii od wtorkowego popołudnia

NOWY JORK

Róg ulic na Manhattanie otrzymał imię Marii Skłodowskiej-Curie

oprac. Jan Nowaczyk

Jeden z narożników skrzyżowania York Avenue i 66. Ulicy na Manhattanie, nieopodal Uniwersytetu Rockefellera, nosi od wtorku imię Marii Skłodowskiej-Curie.

Z inicjatywy Konsulatu Generalnego RP władze Nowego Jorku uhonorowały w ten sposób polską dwukrotną noblistkę w przeddzień Narodowego Święta Niepodległości.

– To jeden z najważniejszych dni w moim życiu, na pewno w czasie mojej pracy w Nowym Jorku – powiedział konsul generalny RP Mateusz Sakowicz. Podkreślił, że konsulat pracował nad tym projektem wspólnie z miastem przez rok. – Świat zna ją jako Marie Curie, a trzeba światu tłumaczyć, że jej panieńskie nazwisko było polskie. Wpisaliśmy ją na trwałe w tkankę miasta Nowy Jork, a tym samym wpisaliśmy w nią Polskę – dodał Mateusz Sakowicz. Wyraził nadzieję, że to miejsce będą odwiedzać Polonia, turyści z Polski i spacerowicze z całego świata. Konsul przypomniał, że w latach 30. wzdłuż East River biegła Marie Curie Avenue, która później ustąpiła miejsca trasie FDR Drive.

Brakowało w tej nazwie „Skłodowska". – Naprawiamy to – wyjaśnił Sakowicz. Zwrócił też uwagę na symbolikę miejsca. W 1921 roku uczona odwiedziła Memorial Hospital, dziś Memorial Sloan Kettering Cancer Center, którego nowy pawilon powstaje po drugiej stronie ulicy.

PAP

ABU ZABI – UKRAINA, ROSJA, USA

Trójstronne rozmowy w sprawie zakończenia wojny

oprac. Alina Mazurska

Wczoraj zakończyły się rozmowy w formacie Ukraina-USA-Rosja w Abu Zabi, a rozpoczęło się spotkanie przedstawicieli Ukrainy i państw europejskich.



FOT. PAP/EP

Podczas pierwszej rundy trójstronnych rozmów strony uzgodniły przeprowadzenie „szeroko zakrojonej wymiany jeńców"

Środa była drugim, ostatnim dniem negocjacji trójstronnych Ukraina-USA-Rosja w stolicy Zjednoczonych Emiratów Arabskich.

Szef ukraińskiej delegacji Rustem Umierow zapowiedział wcześniej, że po rozmowach z Rosją przy mediacji USA delegacja spotka się z europejskimi partnerami.

We wtorek źródło zbliżone do ukraińskiej delegacji, cytowane przez portal Ukrainska Prawda, poinformowało, że podczas pierwszej rundy trójstronnych rozmów Ukrainy, USA i Rosji, strony uzgodniły przeprowadzenie w najbliższym czasie „szeroko zakrojonej wymiany jeńców".

Z kolei agencja Interfax-Ukraina podawała wcześniej, z powołaniem na źródła zbliżone do ukraińskiej grupy negocjacyjnej, że pierwsza runda negocjacji trójstronnych poświęcona była gwarancjom bezpieczeństwa zarówno dla Ukrainy, jak i całej Europy. Osobno omawiano żądania Rosji dotyczące gwarancji bezpieczeństwa dla niej samej – podała agencja.

Według jej rozmówcy drugim ważnym tematem, który udało się omówić, były kwestie związane z czasem po zakończeniu wojny – odbudowa Ukrainy oraz kształtowanie nowej architektury bezpieczeństwa europejskiego w warunkach kryzysu zaufania.

W skład ukraińskiej delegacji wchodzą: Umierow, szef kancelarii prezydenta Wołodymyra Zełenskiego Kyryło Budanow, szef parlamentarnej frakcji prezydenckiej partii Sługa Narodu Dawyd Arachamija, pierwszy zastępca szefa Biura Prezydenta Serhij Kysłyca oraz zastępca szefa ukraińskiego wywiadu wojskowego (HUR) Wadym Skibicki.

Rosyjską delegacją kieruje jeden z bliższych doradców Władimira Putina, Władimir Miedinski, uznawany za jednego z czołowych ideologów Kremla.

USA są reprezentowane przez wysłanników Jareda Kushnera i Steve'a Witkoffa.

Rozmowy w Abu Zabi odbywają się z udziałem przedstawicieli Ukrainy, USA i Rosji, ale przed ich rozpoczęciem delegacja Unii Europejskiej spotkała się na miejscu z wysłannikami USA: Steve'em Witkoffem i Jaredem Kushnerem. UE podkreśliła, że wszelkie przyszłe ustalenia muszą respektować integralność terytorialną Ukrainy i jej prawo do stanowienia o sobie. W spotkaniu udział wzięli ponadto przedstawiciele Ukrainy oraz: Francji, Niemiec, Włoch, Wielkiej Brytanii i NATO.

Obawy budzi też możliwe spotkanie liderów USA, Rosji i Chin, do którego może dojść na szczycie APEC w chińskim Shenzhen, zaplanowanym w dniach 17-18 listopada.

Kreml podał, że rozmowy Trumpa, Putina i Xi Jingpinga mogłyby dotyczyć wojny przeciw Ukrainie i sytuacji bezpieczeństwa w Europie, choć na razie nie ma potwierdzenia z Waszyngtonu i Pekinu, że spotkanie trzech przywódców się odbędzie.

Spotkanie w Abu Zabi to wznowienie bezpośrednich rozmów między trzema stronami po dziewięciomiesięcznej przerwie. Poprzednia runda negocjacji, która odbyła się w lutym tego roku, zakończyła się impasem. **PAP**

NORWEGIA

Para królewska wyruszy w dwuletnią podróż po kraju

oprac. Alina Mazurska

Król Norwegii Haakon VIII i królowa Mette-Marit wyruszą w dwuletnią podróż po kraju. Rozpocznie się ona 22 sierpnia 2027 roku, a królowa weźmie w niej udział mimo przebytej w czerwcu operacji przeszczepu płuc.

Dwór królewski ogłosił datę uroczystości i plan podróży. Początek wyprawy poprzedzi ceremonia błogosławieństwa w Trondheim, w Norwegii zastępująca koronację. Haakon przejął panowanie po śmierci ojca, króla Haralda V, w sierpniu.

Po ceremonii para królewska wypłynie do Bergen na pokładzie królewskiego jachtu Norge i będzie odwiedzać gminy znajdujące się na trasie rejsu. Kolejny etap podróży zaplanowano na wiosnę 2028 roku.

Tradycja objazdu kraju przez nowego monarchę sięga w Norwegii średniowiecza. Królowie odwiedzali wówczas poszczególne regiony, aby przyjąć hołd poddanych. Współcześnie podróże służą przede wszystkim spotkaniom monarchy z mieszkańcami i podkreślają więź łączącą go z krajem.

Poprzedni król Harald V wraz z królową Sonją przez dziesięciolecia odwiedzali kolejne miejsca w kraju; do śmierci monarchy para odwiedziła 353 z 357 norweskich gmin. Do ukończenia wieloletniego przedsięwzięcia zabrakło zaledwie czterech wizyt, które planowano na jesień br.

Norwegia zrezygnowała z koronacji w 1908 roku.

PAP

eprasa.pl 0f86d3cfc5

HISTORIA



FOT. DOMENA PUBLICZNA

Piękni, sławni i bogaci. W burzliwym związku Avy i Franka dominowały seks, alkohol i imprezy

Ava Gardner i Frank Sinatra. Patomałżeństwo wszech czasów

7 listopada 1951 roku, 75 lat temu, pobrali się Ava Gardner i Frank Sinatra. Mieli stać się najpiękniejszą parą Hollywood. Jednak zamiast festiwalu podziwu uruchomili jedynie lawinę kłopotów, skandali i celebrycko-kryminalnych drak, którymi kolorowa prasa karmiła się przez lata

Mariusz Grabowski

Oboje raczej nie mieli co do siebie złudzeń. Dla Gardner było to już trzecie małżeństwo, dla Sinatry dopiero drugie – zaledwie 10 dni wcześniej uzyskał rozwód z Nancy Barbato. Po ślubie dali prasie brukowej pożywkę na kilka lat.

Piękność z ekranu

Przedstawmy pokrótce nowożeńców. 7 listopada piękna jak hollywoodzki sen Ava Gardner miała niespełna 30 lat i byłą przedmiotem westchnień milionów facetów na całym świecie. Tylko w 1951 roku zagrała w trzech filmach, z których ostatni – musical „Statek komediantów" – tylko podbił jej pozycję w branży i na liście najlepiej zarabiających aktorów.

W życiu prywatnym uchodziła za bezwzględną łamaczkę męskich serc, a lista jej kochanków – jak żartowano – była dłuższa niż spis abonentów telefonicznych Los Angeles. Od połowy lat 50. dzieliła życie między USA a Hiszpanię, gdzie w La Moraleja kupiła dom.

Frank Sinatra, „The Voice", w owym czasie przechodził kilkuletni zawodowy kryzys. Musical „Całując bandytę", w którym grał niejakiego Ricardo, okazał się jedną z największych katastrof finansowych w dziejach wytwórni MGM. Sinatra zresztą był świadomy tego, że zupełnie nie pasował do zaproponowanej mu roli i – jak mówił – „nigdy nie obejrzał tego filmu".

Romans, a potem małżeństwo z Gardner miały być „nowym początkiem" i okazją do pozbycia się żony – Nancy Barbato. Miał z nią co prawda syna, dwie córki i kilka lat udanego związku, ale Ava Gardner była dlań „znacznie bardziej inspirująca".

„Kiedyś się z nią ożenię"

Cofnijmy się o kilka lat. Jeśli wierzyć Anthony'emu Summersowi, autorowi tomu „Sinatra. The Life" (plotkarskiemu, ale w tym wypadku to zaleta), wszystko zaczęło się w w połowie lat 40. Frank spędzał wówczas sporo czasu w swej willi na wzgórzach Hollywood. Któregoś razu pił na tarasie z tekściarzem Sammym Cahnem. Gdy ten zaczął opowiadać o kolejnych odnotowanych w środowisku kochankach Avy, Frank miał stwierdzić: „Kiedyś się z nią ożenię". Było to dość odważne, zważywszy, że aktorka miała już opinię „najpiękniejszej istoty na świecie".

Poznali się, gdy aktorka była żoną Micky'ego Rooneya. Kolejny raz spotkali się, gdy wyszła za muzyka i aktora Artiego Shawa. Związek nie dotrwał do drugiej rocznicy i utonął w morzu alkoholu, a Ava i Frank zostali kochankami. „Był taki przystojny, z tą swoją szczupłą, chłopięcą buzią, błękitnymi oczami, tym uśmiechem. Miał w sobie entuzjazm i energię, uwielbienie dla życia w ogóle, a w szczególe dla mnie" – wspominała Gardner. „Wiedziałam, że jest żonaty, a żonaci faceci nie plasują się wysoko w moim rankingu" – zastrzegała, choć bez przekonania.

