DZIŚ SPORTOWY24

JAGIELLONIA BEZSILNA POD WAWELEM

PORAŻKA ŻÓŁTO-CZERWONYCH Z WISŁĄ KRAKÓW 0:2

Nr ISSN 0866-9511
Nr indeksu 350354

www.poranny.pl

Nr 178 (10826) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Poniedziałek, 14.09.2026

36 lat

Kurier Poranny



FOT. EWELINA ZGIET

Uroczysta przysięga wojskowa ochotników

Niemal stu żołnierzy dobrowolnej zasadniczej służby wojskowej z 18. Białostockiego Pułku Rozpoznawczego złożyło w sobotę na Rynku Kościuszki przysięgę wojskową. Uroczystość była zwieńczeniem podstawowego szkolenia i początkiem dalszej drogi w służbie dla kraju. Na uroczystość przybyły rodziny, bliscy, zaproszeni goście oraz przedstawiciele władz. Żołnierze złożyli uroczyste zobowiązanie do wiernej służby Rzeczypospolitej Polskiej, obrony jej niepodległości i granic oraz stania na straży honoru polskiego żołnierza. Dowódcą uroczystości był czasowo pełniący obowiązki ppłk. Tomasz Fuk, który zwracając się do nowo zaprzysiężonych żołnierzy, podkreślił znaczenie słów wojskowej przysięgi, odpowiedzialność wynikającą z noszenia munduru oraz wartości, które powinny towarzyszyć żołnierzowi każdego dnia służby. Życzył im wytrwałości, satysfakcji ze służby oraz powodzenia podczas kolejnych etapów wojskowego szkolenia. Uroczysta przysięga żołnierzy dobrowolnej zasadniczej służby wojskowej była zwieńczeniem III turnusu Wakacji z Wojskiem. opr. (ADEK)

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Region

Protest maszynistów. Pociągi zwalniały do 20 km/h

Piątkowa ogólnopolska akcja miała zwrócić uwagę na bezpieczeństwo na przejazdach kolejowo-drogowych
– Str. 3

Drewno, las i nowoczesna architektura. Tak ma wyglądać Centrum Sztuki i Nauki o Drewnie Xylopolis, które powstanie w Hajnówce **– Str. 5**

To był tydzień pod znakiem profilaktyki. Pięć podlaskich miejscowości odwiedził dermobus
– Str. 7

Ochrona zdrowia

Dwa szpitale chcą konsolidacji z USK

Magdalena Kleban

Nie pomógł marszałek województwa Łukasz Prokorym, który w piątkowy poranek tuż przed głosowaniem próbował przekonać radnych z Knyszyna, by wybrali współpracę z wojewódzkim szpitalem w Białymstoku. Ani wicemarszałek Wiesława Burnos, która też się stawiła na sesji i prosiła o głosy zaŚniadecją. Radni z Knyszyna, podobnie jak samorządowcy z Moniek, chcą konsolidacji z USK.

11 września w czasie sesji Rady Gminy w Knyszynie nie było dyskusji ani zadawania pytań. Nic dziwnego, ponieważ już minione środa i czwartek upłynęły radnym na drobiazgowym porównywaniu Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego i Śniadecji oraz tego co mają do zaproponowania ich jednostce. W piątek zdecydowaną większością głosów 13 radnych przy dwóch wstrzymujących się - zagłosowano za przyjęciem uchwały intencyjnej i rozpoczęciu formalnych rozmów o połączeniu z USK w Białymstoku.

Jeszcze bardziej spektakularnie wyglądało głosowanie w tej sprawie radnych powiatowych w Mońkach - tam w czwartek 10 września, podjęto uchwałę intencyjną jednogłośnie.

- To świadczy o tym jak bardzo mamy odpowiedzialnych radnych. Wszystkim na zależy na dobru tego szpitala i zabezpieczeniu potrzeb mieszkańców. Rozmowy z przedstawicielami UMB i USK nas przekonały i wierzymy, że to jest dla nas najlepsze - mówi Joanna Kitlas, starosta moniecki. - Jednocześnie chciałabym podkreślić, że uchwała intencyjna jedynie rozpoczyna rzeczowe rozmowy w sprawie połączenia, teraz czekają i nas, i drugą stronę, głębokie analizy medyczne i ekonomiczne.

Do konsolidacji zachęca program Ministerstwa Zdrowia. Do pozyskania jest nawet 100% finansowania kosztów inwestycji (bez wkładu własnego), w tym na modernizację i doposażenie: do 20 mln zł dla konsolidacji wewnątrzpodmiotowej i do 70 mln zł dla międzypodmiotowej.

O połączenie z placówką w Knyszynie walczyła i Śniadecja (która obiecała 5 mln na najpilniejsze potrzeby szpitala w Knyszynie) i USK. Szpital kliniczny jednak przekonał przede wszystkim swoją sytuacją finansową i zapewnieniem, że nie będzie zwolnień, ani przenoszenia pracowników do Białegostoku.

- Nasza interna, ZOL, opieka nocna i świąteczna - też mają być zachowane - wyjaśniał burmistrz Krzysztof Chowański. - Rozmawialiśmy też o poradniach: kardiologicznej, neurologicznej, okulistycznej, endokrynologicznej.

Decyzje w sprawie konsolidacji mogą wpłynąć na to, jak będzie wyglądać przyszłość powiatowych szpitali, które borykają się z coraz większymi problemami - z których braki specjalistów, słabe ryczałty i brak wypłat z NFZ za nadwykonania powodują, że ich prowadzenie dla powiatów staje się coraz trudniejsze. Co ciekawe, zazwyczaj te jednostki są świetnie wyposażone, bo samorządy nie szczędzą na to środków. Sam sprzęt jednak nie leczy ludzi - dlatego kiedy UMB i USK wraz ze swoim przebogatym zasobem kadrowym i dydaktycznym zgłosiły się do władz gminy Knyszyn i powiatu monieckiego z propozycją konsolidacji - przyjęto to z zainteresowaniem i rozpoczęto rozmowy.

- Teraz będzie pracował zespół do spraw konsolidacji, musimy połączyć wszystkie elementy i to tak, żeby na żadnym etapie pacjenci tego nie odczuli - mówi prof. dr hab. Jan Kochanowicz, dyrektor USK w Białymstoku. - Pamiętajmy, że to praca na tzw. „żywym organizmie", poradnie nieprzerwanie pracują, tak samo oddziały - to wszystko trzeba będzie skoordynować.

Program ministerialny zakłada, że niezbędne dokumenty należy złożyć do końca października.

eprasa.pl 29b5001d2b

POLECAMY

JUTRO: Podwyżka płacy minimalnej ŚRODA: Grypa i RSV uderzą jesienią. Uwaga na wirusy

14.09.2026 Poniedziałek

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
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Elżbieta Żuraw
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

14 września 2026

Dziś 257. dzień roku.
Do końca roku pozostały 108 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 6.00, zachód o godzinie 18.45. Dzień będzie trwać 12 godzin i 45 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 roku dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 4 godziny i 12 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 5 godzin i 11 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Roksana, Bernard, Szymon

KALENDARIUM

1309
Malborski zamek został siedzibą wielkiego mistrza, a Malbork stolicą zakonu krzyżackiego.

2003
Obywatele Szwecji odrzucili w referendum możliwość zastąpienia korony szwedzkiej wspólną europejską walutą euro.

1901
Zmarł ranny w zamachu z 6 września prezydent USA William McKinley. Jego następcą został dotychczasowy wiceprezydent Theodore Roosevelt.

2005
Włodzimierz Cimoszewicz wycofał się ze startu w wyborach prezydenckich.

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
17°C/12°C	18°C/13°C	17°C/12°C

REGION

Powołano Podlaską Radę Długowieczności

opr. (R)



FOT. UMWP/PAWEŁ KRUKOWSKI

Akty powołania członkom rady wręczone zostały w piątek

Ma wspierać działania na rzecz długiego życia mieszkańców regionu – w zdrowiu, sprawności i jak największej samodzielności. W piątek, 11 września, marszałek Łukasz Prokorym wręczył akty powołania członkom rady.

Województwo Podlaskie jest pierwszym samorządem w Polsce, który zdecydował się na powołanie tego typu gremium. Rada ma być interdyscyplinarną platformą współpracy ekspertów m.in. z zakresu medycyny, geriatrii, zdrowia publicznego, profilaktyki i zdrowia psychicznego.

Do jej głównych zadań należą m.in. poprawa jakości życia mieszkańców, rozwój profilaktyki i promocji zdrowia, wspieranie zdrowego starzenia się oraz promowanie aktywności fizycznej.

– Jestem przekonany, że działania rady, koncentrujące się wokół różnych pomysłów związanych z profilaktyką zdrowotną, zdrową dietą, aktywnością fizyczną i zdrowym stylem życia, przyczynią się do tego, że mieszkańcy naszego regionu będą mogli żyć coraz dłużej – podkreślił Łukasz Prokorym. Jak zaznaczył, Podlaskie ma dobry punkt wyjścia. Średnia długość życia mieszkańców regionu plasuje województwo na trzecim miejscu w kraju. – To pokazuje, że nasz region ma już w tym zakresie wiele dobrych doświadczeń. Jestem jednak przekonany, że pomysły i rekomendacje rady pozwolą nam realizować kolejne ważne cele – powiedział marszałek.

Temat długowieczności i sposobów jej wspierania ma być poruszany m.in. podczas listopadowego Forum Spójności. Rada ma również służyć doradztwem przy aktualizacji Strategii Rozwoju Województwa Podlaskiego.

Do rady powołani zostali: dr n. med. Irena Głowińska, dr hab. inż. Jolanta Koszelew, dr n. med. Ewelina Łukaszyk, Magda Rogulska, dr n. med. Natalia Sołowińska i dr n. o zdr. Paweł Sowa.

Przewodniczącą rady została dr Ewelina Łukaszyk. Zwróciła uwagę, że długowieczność wykracza dziś poza kwestie związane wyłącznie z medycyną i obejmuje także gospodarkę, technologie, edukację czy produkcję żywności.

– Gdy myślimy o długowieczności, niemal odruchowo zadajemy sobie pytanie: jak żyć dłużej? My chcemy to pytanie zadać troszeczkę inaczej: jak sprawić, aby więcej lat naszego życia było zdrowych, dobrych, szczęśliwych, sprawnych i pełnych sensu? – mówiła przewodnicząca.

ÓSMY ONKORUN W SUPRAŚLU


FOT. EWELINA ZGIET

Ok. 800 osób: pacjentów, byłych pacjentów, ich bliskich, medyków, przedstawicieli władz i organizacji na rzecz walki z rakiem, wzięło w sobotę udział w biegach OnkoRun w Supraślu. Imprezę, która odbyła się po raz ósmy, zorganizowało Białostockie Centrum Onkologii (BCO) wspólnie ze Stowarzyszeniem do Walki z Rakiem. Ideą OnkoRun jest wsparcie pacjentów, byłych pacjentów, aktywizowanie ich, pomoc w przełamywaniu barier w podejmowaniu aktywności fizycznej. W tym roku hasłem było „70 na liczniku – biegniemy dalej!”, co nawiązuje do jubileuszu BCO.

eprasa.pl 29b5001d2b

KOLEJ

Pociągi zwolniły do 20 km/h. Protest maszynistów miał zwrócić uwagę na bezpieczeństwo na przejazdach

Martyna Jurkowska

Piątkowa ogólnopolska akcja maszynistów miała zwrócić uwagę na bezpieczeństwo na przejazdach kolejowo-drogowych. Do południa, pociągi przejeżdżały przez przejazdy z prędkością nie większą niż 20 km/h. Skutkiem były opóźnienia. Na Podlasiu temat jest szczególnie aktualny – w ostatnich dniach doszło tu do kilku niebezpiecznych sytuacji z udziałem samochodów.

Akcja Związku Zawodowego Maszynistów Kolejowych była reakcją na serię niebezpiecznych zdarzeń na przejazdach kolejowo-drogowych. Impulsem była tragedia w Sokolnikach Suchych na Mazowszu. Pociąg PKP Intercity zderzył się tam z ciężarówką. Jedna z pasażerek zmarła, a część osób została poszkodowana.

– Naszym głównym priorytetem jest bezpieczeństwo. Ta akcja nie jest protestem przeciwko ludziom – mówi Grzegorz Żochowski, przewodniczący Związku Zawodowego Maszynistów Kolejowych w Białymstoku. Jak podkreśla, maszyniści od lat zwracają uwagę na zagrożenia występujące na styku kolei i ruchu drogowego: – Od lat wysyłamy pisma, apele, petycje dotyczące bezpieczeństwa, zagrożeń na torach, na przejazdach i całej sieci. Niestety, mieliśmy wrażenie, że nasz głos nie był słyszany. Po ostatnim wypadku kropla się przelała – mówi Grzegorz Żochowski. I dodaje: – Chcemy bezpiecznie dowieźć każdego pasażera, który kupił bilet, z punktu A do punktu B. Chcemy też bezpiecznie wrócić do domu.

Dla podróżnych piątkowa akcja oznaczała przede wszystkim opóźnienia. Polregio w podsumowującym komunikacie poinformowało, że do południa uruchomiło 1059 pociągów. Opóźnionych było 471, łącznie na ponad 10200 minut. Jak poinformował Karol Jakubowski, rzecznik prasowy spółki Polregio, najwięcej opóźnień wystąpiło na liniach jednotorowych m.in. w województwie podlaskim.

PKP PLK w komunikacie poinformowały, że 3 na 4 pociągi docierały do stacji docelowych zgodnie z rozkładem jazdy, a średnie opóźnienie jednego pociągu spowodowanego akcją protestacyjną wynosiło 21 minut.

Problem, o którym mówią maszyniści, nie jest na Podlasiu abstrakcją. Oto kilka zdarzeń tylko z ostatniego tygodnia. Na przejeździe w Kruszewie-Brodowie w pow. wysokomazowieckim kierowca ciężarówki z naczepą wjechał na przejazd mimo czerwonego światła. W czasie przejazdu rogatki opadły między ciągnikiem siodłowym a naczepą. W Łomży policjanci otrzymali zgłoszenie od pracowników kolei dotyczące samochodu, który znalazł się między zamkniętymi rogatkami. Na szczęście pojazd miał wystarczająco dużo miejsca, aby opuścić przejazd i nie doszło do zderzenia z pociągiem. Z kolei na obrzeżach Suwałk ciężarówka z naczepą wjechała na przejazd na trasie Suwałki–Trakiszki, w momencie gdy zbliżał się pociąg towarowy relacji Białystok–Mockava.

Zdaniem Urszuli Wysockiej-Kazberuk, białostockiej psycholog transportu i bezpieczeństwa ruchu drogowego, problem nie sprowadza się wyłącznie do samego czerwonego światła czy opuszczonych rogatek. Znaczenie ma też sposób, w jaki kierowcy na co dzień podchodzą do przepisów.