Pociąg do torreadorów

Ten romans był, nawet jak na liberalny Hollywood, dość specyficzny, a właściwie patologiczny. Ava nie zamierzała ograniczać swojego apetytu na życie, choć Frank przez jakiś czas chyba jej wystarczał. W ich związku dominowały seks, alkohol i imprezy – dokładnie w tej kolejności. „Byliśmy ludźmi o nerwach naciągniętych do granic. Pazernymi, zazdrosnymi, drapieżnymi. Wybuchaliśmy szybko" – mówiła Gardner.

Kłótnie zaczęły się właściwie od razu. Ktoś ze znajomych wspominał dzień, w którym gościł ich u siebie. Ona wrzeszczała na górze, on wściekły zbiegł po schodach; wtedy ona, nagle łagodniejąc, rozpyliła przez drzwi perfumy. Natychmiast przybiegł z powrotem. Łóżko zawsze ich godziło. „Tam nigdy nie mieliśmy problemów. Problemy zaczynały się po drodze do bidetu" – kwitowała Gardner.

Summers odnotowuje, że zanim stanęli na ślubnym kobiercu, zdążyli „rozstać się i zejść niezliczoną ilość razy". Frank nie odmawiał sobie towarzystwa kelnerek i tancerek, przez namiot Avy na planach westernów przewinęła się cała parada rekwizytorów i kaskaderów. Wdała się też w głośny romans z hiszpańskim torreadorem Mario Cabré'm. Uprzedźmy trochę fakty: kilka lat później została kochanką innego ognistego pogromcy byków – Luisa Miguela Dominguína.

Medalion ze świętymi

Na razie jesteśmy w momencie, gdy Ava i Frank postanawiają „być razem". Jego rozwód z Nancy Barbato sprowokowała Gardner, która po którejś z ciężkich alkoholowych nocy zdała sobie sprawę, że jej kochanek wciąż jest żonaty. Wybrała numer Barbato i w kilku obrazowych zdaniach wytłumaczyła jej swoją seksualną wyższość. I o dziwo, procedury rozwodowe, które ciągnęły się w nieskończoność, skończyły się natychmiast. Pod koniec października 1951 r. Sinatra był już kawalerem z odzysku.

4 listopada 1951 r. Sinatra i Gardner w tajemnicy przed dziennikarzami przybyli do Filadelfii, gdzie mieli się pobrać. Na miejscu okazało się, że nie jest to możliwe od razu ze względu na tamtejsze prawo. Ostatecznie nowożeńcy stanęli na ślubnym kobiercu w prywatnym domu w Germantown.

Gości było niewielu, około 60 osób. Jako prezent ślubny Gardner wręczyła swojemu mężowi złoty medalion ze św. Krzysztofem z jednej i św. Franciszkiem z drugiej strony, wraz z dedykacją: „dla FS, zawsze Twoja AG".

Famme fatale w pełnej krasie

Małżeństwo w niczym nie zakłóciło tego coraz bardziej patologicznego związku. Ona wciąż szalała w buduarze z coraz to nowymi kochankami, a jej wizerunek famme fatale tylko się ugruntował. Dostawała coraz lepsze role – w 1952 roku zagrała w kolejnych trzech filmach: w „Samotnej gwieździe", „Rycerzach Okrągłego Stołu" i w „Śniegach Kilimandżaro" u boku Gregory'ego Pecka.

O byciu kurą domową nawet nie myślała.

Dwa razy, nie pytając Sinatry o zdanie, usunęła ciążę. „Nie uważała już, że może liczyć na dobrą przyszłość z Frankiem. Ich związek nie był wystarczająco stabilny, by zakładać prawdziwy dom. Gdy Sinatra dowiedział się, co zrobiła, był zdruzgotany" – pisze Summers. Dodatkowo Frank walczył z wizją podupadającej kariery i dodatkowo z kłopotami z głosem. A było ciężko: fani bojkotowali jego filmy, palili płyty i wysyłali listy, każąc mu wracać na klęczkach do Nancy.

Ich życie rodzinne przypominało coraz mniej ekscytujące pasmo skandali i incydentów. Roland Flamini w książce „Ava. A biography" opisuje np., że oboje jeździli po ulicach, strzelając do sygnalizacji świetlnej, za co trafili nawet na krótki czas do aresztu, z którego wydostali się ponoć za sprawą łapówki w wysokości kilkudziesięciu tysięcy dolarów.

Gardner nazywała Sinatrę „gangsterem", gdy ten na wieść o rzekomych zdradach żony próbował odebrać sobie życie. Stało się to 18 listopada 1953 r. - zaraz po tym, jak Ava oznajmiła mu, że odchodzi. Znaleziono go nieprzytomnego z podciętymi nadgarstkami w windzie nowo zakupionego nowojorskiego apartamentu.

Zdaniem aktorki był to okres „picia i walki. Rozstań i powrotów. To było szaleństwo. Randkowałam z innym, żeby go zranić. Frank robił to samo".

Sinatra sam w pokoju

Apogeum kryzysu w małżeństwie nastąpiło w czasie kręcenia przez Gardner filmu „Duma i namiętność". Pewnego dnia aktorka, nikomu nic nie mówiąc, wyfrunęła do Rzymu wraz z nowym kochankiem Walterem Chiarim i dała do zrozumienia dziennikarzom, że zamierza się z nim związać.

Nic dziwnego, że rozwód, który nastąpił w 1957 r., nikogo nie zdziwił. Co ciekawe, relacje między byłymi już małżonkami od razu się poprawiły. Sinatra regularnie dzwonił do niej na święta z życzeniami, a publicznie zapewniał, że „wciąż ją kocha". Nigdy nie zdjął medalika ze św. Franciszkiem, który od niej dostał. Gdy Gardner w latach 80. miała wylew, opiekował się nią i opłacał lekarzy.

Wyjątkowo zgodnie biografowie obojga twierdzą, że ich małżeństwo było „jednym z najbardziej toksycznych w dziejach Hollywood". Rozwiedli się po czterech latach separacji w 1957 r. Ponoć gdy 25 stycznia 1990 r. Ava zmarła w Londynie, w wieku 67 lat, na zapalenie płuc, Frank zamknął się samotnie w pokoju na dwie doby. Sam opuścił ziemski padół 14 maja 1998 r. Do końca mieszkał w ich małżeńskim apartamencie w Los Angeles.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

POD PARAGRAFEM

• Zbliża się 26. rocznica śmierci **Margot Bennett** (zmarła 6 grudnia 1980 r.), popularnej szkockiej autorki kryminałów. Napisała ich kilkanaście, cieszyły się sporym wzięciem, ale żaden nie został nigdy przetłumaczony na język polski.

LITERATURA

Kraków w stylu retro, czyli zagadki kryminalne sprzed wieków

Paweł Stachnik

W 2009 r. ukazała się książka Marka Krajewskiego „Śmierć w Breslau". Była to powieść o radcy kryminalnym Eberhardzie Mocku, który we Wrocławiu lat 30. zeszłego wieku prowadzi śledztwo w sprawie tajemniczego morderstwa pewnej arystokratki.

Książka – oprócz skomplikowanej intrygi, dawki makabry i oryginalnego bohatera –, wyróżniała się znakomitym odtworzeniem realiów przedwojennego Wrocławia. Autor poznawał niemiecki Breslau, zagłębiając się w opracowania naukowe, przedwojenną prasę, księgi adresowe, przewodniki i plany.

Nowy gatunek?

Efekt robił wrażenie: na kartach powieści radca Mock odwiedzał autentyczne restauracje, knajpy i szynki, zamawiał potrawy, które naprawdę w nich podawano, palił papierosy produkowanych wówczas marek i pił piwo warzone w ówczesnych śląskich browarach. Sprawy załatwiał w rzeczywiście istniejących wówczas instytucjach z prawdziwymi adresami przy przedwojennych ulicach.

Książka odniosła sukces, a zachęcony Marek Krajewski napisał potem cztery kolejne części przygód Mocka z akcją osadzoną w niemieckim Breslau. Wszystkie stały się bestselerami. To była nowa jakość w polskim kryminale. Wrocławskie powieści Krajewskiego zapoczątkowały w Polsce nurt kryminałów historycznych, nazwanych retro kryminałami.

Rychło zaczęły się pojawiać kolejne takie powieści dziejące się najczęściej u schyłku XIX w. lub w okresie międzywojennym w rozmaitych polskich (choć wtedy niekoniecznie polskich) miastach: Warszawie, Lublinie, Poznaniu, Gdańsku, Bydgoszczy (a nawet znacznie mniejszych, np. w Kłodzku, Wejherowie czy Grajewie). Każde lub prawie każde miasto zapragnęło mieć swojego własnego Mocka i swój własny kryminalny cykl.

Kryminał galicyjski

A jak w tej konkurencji wypada Kraków? Prymat przysługuje Krzysztofowi Maćkowskiemu, który już w 2007 r. stworzył pierwszy krakowski retro kryminał zatytułowany „Raport Badeni". Rzecz działa się – a jakże! – w czasach galicyjskich. W roku 1900 miejscowy inspektor c.k. policji Gustaw Mahler („Nie z tych Mahlerów" – wyjaśnia cierpliwie) prowadził śledztwo w sprawie śmierci warszawskiej studentki Justyny Badeni („Nie z tych Badenich").Dziewczyna być może popełniła samobójstwo, a być może została zamordowana, bo w jej śmierć zaplątani byli także agenci rosyjskiej ochrany.



Hawełka pod koniec XIX wieku To tutaj m.in. toczy się akcja „Raportu Badeni" autorstwa Krzysztofa Maćkowskiego

Fabuła zgrabnie poruszała się w młodopolskim Krakowie, na kartach powieści pojawiały się emblematyczne krakowskie miejsca (np. Hawełka, Cygarfabryka, Dyrekcja Policji), sporo też było humoru, a autor – do niedawna reporter działu miejskiego „Dziennika Polskiego" – zaszyfrował w niektórych wątkach odniesienia do swojej redakcji (występowała w „Raporcie" jako „Kurier Krakowski" z siedzibą przy ul. Wielopole). Powieść miała dobre przyjęcie, prawa do niej sprzedano za granicę i miała zapoczątkować cykl z inspektorem Mahlerem w roli głównej. Niestety, Mahler pozostał jednorazowo wykorzystaną postacią.

Staropolszczyzna

Również w 1900 r. toczy się akcja wydanej w 2011 r. powieści „Latarnie umarłych" Małgorzaty Kochanowicz (rodem z Włocławka). Stała się ona pierwszą częścią cyklu o Witoldzie Korczyńskim, tajemniczej postaci: uczestniku zamachu na carskiego urzędnika w Warszawie, emigrancie politycznym w Londynie, weteranie wojny burskiej. Po osiedleniu się w Krakowie ten milczący mężczyzna zostaje prywatnym detektywem i na zlecenie bogatych klientów rozwiązuje sprawy morderstw, porwań i szantaży. Cykl doczekał się jeszcze dwóch tomów („Poszukiwana" oraz „Krok w ciemność") i zdobył pewną popularność, choć wydaje się, że większą poza Krakowem niż w nim samym.

Zupełnie inny okres historyczny dla swojego retro kryminału wybrała natomiast para krakowskich pisarzy Małgorzata i Michał Kuźmińscy. W 2009 r. ukazała się ich powieść „Sekret Kroke". Była to wybuchowa mieszanina kryminału, powieści szpiegowskiej i sensacyjnej. Oto wiosną 1939 r. w Krakowie skrzyżowały się ścieżki niemieckiego szpiega, księcia Michaiła Romanowa (z tych Romanowów), hiszpańskiego zakonnika Carlosa i sławnego nożownika z Warszawy Maćka Messera. Wszyscy starali się zdobyć tajemniczy manuskrypt ukryty gdzieś pod Wawelem przez Bractwo Alchemików.