– Jesteśmy trochę przyzwyczajeni do łamania przepisów. Nie dajemy kierunkowskazów, nie zatrzymujemy się na znaku STOP, wyprzedzamy w miejscach, w których nie powinniśmy. Podejmujemy szereg decyzji, przez które przyzwyczajamy się do nierespektowania zasad – mówi.

Jak dodaje, często pojawia się przekonanie: „może się uda”, „może zdążę”, „przecież nic się nie stanie”. Czasami dodatkowo kierowców usprawiedliwiają pasażerowie, którzy mówią: „przejedziesz”: – W ten sposób dostajemy społeczne przyzwolenie na przekraczanie kolejnych granic. Problem zaczyna się wtedy, kiedy przekraczanie przepisów staje się dla nas czymś normalnym.

Zwraca uwagę także na pęd życia: – Wciąż gdzieś się spieszymy, chcemy zrobić coś szybciej, nadrobić czas. To również może prowadzić do podejmowania ryzykownych decyzji.

KRÓTKO

Łomża

Ojciec 4-latki, która spadła z 5. piętra chce walczyć o odzyskanie córki

Jak ustaliliśmy, mężczyzna złożył zażalenie na postanowienie łomżyńskiego sądu rejonowego, który w sierpniu umieścił dziecko w rodzinie zastępczej. Przypomnijmy: 9 sierpnia dziewczynka spadła z 5 piętra bloku. Dzięki sąsiadom, którzy rozpostarli na dole koc, udało się zamortyzować upadek. Dziewczynka tego dnia znajdowała się pod opieką mamy, która - jak się okazało - miała 0,7 promila alkoholu (usłyszała już z tego powodu zarzuty prokuratorskie). Dziecko trafiło na kilka dni do szpitala. Nie zakończyło to jednak całej sprawy. Już wcześniej sąd rodzinny prowadził postępowanie dotyczące tej rodziny - najpierw mama dziewczynki domagała się ograniczenia praw ojca do opieki, potem sąd wyznaczył rodzinie kuratora, a po wydarzeniach z 9 sierpnia - postanowił o tymczasowym umieszczeniu dziewczynki w instytucjonalnej pieczy zastępczej. Jednocześnie, jak dowiedzieliśmy się w Sądzie Rejonowym w Łomży, trwa zbieranie materiału dowodowego, przesłuchiwane są kolejne osoby, powołany został biegły i w połowie listopada sprawa tej rodziny ponownie stanie na wokandzie. (MK)

REKLAMA 0011577714



eprasa.pl 29b5001d2b

UMB

Dzisiaj Światowy Dzień Bezpieczeństwa Pacjenta

Magdalena Kleban

Uniwersytet Medyczny w Białymstoku włącza się w obchody Światowego Dnia Bezpieczeństwa Pacjenta (inicjatywa WHO). Dzisiaj w Pałacu Branickich odbędzie się specjalne wydarzenie poświęcone temu zagadnieniu.

Będzie można wykonać badania profilaktyczne stężenia glukozy, dowiedzieć się jak prawidłowo utylizować leki oraz wspólnie z ekspertami dokonać przeglądu zażywanych leków, zwłaszcza pod kątem ich interakcji. Specjaliści UMB czekać będą w poniedziałek w godz. 16-18 w Pałacu Branickich.

- Jako UMB po raz pierwszy włączamy się w obchody Światowego Dnia Bezpieczeństwa Pacjenta, głównie w kontekście bezpieczeństwa farmakoterapii, z prostego powodu - ponieważ pacjenci nie stosują się do zaleceń lekarzy - mówi dr hab. Mateusz Maciejczyk z Zakładu Higieny Epidemiologii i Zdrowia Środowiskowego UMB. - Jako społeczeństwo chcemy się sami leczyć, co powoduje liczne efekty uboczne i co może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych.

- Choroby przewlekłe, ze względu na coraz większą liczbę przypadków, stanowią jedno z największych wyzwań współczesnej ochrony zdrowia. Schorzenia te powodują około 80 proc. zgonów na całym świecie, natomiast w Polsce generują około 80 proc. całkowitego obciążenia zdrowotnego. Choroby te rzadko występują samodzielnie, najczęściej współistnieją ze sobą, zwiększając ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, przewlekłej choroby nerek i powikłań metabolicznych - podkreśla dr hab. Justyna Dorf z Zakładu Laboratoryjnej Diagnostyki Klinicznej UMB.

Dlatego w trakcie dzisiejszego wydarzenia odbędzie się też seria krótkich prelekcji dotyczących profilaktyki chorób metabolicznych, ich diagnostyki, zaburzeń gospodarki węglowodanowej, zaburzeń lipidowych, roli cholesterolu oraz bezpiecznej i skutecznej terapii otyłości.

STYPENDIA DLA NAJZDOLNIEJSZYCH



FOT. UM BIAŁYSTOK/JT.GWIAZDOWSKI

424 uczniów będzie w roku szkolnym 2026/2027 otrzymywać stypendia Prezydenta Miasta Białegostoku. Tadeusz Truskolaski przyznał je za wyniki w nauce, innowacyjną myśl techniczną oraz osiągnięcia w dziedzinie twórczości artystycznej. Łączna wartość przyznanego wsparcia przekracza 897 tys. zł. Uroczystość wręczenia aktów stypendialnych najzdolniejszym uczniom i absolwentom białostockich szkół odbyła się w piątek w XIV LO w Białymstoku.

– Te stypendia są inwestycją w młodych ludzi, którzy już dziś pokazują, że mają talent, pasję i odwagę, by tworzyć rozwiązania ważne dla przyszłości. Cieszę się, że możemy wspierać zarówno wybitne osiągnięcia naukowe, jak i kreatywność, działalność artystyczną oraz innowacyjne pomysły techniczne. Gratuluję wszystkim stypendystom i życzę, aby otrzymane wsparcie pomogło im w dalszym rozwijaniu swoich talentów i zainteresowań – powiedział prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski.

Najliczniejszą grupę stanowią stypendyści w dziedzinie twórczości artystycznej – 240 osób. To m.in. laureaci i finaliści konkursów, turniejów i zawodów artystycznych. 125 uczniów i absolwentów otrzymało stypendia za wyniki i osiągnięcia w nauce. Kolejnych 59 osób zostało wyróżnionych za innowacyjną myśl techniczną. opr. (R)

KRÓTKO

Inicjatywa

Podlaska Rada Kobiet zapowiada kolejne działania

Podlaska Rada Kobiet działa od października 2024 r. i liczy 45 kobiet z województwa podlaskiego. W piątek członkinie podsumowały ostatnie miesiące działalności i zdradziły najbliższe plany.

Podlaska Rada Kobiet nie ogranicza się do pojedynczych wydarzeń, ale działa w wielu projektach długofalowo, a przy tym bada potrzeby kobiet, czy też buduje partnerstwa, które następnie przekładane są na konkretne działania. Do tej pory zorganizowano m.in. projekt „W związku ze sportem" oraz 8 edycji „Bezpiecznej Podlasianki", a w planach są kolejne 4.

Izabela Siemieniako, przewodnicząca PRK zapowiedziała dalsze działania oraz zaprosiła wszystkie panie na II Kongres Białostoczanek, który odbędzie się 17 września w kinie Forum oraz na kolejne już Forum Kobiet Podlasia ph. „Perły Podlasia", które odbędzie się 17 października w Hotelu Traugutta3. - Ta jesienna edycja forum jest dedykowana głównie liderkom z naszego województwa, więc zapraszamy wszystkie panie, które chciałyby i decydują każdego dnia o działaniach innych kobiet na terenie naszego województwa - zachęca Anna Narel z PRK. **(UK)**

REKLAMA 0011568966



51. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH
21-26.09.2026 GDYNIA

ORGANIZATORZY
Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
Filmoteka Narodowa Instytut Audiowizualny
Dofinansowano ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury
POLSKI INSTYTUT SZTUKI FILMOWEJ
Współfinansowanie: Polski Instytut Sztuki Filmowej
60 lat Stowarzyszenie Filmowców Polskich
PREZYDENT MIASTA GDYNI
MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

WSPÓŁORGANIZATORZY
75 NARODOWE CENTRUM KULTURY
TVP

MECENASI
Energa GRUPA ORLEN
LOTTO

SPONSOR GŁÓWNY
INVEST KOMFORT

PARTNERZY STRATEGICZNI
Mercedes-Benz BMG Goworowski Autoryzowany dealer Mercedes-Benz
Dr Irena Eris
KGHM POLSKA MIEDŹ
PORT GDYNIA

OGÓLNOPOLSCY PATRONI MEDIALNI
TVP
Jedynka POLSKIE RADIO
Trójka POLSKIE RADIO
VOGUE
BAZAAR
FILMWEB
zwierciadło
KINO
interia
POLSKA PRESS GRUPA

LOKALNI PATRONI MEDIALNI
Radio Gdańsk
trojmiasto.pl
Dziennik Bałtycki
TVP3 GDAŃSK

PARTNERZY MEDIALNI
nam! naszemiasto.
Urody

eprasa.pl 29b5001d2b

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN 0011581636

Rekordowy budżet i liczba wniosków

25 milionów zł wesprze 441 jednostek w ramach jubileuszowej edycji programu **„ORLEN na straży”**

25. edycja programu „ORLEN na straży” to rekordowy budżet – zwiększony, względem poprzedniej edycji, z 20 do 25 mln zł – oraz największa w historii programu liczba złożonych wniosków (4351). Do programu zakwalifikowało się 441 jednostek OSP i PSP, a średnia wartość grantu wyniosła ponad 56,6 tys. zł. Pieniądze zostaną przeznaczone na specjalistyczny sprzęt, szkolenia specjalistyczne oraz wsparcie psychologiczne strażaków.

25 lat programu „ORLEN na straży”

Strażacy są obecni tam, gdzie sytuacja wymaga szybkiej reakcji, specjalistycznej wiedzy i gotowości do działania w trudnych warunkach. Wypadki drogowe, pożary, powodzie, wichury, zagrożenia chemiczne i przemysłowe – współczesne ratownictwo ma wiele twarzy. Dlatego wraz ze zmieniającym się charakterem zagrożeń zmieniają się również potrzeby jednostek. Program „ORLEN na straży” od 25 lat odpowiada na te potrzeby, wspierając Ochotnicze Straże Pożarne oraz wybrane jednostki Państwowej Straży Pożarnej.

Budżet tegorocznej, jubileuszowej edycji został zwiększony z 20 do 25 mln zł, osiągając najwyższy poziom od początku istnienia programu. Łączna wartość przyznanych grantów wyniesie 25 000 895,86 zł. Środki trafią do 441 jednostek, na które przypadnie średnio 56 691,37 zł. Skala zainteresowania tegorocznym naborem była ogromna. Do programu wpłynęły 4351 wnioski – to rekord. O ogromnej skali świadczy, że to liczba odpowiadająca niemal jednej trzeciej wszystkich jednostek OSP działających w całej Polsce.

Cztery ścieżki na różne zagrożenia

Jednym z najważniejszych założeń programu jest dopasowanie wsparcia do charakteru pracy poszczególnych jednostek. Dlatego nabór został podzielony na cztery ścieżki. Pierwsza ścieżka obejmuje ratownictwo związane z wypadkami drogowymi. Mogły z niej korzystać wyłącznie jednostki OSP włączone do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego, a maksymalna kwota grantu wynosiła 50 tys. zł. Tu przyznano 180 grantów, czyli 41 proc. wszystkich. Łączna kwota wsparcia wyniosła 8 540 944,45 zł, co odpowiada 34 proc. całego budżetu.

Druga ścieżka dotyczy ratownictwa związanego z przemysłem chemicznym, w tym sektorem gazowym i naftowym, a także instalacjami OZE obejmującymi infrastrukturę Grupy ORLEN. Mogły w niej uczestniczyć wskazane w regulaminie jednostki OSP i PSP, a maksymalna wartość grantu wynosiła 150 tys. zł. W tej kategorii przyznano 67 grantów i przypadła na nie największa część budżetu – 8 906 389,59 zł, czyli 36 proc. wszystkich przyznanych środków.

Trzecia ścieżka koncentruje się na zagrożeniach związanych ze zmianą klimatu, przede wszystkim powodziach, pożarach wielkopowierzchniowych na terenach otwartych i silnym wietrze. Wnioski w ramach tej ścieżki mogły składać OSP włączone do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego. Przyznano 139 grantów o łącznej wartości 5 452 369,17 zł – odpowiednio 32 i 22 proc. całej puli.

Czwarta ścieżka jest skierowana do OSP spoza KSR-G, zapewniając wsparcie jednostek w osiąganiu standardów Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego. Przyznano w niej 55 grantów o wartości 2 101 192,65 zł.

359 grantów dla OSP w Krajowym Systemie Ratowniczo-Gaśniczym

Największą grupę tegorocznych beneficjentów stanowią jednostki OSP włączone do KSR-G. Otrzymały 359 grantów, czyli 81 proc. wszystkich przyznanych dofinansowań. Ich łączna wartość wyniosła 19 103 259,21 zł, co stanowi 76 proc. całego budżetu. OSP spoza KSR-G otrzymały 55 grantów o wartości 2 101 192,65 zł, natomiast wybrane jednostki PSP – 27 grantów o łącznej wartości 3 796 444 zł.

Dla wielu beneficjentów tegoroczny grant był pierwszym doświadczeniem ze wsparciem w ramach programu lub innych form finansowania Fundacji ORLEN. To pokazuje, że program dociera nie tylko do jednostek od lat korzystających ze wsparcia, ale również do nowych beneficjentów.



Sprzęt przede wszystkim – ale bezpieczeństwo to coś więcej

Największa część tegorocznego budżetu – 18 680 862,23 zł, czyli 74,7 proc. – została przeznaczona na sprzęt. Nic dziwnego – odpowiednie wyposażenie bezpośrednio wpływa na możliwości działania jednostki i bezpieczeństwo ratowników. 23,4 proc. budżetu przeznaczono natomiast na szkolenia. Pozostałe środki zostaną rozdysponowane m.in. na wsparcie psychologiczne.

W planowanych szkoleniach łącznie weźmie udział 12 190 strażaków. Największą grupę – 2579 osób – stanowić będą uczestnicy warsztatów doskonalących z zakresu ratownictwa technicznego. 1711 strażaków weźmie udział w działaniach związanych ze wsparciem psychologicznym, 867 w warsztatach dotyczących gaszenia pojazdów elektrycznych i hybrydowych, a 819 w kursach Kwalifikowanej Pierwszej Pomocy.

Ważne miejsce zajmują także szkolenia odpowiadające na pojawiające się nowe wyzwania: 475 osób ma uczestniczyć w warsztatach z zakresu ratownictwa chemicznego, a 377 w zajęciach dotyczących gaszenia instalacji fotowoltaicznych.

Jakiego sprzętu najbardziej potrzebują strażacy?

Co jest dzisiaj najważniejsze dla jednostek? Po przeanalizowaniu złożonych wniosków widać, że w pierwszej ścieżce, dotyczącej ratownictwa drogowego, 45 wniosków koncentrowało się na ratownictwie technicznym i stabilizacji pojazdów. Strażacy wskazywali m.in. na potrzebę zakupu podpór, systemów stabilizacji, klinów, wsporników i poduszek wysokociśnieniowych.

W ścieżce drugiej, związanej z infrastrukturą ORLEN oraz zagrożeniami przemysłowymi, 42 wnioski dotyczyły środków ochrony indywidualnej. Wśród nich znalazły się ubrania specjalne, hełmy, rękawice, buty, aparaty ochrony dróg oddechowych, maski i kombinezony chemiczne. To zresztą szerszy trend widoczny w analizie wniosków. Jednostki szczególnie mocno koncentrowały się na bezpieczeństwie ratowników podczas działań w środowisku zagrożeń chemicznych i przemysłowych. Wnioskowano także o sprzęt łączności, urządzenia do wykrywania i identyfikacji zagrożeń chemicznych, sprzęt gaśniczy, kamery termowizyjne oraz przyczepy i moduły logistyczne.

W przypadku ścieżki trzeciej 25 wniosków dotyczyło armatury wodnej i podręcznego sprzętu gaśniczego – m.in. węży, prądownic, rozdzielaczy, hydronetek i plecaków gaśniczych. Również 25 wniosków w ścieżce czwartej dotyczyło środków ochrony indywidualnej: ubrań specjalnych, hełmów, rękawic, butów i kominiarek.

Nie tylko wozy

Ciekawą grupę stanowią projekty związane z transportem. Dofinansowano 28 projektów, w ramach których jednostki otrzymają 22 przyczepy i 6 pojazdów. Wśród przyczep największym zainteresowaniem cieszyły się te wyposażone w moduły gaśnicze, przeznaczone do działań w trudno dostępnym terenie, oraz konstrukcje służące do transportu pomp i sprzętu przeciwpowodziowego. W przypadku pojazdów dominowały lekkie samochody rozpoznawczo-operacyjne oraz samochody ratowniczo-gaśnicze.

Potrzeby strażaków nie sprowadzają się w końcu do samego wyposażenia osobistego. Liczy się także możliwość szybkiego dotarcia na miejsce zdarzenia i przetransportowania odpowiedniego sprzętu dokładnie tam, gdzie jest niezbędny.

Tegoroczna edycja programu wyraźnie podkreśla zresztą jeszcze jeden wymiar bezpieczeństwa – dobrostan samych ratowników. Strażacy uczestniczą w zdarzeniach, które mogą być obciążające nie tylko fizycznie, ale także psychicznie. Dlatego możliwość finansowania pomocy psychologicznej jest ważnym uzupełnieniem tradycyjnego modelu wsparcia i odpowiada na potrzeby sygnalizowane przez samych strażaków.

Jubileuszowa, 25. edycja programu „ORLEN na straży” pokazuje bezpieczeństwo z kilku perspektyw jednocześnie. To nowoczesny sprzęt, sprawność operacyjna, specjalistyczne kompetencje, mobilność i przygotowanie do nowych zagrożeń. Ale przede wszystkim – inwestycja w ludzi, którzy każdego dnia są pierwsi tam, gdzie ktoś potrzebuje pomocy.

eprasa.pl 29b5001d2b

KONKURS

Drewno, las i nowoczesna architektura. Tak ma wyglądać Xylopolis w Hajnówce

Tomasz Maleta

WXCA, zespół architektów z Warszawy wygrał konkurs na opracowanie koncepcji architektoniczno-budowlanej „Xylopolis" Centrum Sztuki i Nauki o Drewnie, które powstanie w Hajnówce. Laureaci otrzymali 40 tys. zł i zaproszenie do szczegółowych negocjacji w trybie udzielenia zamówienia z wolnej ręki na przygotowanie szczegółowej koncepcji.



FOT. UMWP/KAMIL TIMOSZUK

Rozstrzygnięcie konkursu na koncepcję architektoniczno-budowlaną Xylopolis. W tle zwycięski projekt

Zależało nam na harmonijnym połączeniu nowoczesnej architektury z naturalnym krajobrazem oraz lokalną przyrodą. Projekt ma kreować przyjazną przestrzeń, która pozwoli użytkownikom obcować z kulturą drewna w estetycznym otoczeniu – mówił w piątek Michał Czerwiński z pracowni WXCA podczas ogłoszenia wyników konkursu.

Zwycięska koncepcja została doceniona przede wszystkim za umiejętne połączenie architektury, krajobrazu i programu funkcjonalnego. Projekt zakłada półotwartą, pawilonową strukturę budynku, z drewnianymi ścianami wewnętrznymi. Jak uzasadniał przewodniczący jury Maciej Kuryłowicz zwycięskie rozwiązanie pozwala elastycznie kształtować przestrzeń wystawienniczą, a jednocześnie otwiera Centrum na otaczający las. Istotnym elementem jest także powiązanie budynku z większym założeniem parkowo-krajobrazowym, lasem i stacją kolejki wąskotorowej.

Jury zwróciło uwagę również na rozbudowany program edukacyjny, obejmujący m.in. ścieżki, altany i stacje tematyczne, które umożliwią prowadzenie warsztatów i zajęć terenowych związanych z drewnem i lasem.

– Ten projekt trafił do mojego serca. To tak jakbym sam go stworzył. Ale jeszcze czegoś mi brakuje. Brakuje mi takiego życia - zwrócił się do laureatów pochodzący z terenów, gdzie ma powstać centrum, radny wojewódzki Mikołaj Janowski. Mówił, że to mieszkańcy Hajnówki i Podlaskiego razem ze swoimi leśnikami i naukowcami powinni uczyć Europę i Świat jak się chroni i dba o środowisko. - To jest nasz wspólny dorobek - podkreślał. – Nie bójmy się mówić, że Puszcza Białowieska jest centrum świata. Xylopolis jest tego przykładem.

Xylopolis – Centrum Sztuki i Nauki o Drewnie to najmłodsza jednostką kultury samorządu województwa podlaskiego. Ma łączyć funkcje wystawiennicze, edukacyjne i naukowe oraz opowiadać o drewnie, lesie i dziedzictwie Puszczy Białowieskiej w nowoczesny sposób.

- To projekt szczególny, bo wyrasta z tego, co w województwie podlaskim mamy wyjątkowego – z lasu, przyrody, drewna i tradycji. Chcemy jednak połączyć to, co naturalne, z nowoczesnością, kulturę z nauką, a tradycję z przyszłością – mówił marszałek Łukasz Prokorym. – Xylopolis ma być miejscem, które będzie inspirować mieszkańców regionu, a jednocześnie przyciągać gości z całej Polski i spoza niej.

KRÓTKO

Z policji

Oszukana na generała. Straciła 265 tys. zł

Poznała go na portalu społecznościowym. Mężczyzna przedstawił się jako generał przybywający na misji w Jemenie. Szybko zdobył jej zaufanie. Opowiadał o tym, co się dzieje na misji oraz o swojej trudnej sytuacji osobistej. To wzbudziło u kobiety współczucie. Po około miesiącu znajomości powiedział, że chce wrócić do Polski. Najpierw jednak musi wysłać paczkę z pieniędzmi. Miała to być specjalna przesyłka wysłana wojskowym kurierem. Kobieta miała jednak opłacić depozyt frontowy, co też uczyniła. Oszust nie odpuszczał i prosił o kolejne opłaty. Kobieta wykonywała przelewy oraz nadawała paczki, w których umieszczała swoje pieniądze. Były to dodatkowe opłaty związane z ubezpieczeniem wojskowej przesyłki. Mężczyzna cały czas zapewniał ją, że przesyłka jest w drodze. Kobieta dopiero po rozmowie z synem zorientowała się, że padła ofiarą oszustwa. Łącznie straciła ponad 265 tys. zł. **opr. (R)**

REKLAMA 0011548563

Ochrona ludności i obrona cywilna

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji

MINUTA DLA TWOJEGO BEZPIECZEŃSTWA

Znasz sygnały alarmowe?
Wiesz, gdzie się schronić?
Jak spakować plecak ewakuacyjny?
Jak reagować na zagrożenia?



TVP 1

Oglądaj program
Minuta dla Twojego bezpieczeństwa
sobota 14:15, niedziela 18:25

eprasa.pl 29b5001d2b

NASZA AKCJA

Dermobus zaparkował w Zabłudowie. Mieszkańcy dbają o profilaktykę

To był tydzień pod znakiem profilaktyki. Odwiedziliśmy pięć podlaskich miast, których mieszkańcy mogli za darmo zbadać swoje znamiona. Ostatnim przystankiem na trasie naszego dermobusa i akcji #BadajŁatki był Zabłudów

Urszula Śleszyńska



FOT. P. ŁOZOWIK


FOT. P. ŁOZOWIK

Z możliwości bezpłatnego badania znamion skorzystało wielu mieszkańców miasta i gminy Zabłudów

– Zbliża się koniec lata. Lato to słońce, a słońce to różnego rodzaju zmiany skórne – wskazuje Adam Tomanek, burmistrz miasta i gminy Zabłudów. – Dlatego myślę, że inicjatywa Badaj Łatki i obecność tutaj dermobusa daje możliwość, przynajmniej dla części mieszkańców, zainteresowania się swoimi problemami zdrowotnymi.

Chętnych do przebadania znamion nie brakowało – zarówno w Zabłudowie, jak i w innych naszych miastach. Na trasie dermobusa znalazły się: Goniądz, Białystok, Turośń Kościelna, Mońki i Zabłudów. Nie wszędzie dopisywała pogoda, ale frekwencja w każdym z tych miast była duża. To cieszy, bo pokazuje, że profilaktyka jest ważna w życiu każdego z nas.

– W systemie wartości każdego z nas zdrowie uchodzi za jedną z najważniejszych rzeczy – dodaje burmistrz Tomanek. – Myślę, że z perspektywy pełnionej funkcji powinienem powiedzieć również o znaczeniu zdrowia dla naszych mieszkańców. Jeżeli jest możliwość wsparcia naszej gminy i mieszkańców w tym obszarze, jak najbardziej jesteśmy otwarci na różnego rodzaju inicjatywy. I z taką inicjatywą dzisiaj tutaj występujemy. Cyklicznie mamy też możliwość badania kobiet. Przeprowadzane były również badania stanu zębów u dzieci. Różne organizacje, w tym organizacje pozarządowe, czy też lekarze jako grupa zawodowa, występują czasami z pewnymi inicjatywami. Włączamy się w nie bardzo chętnie.

W piątek w Zabłudowie można było nie tylko się przebadać. Nie zabrakło też stoiska NFZ przy którym można było przeprowadzić m.in. analizę składu ciała, nauczyć się samobadania piersi i jąder oraz porozmawiać z konsultantami zdrowotnymi. W Zabłudowie dużym zainteresowaniem cieszyła się też możliwość wyrobienia Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ) oraz aktywowania Internetowego Konta Pacjenta, czy aplikacji mojeIKP.

Nie zabrakło też atrakcji dla najmłodszych – strefy gier XXL oraz stoiska naszego partnera, outletu Unikatu.

– Włączamy się w tę akcję, ponieważ „łatki" towarzyszą nam prywatnie w życiu. Zarówno mój mąż, jak i dzieci mają znamiona, które regularnie badamy, więc nie mogliśmy się oprzeć i wspieramy tę akcję – mówi Katarzyna Dudel, pełnomocnik firmy Unikat. – Profilaktyka jest bardzo ważna. Większość osób bada się teraz w internecie. Wystarczy wrzucić zdjęcie znamiona do przeglądarki i uzyskamy odpowiedź. Tylko to nie jest miarodajne, nie jest diagnozą. Tylko lekarz, specjalista potrafi właściwie zdiagnozować takie znamiona.

Warto wiedzieć, że wcześnie wykryte nowotwory skóry są niemal w 100% wyleczalne. Kluczowe znaczenie ma profilaktyka, regularna kontrola znamion oraz – w razie potrzeby – szybka konsultacja dermatologiczna. Dlatego też cieszymy się, że mieszkańcy naszego regionu tak licznie wzięli udział w organizowanej przez „Kurier Poranny" i „Gazetę Współczesną" akcji profilaktycznej #BadajŁatki.

REKLAMA 0011570691

ORGANIZATOR
KURIER PORANNY
GAZETA WSPÓŁCZESNA

PARTNER GŁÓWNY
Białystok

PARTNERZY GŁÓWNI LOKALIZACYJNI
GONIĄDZ
TUROŚŃ KOŚCIELNA
MOŃKI
ZABŁUDÓW

PARTNERZY
społem Białystok Zaufaj tradycji
UNIKAT OUTLET INNY NIŻ WSZYSTKIE

PARTNERZY MERYTORYCZNI
NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia Podlaski Oddział Wojewódzki w Białymstoku
UNIWERSYTECKI SZPITAL KLINICZNY W BIAŁYMSTOKU

eprasa.pl 29b5001d2b

FOKUS

• **7 na 10 Polaków woli domowe przetwory** od produktów kupowanych w sklepie - wynika z raportu Providenta

WOJNA

Rosja uderzyła tuż obok polskiej granicy. Zaatakowany pociąg i stacja benzynowa

Rosyjski dron uderzył w lokomotywę pociągu relacji Kijów-Warszawa oraz w stację benzynową. Mieszkańcy woj. lubelskiego i podkarpackiego otrzymali alert RCB, w powietrzu operowały F-16

Karolina Wrońska



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

W nocy z soboty na niedzielę DORSZ nakazał poderwanie polskich myśliwców w związku z ostrzałem zachodniej Ukrainy

To była ciężka noc dla mieszkańców zachodniej Ukrainy oraz dla mieszkańców dwóch polskich województw. Rosja wypuściła w nocy 450 dronów na ten obszar.

Wicepremier, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz podał, że jeden z nich uderzył kilometr od granicy z Polską; drugi - pięć. Dodał, że były to odrzutowe drony Geran-5.

Zaatakowany został pociąg pasażerski relacji Kijów-Warszawa. PKP Intercity informowało, że wśród pasażerów nie było obywateli Polski. Pociągiem podróżowało 206 osób. „Pociąg został przyjęty od kolei ukraińskich z opóźnieniem ok. 370 minut i znajduje się na przejściu granicznym w Dorohusku. Po zakończeniu odprawy będzie kontynuował podróż w kierunku Warszawy" - informowało PKP Intercity.

Inny dron uderzył w stację benzynową w miejscowości Jagodzin w pobliżu granicy z Polską. Wskutek ataku zapaliły się dwie ciężarówki.

W związku z atakiem mieszkańcy woj. lubelskiego i podkarpackiego otrzymali w niedzielę po godz. 4.00 nad ranem alert RCB o rosyjskim ataku powietrznym na terenie Ukrainy i operowaniu na niebie polskiego lotnictwa. W powiatach przygranicznych uruchomiono syreny alarmowe. W tym czasie na niebie były już polskie samoloty gotowe zestrzeliwać cele, które przekroczą granicę. Działania zakończono po pięciu godzinach, około 9 rano.