Brawurowo napisana powieść, w której pojawiały się skryte morderstwa, samochodowe pościgi i strzelaniny na ulicach Krakowa, romanse i walka wywiadów, była zamierzonym pastiszem wykorzystującym w zabawny sposób wątki z innych utworów kultury i popkultury (np. z powieści Dana Browna, „Imienia róży" Umberto Eco czy filmu „Nagi instynkt"). Wspomniany zakonnik Carlos nosił znaczące nazwisko Chacal, major polskiego kontrwywiadu to były łowca zwierząt Tomasz Wilmowski, żydowski mleczarz miał na imię Tewje, a pies tropiący krakowskiej policji wabił się Cywil...

Znacznie głębiej w historię – bo do okresu staropolskiego – sięgnął krakowski pisarz Mariusz Wollny. W 2007 r. ukazała się jego powieść „Kacper Ryx", opowiadająca o XVI-wiecznym studencie tutejszego uniwersytetu, zajmującym się rozwiązywaniem zagadek kryminalnych. Ryx stykał się z autentycznymi postaciami (m.in. Janem Kochanowskim, Łukaszem Górnickim, królem Zygmuntem Augustem) i rozwiązywał autentyczną sprawę kradzieży królewskiej pieczęci z Wawelu. Autor – historyk i etnograf –starannie odtworzył topografię renesansowego Krakowa oraz realia życia jego mieszkańców.

C.k. Galicja górą!

Powieść spodobała się, pisarz poszedł więc za ciosem i napisał kolejne tomy: „Kacper Ryx i król przeklęty", „Kacper Ryx i tyran nienawistny" oraz „Kacper Ryx i król alchemików". Ich akcja toczyła się w czasach panowania kolejnych królów: Henryka Walezego, Stefana Batorego i Zygmunta III Wazy. Łączyła kryminalne zagadki z elementami powieści płaszcza i szpady oraz starannie ukazanym tłem historycznym.

Ryx zdobył wielu fanów, nie tylko w Krakowie zresztą, i zaczął żyć własnym życiem. Autor prowadził spacery po mieście szlakiem swojego bohatera. Powstała specjalna aplikacja na telefon służąca jako przewodnik po Krakowie śladami wydarzeń opisanych w książkach, a także gra planszowa „Kacper Ryx i Król Żebraków". Popularność postaci dostrzegło także samo miasto, które włączyło Ryksa do swoich działań promocyjnych, a autora uhonorowało ławeczką literacką na Plantach.

Da capo

Ten przegląd krakowskich powieści retrokryminalnych (niepełny, bo były jeszcze np. rozgrywająca się podczas okupacji „Noc zimowego przesilenia" Agnieszki Krawczyk czy „Najdłuższa noc" Macieja Dancewicza i Marka Bukowskiego, inspirowana nieudanym serialem „Belle epoque") zakończmy powrotem do tego, od kogo wszystko to się zaczęło.

Na początku 2022 r. Marek Krajewski opublikował swoją nową powieść zatytułowaną „Demonomachia". Jej akcja nie dzieje się jednak ani we Wrocławiu, ani we Lwowie, lecz w... galicyjskim Krakowie przełomu wieków. Bohater, niedoszły egzorcysta Stefan Zborski, walczy w niej z siłami nadprzyrodzonymi: demonami, diabłami, dybukami... A wokół mamy XIX-wieczny Kraków: młodopolskich artystów, żydowskich rabinów, c.k. policjantów i profesorów gimnazjalnych.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

Niezbędnik czytelniczy

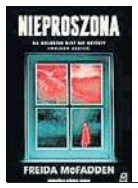
rekomenduje
Bożydar Brakoniecki



Martin Servaz czuje się oszukany

Kiedy z najpilniej strzeżonego więzienia w brawurowy sposób ucieka Julian Hirtmann, jeden z najbardziej okrutnych seryjnych zabójców, Francja zamiera. Na jego trop rusza nie tylko niezłomny komendant Martin Servaz, którego losy z Hirtmannem są splecione w trudnej do wyobrażenia dla bliźnich formie.

Bernard Minier, „H", wyd. Rebis, Poznań 2026,cena 55 zł



Dziewczyna budząca strach

Leśny domek Casey nie przetrwa tej nawałnicy. Dach trzeszczy, światła migoczą, a drzewa złowrogo gną się na wietrze. Jednak to nie żywioł przeraża kobietę najbardziej. Prawdziwy strach budzi dziewczynka, która nagle pojawia się pod oknem. Jest sama. I cała we krwi.

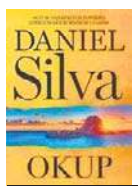
Freida McFadden, „Nieproszona", wyd. Czwarta Strona, Poznań 2026, cena 59,90 zł



Słyszysz? Wciąż dzwoni telefon

Następnego ranka po wypasionej uroczystości ślubnej dwie najlepsze przyjaciółki, Siobhan i Grace, idą obudzić swoje 24-letnie córki. Sypialnia jest jednak pusta. A kiedy otwierają drzwi do wspólnego pokoju dziewcząt w domku przy basenie, znajdują tylko rozbitą lampę na podłodze, plamę krwi na dywanie i... uporczywie dzwoniący telefon.

Andrea Mara, „Taka miła dziewczyna", wyd. Albatros, Warszawa 2026, cena 49,90 zł



Co się stało z Alice Winter?

Alice Winter, olśniewająca brytyjska influencerka, prowadzi życie, o którym marzą miliony. Wystawny dom w prestiżowej londyńskiej dzielnicy Knightsbridge, okazała posiadłość w Devonie i rzesze fanów w mediach społecznościowych. Wszystko to staje pod znakiem zapytania, gdy Alice znika bez śladu podczas wakacyjnego wyjazdu z przyjaciółkami.

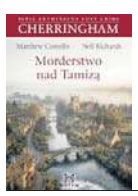
Daniel Silva, „Okup", wyd. Harper Collins Polska, Warszawa 2026, cena 44,90 zł



Czy to miejsce jest przeklęte?

Podczas poszukiwań zaginionego turysty górska ekipa ratunkowa nieoczekiwanie odnajduje inne, okaleczone z porażającą precyzją, zwłoki. Jack Logan i jego zespół przyjeżdżają z Inverness, by wyjaśnić zagadkę tej brutalnej egzekucji w gangsterskim stylu. Tymczasem mieszkańcy nabrali wody w usta.

J.D. Kirk, „Krew i zdrada", wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2026, cena 54,99 zł



Najważniejsze, żeby go dorwać!

Nietypowy duet prowadzi w Londynie prywatne śledztwo. Jack Brennan, emerytowany detektyw z Nowego Jorku, wykorzystuje doświadczenie policyjne i umiejętność dostrzegania nieścisłości. Sarah Edwards, brytyjska projektantka stron internetowych, zna za to lokalną społeczność i rozumie jej skrywane napięcia.

Matthew Costello, Neil Richards, „Morderstwo nad Tamizą", wyd. Motyw 2026, cena 29,90 zł

Z DZIEJÓW PRASY PRL-U NA ŚLĄSKU

Mieszkańcy! Strzeżcie królików! Instalujcie urządzenia alarmujące!

opr. żar

W rybnickich „Nowinach" datowanych na 29 lipca 1981 r. nie brakło budujących informacji o wzroście wydobycia węgla, sojuszu robotniczo-chłopskim, a nawet spotkaniu naukowców z górnikami w Chwałowicach. Dociekliwy czytelnik mógł też na str. 2 znaleźć dział kryminalny. Ale dość specyficzny.


Nowiny
TYGODNIK SPOŁECZNO-GOSPODARCZY
Nr 30 (1244) Rok XXV 29 lipca 1981 r. Cena 4 zł
Wyróżnienia dla LESZCZYNIAN
JAK ZMNIEJSZYĆ ZAPYLENIE W PRZODKACH GÓRNICZYCH?
Chwałowickie spotkanie GÓRNIKÓW Z NAUKOWCAMI
Rozpoczęli duże żniwa
W WODZISŁAWSKICH „KONCENTRATACH"
Mimo trudności jakoś sobie radzą
NA PRZYKŁADZIE BOGUSZOWIC
Radnych więź z wyborcan

29 lipca 1981 r. w Londynie odbywał się ślub księcia Karola i Diany Spencer, a w Rybniku kradziono króliki

„Apel do taksówkarzy

RACIBÓRZ. Oddział PCK otrzymuje dary żywnościowe z zagranicy, które trzeba przewieźć do domów osób potrzebujących pomocy. Niestety PCK nie dysponuje odpowiednim transportem. Stąd prośba i apel do raciborskich taksówkarzy, aby w miarę możliwości nieodpłatnie pomogli przewieźć paczki z darami do ludzi chorych, samotnych i kalekich. Chętni proszeni są o zgłaszanie się do miejskiego oddziału PCK (w Rynku). (lk)

Lepiej zabezpieczać chlewiki

RYBNIK. W rybnickiej dzielnicy Zamysłów coraz częściej zdarzają się przypadki kradzieży królików. Złodzieje wchodzą do ogrodów przez niskie i niezbyt dobrze zabezpieczone ogrodzenia, buszują w komórkach, szopach i chlewikach, skąd najczęściej zabierają króliki. Tego rodzaju kradzieże są trudne do wykrycia. Złodzieje umykają ze swym łupem, nie pozostawiając żadnych śladów. Przypomina się w związku z tym o lepszym zabezpieczaniu przez ich właścicieli pomieszczeń inwentarskich. Niektórzy hodowcy – głównie ci pragnący przyłapać złodziei na gorącym uczynku – instalują w drzwiach chlewików specjalne elektryczne urządzenia alarmujące. (mak)

Zdewastowany park

JASTRZĘBIE. To młode miasto, jak na razie, nie posiada za dużo terenów zielonych. Uregulowano co prawda „jar południowy", ale jedna jaskółka wiosny nie czyni. Natomiast z roku na rok niszczeje tutaj jedyny park z prawdziwego zdarzenia – »Park Zdrojowy«. Z ponad 20 hektarów zieleni tylko 11 jest jako tako utrzymanych. Pozostałą częścią nikt się nawet nie interesuje. Połamane ławki, zarośnięte alejki, butwiejące drzewa itp. Tyle się mówi ostatnio o zieleni, może by ktoś zajął się tym parkiem i przywrócił mu dawną świetność. (s)".

Na koniec kilka słów wyjaśnienia: „Nowiny" (tygodnik rybnicki) – były regionalnym tygodnikiem wydawanym w latach 1956-2024 (z siedzibą w Rybniku), który obejmował powiaty: rybnicki, raciborski, wodzisławski oraz Rybnik, Żory i Jastrzębie-Zdrój. Tytuł został zamknięty w grudniu 2024 r. Obecnie pod marką nowiny.pl działa lokalny portal internetowy.

OBYCZAJE

„Demon Kobiecy" na Bukowinie

opr. pisk

W gronie polskich trucicielek Katarzyna Onyszkiewiczowa (1840-1895) zajmuje poczesne miejsce. Swego czasu nazywano ją nawet „Demonem Kobiecym" i drżała przed nią galicyjska prowincja.