Wicepremier, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz podkreślił, że polskiej strefy powietrznej pilnowały samoloty F16, śmigłowce i samolot rozpoznania powietrznego SAAB. - Nie doszło do naruszenia naszej granicy - zaznaczył.

Minister spraw wewnętrznych i administracji Marcin Kierwiński podkreślił, że ataki rosyjskich dronów przy przejściu granicznym Dorohusk-Jagodzin i na osobowy pociąg przy polskiej granicy są traktowane z najwyższą powagą. Sytuacja jest na bieżąco monitorowana - zaznaczył. Z kolei wicepremier, szef MSZ Radosław Sikorski, odnosząc się na X do informacji o ataku na pociąg, stwierdził: „Putin eskaluje".

Wiceminister obrony narodowej Cezary Tomczyk na portalu X stwierdził, że „każdy, kto zastanawia się, czy warto militarnie wspierać Ukrainę, powinien wyciągnąć wnioski z niedzielnej nocy". „Kiedy ludzie śpią, w powietrzu są nasze Siły Powietrzne. Na Lubelszczyźnie i Podkarpaciu tak wygląda niemal każda noc. Wojsko Polskie każdego dnia wykonuje ogromny wysiłek".

W czwartek premier Donald Tusk przekazał, że otrzymał od szefa CIA Johna Ratcliffa raport dotyczący możliwych zdarzeń w najbliższych miesiącach. Szef rządu podkreślił, że Polska i cała Europa „musi być przygotowana na różne scenariusze, jeśli chodzi o sytuację nie tylko na froncie rosyjsko-ukraińskim, ale także na wschodniej flance UE".

Głos w sprawie ataku zabrała też strona ukraińska. „Barbarzyńskie rosyjskie ataki w pobliżu przejścia granicznego między Ukrainą a Polską w Jagodzinie to nie tylko kolejna odsłona agresji wymierzonej w nasze granice państwowe. To terror (przywódcy Rosji Władimira) Putina, który puka bezpośrednio do drzwi UE i NATO" - podkreślił szef ukraińskiej dyplomacji Andrij Sybiha. „Drodzy partnerzy, rosyjscy barbarzyńcy stoją u waszych bram" - dodał. PAP

WARSZAWA

PKOl: Walne Zgromadzenie czy tymczasowy prezes

Karolina Wrońska

Dzisiaj zbiera się zarząd Polskiego Komitetu Olimpijskiego. Najprawdopodobniej jeden z ośmiu wiceprezesów zastąpi aresztowanego prezesa Radosława Piesiewicza.

Jeśli Piesiewicz zostanie odwołany, zarząd będzie musiał wybrać pełniącego obowiązki prezesa, który pokieruje PKOl do czasu wyboru nowych władz PKOl przez Walne Zgromadzenie. Członkowie zarządu do wyboru będą mieć dwie ścieżki. Mogą zdecydować, że p.o. prezesa będzie kierował Komitetem do końca kadencji, czyli do kwietnia 2027 roku. Dopiero wówczas Walne Zgromadzenie dokonałoby wyboru docelowego prezesa i zarządu. Mogą też jednak podjąć decyzję o skróceniu kadencji i zwołaniu Nadzwyczajnego Walnego Zgromadzenia PKOl, ale to jest mało prawdopodobny scenariusz.

PAP

WARSZAWA

MON ostrzega przed fałszywymi informacjami

oprac. Karolina Wrońska

Ministerstwo Obrony Narodowej ostrzega przed coraz częściej pojawiającymi się w sieci fałszywymi i zmanipulowanymi informacjami dotyczącymi kart mobilizacyjnych.

Resort wyjaśnił, że nadawanie przydziałów mobilizacyjnych nie jest nową procedurą i jest realizowane od wielu lat jako stały element systemu obronnego państwa.

Wojskowe Centra Rekrutacji prowadzą ewidencję osób objętych obowiązkiem obrony i nadają przydziały zgodnie z potrzebami Sił Zbrojnych RP. „Takie działania nie oznaczają rozpoczęcia powszechnej mobilizacji ani masowego powoływania obywateli do wojska" – podkreśliło ministerstwo. Resort zwrócił uwagę, że w przestrzeni informacyjnej pojawiają się również spreparowane, wygenerowane przez AI wizerunki rzekomych kart mobilizacyjnych.

„Nie daj się dezinformacji i zawsze sprawdzaj informacje w oficjalnych źródłach" – apeluje MON.

KRÓTKO

Warszawa

Bez zabezpieczeń wspiął się na Varso Tower

26-letni mężczyzna francuskiego pochodzenia wszedł w niedzielę na Varso Tower - najwyższy budynek w Polsce i Unii Europejskiej (310 metrów wysokości). Policja otrzymała zgłoszenie o godz. 7.47. – Mężczyzna wszedł na dach, gdzie czekali na niego policjanci i strażacy z grupy wysokościowej. Jest teraz w dyspozycji wolskiej policji – przekazał mł. asp. Bartłomiej Śniadała ze stołecznej policji. Miejsce zabezpieczali strażacy, którzy rozłożyli dwa skokochrony.

Wypadek

Tragiczny wypadek w Wieliczce

W sobotę rano w Wieliczce doszło do śmiertelnego wypadku na drodze krajowej nr 94. Ze wstępnych ustaleń wynika, że 29-letni kierujący samochodem marki Audi, jadąc od strony Krakowa w kierunku Bochni, podczas wykonywania manewru wyprzedzania zderzył się czołowo z prawidłowo jadącym z przeciwnego kierunku samochodem ciężarowym. Kierujący Audi zmarł w szpitalu.

Kujawsko-Pomorskie

Policjanci szukają kierowcy

Policjanci z Wąbrzeźna szukają kierowcy rozbitej Toyoty, którą znaleziono w nocy na autostradzie A1 w rejonie Grudziądza. Około godziny 2.00 w nocy służby ratunkowe otrzymały zgłoszenie o rozbitym samochodzie. Po przybyciu na miejsce ratownicy zastali rozbitą Toyotę, która uderzyła w barierę energochłonną. Zaskakujące było jednak to, że zarówno w pojeździe, jak i w jego najbliższym otoczeniu nie było kierowcy.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Polska kultura to nie jest koszt. To są ludzie, to są miejsca pracy, to przemysły kreatywne, to turystyka, eksport, rozwój miast i regionów.

MARTA CIENKOWSKA
Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego

eprasa.pl 29b5001d2b

ROSJA

Rosja zwiększa arsenał atomowy do najwyższego poziomu od 9 lat

Grzegorz Kuczyński

Rosja już czwarty rok z rzędu zwiększa liczbę głowic jądrowych rozmieszczonych na nośnikach broni jądrowej – wynika z danych Sztokholmskiego Instytutu Badań nad Pokojem (SIPRI). Przy podobnej wielkości całego atomowego arsenału, co Stany Zjednoczone, putinowskie państwo ma więcej gotowych do wystrzelenia pocisków, niż przeciwnik.

Według szacunków SIPRI na rok 2026 arsenał jądrowy Federacji Rosyjskiej obejmował 5420 głowic, z czego 2604 znajdowały się w magazynach, 1020 zaliczano do kategorii „wycofanych z eksploatacji", a 1796 rozmieszczono na rakietach i bombowcach. Liczba głowic rozmieszczonych (deployed warheads) wzrosła o 78 sztuk w ciągu roku.

Tymczasem w Stanach Zjednoczonych, dysponujących arsenałem jądrowym porównywalnym z rosyjskim, wskaźnik ten pozostał bez zmian – 1770, tak samo jak rok wcześniej. Francja i Wielka Brytania nie umieściły dodatkowych głowic bojowych na nośnikach – odpowiednio 280 i 170.

Chiny zwiększyły liczbę rozmieszczonych głowic bojowych, jednak ich liczba w Pekinie jest niewielka: 34 w porównaniu z 24 w 2025 roku. Ponadto Indie po raz pierwszy wprowadziły do stanu gotowości bojowej 12 głowic bojowych. Łącznie, według szacunków SIPRI, Indie posiadają 190 głowic bojowych, a Chiny – 620.

Liczba głowic bojowych rozmieszczonych przez Rosję rośnie z każdym rokiem wojny na Ukrainie: w 2022 roku – 1588, w 2023 roku -1674, w 2024 roku – 1710, w 2025 roku - 1718.

W porównaniu z rokiem 2020 Kreml zwiększył liczbę głowic jądrowych na nośnikach o 14%, czyli o 226 sztuk, osiągając najwyższy poziom od 2017 roku: wówczas, według danych SIPRI, było ich 1950.



FOT. ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Próba rakietowa na poligonie Kapustin podczas wspólnych ćwiczeń Rosji i Białorusi

NORWEGIA

Władze w Oslo chcą od Mety silniejszej ochrony dzieci w sieci

oprac. Anna Nagel

Rząd w Oslo zaapelował w sobotę do operatora Facebooka i Instagrama o wprowadzenie silniejszej ochrony dzieci na swoich platformach.

Rząd skierował do Mety wezwanie objęcia dzieci w Norwegii skuteczniejszą kontrolą wieku, limitami korzystania z aplikacji oraz ograniczeniem powiadomień w nocy i podczas zajęć szkolnych.

Władze w Oslo chcą w Norwegii takich standardów jak te, które wynikają z zawartej pod koniec sierpnia ugody między Facebookiem i Instagramem a władzami 52 amerykańskich stanów i terytoriów.

„Bezpieczeństwo dzieci musi być najważniejsze. Oczekujemy, że giganci technologiczni wezmą odpowiedzialność za ochronę dzieci i młodzieży na swoich platformach" – powiedział Jonas Gahr Stoere, premier Norwegii.

Minister ds. dzieci i rodziny Lene Vaagslid uzasadniła oczekiwanie rządu zagrożeniami związanymi z intensywnym korzystaniem przez dzieci z ekranów i platform społecznościowych.

„Dysponujemy wiedzą wskazującą, że intensywne korzystanie z ekranów, a szczególnie z platform społecznościowych, ma negatywne konsekwencje dla zdrowia psychicznego i fizycznego oraz wiąże się z ryzykiem wykorzystania dzieci" – powiedziała Vaagslid.

Norweski rząd chce do końca roku skierować do parlamentu projekt ustawy zakazującej korzystania z platform społecznościowych dla użytkowników poniżej 16. roku życia. **PAP**

UKRAINA

Potężny atak Rosji na Ukrainę. Nadleciały setki dronów

Grzegorz Kuczyński

Ponad 450 dronów użyły siły rosyjskie w atakach na Ukrainę w nocy z soboty na niedzielę - przekazały ukraińskie Siły Powietrzne. Wśród atakowanych regionów znalazły się obwody w zachodniej części kraju. Do uderzeń doszło blisko polskiej granicy.

Jak przekazały w niedzielę rano Siły Powietrzne na Telegramie, zneutralizowano 409 środków napadu powietrznego, w tym 405 dronów i cztery Banderole, mające cechy drona i pocisku manewrującego. Ataki odpierało lotnictwo, wojska rakietowej obrony przeciwlotniczej, jednostki walki radioelektronicznej i dronowej oraz mobilne grupy ogniowe Sił Obrony Ukrainy. Odnotowano trafienia w 13 miejscach – dodano, nie precyzując tych lokalizacji.

Ataki na zachodzie Ukrainy

Szef administracji wojskowej obwodu rówieńskiego Ołeksandr Kowal powiadomił, że spadające odłamki zestrzelonego drona wywołały pożar w jednym z przedsiębiorstw. Nie było ofiar. Obwód znajduje się w odległości ok. 150 km od granicy z Polską.

W sobotnich rosyjskich atakach na obwód żytomierski, sąsiadujący z rówieńskim, zginęły dwie osoby, a jedna została ranna – podała agencja Interfax-Ukraina, powołując się na komunikat policji.

Uderzenia na wschodzie i północy

Szef władz obwodu czernihowskiego (na północy kraju) Wiaczesław Czaus przekazał w niedzielę w komunikatorze Telegram, że



FOT. DSNS OBWODU ODESKIEGO

Rosjanie atakowali Odessę w nocy z soboty na niedzielę. Uszkodzono m.in. placówkę edukacyjną i wielopiętrowy budynek

alarm lotniczy trwa już ponad dobę. W rosyjskich nalotach zginął mężczyzna, a trzy osoby odniosły obrażenia – podał. Szef władz wojskowych obwodu charkowskiego, na wschodzie kraju, Ołeh Syniehubow poinformował, że w ostrzałach regionu ranne zostały trzy osoby.

Rosja zaatakowała południe Ukrainy

Co najmniej dwie osoby zginęły, a 26, w tym dziecko, odniosło obrażenia w niedzielę rano wskutek rosyjskiego ataku na blok mieszkalny w Odessie, na południu Ukrainy – przekazał szef miejskich władz Serhij Łysak. Miasto było atakowane także minionej nocy; ostrzał uszkodził budynki prywatne, dwie placówki oświatowe i obiekty infrastruktury.

W obwodzie zaporoskim, na południowym wschodzie, w niedzielę rano odnotowano ponad 900 uderzeń na 58 miejscowości, ranne zostały cztery osoby – wynika z informacji podanych przez szefa władz regionu Iwana Fedorowa.

Alarm w Polsce

Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych RP poinformowało w niedzielę po godz. 4, że w związku z aktywnością dronów odrzutowych Rosji wykonujących uderzenia w Ukrainie rozpoczęło się operowanie lotnictwa wojskowego w polskiej przestrzeni powietrznej oraz uruchomiono niezbędne siły i środki pozostające w dyspozycji DORSZ.

Naziemne systemy obrony powietrznej oraz rozpoznania radiolokacyjnego osiągnęły stan gotowości. Działania te mają charakter prewencyjny i są ukierunkowane na zabezpieczenie przestrzeni powietrznej oraz jej ochronę, zwłaszcza w rejonach przyległych do zagrożonych obszarów.

FRANCJA

Na północy Francji wykoleił się pociąg

Aleksandra Jaros

Ponad 40 osób zostało rannych w wyniku wykolejenia się w piątek wieczorem pociągu pasażerskiego na północy Francji. Pociąg przewoził 180 pasażerów i obsługiwał trasę Rouen–Caen.

Do wykolejenia się pociągu doszło w piątek 11 września chwilę przed godz. 20.00. Pociąg przewożący 180 pasażerów wypadł z torów w pobliżu miasta Cléon w Normandii na północy Francji - poinformował w poście na portalu X francuski minister transportu Philippe Tabarot.

Najpierw prefektura i minister transportu Philippe Tabarot poinformowali, że wstępny bilans wypadku to około 20 rannych. Następnie przedstawiciele prefektury, wypowiadając się dla mediów na miejscu zdarzenia przekazali, że ranne zostały 43 osoby.

Minister Tabarot w komunikacie na serwisie X poinformował, że około 140 strażaków zmobilizowano do pomocy pasażerom i osobom rannym.