Jej modus operandi polegał na tym, że chodziła od wsi do wsi, udając handlarkę lub zakonnicę i prosząc o gościnę. Następnie niczego nieświadomym gospodarzom podawała usypiający, czasem śmiercionośny wywar, który powodował nie tylko narkotyczny sen, ale także halucynacje, wymioty, konwulsje i trudności z oddychaniem. W kilku przypadkach zgon.

Gdy ofiary traciły przytomność, zdzierała z nich cenne przedmioty i plądrowała ich domostwo, po czym znikała. Pojawiała się ponownie wiele kilometrów dalej, występując pod nowym nazwiskiem i w innym przebraniu. Latami grasowała po Galicji i Bukowinie, zyskując sławę jednej z najbardziej złowrogich zbrodniarek w dziejach. Co zrozumiałe, jej ofiarami padali głównie mężczyźni. Nie zachował się żaden konterfekt trucicielki, ale świadkowie zeznawali, że była „powabna", „hoża" i „miła". Jeden ze świadków użył określenia „gryfna".



Więzienie przy kościele św. Marii Magdaleny we Lwowie zlikwidowano dopiero tuż przed drugą wojną

Złapano ją 7 listopada 1870 r. w Krakowie i odesłano do Lwowa, gdzie sądzono ją łącznie za trzy morderstwa. Potem kilkakrotnie uciekała z więzienia. W lutym 1880 r. dostała kolejne 10 lat. „Patrząc na nią, przychodzą na myśl nocne orgie na Łysej Górze. W wiekach średnich spławiono by ją niezawodnie" – pisał, nie ukrywając zajadłości, korespondent tygodnika „Biesiada Literacka".

Onyszkiewiczowa zmarła w więzieniu lwowskim św. Marii Magdaleny 9 marca 1895 r., sześć lat przed planowanym wyjściem na wolność. I to jest jeden z tych faktów, które wiemy o niej na pewno.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

PO STRONIE SENIORA

LEKARSTWA

Bezpieczne przyjmowanie leków. Jakie można łączyć ze sobą, a jakich w żadnym wypadku nie wolno

Aż co trzeci Polak po 65. roku życia przyjmuje przynajmniej pięć leków dziennie. Jeśli odbywa się to pod kontrolą lekarza, to nie ma zagrożenia dla życia i zdrowia seniora. Wyjaśniamy, jakich zasad należy przestrzegać

Małgorzata Stempinska

Jak podkreśla Agata Szykulska, farmaceutka, koordynator województwa z Kujawsko-Pomorskiego Polskiego Towarzystwa Opieki Farmaceutycznej, leki odgrywają znaczącą rolę w życiu pacjenta. W celu rozwiązania naszych problemów zdrowotnych zaczęliśmy polegać na przyjmowaniu leków, zakładając że przynoszą one jedynie korzyści. – U pacjentów leczących się na wiele chorób, przyjmujących minimum 5 leków i chodzących do różnych lekarzy, często występuje zjawisko polipragmazji. Jest to wielolekowość charakteryzująca nieprawidłowe leczenie, w którym przynajmniej jeden lek jest zbędny. Dotyczy ona również leków bez recepty, często tak chętnie kupowanych przez pacjentów, szczególnie przez seniorów. Dlatego należy edukować pacjentów w tym zakresie, aby zwiększyć bezpieczeństwo farmakoterapii i uniknąć pogorszenia stanu zdrowia – zaznacza Agata Szykulska.



FOT. FREEPIK.COM

Przyjmowanie co najmniej pięciu leków jednocześnie może wywoływać niepożądane efekty, ponieważ leki z różnych grup mogą wykluczać działanie pozostałych. Różne składniki wchodzą w reakcje, także z lekami przyjmowanymi na stałe

Jak bezpiecznie przyjmować lekarstwa

Przyjmowanie co najmniej pięciu leków jednocześnie może wywoływać niepożądane efekty, ponieważ leki z różnych grup mogą wykluczać działanie pozostałych. Różne składniki wchodzą w reakcje, także z lekami przyjmowanymi na stałe. Ostrożności wymaga wybór każdego środka przeciwbólowego lub przeciwzapalnego. Jedzenie niektórych potraw w połączeniu z lekarstwami również może zmniejszyć skuteczność leczenia.

W terapii lekowej trzeba też zwracać uwagę na napoje. Ważne jest też to, czym popijane są leki. Nie wolno popijać ich sokami owocowymi, zwłaszcza sokiem grejpfrutowym. Najlepiej popijać je wodą. Szkodliwe jest także przyjmowanie leków razem z napojami alkoholowymi lub „energetykami". Obojętne też nie są kawa i herbata.

Aby uniknąć wzajemnego wykluczania się leków, informujmy zawsze swojego lekarza o lekach przepisanych przez innych specjalistów.

Eksperci z Narodowego Funduszu Zdrowia i Ministerstwa Zdrowia radzą zatem:

- nośmy przy sobie aktualny spis leków, jakie zażywamy wraz z określonymi dawkami. Nie zapomnijmy ująć w nim wszystkich leków, także suplementów diety i preparatów bez recepty. Zawsze czytajmy ulotkę dołączoną do leku;
- podczas wizyt każdego lekarza informujmy, nawet bez pytania, o chorobach przewlekłych i pokazujmy spis leków, które on zażywa;
- informujmy lekarza prowadzącego o poradach i zaleceniach innych specjalistów;
- nie sięgajmy po leki polecane przez znajomego. Każdemu służy coś innego. Przykładem są leki przeciwbólowe i przeciwprzeziębieniowe. Noszą różne nazwy, lecz mają podobny skład. Ich łączne stosowanie może grozić ciężkim uszczerbkiem na zdrowiu.

Wielolekowość jest groźna dla każdego, szczególnie dla osób starszych, które są obciążone chorobami przewlekłymi, takimi jak cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, niewydolność krążenia. Ryzyko polipragmazji zwiększa się wraz z liczbą przyjmowanych leków.

Jakie połączenia leków są szkodliwe

Na podstawie realizowanych recept można stwierdzić, że dość często lekarze zapisują pacjentom leki z tą samą substancją czynną. To może być wynik zmiany lekarza lub dostosowania terapii do potrzeb pacjenta, ale może też świadczyć o tym, że nieświadomy pacjent bierze podwójną dawkę substancji leczniczej.

Narodowy Fundusz Zdrowia stwierdza, że niektóre osoby wykupują w tym samym czasie leki na receptę, które nie powinny być stosowane łącznie z uwagi na efekty uboczne, które jednak nie zawsze muszą wystąpić.

Eksperci radzą, by poradzić się swoego lekarza, jeśli zalecono nam w tym samym czasie następujące substancje czynne:

- aspirynę z heparyną lub z klopidogrelem lub z warfaryną – razem brane zwiększają ryzyko krwawień,
- enoksaparyny z warfaryną – również zwiększają ryzyko krwawień,
- niesteroidowe leki przeciwzapalne oraz doustne glikokortykosteroidy (to leki uzupełniające niedobór hormonów oraz leki przeciwzapalne, przeciwalergiczne i immunosupresyjne) – przyjmowane jednocześnie zwiększają ryzyko krwawień z przewodu pokarmowego,
- opiody łącznie z gabapentyną lub pregabaliną (leki przeciwpadaczkowe) albo z benzodiazepinami (leki przeciwlękowe) mogą spowodować problemy z oddychaniem, co może prowadzić nawet do śmierci,
- simwastatyny lub lowastatyny z niektórymi lekami przeciwgrzybicznymi - może to prowadzić do niewydolności nerek i śmierci.
- leki przeciwpłytkowe z NLPZ, które zwiększają ryzyko krwawień do przewodu pokarmowego,
- antagonistów witaminy K z niektórymi antybiotykami, co może prowadzić do krwotoków wewnętrznych,
- przyjmowanie więcej niż jednego leku z grupy niesteroidowych leków przeciwzapalnych - takie leczenie zwiększa ryzyko efektów ubocznych: krwawień z przewodu pokarmowego i niewydolności nerek,
- stosowanie kilku leków o aktywności antycholinergicznej (leki na nietrzymanie moczu, leki przeciwko zespołom parkinsonowskim, leki rozkurczające mięśnie gładkie, antydepresanty, antyhistaminiki I generacji, leki przeciwpsychotyczne) zwiększa ryzyko zaparć, suchości w ustach, zatrzymania moczu, pogłębienia demencji i zaburzeń funkcji poznawczych oraz upadków,
- łączenie warfaryny lub acenokumarolu z NLPZ, choć powszechne, znacznie zwiększa ryzyko krwawień do przewodu pokarmowego i wymaga leczenia osłonowego, a także diety bogatej w witaminę K,
- połączenie leków z grup: ARB/ACEI + diuretyki+ NLPZ to tzw. interakcja potrójnej kaskady zwiększająca ryzyko niewydolności nerek,
- łączenie leków hipotensyjnych (sartany, inhibitory konwertazy angiotesyny lub betablokery) z NLPZ pogarsza kontrolę ciśnienia, najczęściej po 7 dniach można obserwować znaczny wzrost ciśnienia,
- łączenie kotrimoksazolu lub samego trimetoprymu istotnie zwiększa ryzyko niebezpiecznego wzrostu stężenia potasu we krwi,
- łączenie dużych dawek tramadolu z lekami z grupy SSRI lub SNRI zwiększa ryzyko drgawek, arytmii oraz zespołu serotoninowego,
- łączenie klopidogrelu z esomeprazolem lub omeprazolem może prowadzić do zawału lub udaru.

Lekarz może zalecić zmianę leków lub odpowiednie środki osłonowe, a także dietę, zapobiegając w ten sposób szkodliwym skutkom ubocznym. ©℗

eprasa.pl 0f86d3cfc5

ZDROWIE

Czym się zajmuje geriatra, jak się do niego dostać oraz kiedy przyjmie w poradni, a kiedy na oddziale

Geriatria jest dziedziną medycyny, która skupia się na problemach zdrowotnych osób po sześćdziesiątym roku życia. Podpowiadamy, jakie objawy u seniora powinny zaniepokoić i skłonić go do wizyty u geriatry

Małgorzata Stempinska

Geriatria łączy w sobie wiele różnych specjalizacji, aby ograniczyć konieczność wizyt u specjalistów. Jest to dobre rozwiązanie, gdy pacjent ma różne choroby. – Geriatra przygląda się różnym dolegliwościom, które występują powyżej 60. roku życia , a także lekom przepisanym na poszczególne schorzenia. Sprawdza, czy nie mają na siebie niewłaściwego wpływu. Następnie podejmuje decyzję co do dalszego przebiegu leczenia, w tym zarówno problemów kardiologicznych, jak i neurologicznych lub na przykład związanych z zaburzaniami pamięci – informują eksperci Narodowego Funduszu Zdrowia.

Kiedy warto wybrać się do geriatry

W Szpitalu i Przychodni Specjalistycznej Matopatizyta w Toruniu podpowiadają, że wizyta u geriatry jest wskazana, gdy:

- senior choruje przewlekle i przyjmuje wiele leków – geriatria pomaga je bezpiecznie dobrać i ograniczyć ryzyko interakcji;
- pojawiają się problemy ze snem i zmiany nastroju – bezsenność, apatia, drażliwość czy obniżony nastrój nie powinny być ignorowane, bo mogą świadczyć o depresji lub innych zaburzeniach psychicznych u seniorów;
- pojawiają się problemy z pamięcią i koncentracją – zapominanie ważnych informacji, trudności w orientacji czy powtarzanie tych samych pytań mogą świadczyć o rozwijającej się demencji lub innych zaburzeniach poznawczych;
- pojawia się nagłe osłabienie i brak energii – przewlekłe zmęczenie, brak sił czy utrata apetytu mogą wskazywać na poważniejsze problemy zdrowotne, takie jak choroby serca, niedokrwistość czy zaburzenia metaboliczne;
- senior nie trzyma moczu – choć nietrzymanie moczu często uznawane jest za „wstydliwy problem wieku", może być objawem chorób układu moczowego lub neurologicznego i wymaga diagnostyki;
- dochodzi do częstych upadków, problemów z równowagą i ogólnego osłabienia – upadki u osób starszych mogą prowadzić do poważnych urazów, a ich przyczyną bywają m.in. choroby neurologiczne, osłabienie mięśni lub działania niepożądane leków;
- senior chudnie – nieplanowana utrata wagi może być sygnałem poważnych schorzeń i zawsze powinna być skonsultowana z lekarzem.

Nie należy czekać na poważne objawy. Już pierwsze niepokojące sygnały powinny skłonić do konsultacji z geriatrą. Odpowiednio wcześnie wdrożone leczenie może znacząco poprawić jakość życia seniora i pomóc mu zachować samodzielność na dłużej.

Jak ocenia się stan zdrowia seniora

Lekarze geriatrzy przyjmują pacjentów, w zależności od ich stanu zdrowia, w poradniach geriatrycznych, w domu chorego lub w szpitalach na oddziałach geriatrycznych.

Na oddziałach geriatrycznych (lub innych, ale tylko wobec pacjentów 60 plus) przeprowadzana jest całościowa ocena geriatryczna (COG). Ocenia ona zakres występujących zaburzeń oraz pomaga ustalić priorytety w leczeniu i rehabilitacji oraz opiece.

W ramach COG lekarz sprawdza między innymi:

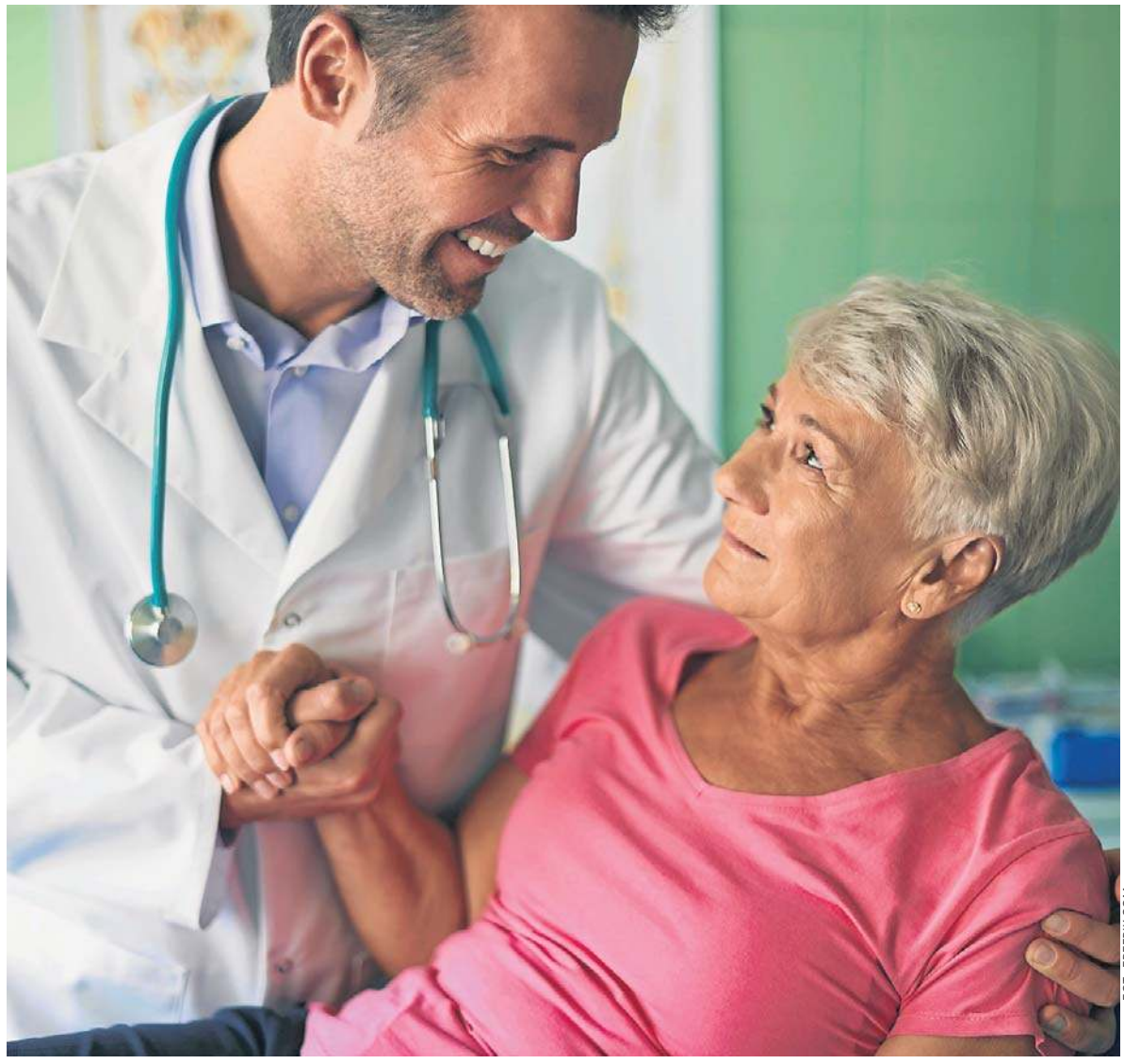
- poziom widzenia i słyszenia,
- stan skóry,
- poczucie samotności i stany depresyjne,
- stany bólowe,
- związek objawów niepożądanych z zażywanymi lekami,
- wyniki badań diagnostycznych,
- poziom zaburzeń pamięci oraz problemów z poruszaniem się,
- sytuację rodzinną i środowiskową, np. utrata członka rodziny, wsparcie członka rodziny w opiece, możliwość samoopieki.

Na podstawie wywiadu lekarz geriatra zaleca dalsze leczenie i postępowanie opiekuńcze.

Jak dostać się do poradni geriatrycznej

Chcąc dostać się do poradni geriatrycznej, trzeba mieć skierowanie od lekarza ubezpieczenia zdrowotnego (w ramach NFZ). Może to być lekarz POZ, ale też każdy lekarz specjalista. Skierowanie do poradni geriatrycznej może być również dołączone do wypisu z oddziału szpitalnego.

Warto zwrócić uwagę na fakt, aby realizacja skierowania odbywała się w placówce medycznej, która może świadczyć nieodpłatnie ten rodzaj usługi medycznej. Zatem musi mieć ona podpisaną umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia, w przeciwnym razie za wizytę trzeba będzie zapłacić.



FOT. FREEPIK.COM

Na oddziałach geriatrycznych (lub innych, ale tylko wobec pacjentów 60 plus) przeprowadzana jest całościowa ocena geriatryczna (COG). Ocenia ona zakres występujących zaburzeń oraz pomaga ustalić priorytety w leczeniu i rehabilitacji oraz opiece

Choć liczba poradni i oddziałów geriatrycznych w Polsce wciąż rośnie, jednak dostępność bywa ograniczona. Dlatego warto zapisać się na wizytę jak najwcześniej, zwłaszcza jeśli senior zaczyna tracić samodzielność lub pojawiają się zaburzenia pamięci.

Jak przygotować się do wizyty u geriatry

W Fundacji Patroni podpowiadają, że warto zabrać ze sobą:

- pełną dokumentację medyczną (wyniki badań, wypisy ze szpitala, karty leczenia);
- listę wszystkich przyjmowanych leków, łącznie z preparatami bez recepty i suplementami diety;
- dzienniczki pomiarów (ciśnienia, cukru, masy ciała);
- okulary, aparat słuchowy i inne środki pomocnicze używane na co dzień.

Dobrą praktyką jest zabranie na wizytę bliskiej osoby. Członek rodziny lub opiekun może uzupełnić informacje, które sam pacjent pominie lub o których zapomni.

Kiedy na oddział geriatryczny

W niektórych przypadkach, uzasadnionych stanem zdrowia pacjenta, może być konieczne objęcie go opieką na oddziale szpitalnym. Dzieje się tak, gdy pomoc w poradni geriatrycznej nie przynosi efektów. Żeby trafić na oddział geriatryczny, potrzebne jest skierowanie od lekarza (w tym lekarza POZ).

W szpitalu wykonuje się głównie diagnostykę i leczy różne choroby wieku podeszłego, np.:

- zaburzenia poznawcze i otępienne – problemy z pamięcią, orientacją, planowaniem codziennych czynności,
- zaburzenia chodu i równowagi i np. powtarzające się epizody upadków,
- zespoły bólowe układu kostno-stawowego i inne,
- osteoporozę,
- urazy o zróżnicowanym podłożu,
- stan obniżonego nastroju i depresja – może objawiać się apatią, wycofaniem społecznym lub nasileniem dolegliwości somatycznych,
- zaparcia i nietrzymanie moczu,
- zaburzenia pracy zwieraczy,
- odleżyny,
- niepełnosprawności wynikające z wieku oraz przebytych chorób i zabiegów. ©℗

eprasa.pl 0f86d3cfc5

PROGRAMOWO



G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Ewa odprowadza Romea na maturę z polskiego, dbając nawet o kopniaka na szczęście, a wspierany przez ojca i siostrę Mirek podchodzi do egzaminu po raz drugi. Później chłopak poznaje Kacpra i odkrywa, że wybranek Luizy nie lubi sportu.

Z kolei Gabrysia idzie na pierwszą mammografię, denerwując się jednocześnie tym, że przez pracę dla Wilka Szczepan znów wpadnie w kłopoty. Hubert odwiedza w szpitalu Lucynę, a gdy na miejscu zjawia się wściekły o oddanie udziałów na Zacisznej Wilk, między mężczyznami wybucha kłótnia.

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Weronika wybiera się na komendę, gdzie z Eweliną ma uzyskać zakaz zbliżania się Kalskiego. Gdy Lew wyjeżdża z Kacprem z domu, wpada tam agresywny Greg! Żąda, by Weronika powiedziała mu, gdzie jest jego żona. Szarpie i odpycha Roztocką – ta uderza głową o schody i traci przytomność! Kalski nawet nie wzywa karetki!!!

Robert, zaniepokojony nieobecnością Weroniki na komendzie, już jest przy jej domu.



G. 22:25

KLANGOR

TVP 1



Głośny polski serial kryminalny z 2021 roku. Fabuła serii przenosi widzów do Świnoujścia, gdzie w malowniczej atmosferze jesteśmy świadkami rodzinnych tragedii, mieszających się z miejscową aferą kryminalną. Z jednej strony ucieczka z więzienia groźnego przestępcy, z drugiej zaginięcie nastoletniej córki głównego bohatera. To dość sporo, jak na dotychczasowe, raczej spokojne, życie więziennego psychologa. Już nic w jego rodzinie oraz życiu nigdy nie będzie takie samo. Ojciec desperacko rozpoczyna poszukiwania na własną rękę. Dramatyczną sytuację jego rodziny pogłębia kryzys ich wzajemnych relacji, niezrozumienia, emocjonalnego dystansu i braku więzi. Tymczasem wokół sprawy narasta zmowa milczenia.