Pasażerowie cytowani przez portal Franceinfo relacjonowali, że odczuli kilka wstrząsów, które po kilku sekundach stały się coraz silniejsze. Z okien wypadły szyby, a do środka wpadały kamienie z nasypu.

Telewizja BFMTV podała, powołując się na źródło policyjne, że pociąg zderzył się z niezidentyfikowanym obiektem. Jeden z wagonów upadł, a cztery wypadły z szyn. **PAP**

eprasa.pl 29b5001d2b

DROBNE

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.

Praca

ZATRUDNIĘ

FIRMA zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

Usługi

INSTALACYJNE

ELEKTRYK -awarie, instalacje elektryczne, uprawnienia 608-461-419

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

MONTAŻOWE

OKNA, drzwi -producent. Fachowy montaż, najtaniej -sprawdź, tel. 85/652-57-86, 514-505-507

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1250zł. Ful opcja, cisza, spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.

PROMOCJA - pobyt - 95 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Różne

ANTYKWARIAT naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

STARE książki skup, 881-934-948

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

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń

ibo.polskapress.pl

REKLAMA 0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.



Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011582239

OBWIESZCZENIE
STAROSTY POWIATU BIAŁOSTOCKIEGO
z dnia 14.09.2026 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 8.09.2026 r., po rozpatrzeniu wniosku **(AR.6740.3.18.2026) Burmistrza Wasilkowa** złożonego w dniu 11.06.2026 r., wydał decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej obejmującej **rozbudowę drogi gminnej nr 105325B ul. Kościelnej w m. Wasilków wraz z budową i przebudową urządzeń infrastruktury technicznej oraz rozbiórką budynku mieszkalnego jednorodzinnego** na działkach o nr geod.: 2618, 2602/2, 2756/1, 2603/2, 2604/2, 2606/3, 2608/6, 2755/3, 2755/5, 2782/1, 2781/5, 2781/7, 2781/9, 2607/2, 2609/6, 2779/1, 2609/8, 2778/1, 2610/2, 2777/7, 2611/4, 2777/9, 2611/6, 2777/11, 2776/1, 2612/2, 2775/1, 2613/2, 2774/1, 2773/1, 2614/2, 2615/2, 2772/1, 2616/2, 2617/2, 2771/1, 2770/1, 2606/2, 2564/5, 2780/1, 2606/5, 2605/8, 2605/10, 2605/12, 2605/14, 2604/3, 2603/5, 2602/3, 2594/2, 2593/2, 2590/4 - obręb 0013 Wasilków, jedn. ewid. m. Wasilków; **oraz ograniczenie w korzystaniu nieruchomości (czasowe zajęcie):** obręb 0013 Wasilków, jedn. ewid. m. Wasilków: nr geod. 6177 - w związku z budową sieci kablowej oświetlenia ulicznego; nr geod. 2594/1 - w związku z rozbiórką istniejącego budynku mieszkalnego przy ul. Kościelnej 21; nr geod. 2595 - w związku z budową skrzyżowania z ul. Łazienną; nr geod. 2757, 2756/2 - w związku z budową skrzyżowania z ul. Mickiewicza. Zakres robót budowlanych, zgodnie z załączonym projektem budowlanym obejmuje: budowę nawierzchni jezdni ul. Kościelnej oraz dróg bocznych, budowę skrzyżowań wyniesionych, budowę drogi dla pieszych, budowę drogi dla rowerów, budowę drogi pieszo-rowerowej, budowę zjazdów zwykłych, budowę sieci kanalizacji deszczowej z przykanalikami, budowę i przebudowę sieci kablowej oświetlenia ulicznego, budowę i przebudowę elektroenergetycznej linii kablowej nN-0,4kV, budowę i przebudowę elektroenergetycznej linii kablowej SN-15kV, budowę i przebudowę sieci telekomunikacyjnej doziemnej i nadziemnej, rozbiórkę budynku mieszkalnego jednorodzinnego. **Z jednoczesnym zatwierdzeniem podziału nieruchomości: obręb 0013 Wasilków, jedn. ewid. 200213_4 m. Wasilków:** nr geod. 2564/4 na działki nr **2564/5** i 2564/6; nr geod. 2780 na działki nr **2780/1** i 2780/2; nr geod. 2606/4 na działki nr **2606/5** i 2606/6; nr geod. 2605/3 na działki nr **2605/8** i 2605/9; nr geod. 2605/4 na działki nr **2605/10** i 2605/11; nr geod. 2605/6 na działki nr **2605/12** i 2605/13; nr geod. 2605/7 na działki nr **2605/14** i 2605/15; nr geod. 2604/1 na działki nr **2604/3** i 2604/4; nr geod. 2603/4 na działki nr **2603/5** i 2603/6; nr geod. 2602/1 na działki nr **2602/3** i 2602/4; nr geod. 2594 na działki nr **2594/2** i 2594/1; nr geod. 2593 na działki nr **2593/2** i 2593/1; nr geod. 2590/2 na działki nr **2590/4** i 2590/3. **Działki przewidziane do włączenia w pas drogowy drogi gminnej nr 105325B:** nr geod.: 2606/2, 2564/5, 2780/1, 2606/5, 2605/8, 2605/10, 2605/12, 2605/14, 2604/3, 2603/5, 2602/3, 2594/2, 2593/2, 2590/4 - obręb 0013 Wasilków, jedn. ewid. m. Wasilków. **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 realizację 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, w Urzędzie Miejskim w Wasilkowie 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.

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl

Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

REKLAMA 0011582504

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 399 ze zm.)
Wójt Gminy Czeremcha
informuje, że w dniu 10.09.2026 r. został zamieszczony w tut. Urzędzie wykaz nieruchomości stanowiącej własność Gminy Czeremcha przeznaczonej do zbycia w drodze przetargu ustnego ograniczonego, celem podania do publicznej wiadomości.

REKLAMA 0011582631

INFORMACJA

Burmistrz Michałowa na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dn. 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2026 r. poz. 399; z późn. zm.) informuje, iż na stronie internetowej https://bip-ugmichalowo.podlaskie.eu/, tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Michałowie ul. Białostocka 11 oraz sołectwa Michałowo i Jałówka, został wywieszony na okres 21 dni, od dnia 8.09.2026 r. do dnia 29.09.2026 r. do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Michałowo, przeznaczonych do:

1. **sprzedaży w trybie ustnego przetargu nieograniczonego lokal mieszkalny nr 3 o pow. 22,06 m² położony w Michałowie przy ul. Białostockiej 14,**
2. **dzierżawy w trybie bezprzetargowym na okres 10 lat części nieruchomości o nr. geod. 211/1 obręb Jałówka o pow. 250 m².**

Termin złożenia wniosku przez osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu ww. nieruchomości na podstawie art. 34 ust. 1 pkt 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2026 r. poz. 399; z późn. zm.) wynosi 6 tygodni od dnia wywieszenia wykazu.

Michałowo, 8.09.2026 r.

REKLAMA 0011582713

Wójt Gminy Bielsk Podlaski Bielsk Podlaski, 11.09.2026 r.

OGŁOSZENIE
o rozpoczęciu konsultacji społecznych w gminie Wyszki dotyczących projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, na podstawie którego ma być lokalizowana elektrownia wiatrowa

Na podstawie art. 6c ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 317)

zawiadamiam

o rozpoczęciu w gminie Wyszki konsultacji społecznych dotyczących projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego *dla fragmentów obrębów Bujnowo, Malesze, Mierzwin Duży, Niewino Borowe, Niewino Leśne, Niewino Popławskie, Pulsze, Szpaki oraz Warpechy Stare, w gminie Wyszki.*

W rozumieniu ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 317), Gmina Bielsk Podlaski stanowi gminę pobliską dla planowanej inwestycji.

Zgodnie z ogłoszeniem Wójta Gminy Wyszki konsultacje społeczne do ww. projektu planu miejscowego odbędą się w dniach: **od 28 września 2026 r. do 30 listopada 2026 r.**

W trakcie trwania konsultacji społecznych można zapoznać się z projektem miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, udostępnionymi na stronie BIP Urzędu Gminy Wyszki pod adresem: https://ugwyszki-bip.podlaskie.pl/index.php?dz=4&id=41069 w zakładce „przed konsultacjami" oraz w siedzibie Urzędu Gminy Wyszki, ul. Piórkowska 2, 17-132 Wyszki, w godzinach urzędowania.

W ramach konsultacji społecznych przewidziano trzy formy konsultacji, tj. zbieranie uwag, spotkania otwarte oraz dyżur projektanta.

Uwagi do ww. projektu planu można składać w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 30 listopada 2026 r.** Uwagi należy składać na formularzu w formie papierowej w siedzibie Urzędu Gminy Wyszki, ul. Piórkowska 2, 17-132 Wyszki albo drogą pocztową na jego adres, albo w formie elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej na adres: ug_wyszki@post.pl lub adres skrzynki ePUAP: /ugwyszki/SkrytkaESP. Formularz dostępny jest do pobrania pod adresem: https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologia/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego. Składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

W dniu **16 listopada 2026 r. o godzinie 15:30** odbędzie się pierwsze spotkanie otwarte prowadzone w formie spotkania bezpośredniego, tj. w siedzibie Urzędu Gminy Wyszki, ul. Piórkowska 2, 17-132 Wyszki.

Dyżur projektanta odbędzie się w dniu **16 listopada 2026 r. o godzinie 16:30** w siedzibie Urzędu Gminy Wyszki, ul. Piórkowska 2, 17-132 Wyszki. Osoby zainteresowane konsultacją w ramach dyżuru projektanta proszone są o zgłoszenie takiej chęci najpóźniej dzień przed terminem dyżuru. Chęć udziału w dyżurze można zgłaszać:

- drogą mailową na adres Urzędu Gminy Wyszki, tj. ug_wyszki@post.pl,
- telefonicznie pod numer 85 730 58 90, w godzinach pracy Urzędu,
- ustnie w siedzibie Urzędu Gminy Wyszki, ul. Piórkowska 2, 17-132 Wyszki, w godzinach pracy Urzędu.

Wójt Gminy Wyszki poinformował również, że zgodnie z art. 6e ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 317), w dniu **17 listopada 2026 r. o godzinie 15:30 odbędzie się drugie spotkanie otwarte prowadzone wyłącznie za pomocą środków porozumiewania się na odległość**, umożliwiających zabieranie głosu, zadawanie pytań i składanie uwag przez jednoczesną transmisję obrazu i dźwięku oraz zadawanie pytań i składanie uwag w formie zapisu tekstowego. Informację o łączu do spotkania otwartego będzie można uzyskać najpóźniej w dniu spotkania, pod adresem: https://ugwyszki-bip.podlaskie.pl/index.php?dz=4&id=41069 w zakładce „przed konsultacjami".

Zgodnie z art. 46 pkt 1 oraz art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 670), w związku z prowadzonym postępowaniem w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, w miejscu i czasie przeprowadzanych konsultacji społecznych istnieje możliwość zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy w siedzibie Urzędu Gminy Wyszki, w godzinach urzędowania oraz na stronie BIP Urzędu Gminy Wyszki pod adresem: https://ugwyszki-bip.podlaskie.pl/index.php?dz=4&id=41069 w zakładce „przed konsultacjami".

Zgodnie z art. 40 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 670), osoby fizyczne i prawne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej mogą wnosić uwagi i wnioski do dokumentacji dotyczącej strategicznej oceny oddziaływania na środowisko:

- w formie pisemnej na adres Urzędu Gminy Wyszki, ul. Piórkowska 2, 17-132 Wyszki,
- ustnie do protokołu w Urzędzie Gminy Wyszki, w godzinach urzędowania,
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym, na adres e-mail: ug_wyszki@post.pl lub adres skrzynki ePUAP: /ugwyszki/SkrytkaESP.

Uwagi i wnioski w postępowaniu w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko należy złożyć w nieprzekraczalnym terminie do dnia 30 listopada 2026 r.

Uwagi i wnioski złożone po upływie wyżej podanego terminu pozostaną bez rozpatrzenia.

Informuję, że organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Wyszki.

WÓJT
Katarzyna Korycka

eprasa.pl 29b5001d2b

czas Z RODZINĄ

Poniedziałek, 14.09.2026

LUDZIE • STR. 12

Wojciech Malajkat nigdy nie „gwiazdorzył”

Rodzice nauczyli go w dzieciństwie szacunku do pracy i innych ludzi



FOT. SZYMON STARNAWSKI

PORADNIK • STR. 13

Jak prać ręczniki, *żeby były puszyste?* Mamy kilka dobrych rad

KUCHNIA • STR. 14-15

Pierogi przywołują wspomnienia z dzieciństwa

ŚWIAT WOKÓŁ NAS • STR. 16

Przesądny Polak. Ponad połowa z nas wierzy w przesądy

eprasa.pl 29b5001d2b

▶ LUDZIE

Jego ojciec był stolarzem, a mama krawcową. **Rodzice nauczyli go w dzieciństwie szacunku do pracy i innych ludzi.** Dlatego nigdy nie „gwiazdorzył". Akumulatory ładuje w domu na Mazurach, gdzie stworzył miejsce dla całej rodziny

PORTRET

Poleca **Paweł Gzyl,**
redaktor
Od wielu lat zajmuje się szeroko rozumianą kulturą, a jego pasją są wywiady z gwiazdami filmu, teatru i muzyki





Wojciech Malajkat jest absolwentem Wydziału Aktorskiego Państwowej Wyższej Szkoły Filmowej, Telewizyjnej i Teatralnej im. Leona Schillera w Łodzi

BT/FOT. SZYMON STARNAWSKI/POLSKAPRESS

WOJCIECH MALAJKAT

Początkowo często pojawiał się na dużym i małym ekranie. Z czasem poświęcił się jednak karierze naukowej. Dziś spełnia się jako dyrektor Teatru Współczesnego w Warszawie. Tam też można zobaczyć go na scenie.

W drewnianym wózku

1. Tata przyszłego aktora był stolarzem. Został przesiedlony do Mrągowa z Prus Wschodnich i tam poznał jego mamę, która pracowała jako krawcowa. Wojtek wychowywał się u boku starszego brata. Chłopcy dorastali na podwórku, na którym spotykały się dzieci Polaków, Ukraińców, Rosjan i Niemców. Było dopiero dwadzieścia lat po wojnie, ale wszyscy rodzice siedzieli zgodnie na ławkach i gawędzili przyjaźnie ze sobą.

W domu Malajkatów panowały proste zasady. Chłopcy od małego pomagali rodzicom w ich pracy i obowiązkach. Kiedy Wojtek wracał ze szkoły, najpierw palił w piecu, żeby było ciepło, a potem biegł na przystanek autobusowy pomóc mamie nieść siatki z zakupami. Najbardziej lubił przesiadywać w stolarni ojca, gdzie drewniany wózek służył mu za wyścigówkę. Stąd do dziś lubi zapach ciętego drewna.