Serial jest bardzo dobrze obsadzony. Arkadiusz Jakubik i Maja Ostaszewska to swoista gwarancja jakości. Jest też Wojciech Mecwaldowski, który wykreował bohatera, któremu w żaden sposób nie jest do śmiechu. W serialu grają też młodzi katorzy. Maciej Musiał tworzy bardzo niejednoznacznego bohatera, a jeszcze ciekawsze zdają się być serialowe siostry, w której wcielają się Matylda Giegżno oraz Katarzyna Gałązka.

G. 21:40

Zdrada

Polsat

Patryk informuje Julię, że mecenas Paweł Kamiński trafił do aresztu z podejrzeniem zabójstwa prostytutki. Prokurator mówi żonie, że jest zadowolony, bo wreszcie Julia będzie bezpieczna – rodzina Czarcińskich to niebezpieczni ludzie. Julia jest w szoku, nie może uwierzyć, że Paweł mógł kogoś zamordować. On z kolei już wie, że pogrążył go swoimi fałszywymi zeznaniami sam Hubert Czarciński. Domyśla się, że stoi za tym fakt, że zdradził jego córkę, ale nie może zrozumieć, dlaczego płaci aż tak wysoką cenę. Nie zna sekretnego porozumienie, jakie zawarli przeciw niemu Patryk i Hubert. Porozumienia, w wyniku którego Bartek odzyskał wolność.

Marek wychodzi ze szpitala, a Eliza odwiedza męża regularnie w areszcie. Gosia dowiaduje się o okolicznościach, w jakich jej brat został ugodzony nożem.



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Po zakończeniu stażu na kardiologii Wiktor trafił do ratownictwa, a Natalia na oddział neurochirurgii. Natalia, stażystka, daje Kai karteczkę z adresem, prosi, żeby go sprawdziła, to chodzi o Wiktora...

Kasia, Zyta i Marta spotykają się na szybkim wspólnym obiedzie w szpitalnym barku. Marta chwali się, że wybrała przyjaciółkom sukienki druhen na ślub. Dołącza do nich Kaja, w pełni szczęścia. Maciek Bilewicz na czas rehabilitacji jest w domu i zajmuje się dziećmi.

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Mariolka wodzi tęsknym wzrokiem za Krystianem. Bierze dyżury wtedy, kiedy on też dyżuruje. Daga szybko odkrywa zamiary koleżanki i jeszcze szybciej sprowadza ją na ziemię – nie ma co liczyć na zainteresowanie szefa. Rzeczywiście, Krystian zdaje się zupełnie nie zauważać Mariolki.

Tymczasem drugi zamach na życie Elizy stawia policję na nogi. Świder wyrzuca sobie, że nie pilnował Elizy na okrągło. Tym razem nie zamierza odpuścić, póki nie dorwie Darka.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

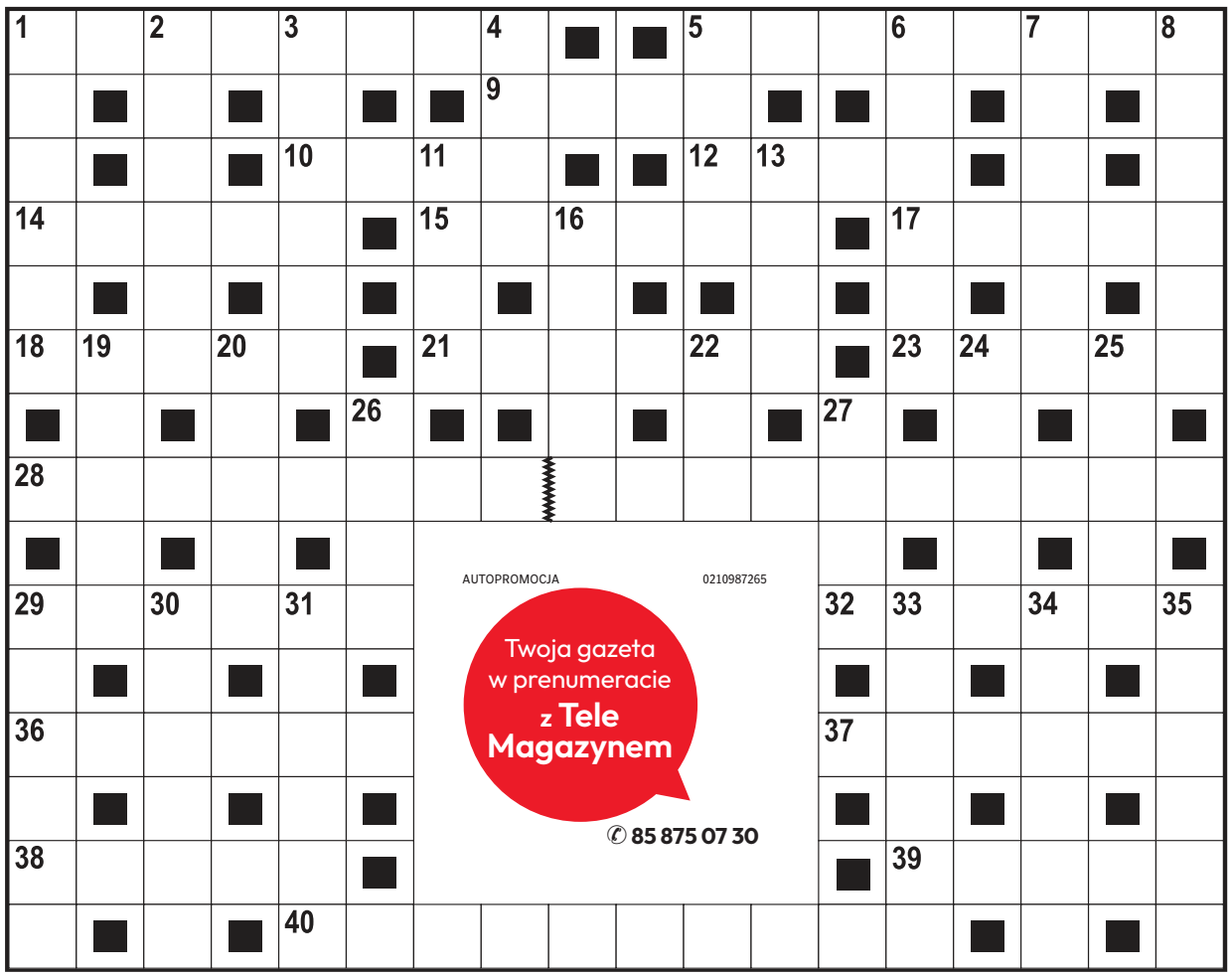
KRZYŻÓWKA NR 175

Poziomo:

1) Hanna, śpiewała „W moim magicznym domu”,
5) mieszkanie urządzone pod zadaszeniem,
9) starogrecki szczyt rozwoju,
10) Donald, Prezes Rady Ministrów,
12) siatkarski klub z Bełchatowa,
14) sygnał do działania,
15) główna jednostka siły,
17) Jessica, zagrała w filmie „King Kong”,
18) nagły, mimowolny skurcz mieśni,
21) dodatkowe obciążenie statku,
23) Hugh, aktor z filmu „Notting Hill”,
28) sienkiewiczowski rycerz z Zerwikapturem,
29) stołówka leśnej zwierzyny,
32) Omar, aktor z melodramatu „Doktor Żywago”,
36) urząd władcy w krajach muzułmańskiego wschodu,
37) kobiece stroje, ciuszki,
38) film w reżyserii Andrzeja Wajdy,
39) niewielka porcja energii,
40) harcerski biwak lub kemping.

Pionowo:

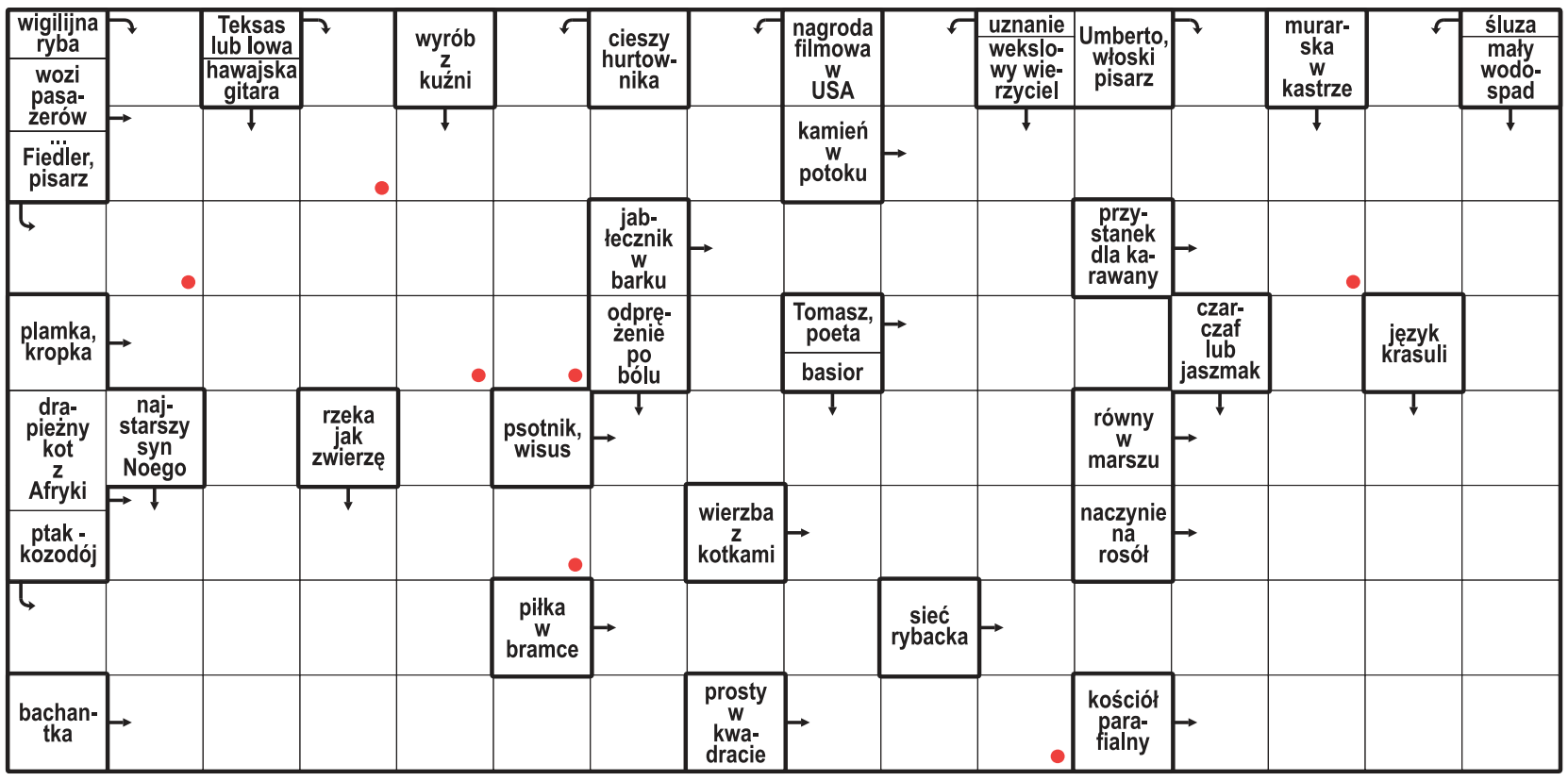
1) rzymski bóg wina, płodności i dzikiej natury,
2) kurza producentka jaj,
3) silny wiatr nad morzem,
4) drzewo owocowe, śliwodaktyl,
5) jednostka monetarna Meksyku,
6) rozmowa dwóch osób,
7) możliwość osiągnięcia sukcesu,
8) imię autora powieści „Komu bije dzwon”,
11) bezkrytycznie naśladuje modne trendy,
13) potocznie o małym chłopcu, szkrab,
16) wypoczynkowy lub okolicznościowy,
19) broń biblijnego Dawida,
20) wąski pas ziemi uprawnej,
22) organ wymiaru sprawiedliwości,
24) krach majątkowy, bankructwo,
25) zapiski z treści wykładu,
26) wodny na banknocie,
27) owczarek alzacki lub terier,
29) Wisława Szymborska lub Ewa Lipska,
30) działowa w mieszkaniu,
31) uchwyt przy stole ślusarskim,
33) Marek, autor powieści „Ósmy dzień tygodnia”,
34) kres jedności partii,
35) broń myśliwska, fuzja.