Dukając z przerażenia

2. Chłopak uczył się dobrze i lubił czytać książki. Miał też talent do rozbawiania kolegów i koleżanek. Dlatego przystąpił do szkolnego kabaretu, gdzie wpadł w oko nauczycielce prowadzącej kółko teatralne. Zaprosiła go więc na zajęcia i przed maturą zasugerowała, że powinien zdawać do akademii teatralnej. Wojtek był zaskoczony, bo myślał, że zostanie nauczycielem polskiego lub geografii.

Gdy chłopak oznajmił rodzicom, że chce być aktorem, mama popędziła do kościoła, by modlić się, aby nie zdał, a tata spojrzał tylko znad warsztatu i powiedział: „To jest twoje życie, synu". Wojtek stanął więc przed komisją w łódzkiej filmówce i tak dukał z przerażenia, że wszyscy pękali ze śmiechu. Pomyślano, że to jego pomysł na interpretację tekstu – i otworzono przed nim podwoje słynnej szkoły.

Przyjaźń z reżyserem

3. Łódź oszołomiła chłopaka z Mrągowa. Przyzwyczajony do pól, lasów i jezior, źle czuł się w przemysłowym mieście. Dlatego po kilku tygodniach wyrwał się do domu, aby zaczerpnąć mazurskiego powietrza. W aklimatyzacji pomogli mu koledzy, którzy podobnie jak on przyjechali do Łodzi z małych miast. Nie obyło się więc bez imprez, ale zawsze były one pełne śpiewu i rozmów o sztuce.

Tuż po skończeniu szkoły Wojtek zagrał Gustawa-Konrada w „Dziadach" reżyserowanych przez Jerzego Grzegorzewskigo w warszawskim Teatrze Studio.

Gdy chłopak oznajmił rodzicom, że chce być aktorem, mama popędziła do kościoła, by modlić się, aby nie zdał, a tata spojrzał tylko znad warsztatu i powiedział: „To jest twoje życie, synu"

Tak zaczęła się wieloletnia przyjaźń aktora z reżyserem, która zaowocowała całym szeregiem ról na dwóch stołecznych scenach – Teatrze Studio i Teatrze Narodowym. Ostatnią z nich był Odys w „On. Drugi powrót Odysa" w 2005 roku tuż przed śmiercią Grzegorzewskiego.

Dyrektorskie szlify

4. Filmową karierę zaczął od młodzieżowych „Czarnych stóp", ale już chwilę potem miał już rozbierane sceny z samą Grażyną Szapołowską w „Pięknej nieznajomej". W latach 90. gościł często na dużym i małym ekranie – choćby w „Wielkim tygodniu" Wajdy czy „Szabli od komendanta" Kolskiego. Największą popularność przyniosła mu jednak rola Rzędziana w ekranizacji „Ogniem i mieczem" Hoffmana.

W kolejnej dekadzie poświęcił się karierze naukowej. Zdobył tytuł profesora nauk teatralnych, a potem przez osiem lat był rektorem warszawskiej Akademii Teatralnej. Zasłynął z tego, że zakazał kontrowersyjnej fuksówki i rozstał się z przemocowymi wykładowcami. Dwa lata temu został dyrektorem Teatru Współczesnego i szybko odniósł sukces, łącząc w repertuarze klasykę z dobrą rozrywką.

Szkolna miłość

5. Jeszcze w liceum Wojtek poznał pochodzącą z Mikołajek koleżankę – Kasię Engwert. Choć mieli się ku sobie, każde z nich wyjechało po maturze uczyć się do innego miasta i kontakt się urwał. Kilka lat później spotkali się przypadkiem w Mrągowie i odnowili relację. Pobrali się w 1991 roku i zamieszkali w Warszawie. On zaczął robić aktorską karierę, a ona uczyła angielskiego.

Długo starali się o dziecko, aż w końcu po 17 latach od ślubu adoptowali chłopca i dziewczynkę. Nie obyło się bez problemów: u Kacpra zdiagnozowano ADH i trzeba było sobie z tym poradzić. Dziś dzieci są już dorosłe. Kacper pracuje i mieszka w Krakowie, a Michalina szuka swego miejsca w życiu. Cała rodzina spotyka się na święta w domu na Mazurach, który aktor kupił kilka lat temu dla siebie i najbliższych.

eprasa.pl 29b5001d2b

▶ **PORADNIK**

Jak prać ręczniki, by były puszyste; jak wyczyścić materac; jak przygotować przekąskę z jabłek i na co zwrócić uwagę przy mierzeniu ciśnienia – między innymi o tym piszemy w kolejnym odcinku naszego **mini poradnika**

PO(4)RADY

Poleca **Alicja Domachowska,**
redaktorka.
Zajmuje się m.in. sprawami
i rzeczami, które nas otaczają.
Prywatnie miłośniczka psów, jazdy
na rowerze i muzyki



01.

Pranie

Sposób na puszyste ręczniki

Jak prać ręczniki łazienkowe, żeby były puszyste jak w najlepszym salonie spa? Oto kilka kluczowych zasad. Ważne jest, by ręczniki zawsze prać oddzielnie. Nie należy przeładowywać bębna – luz pomiędzy tkaninami sprawi, że detergenty stosowane podczas prania dotrą do wszystkich części ręczników, a na koniec cyklu lepiej się wypłuczą i wyprane ręczniki będą po wysuszeniu bardziej chłonne. Należy dobrać ilość środków piorących do wielkości wsadu – nadmiar płynu lub proszku, sprawi, że po praniu może na ręcznikach być ich pozostałość, zbyt mała spowoduje, że ręczniki kiepsko się wypiorą. Płyn do zmiękczania tkanin zastąpmy domowym środkiem – piorąc ręczniki kolorowe wystarczy przygotować 1 szklankę octu i wlać go do pralki, bezpośrednio do pojemnika, który jest przeznaczony na płyn do płukania tkanin. Ocet nie tylko usunie osad z ręczników i zmiękczy materiał, ale również zadziała jak protektor kolorów i usunie większość wirusów oraz bakterii. Piorąc białe ręczniki, do octu dodajmy dodatkowo 1/2 szklanki sody oczyszczonej (wsypmy go do dystrybutora proszku do prania umieszczonego w pralce. Ten uniwersalny kuchenny proszek zniweluje zażółcenia i brzydkie zapachy.





Dobry sen

Tak łatwo wyczyścisz materac

Stara, choć dość wyczerpująca metoda czyszczenia materaca, to rozłożenie wilgotnego prześcieradła na materacu i wytrzepanie go trzepaczką do dywanów (możliwe, że prześcieradło będzie trzeba kilka razy wypłukać). Materac można też wyczyścić odkurzaczem piorącym, z zastosowaniem łagodnych detergentów. Pamiętajmy, że choć zbierają one wodę, to będzie potrzebne kilka godzin, żeby materac dobrze wyschnął. Najlepiej to zrobić, kiedy jest ciepło i będziemy mogli otworzyć okno, zapewniając dobrą wentylację.

Jest też niemal bezwysiłkowa metoda na czyszczenie materaca, do której prawie nie potrzeba sprzętu. Wystarczy soda oczyszczona i sitko oraz domowy odkurzacz. Sodę należy rozsypać w miarę równą warstwą na powierzchni materaca – jak cukier puder na cieście. Najlepiej zrobić to przez sitko. Sodę można lekko wcierać w materac.
Po kilku godzinach materac trzeba odkurzyć, zbierając dokładnie całą sodę, która wchłonie zanieczyszczenia i wilgoć z materaca.

02.

03.

Kuchnia

Jak zrobić suszone jabłka?

Chipsy jabłkowe to słodka przekąska dla poszukiwaczy zdrowszych przysmaków do podjadania. Suszone jabłka będą mieć błonnik, ale też skoncentrowaną zawartość cukru. Warto pamiętać, że dobrze jest je traktować jako deser lub dodatek np.: do kompotu.

Na dwa słoiki tej zdrowej przekąski potrzebne będą 4 słodko-winne jabłka i 20 ml soku z cytryny. Opcjonalnie można również dodać 10 g przyprawy piernikowej, 5 g cukru trzcinowego i szczyptę soli. Owoce należy umyć, odciąć górę i dół, wedle gustu można usunąć gniazda nasienne, a następnie pokroić na cienkie plastry przy pomocy noża albo szatkownicy typu mandolina. Jabłka trzeba polać sokiem z cytryny i dokładnie wymieszać. Zapobiegnie to ciemnieniu owoców. Jeśli wybieracie doprawienie jabłek, to w miseczce należy wymieszać przyprawę do piernika, cukier trzcinowy i szczyptę soli. Przyprawy dosypujemy do jabłek i dokładnie mieszamy. Jabłka należy ułożyć na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia i wstawić do piekarnika nagrzanego do 120° Celsjusza na około 70 minut. Czas pieczenia uzależniony jest od grubości plasterków jabłka oraz upodobań dotyczących stopnia wysuszenia jabłek.

Zdrowie

Prawidłowe mierzenie ciśnienia

Nie tylko osoby z nadciśnieniem, ale również wszyscy dorośli i dzieci powinni co jakiś czas mierzyć ciśnienie krwi. Jest to jedno z podstawowych badań, które pozwala na ocenę zarówno pracy serca, jak i ogólnego stanu zdrowia. Najbardziej precyzyjne wyniki daje ciśnieniomierz naramienny.

30 minut przed pomiarem nie powinno się pić kawy ani palić tytoniu. Ciśnienie najlepiej mierzyć rano na czczo, zanim zażyjemy leki, oraz wieczorem. O stałych porach. Mankiet zakłada się na nagie ramię, powyżej ok. 1,5 cm od zgięcia łokcia, na wysokości serca. Ręka powinna być oparta swobodnie na stole, a plecy podparte wygodnie na krześle. Przed pomiarem należy pozostawać w wygodnej pozycji siedzącej przez 5 minut. Ciśnieniomierz powinien być walidowany, a mankiet odpowiednio dobrany względem obwodu ramienia. Ręka, na której mierzymy ciśnienie, ma znaczenie. Na początku warto wykonać go kilka razy na obu, by ustalić, na której przyjmuje wyższe wartości, i wybrać do pomiaru właśnie tę. Różnice nie powinny być duże.

Przyjmuje się, że w spoczynku u dorosłego człowieka ciśnienie skurczowe powinno wynosić 110–130 mm Hg, a rozkurczowe 65–80 mm Hg.

04.



FOT. 123RF

eprasa.pl 29b5001d2b

▶ KUCHNIA

Mirosław Ciołak zaznacza, że pierogi są hitem wszystkich imprez. – Najważniejsza zasada w robieniu pierogów jest taka, że najpierw gotujemy tylko kilka sztuk i dajemy je do spróbowania – **mówi szef gastronomii w Grand Hotelu w Kielcach**

NA TALERZU

Poleca **Paula Goszczyńska,**
redaktorka
Zajmuje się najczęściej sprawami zdrowia, jednak w niemal każdej historii znajduje coś ciekawego



Pierogi przywołują wspomnienia dzieciństwa i rodzinnego domu



Mirosław Ciołak, szef gastronomii w Grand Hotelu w Kielcach, nie ukrywa, że pierogi uwielbia jeść od dziecka

FOT. DAWID ŁUKASIK

Pierogi to jedno z najbardziej charakterystycznych i ukochanych dań kuchni polskiej. Trudno wyobrazić sobie święta, rodzinne spotkania czy regionalne festyny bez miski wypełnionej tymi smakołykami. Ich wyjątkowość tkwi w prostocie składników, różnorodności farszów i niepowtarzalnym smaku, który przywołuje wspomnienia dzieciństwa i rodzinnego domu. Jak przygotować idealne pierogi? Tę tajemnicę zdradza Mirosław Ciołak, szef gastronomii w Grand Hotelu w Kielcach.

Klasyka to oczywiście pierogi ruskie – z ziemniakami, twarogiem i cebulką. Wielu Polaków darzy też sentymentem pierogi z kapustą i grzybami. Jednak wachlarz smaków jest znacznie szerszy – od słodkich wersji z owocami (na przykład z jagodami, truskawkami czy śliwkami), przez mięsne i warzywne, aż po nowoczesne kompozycje. Mirosław Ciołak nie ukrywa, że pierogi uwielbia jeść od dziecka. – Ja jestem wychowany na pierogach. Po prostu je uwielbiam i nawet jak jestem gdzieś za granicą, to zawsze je próbuję, żeby mieć porównanie i poczuć nowe smaki – uśmiecha się kucharz. Nasz rozmówca jest obecnie szefem gastronomii w Grand Hotelu w Kielcach. Pochodzi z gminy Piekoszów w powiecie kieleckim.

Aby ciasto na pierogi było mięciutkie i dobrze się wałkowało, należy dodać do niego gorącą, a nie tylko letnią wodę. Ważnym składnikiem ciasta jest również... roztopione masło. – Istnieją oczywiście różne szkoły, ale ja mam przepis, według którego gotuję pierogi od lat i zawsze się sprawdza. Na kilogram mąki potrzeba 400 mililitrów gorącej wody – musi mieć około 70 stopni, jedno całe jajko, jedno żółtko i 100 gramów rozpuszczonego masła. Wszystko wyrabiamy, chciałbym tutaj zaznaczyć, że bardzo ważne jest, żeby woda była gorąca, ponieważ wtedy wszystko pięknie zaparuje, ciasto będzie mięciutkie i łatwo się rozwałkuje – zdradza szef gastronomii.

Mirosław Ciołak zaznacza, że pierogi są hitem wszystkich imprez, kochają je nawet obcokrajowcy, którzy przyjeżdżają do Polski. Kucharz zaznacza jednak, że ogromnie ważny w ich przygotowaniu jest sam proces gotowania. – Najważniejsza zasada w robieniu pierogów jest taka, że najpierw gotujemy tylko kilka sztuk i dajemy je do spróbowania osobom, które są w pobliżu, oczywiście próbujemy je również sami. Jeśli okaże się, że farsz jest mdły, to koniecznie musimy go doprawić, smak ciasta może natomiast totalnie zepsuć niedosolona lub przesolona woda, dlatego tak ważne jest spróbowanie pierwszych kilku sztuk – mówi.

Choć lepienie pierogów bywa czasochłonne, wielu traktuje je jako rytuał – moment spokoju, rozmów i wspólnego działania. W niektórych domach lepienie pierogów to rodzinna tradycja, przekazywana z pokolenia na pokolenie.

Dziś pierogi są nie tylko symbolem polskiej kuchni, ale również naszym kulinarnym ambasadorem za granicą. Smakują każdemu – niezależnie od narodowości – i udowadniają, że w prostocie tkwi siła. Pierogi to nie tylko jedzenie. To smak wspomnień, tradycji i miłości. Choć zmieniają się mody, restauracyjne trendy i nasze przyzwyczajenia, na talerz pełen domowych pierogów wciąż bardzo trudno powiedzieć „nie”.

Mirosław Ciołak przygodę z gotowaniem rozpoczął w domu rodzinnym już w latach dziecięcych. Absolwent Zespołu Szkół Przemysłu Spożywczego w Kielcach. Od początku kariery zawodowej związany z ziemią świętokrzyską.

Pierwsze kroki w kuchni zaprowadziły go do Hotelu Gromada i Hotelu Echo w Cedzynie, Hotelu Qubus w Kielcach oraz Hotelu Tęczowy Młyn, gdzie miał możliwość stworzenia kuchni. Gościł tam wiele osobistości ze świata polityki, kultury i muzyki. Uczestnik wielu konkursów kulinarnych na terenie całego kraju. Prowadzi szkolenia, seminaria oraz warsztaty. Współpracuje z wieloma szkołami gastronomicznymi w województwie świętokrzyskim i nie tylko. Ogromnym zaszczytem jest dla niego współpraca z Bocuse d’or Poland. Nie znosi monotonii, która przeszkadza mu w pracy. Ciągle szuka inspiracji.

Klasyka to pierogi ruskie – z ziemniakami, twarogiem i cebulką

- **Wielu Polaków darzy sentymentem pierogi z kapustą i grzybami**
- **Aby ciasto na pierogi było mięciutkie i dobrze się wałkowało, należy dodać do niego gorącą, a nie tylko letnią wodę**

Na kilogram mąki potrzeba 400 mililitrów gorącej wody – musi mieć około 70 stopni, jedno całe jajko, jedno żółtko i 100 gramów rozpuszczonego masła. Wszystko wyrabiamy, chciałbym tutaj zaznaczyć, że bardzo ważne jest, żeby woda była gorąca, ponieważ wtedy wszystko pięknie zaparuje, ciasto będzie mięciutkie i łatwo się rozwałkuje

eprasa.pl 29b5001d2b

▶ **KUCHNIA**

● **Pierogi pieczone** ● Pierogi z kapustą i mięsem ● **Pierogi z jagodami** ● Pierogi z suszoną śliwką w sosie miodowym
● **Pierogi z bobem** ● Pierogi z białym serem na słodko



FOT. ARCHIWUM

Pierogi pieczone

● **Składniki: ciasto: 50 dekagramów mąki pszennej, 15 dekagramów masła roślinnego, 2 jajka, 3 łyżki śmietany; farsz: 50 dekagramów kiszonej kapusty, 2 cebule, 5 dekagramów suszonych grzybów, 3 jajka na twardo, 1 łyżka oleju, 1 łyżka majeranku, gałka muszkatołowa, sól, pieprz.**
Mąkę przesiać na stolnicę, dodać schłodzone masło roślinne, całość posiekać nożem. Następnie dodać 2 żółtka (białka odłożyć), śmietanę, szybko wyrobić ciasto i włożyć do lodówki na ½ godziny. Umyć i ugotować grzyby. Kapustę wypłukać w zimnej wodzie, krótko ugotować, odcisnąć i posiekać. Cebulę posiekać w kostkę i zeszklić na oleju. Ugotowane grzyby i jajka drobno posiekać. Wszystkie składniki farszu dobrze wymieszać, doprawić majerankiem, startą gałką muszkatołową, solą i pieprzem. Ciasto rozwałkować (nie za cienko), wyciąć spore krążki, nałożyć farsz i zlepić brzegi. Pierogi ułożyć na blasze, posmarować roztrzepanymi białkami i piec w temperaturze 180 stopni Celsjusza na złoty kolor.



FOT. ARCHIWUM

Pierogi z kapustą i mięsem

● **Składniki: ciasto: kilogram mąki, 400 mililitrów gorącej wody (około 70 stopni), 1 całe jajko, jedno żółtko, 100 gramów rozpuszczonego masła; farsz: 2 kilogramy kiszonej kapusty, 1 kilogram mięsa, 2 duże cebule, 3 marchewki, 1 pietruszka, ½ średniego selera, 1 kawałek pora (20 centymetrów), 2 listki bobkowe, 6 ziaren ziela angielskiego, 15 ziaren czarnego pieprzu, 1 łyżka stołowa majeranku, 1 łyżeczka od herbaty przyprawy maggi, ½ łyżeczki od herbaty wegety, kucharka lub warzywka, sól, pieprz do smaku, 10 dag słoniny.**
Cebulę posiekać i zrumienić na złoty kolor. Mięso udusić z jarzynami i przyprawami w niewielkiej ilości wody. Zemleć wraz z jarzynami i cebulą (bez listka bobkowego). Kapustę, jeśli bardzo kwaśna, wypłukać i ugotować. Posiekać lub zemleć. Połączyć mięso i kapustę, doprawić solą, pieprzem, maggi, kucharkiem i majerankiem, wyrobić na gładką masę. Farsz powinien mieć konsystencję lekko klejącą się. Słoninę pokroić w drobną kostkę i przyrumienić na złoty kolor. Ciasto zagnieść i rozwałkować, wycinać krążki średnicy 6-8 centymetrów, nakładać farsz na krążki i lepić pierogi, układając na posypaną mąką tacę. Wrzucić na osolony wrzątek. Po wypłynięciu pierogów gotować na średnim ogniu przez minutę. Odcedzić, polać wysmażoną słoniną i podawać.



FOT. ARCHIWUM

Pierogi z jagodami

● **Składniki: ciasto: kilogram mąki, 400 mililitrów gorącej wody (około 70 stopni), 1 całe jajko, jedno żółtko, 100 gramów rozpuszczonego masła; farsz: jagody (200 gramów), cukier do smaku, jogurt kokosowy bez cukru lub śmietana 18-procentowa, mięta.**
Ciasto zagniatamy i odstawiamy na 15 minut. W międzyczasie opłucz dokładnie jagody i osusz je. Gotową kulę ciasta rozwałkuj na podsypanym mąką blacie. Na rozwałkowanym cieście wytnij kółka. Najlepiej od szklanki. Gotowe kółka faszeruj jagodami wymieszanymi z cukrem. Nie żałuj, ale uważaj, żeby nie przesadzić. Tak, aby móc swobodnie zlepić pierogi. Przed lepieniem pierogów możesz lekko zwilżyć wewnętrzne brzegi kółek. Wówczas będą się lepiej lepić. Pierogi z jagodami wrzuć do wrzątku i gotuj kilka minut (maksymalnie 5 minut). Podawać z jogurtem lub śmietaną i miętą.



FOT. ARCHIWUM

Pierogi z suszoną śliwką w sosie miodowym

● **Składniki: ciasto: kilogram mąki, 400 mililitrów gorącej wody (około 70 stopni), 1 całe jajko, jedno żółtko, 100 gramów rozpuszczonego masła; farsz: 10 śliwek kalifornijskich bez pestek, 1 łyżka cukru, 1 łyżka cukru waniliowego, cynamon; sos: 3 łyżki miodu, 2 łyżki masła, cynamon do smaku.**
Ciasto na pierogi wyrobić ze składników. Zagnieść i rozwałkować. Wycinać krążki. Śliwki obtaczać w mieszance cukru i cukru waniliowego oraz cynamonu i nakładać na krążki. Zlepić pierogi na brzegach. Ugotować we wrzącej, lekko osolonej wodzie około 5-8 minut od wypłynięcia na powierzchnię. Przygotować sos. Na patelni rozpuścić masło, dodać miód i cynamon. Podgrzewać, aż zabulgocze. Pierogi polać sosem.



FOT. ARCHIWUM

Pierogi z bobem

● **Składniki: ciasto: kilogram mąki, 400 mililitrów gorącej wody (około 70 stopni), 1 całe jajko, jedno żółtko, 100 gramów rozpuszczonego masła; farsz: 1 kg świeżego lub mrożonego bobu, 300 g boczku wędzonego, sól, pieprz, przyprawa do zup w płynie, cebula, kilka listków świeżej bazylii.**
Zagnieść ciasto na pierogi aż do uzyskania plastycznej masy. Zakryć bawełnianą ściereczką i odstawić. Obrać i zagotować bób, boczek cienko pokroić i wytopić, składniki połączyć i zmielić w maszynce do mięsa. Dodać sól, pieprz i odrobinę przyprawy do zup. Z ciasta wykrawać krążki i nadziewać farszem. Wrzucać na wrzątek na 5-6 minut. Talerz dekorować bazylią, polać okrasą z cebuli.



FOT. ARCHIWUM

Pierogi z białym serem na słodko

● **Składniki: ciasto: kilogram mąki, 400 mililitrów gorącej wody (około 70 stopni), 1 całe jajko, jedno żółtko, 100 gramów rozpuszczonego masła; farsz: 1 kg twarogu półtłustego, 1 żółtko, 1 cukier waniliowy, 1 łyżka cukru, cynamon mielony, gęsta śmietana 22%.**
Ciasto na pierogi zagnieść aż do uzyskania plastycznej masy. Zakryć bawełnianą ściereczką. Twaróg wymieszać z żółtkiem, dodać łyżeczkę cukru waniliowego, łyżkę cukru i 2 łyżki śmietany. Wyrobić pierogi i wrzucać na wrzątek na 5-6 minut. Polać śmietaną z dodatkiem cynamonu.

eprasa.pl 29b5001d2b

▶ ŚWIAT WOKÓŁ NAS

Ponad połowa Polaków wierzy w przesądy. Na szczęście częstsza jest wiara w zwiastuny powodzenia niż pecha. Najczęściej trzymamy za innych kciuki, ale sporo z nas wciąż zawraca z drogi na widok czarnego kota, który właśnie przez nią przebiegł

ZROZUMIEĆ DZIŚ

Poleca **Alicja Domachowska,**
redaktorka.
Zajmuje się m.in. sprawami
i rzeczami, które nas otaczają.
Prywatnie miłośniczka psów, jazdy
na rowerze i muzyki



Przesądny jak Polak, czyli zabawa z czarnym kotem

Nie rozstajemy się ze smartfonem, robimy zakupy przez internet, uczymy się angielskich słówek, korzystając z tabletu zamiast z papierowego słownika, nie wyobrażamy sobie jazdy autem bez nawigacji satelitarnej, plotkujemy ze znajomymi na Facebooku. Większość z nas uważa się za racjonalnie myślących, nowoczesnych ludzi. Wystarczy jednak, że przez drogę przebiegnie nam czarny kot, a już zatrzymujemy się skonsternowani. Na rozbite lustro patrzymy z przerażeniem, zaś w trzynastego najlepiej w ogóle nie ruszalibyśmy się z domu.

Wiara w zabobony wypływa ze stereotypów głęboko zakorzenionych w kulturze i tradycji. Bo też zabobony to najczęściej pozostałości dawnego systemu wierzeń. Ich źródeł zwykle możemy szukać w średniowieczu, a nawet w starożytności.

„Wojna magii z rozumem i rozumu z magią jest stara jak świat. W Polsce, zanim przyszło chrześcijaństwo, istniało wiele różnych religii pogańskich. A w religiach pogańskich istotą jest magiczne rozumienie bóstw, bogów czy bogiń; w związku z tym także nasze polskie, słowiańskie doświadczenie religijne było kiedyś w dużym stopniu szamańskie. Mam tu na myśli różne szamańskie podejścia do religii, które chrześcijańskie myślenie oczyszcza od tysiąca lat, odrzucając to, co było w pogaństwie niewłaściwe i niepotrzebne, czyli magiczne, absurdalne przekonania religijne” – mówił nam w wywiadzie prof. Andrzej Kobyliński, duchowny katolicki, filozof, etyk. I tłumaczył, że nowością, jaką przyniosło chrześcijaństwo, było odczarowanie świata, czyli tak zwana pozytywna sekularyzacja. W religiach pogańskich pełno było złych duchów, mnóstwo bogów; w każdym lesie czy borze mieszkały jakieś duchy, a na wszystkich szczytach gór mieszkali bogowie, słońce też było bogiem. Chrześcijaństwo odczarowało ten świat, pokazując, że fałszem jest to, w co wcześniej wierzono. Przyniosło ze sobą rewolucyjne, nowe rozumienie Bytu Najwyższego, kwestionując i odrzucając wcześniejsze pogańskie, szamańskie podejście do kwestii religijnych. To największa rewolucja w dziejach religii.

Cóż, ponad połowa Polaków wierzy w przesądy. Na szczęście częstsza jest wiara w zwiastuny powodzenia niż pecha. Nawet ci, którzy nie wierzą w zabobony, praktykują niektóre z nich. Najpopularniejsze jest trzymanie kciuków – wynika z sondażu CBOS.

Ponad połowa respondentów (54 proc.) wierzy w przynajmniej jeden z 10 przesądów, o które pytali ankieterzy. Wiarę w co najmniej pięć zadeklarowało 17 proc., 13 proc. wierzy w trzy lub cztery przesądy, a blisko co czwarty – 24 proc. przynajmniej w jeden lub dwa. Tylko 14 proc. ogółu badanych nie ulega żadnej z przesądnych praktyk, o które pytało CBOS.

Nieco częstsza jest wiara w przesądy zwiastujące powodzenie – 44 proc., niż te, które uchodzą za zły omen – 40 proc. badanych. Najpopularniejsze jest trzymanie kciuków. W to, że taki gest może przynieść powodzenie, wierzy blisko jedna trzecia – 29 proc. badanych, ale od czasu do czasu stosuje go blisko trzy czwarte – 72 proc. badanych. Blisko trzech na pięciu – 57 proc. respondentów odpukuje w niemalowane drewno, a ponad połowa – 53 proc. przyznaje, że zdarza im się chuchać na znalezioną monetę.

Co czwarty respondent żywi wiarę, że szczęście może przynieść kominiarz, widząc go blisko połowa – 49 proc. łapie się za guzik.

Co piąty dorosły Polak za zwiastun szczęścia uznaje znalezienie czterolistnej koniczyny. Niewielu respondentów mniej (18 proc.) wierzy w szczęśliwą moc talizmanów, a za zapowiedź niepowodzenia uznaje podanie ręki przez próg. Zarazem co trzeci (34 proc.) zwraca uwagę, by się przez próg nie przywitać.

Jedna szósta (16 proc.) wierzy w negatywną moc trzynastki, podczas gdy co dziewiąty badany (11 proc.) wierzy, że siódemka przynosi szczęście. Tyle samo za zły znak uważa wstanie z łóżka lewą nogą. Najczęstsze omeny wróżące niepowodzenie, w które wierzą ankietowani, to stłuczenie lustra (25 proc.) i czarny kot przebiegający drogę (22 proc.).

Najbardziej przesądni są renciści, bezrobotni, robotnicy niewykwalifikowani, pracownicy usług i gospodynie domowe, osoby w wieku 45-54 lat. Pod względem miejsca zamieszkania najbardziej przesądni są respondenci z miast liczących 100-500 tys. mieszkańców.

Wierze w przesądy sprzyja też udział w praktykach religijnych. W magiczną siłę przedmiotów lub zachowań częściej wierzą kobiety niż mężczyźni. Wiara w przesądy maleje wraz ze wzrostem wykształcenia oraz wysokością dochodów. To badania, a rzeczywistość?