ROZWIĄZANIE NR 174

C	H	A	Ł	T	U	R	A	■	■	O	W	I	D	I	U	S	Z	
Z	■	N	■	A	■	■	K	A	I	R	■	■	Z	■	P	■	G	
Y	■	D	■	M	O	S	T	■	■	L	O	R	I	■	A	■	R	
Ż	A	R	N	A	■	Z	A	S	T	Ę	P	■	W	I	D	Ł	Y	
Y	■	E	■	R	■	Y	■	A	■	■	Ó	■	A	■	E	■	W	
K	R	A	S	A	■	K	O	N	T	U	R	■	K	O	K	S	A	
■	U	■	Z	■	O	■	■	I	■	L	■	I	■	R	■	Ł	■	
T	I	M	O	T	H	Y	P	E	T	E	R	D	A	L	T	O	N	
■	N	■	S	■	I							E	■	E	■	I	■	
C	Y	G	A	R	O							A	R	N	I	K	A	
Y	■	A	■	A	■							■	O	■	M	■	Z	
K	O	L	U	M	B							S	K	I	B	O	B	
L	■	A	■	Z	■							■	O	■	R	■	E	
O	G	N	I	E	■							■	S	T	Y	K	S	
P	■	T	■	S	A	N	D	O	M	I	E	R	Z	■	K	■	T	

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: TRAKTAT.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wrażliwość pomoże Ci zrozumieć innych. Horoskop dzienny wróży, że miły gest wróci do Ciebie szybko.

Ryby (19.02 - 20.03)
Nieszablonowy pomysł zyska poparcie. Horoskop na dziś wróży, że inspirujące spotkanie doda Ci energii.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie uznanie. Horoskop dzienny na czwartek zapowiada, że wszystko Ci się uda.

Byk (20.04 - 20.05)
Optymizm przyciągnie życzliwych ludzi. Horoskop dzienny mówi, że aktywność doda Ci sił do działania.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja wskaże dobrą drogę. Horoskop na dziś zapowiada, że odwaga pozwoli wykorzystać szansę.

Rak (22.06 - 22.07)
Precyzja da efekty. Horoskop dzienny na czwartek mówi, że cierpliwość pomoże skończyć ważne zadanie.

Lew (23.07 - 22.08)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop dzienny wróży, że drobny sukces poprawi Ci nastrój.

Panna (23.08 - 22.09)
Domowe sprawy ułożą się korzystnie. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji i zachować spokój.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowa wiadomość zainspiruje działanie. Horoskop dzienny na czwartek wróży, że spotkanie wniesie dobre pomysły.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Spokojne tempo pomoże uporządkować sprawy. Horoskop dzienny mówi, że dobry plan da Ci pewność siebie.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Odważny krok otworzy nowe możliwości. Horoskop na dziś mówi, że życzliwa rozmowa doda Ci mocy.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Harmonia w relacjach doda energii. Horoskop dzienny na czwartek mówi, że rozmowa rozwieje wątpliwości.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

PIŁKA NOŻNA

Polska w trudnej sytuacji przed losowaniem Euro 2028

Bartosz Głąb

Reprezentacja Polski po ostatnich meczach Ligi Narodów mocno skomplikowała swoją sytuację w kontekście grudniowego losowania grup eliminacji Euro 2028. Biało-Czerwoni prawdopodobnie będą losowani dopiero z 3. koszyka, co mocno utrudni awans na turniej.



FOT. ADAM JANKOWSKI/POLSKA PRESS

Reprezentacja Polski przed losowaniem Euro '28 wciąż ma szanse na awans do 2. koszyka, ale musi wygrać 2 mecze i liczyć na dobry układ

Przed listopadowymi meczami, które kończą rywalizację w fazie grupowej Ligi Narodów, Polacy zajmują dopiero 3. miejsce w swojej grupie. A to oznacza, że Biało-Czerwoni zostaną umieszczeni w 3. koszyku przed losowaniem Euro, które odbędzie się w 2028 roku w Wielkiej Brytanii.

Reprezentacja Polski wciąż jednak może „wskoczyć" do 2. koszyka, jeśli na koniec Ligi Narodów zajmie 1. lub 2. miejsce w swojej grupie. Na to pierwsze szans już praktycznie nie ma, bo prowadząca w tabeli Szwecja ma 6 punktów więcej od podopiecznych Jana Urbana, a pod koniec września wygrała z nami 3:1. Czyli - żeby wyprzedzić Szwedów - musielibyśmy zgarnąć komplet 6 punktów, osiągnąć w bezpośrednim meczu wyższe zwycięstwo, niż ponieśliśmy porażkę oraz liczyć, że nasi rywale przegrają także wcześniejszy mecz z Bośnią i Hercegowiną. W teorii jest to realne, ale niestety mało prawdopodobne.

Jak wygląda natomiast scenariusz na zajęcie 2. miejsca w grupie, na którym obecnie plasuje się wspomniana Bośnia i Hercegowina? Wciąż musimy wygrać oba mecze, a Bośniacy mogą zdobyć maksymalnie 1 punkt w dwóch listopadowych spotkaniach. Scenariusz, w którym notujemy dwa remisy lub tylko jedno zwycięstwo, przekreśli nasze szanse na wyprzedzenie rywali z Bałkanów w tabeli.

Zajęcie 3. miejsca w grupie (lub 4.) mocno skomplikuje walkę o mistrzostwa Europy, a chyba nikt nie wyobraża sobie, by reprezentacja Polski po raz drugi z rzędu nie zagrała na wielkim turnieju. Losowanie z 3. koszyka oznacza, że będziemy walczyć z dwoma teoretycznie znacznie lepszymi od siebie przeciwnikami.

- Myślę, że największe znaczenie będzie miało losowanie. Możemy znaleźć się w drugim koszyku, a następnie wylosować z trzeciego taką reprezentację, która nie będzie nam odpowiadała. Wciąż mamy jednak szansę na drugi koszyk i przed nami jeszcze dwa mecze Ligi Narodów. Mam nadzieję, że zdobędziemy w nich punkty, które nam w tym pomogą. Cały czas wierzymy, że uda nam się znaleźć w drugim koszyku. Dopiero po losowaniu będzie można powiedzieć coś bardziej konkretnego - podkreślił Robert Lewandowski na konferencji prasowej, zapytany o losowanie, które odbędzie się w Belfaście 6 grudnia.

W losowaniu zostanie wyłonionych 12 grup eliminacyjnych - po 6 z pięcioma oraz czterema zespołami. Bezpośredni awans do turnieju finałowego wywalczą zwycięzcy każdej z grup, a także 8 najlepszych ekip z drugich miejsc.

W barażach o Euro 2028 zagrają cztery najsłabsze drużyny z drugich miejsc w grupach eliminacyjnych oraz najwyżej sklasyfikowani zwycięzcy grup Ligi Narodów 2026/2027, którzy nie wywalczą awansu na mistrzostwa Europy.

Warto też zaznaczyć, że po raz pierwszy w historii wszyscy gospodarze Euro 2028 będą musieli walczyć o awans do turnieju w eliminacjach. UEFA gwarantuje udział minimum dwóch gospodarzy w turnieju w przypadku, gdyby żadna lub tylko jedna z czterech reprezentacji wywalczyła awans poprzez eliminacje.

PIŁKA NOŻNA

Sensacyjne wieści z Niemiec! Real Madryt idzie po Marcela Regułę

Bartosz Głąb

We wtorkowy wieczór w niemieckich mediach pojawiła się informacja, że Marcel Reguła, który w zimowym oknie transferowym miał stać się bohaterem wielkiego transferu do Borussii Dortmund, może powędrować w zupełnie innym kierunku. I to jakim!

Okazuje się, że młodego Polaka niemieckiemu gigantowi chce zwędzić sprzed nosa... Real Madryt. Reguła w letnim oknie transferowym był o krok od przenosin do Borussii Dortmund. Niestety, w ostatniej chwili Niemcy postawili wypożyczyć Nigeryjczyka Ethana Nwaneriego z londyńskiego Arsenalu i Polak musiał obejść się smakiem.

BVB „klepnąć" transfer ma zimą, ale czy tak się rzeczywiście stanie, tego nie wiemy, zwłaszcza że teraz do walki o 20-latka włączył się Real Madryt. Jak informuje portal fussballdaten.de, Jose Mourinho bardzo ceni ofensywnego pomocnika Zagłębia Lubin i chciał go mieć u siebie jeszcze podczas pracy w portugalskiej Benfice Lizbona. Teraz, mimo przejęcia Królewskich, nie zrezygnował z chęci pozyskania zawodnika z Polski.

Ile Zagłębie Lubin może zarobić na sprzedaży Marcela Reguły? Według medialnych doniesień z sierpnia i września bieżącego roku Borussia Dortmund miała zapłacić kwotę w wysokości około 8-10 mln euro. Jeśli doniesienia o chęci sprowadzenia Polaka przez hiszpańskiego giganta są prawdziwe, ta kwota powinna znacząco wzrosnąć, niezależnie od finalnego kierunku transferu Polaka.

Po bardzo gorącym i emocjonującym lecie wokół już reprezentanta Polski zapowiada się także bardzo interesująca zima, która przyniesie wielki transfer. Czy będzie to Borussia Dortmund, a może faktycznie wielki Real Madryt? Tego dowiemy się najprawdopodobniej już w styczniu, kiedy wystartuje zimowe okno transferowe.



FOT. SYLWIA DĄBROWA/POLSKA PRESS

Już wkrótce powinno dojść do spektakularnego transferu Marcela Reguły. Czy będzie to Borussia czy Real, przekonamy się już w zimie

TENIS

Maja Chwalińska nie zagra dla reprezentacji Polski we Włocławku

Zbigniew Czyż

Maja Chwalińska (12. WTA) nie wystąpi w reprezentacji Polski w meczu ze Szwecją o awans do przyszłorocznych kwalifikacji Billie Jean King Cup. Polka poinformowała, że wciąż zmaga się z problemami zdrowotnymi.

Mecz Polska – Szwecja zaplanowany jest na 20-21 listopada we Włocławku. To spore osłabienie polskiej kadry, bo Chwalińska, która w końcówce tego seznu spisywała się bardzo dobrze, miała być liderką reprezentacji.

„Po długim namyśle podjęłam trudną dla mnie decyzję o rezygnacji z udziału w tegorocznym Billie Jean King Cup we Włocławku. Za mną bardzo intensywny sezon – zarówno pod względem fizycznym, jak i mentalnym. Wciąż zmagam się z problemami zdrowotnymi i choć sercem bardzo chciałabym być na korcie, rywalizować i reprezentować swój kraj, wiem, że na ten moment nie jestem jeszcze gotowa, by dać z siebie 100 procent. To zdecydowanie nie jest dla mnie łatwa decyzja, ale czasami najważniejsze jest, by posłuchać swojego organizmu i dać sobie tyle czasu, ile potrzeba, aby w pełni wrócić do zdrowia i formy. Dziękuję wszystkim za wyrozumiałość, wsparcie i dobre słowa. Nieustannie pracuję nad tym, by jak najszybciej wrócić do pełni sił" – przekazała Chwalińska w mediach społecznościowych.

Już wcześniej z występu z orzełkiem na piersi we Włocławku zrezygnowała Iga Świątek, a także Magdalena Fręch i magda Linette, a więc cztery aktualnie najlepsze polskie tenisistki. Na razie, nie wiadomo, czy ktoś zastąpi Maję Chwalińską. W kadrze, której kapitanem jest Dawid Celt pozostają: Katarzyna Kawa, Martyna Kubka, Linda Klimovicova i Weronika Falkowska. Zmian w drużynie na starcie we Włocławku można dokonać do 19 listopada.

Reprezentacja Szwecji do spotkania z Polską zgłosiła Kajsę Rinaldo Persson, Caijsę Hennemann, Lisę Zaar, Leę Nilsson oraz Lineę Bajraliu. Mimo sporych osłabień w polskiej drużynie, nasze tenisistki i tak będą faworytkami konfrontacji. Najlepszą szwedzką singlistką jest notowana dopiero na 227. miejscu w rankingu WTA Rinaldo Persson. Zespół, który wygra ten mecz, zagra o awans do turnieju finałowego Billie Jean King Cup w kwietniu przyszłego roku.

eprasa.pl 0f86d3cfc5

SPORT

W pierwszej lidze futsalu BAF Bonito Białystok zremisowało na wyjeździe z A Seree Tee Krotoszyn 3:3.

PIŁKA NOŻNA

A w klasie okręgowej bez zmian

Mariusz Klimaszewski

W klasie okręgowej bez większych zmian. Trzy najlepsze drużyny z kompletem punktów.

Wyniki 14. kolejki:

Wigry II Suwałki - Sokół 1946 Sokółka 1:1 (0:1). Bramki: Szymon Jóźwik 63 - Radosław Zubrzycki 33.

Auto-Majster CSP Unia 1976 Ciechanowiec - GKS Gródek 3:0 (1:0). Bramki: Jakub Kaliszczyk 28, Paweł Brokowski 70, Marcin Jamiołkowski 72.

MOSP Białystok - Sparta 1951 Szepietowo 4:1 (2:0). Bramki: Dominik Niemyjski 34, Kamil Zalewski 13, 50, Franciszek Komosiński 57 - Patryk Margol 66.

Narew Choroszcz - KS II Wasilków 1:4 (1:1). Bramki: Jakub Lenczewski 8 - Damian Toczydłowski 90, Piotr Bondziul 78, Damian Zubowski 11, 50.

Pogoń Łapy - Orzeł Kolno 1:3 (0:3). Bramki: Piotr Hryniuk 22 - Patryk Banach 5, Karol Domurat 31, 37.

Cresovia Siemiatycze - Puszcza Hajnówka 5:2

Rudnia Zabłudów - Jagiellonia III Białystok 0:3 (0:1). Bramki: Konrad Sobolewski 14, 53, Jakub Wołosik 63.

Sparta Augustów - Orlęta Czyżew 1:1 (1:0). Bramki: Konrad Radzikowski 29 - Kamil Stankiewicz 81.

1. KS II Wasilków	14	36	52-16
2. MOSP Białystok	14	34	43-17
3. Jagiellonia III Białystok	13	32	94-18
4. Orlęta Czyżew	15	27	49-32
5. Wigry II Suwałki	15	26	39-20
6. Orzeł Kolno	14	25	34-29
7. Unia 1976 Ciechanowiec	14	25	32-42
8. Pogoń Łapy	14	20	27-26
9. Cresovia Siemiatycze	14	19	32-45
10. Rudnia Zabłudów	14	16	14-27
11. Sparta Augustów	14	15	25-31
12. Sokół 1946 Sokółka	13	14	23-28
13. Narew Choroszcz	14	9	16-46
14. Puszcza Hajnówka	14	8	10-59
15. Sparta 1951 Szepietowo	14	7	12-41
16. GKS Gródek	14	6	6-31

ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI NA SPORTOWO

Biało-Czerwony tłum pobiegł ulicami Białegostoku

Tegoroczna edycja „Biegnę dla Niepodległej" była wyjątkowa. W biegu wzięła udział rekordowa liczba blisko 5 tysięcy osób

Mariusz Klimaszewski

Tegoroczna edycja okazała się być rekordowa pod względem frekwencji. W programie „Biegu dla Niepodległej", organizowanej przez Fundację Białystok Biega, znalazły się tradycyjne biegi dla dzieci, symboliczny dystans 1918 metrów, bieg główny na 10 kilometrów oraz marsz na 4,5 km.

Pierwszy linię mety biegu na 10 km przekroczył Peter Wanyoike z Kenii - 30:10. Najlepszy z Polaków był czwarty Andrzej Leończuk 31:23.

Wśród kobiet triumfowała także biegaczka z Kenii Dolphine Nyagaka z czasem 34:27. Najlepsza z Polek była trzecia Katarzyna Jankowska 34:54.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Uczestnicy „Biegnę dla Niepodległej" w biało-czerwonych strojach pokonywali trasę w centrum Białegostoku w radosnej atmosferze Święta Niepodległości



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

KOSZYKÓWKA - II LIGA MEĘŻCZYZN

Koszykarze Żubrów Abakus Okna zmietli z parkietu kolejnego rywala

Mariusz Klimaszewski

Żubry Abakus Okna Białystok kontynuują serię zwycięstw. Tur Basket Bielsk Podlaski nadal ma problemy i przegrał pod wodzą nowego trenera.

Nie udał się debiut Bartłomieja Wróblewskiego w roli nowego trenera Tura Basket Bielsk Podlaski. Jego zespół przegrał na własnym parkiecie ze Zniczem Pruszków 65:83. Bielszczanie nieznacznie przegrywali po pierwszej połowie 36:37. W trzeciej kwarcie goście uzyskali przewagę 5 punktów. Niestety, w czwartej kwarcie goście zupełnie zdominowali gospodarzy pokonując Tura 83:65.

Żubry Abakus Okna Białystok w dalszym ciągu mają problemy związane z kontuzjami swoich koszykarzy. Jednak nie wypłynęły one na ostatni mecz, w którym Białostoczanie rozbili na wyjeździe PKK 99 Pabianice 100:58.

W kolejnych meczach II ligi koszykarzy Żubry Abakus Okna Białystok zagrają u siebie z Sokołem Ostrów Mazowiecka (godz. 17.00), a Tur Basket Bielsk Podlaski z AZS AWF Warszawa (godz. 16). Oba mecze w niedzielę, 15.11.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Koszykarze Żubrów kompletują zwycięstwa w II lidze

PKK 99 Pabianice - Żubry Abakus Okna Białystok 58:100 (13:23, 13:25, 17:24, 15:18).

Żubry Abakus Okna: Mateusz Czempiel 16, Dawid Dawdo 6, Przemysław Kociszewski 7, Cezary Zabrocki 13, Kacper Mąkowski 11, Jakub Sadowski 17, Maciej Siemieńczuk 7, Maciej Kurzyna 9, Łukasz Kuczyński 14.

Tur Basket Bielsk Podlaski - Znicz Basket Pruszków 65:83 (15:24, 21:13, 20:25, 9:21).

Tur Basket: Mateusz Fatz 15, Patryk Milewski 12, Aaron Weres 10, Eryk Gąsiński 8, Mikołaj Krakowiak 7, Kamil Kisiel 6, Piotr Bobka 5, Piotr Łucka 2, Jakub Grigoruk, Kacper Jakuć.

KRÓTKO Z LIGOWYCH BOISK

Piłka ręczna

Wyjazdowa wygrana SBR Podlasie

Piłkarze ręczni SBR Podlasie Nowe Piekuty pokonali na wyjeździe w I lidze UKS Hagard Strzałkowo 42:34 (24:16).

UKS Hagard Strzałkowo– SBR Podlasie Nowe Piekuty 34:42 (16:24)

Bramki dla SBR Podlasie zdobyli: Szczepański 7, Naghavialhosseini 6, Jurgilewicz 6, Kulesza 5, Rząca 5, Tadysiak 4, Semeniuk 4, Dąbrowski 2, Niedźwiecki 2, Szendzielorz 1.

W tabeli SBR Podlasie Białystok zajmuje 8. miejsce z dorobkiem 12 punktów. Liderem jest Grot Anilana Łódź - 22 pkt.

Piłka ręczna

Wyrównany mecz KPR Białystok

Drużyna KPR Białystok dzielnie walczyła w I lidze z SPR Handball Rzeszów. Jednak po wyrównanym meczu przegrała 24:29. Bramki dla KPR Białystok zdobyły: Julia Stypułkowska 9, Agnieszka Wasilewska 4, Nikola Tyszkiewicz 3, Aleksandra Łabieniec 2, Wiktoria Rutkowska 2, Amanda Szymborska 2, Palina Trayan 1, Zuzanna Jasińska 1.

KPR Białystok w tabeli zajmuje 9 miejsce z dorobkiem 2 punktów. Liderem jest JKS San Jarosław - 15 pkt.

Koszykówka

Derby dla PGE AK Młode Żubry

W derbowym meczu II ligi kobiet PGE AK Młode Żubry pokonały Novaclear Batory Białystok 84:58 (17:14, 27:14, 24:15, 16:15).

Novaclear: Brzozowska 22, Rapucha 11, Leszczyńska 5, Koperwas 4, Popławska 4, Urbaniak 4, Stokowska 4, Giermaniuk 2, Galent 1, Kosobudzka 1.

Młode Żubry: Suchodolska 22, Jurczewska 13, Kondrusik 9, Kujawa 8, Porzezińska 7, Herman 7, Wójcik 6, Jabłokow 5, Lewandowska 3, Żukowska 2, Tryburska 2.

Siatkówka

Wygrane REA CIRRO BAS i Necko Augustów

Siatkarze REA CIRRO BAS Białystok pokonali w drugoligowym meczu na wyjeździe MOS Wola Tramwaje Warszawskie 3:1 (25:22, 25:16, 17:25, 25:21).

Natomiast siatkarze KS Necko Agistów wygrali z MTS Międzyrzec Podlaski 3:1 (21:17, 20:25, 25:13, 25:19).

Siatkówka

Zwycięstwo TPS Bielsk Podlaski

W drugoligowym spotkaniu siatkarek TPS Bielsk Podlaski wygrał z ŁKS II AZS Łódź 3:1 (25:14, 25:13, 23:25, 25:21).

(mark)

eprasa.pl 0f86d3cfc5