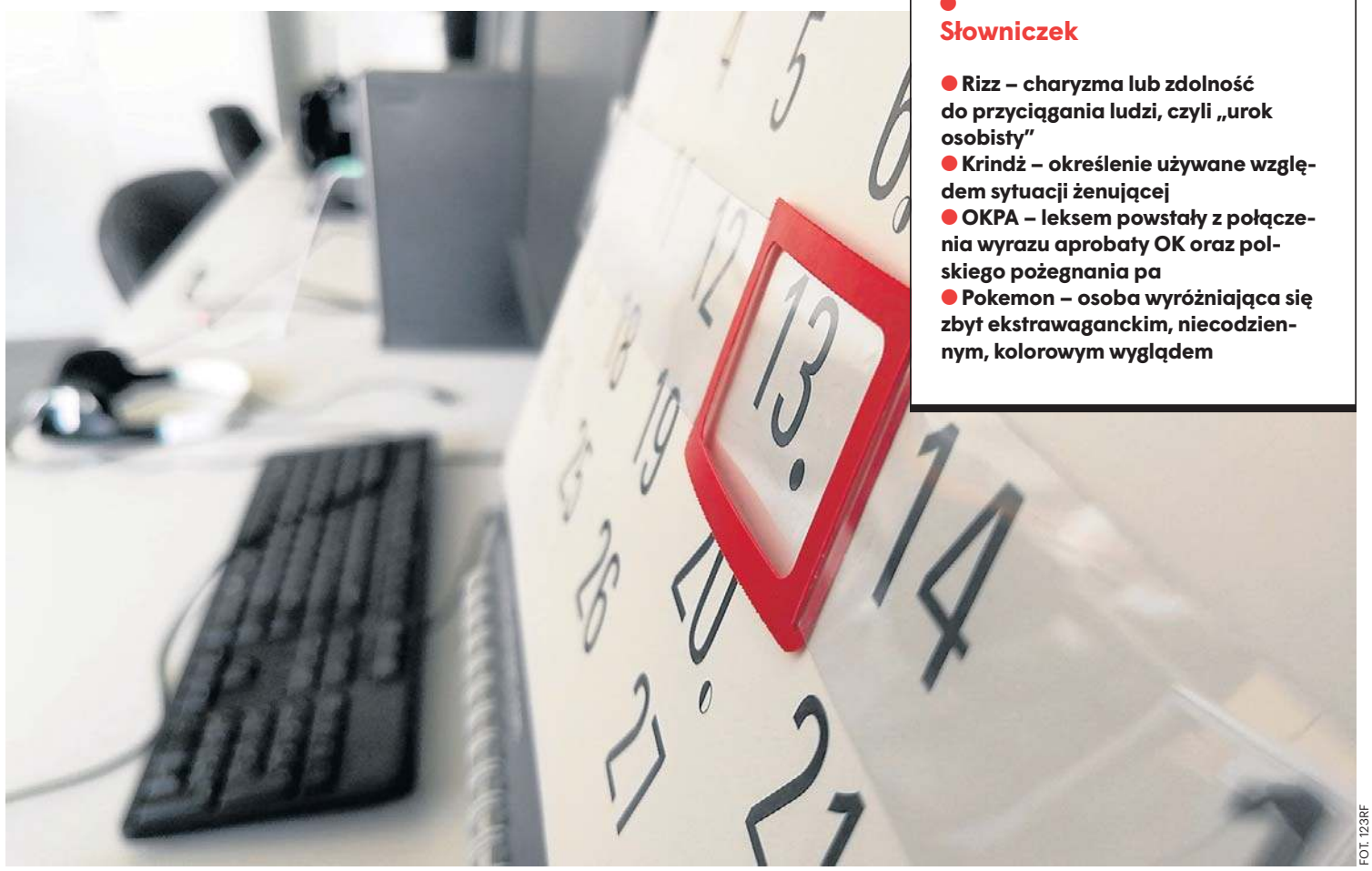
Ewa zarabia całkiem sporo, skończyła studia wyższe i wie swoje.

– Lepiej dmuchać na zimne – tak mówi.

Cóż, wierzymy czy nie – trzymanie za kogoś kciuków chyba nikomu jeszcze nie zaszkodziło. Stykałem się z opinią, że skoro są samochody, to muszą być wypadki.
Na szczęście dziś widzimy zmianę

Słowniczek

- **Rizz – charyzma lub zdolność do przyciągania ludzi, czyli „urok osobisty”**
- **Krindż – określenie używane względem sytuacji żenującej**
- **OKPA – leksem powstały z połączenia wyrazu aprobaty OK oraz polskiego pożegnania pa**
- **Pokemon – osoba wyróżniająca się zbyt ekstrawaganckim, niecodziennym, kolorowym wyglądem**



FOT. 123RF

Piątek trzynastego uchodzi w wielu kulturach za wyjątkowo pechowy dzień. Strach przed tą datą nosi nazwę paraskewidekatriafobii. Słowo to powstało z greckich słów paraskevi (piątek), dekatreis (trzynasty) i fobia (strach)

eprasa.pl 29b5001d2b

PROGRAMOWO

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Angelika jest zdziwiona zmianą w zachowaniu ojca w sprawie rozwodu. Wietrzy jakiś podstęp. Poruszona sytuacją, nie zauważa, że na jej telefon raz za razem dzwoni Eliza... Przed kluczowym meczem Iskry o awans wszystko zaczyna się sypać. Klubowi odcięli wodę, piłkarze buntują się przeciwko koszulkom z logo nowego sponsora, a Borys musi gasić jeden pożar za drugim. Próbuje też zaprosić na mecz ojca, ale ten, jak zwykle, nie zostawia na nim suchej nitki. Tymczasem Kinga szykuje się do rozprawy rozwodowej. W głowie wciąż dźwięczą jej słowa Janka. Tuż przed wizytą w sądzie Kinga postanawia pójść do Lilki i zażądać wyjaśnień. Podczas konfrontacji rozżalona Lilka wybucha i wyznaje szokującą prawdę.

G. 22:20

Berlin Ku'damm '77

TVP 2

Monika spotyka mężczyznę podobnego do jej zmarłego męża Joachima. To Harald Franck, brat Joachima, który zdezerterował z Wehrmachtu i wróciwszy z sowieckiej niewoli przybrał tożsamość poległego kolegi Roberta Becka. Helga poznaje dentystę Hannesa. Eva wychodzi z więzienia i handluje sztuką. Dorli ma nowego partnera do tańca, Steffena. Za jego namową zaczyna brać coraz więcej tabletek przeciwbólowych i innych narkotyków. Monika poznaje ulicznego muzyka z Libanu. Jest oczarowana brzmieniem lutni perskiej, na której on gra. Friedericke odwiedza w Berlinie Wschodnim swojego ojca, Wolfganga, który pracuje w kombinacie przemysłowym i jest szantażowany przez Stasi.



G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Smolnego ogarnia radość, gdy jego żona dzwoni i wysyła lokalizację błagając, by po nią przyjechał. Krzysztof wiezie ją prosto do szpitala. Badanie krwi ma wykazać, czym była usypiana. Czeka ją też przesłuchanie policyjne. Czy powie, że porwał ją były mąż? Zdybicka spotyka się z przedstawicielem banku, któremu proponuje bar Zięby na oddział bankowy. Honorata i Roman są wzburzeni i kontaktują się z Michałem, który blokuje te plany.Jednak kiedy Brzozowski rozmawia z Włodkiem, ten wyznaje, że bez Marii nie widzi przyszłości dla baru... Niespodziewanie pojawia się nowa znajoma Zięby z samolotu – Dorota. Chce pomóc uratować rodzinną perełkę. Teresa postanawia, że na potrzeby swojej powieści musi zebrać doświadczenia. Jej mąż tego nie rozumie, dlatego Teresa prosi o pomoc swojego ucznia – specjalistę od... erotycznych zabawek dla dorosłych.



G. 20:30

FELICITA

TVP 1



Zośka próbuje wymigać się od kolacji do Giulii. Kamil, który znów pojawia się w jej wyobraźni, namawia ją, by zrobiła to dla Oliwii i Nico. Marco proponuje Zośce i Oliwii wspólny wyjazd,w trakcie którego Zośka poznaje bliżej Marco. Podczas lunchu matka i córka rozmawiają o dorastaniu Oliwii, miłości i przyszłości. Córka prosi matkę, aby mimo wszystko poszła z nią na kolację do Giulii. Wieczorem pojawiają się w domu Włoszki. Zośkę niepokoją Teste di Moro, identyczne z tymi, które Kamil kupił do ich wspólnego domu. Nico pokazuje Oliwii domek na drzewie i zdradza, że zbudował go tata. Oliwię boli świadomość, że Nico dostał od Kamila coś, o czym ona sama marzyła jako dziecko. Zośka tymczasem próbuje rozmawiać z Giulią. Początkowo wieczór przebiega spokojnie, ale napięcie szybko wraca. Zośka nie potrafi zaakceptować tego, że Giulia mówi o Kamilu jak o kimś, kto należał również do jej życia. Kiedy Giulia próbuje tłumaczyć swoją sytuację, Zośka wybucha i chce natychmiast wyjść. Wtedy pada informacja, która zmienia wszystko: Giulia oznajmia, że połowa jej domu należała do Kamila.



G. 20:50

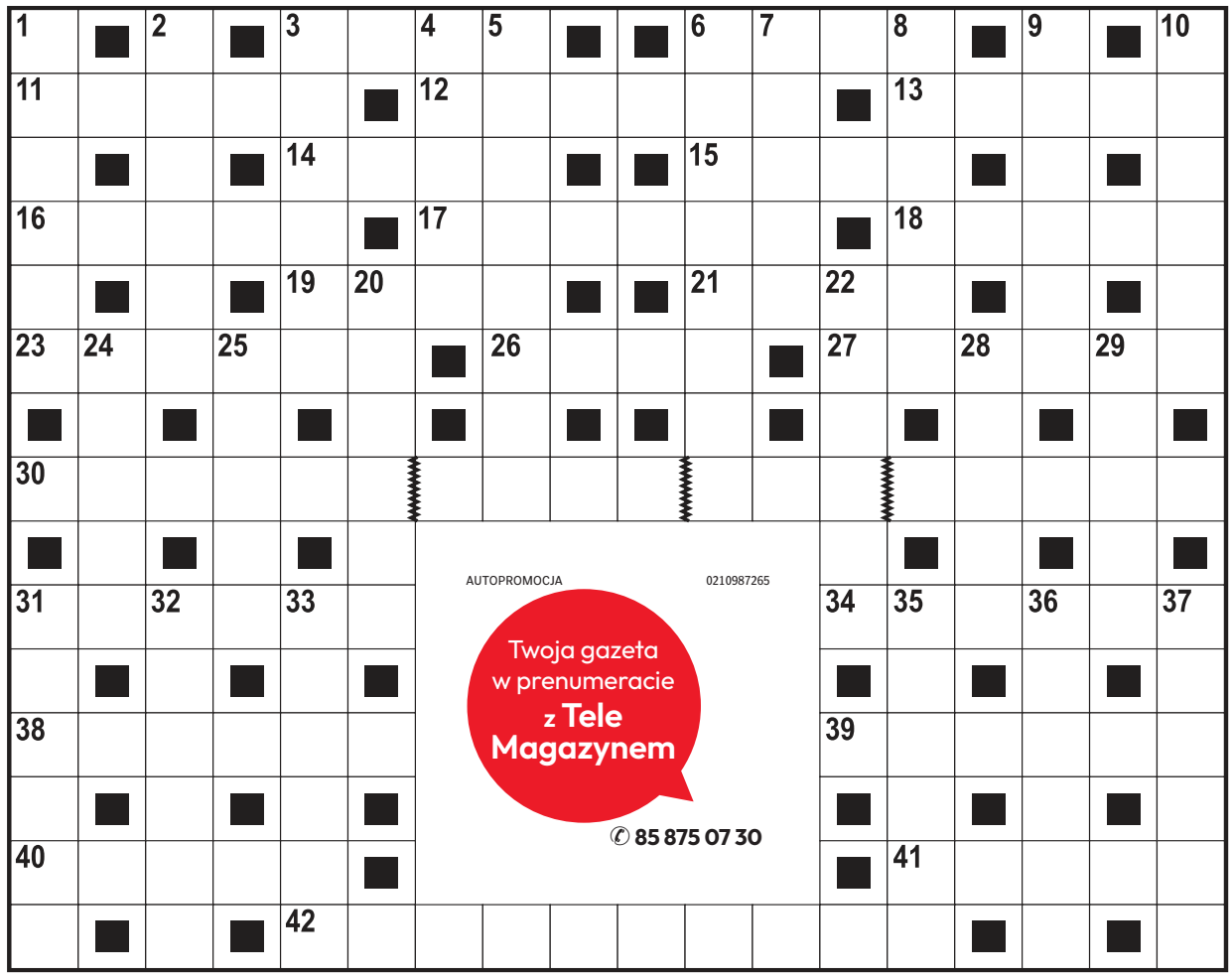
M jak miłość

TVP 2

Paweł urządza casting na nianię dla Antosia. Jego zachowanie nie pozostawia wątpliwości, że absolutnie nie życzy sobie, by junior zbyt dużo czasu spędzał z Agnes. Dominik Walat znów powoduje wypadek. Tym razem do zdarzenia dochodzi z udziałem Agnes, Marii i rowerzysty. Zduński, słysząc o wybrykach chłopaka, jest o krok od wybuchu. Co gorsze, w jego sercu na nowo zaczyna płonąć chęć zemsty za śmierć Franki. Tymczasem Magda z Andrzejem jadą do sądu na finał procesu Jabłońskiego. Z kolei Werner o poranku zaskakuje Sylwię „romantyczną" propozycją... podpisania intercyzy. Parafka na kwicie ma zastąpić tradycyjne, romantyczne oświadczyny. A gdy prawnik wypomina w dodatku swojej partnerce, że jej zegar biologiczny tyka, Kostecka traci cierpliwość. Nie mogąc tego dłużej znieść, podejmuje przełomową decyzję.

eprasa.pl 29b5001d2b

KRZYŻÓWKA NR 141



Poziomo:

3) anglosaski przełożony, szef,
6) naprawiany przez dekarza,
11) „Balfegor – … Luwru", francuski horror,
12) pracuje w wyznaczonym rewirze,
13) w portfelu Brazylijki,
14) chorobliwe przywidzenie, majak,
15) jadalnia dla marynarzy,
16) „… zamknięty", polski dramat sensacyjny,
17) marka brytyjskiej herbaty,
18) oznaka władzy królewskiej,
19) kurek nad umywalką,
21) hinduska bogini śmierci,
23) pas startowy na lotnisku,
26) bariera natury psychicznej, przeszkoda,
27) Polka sprzed wieków,
30) piosenka Czesława Niemena,
31) uprząż dla bydła rogatego,
34) zdrobniale o małym chłopcu, brzdąc,
38) pozioma belka wzdłuż szczytu dachu,
39) osoba pochodząca z tej samej okolicy,
40) wizerunek zawodowy artysty,
41) renkloda lub węgierka,
42) prężność, dynamika w działaniu.

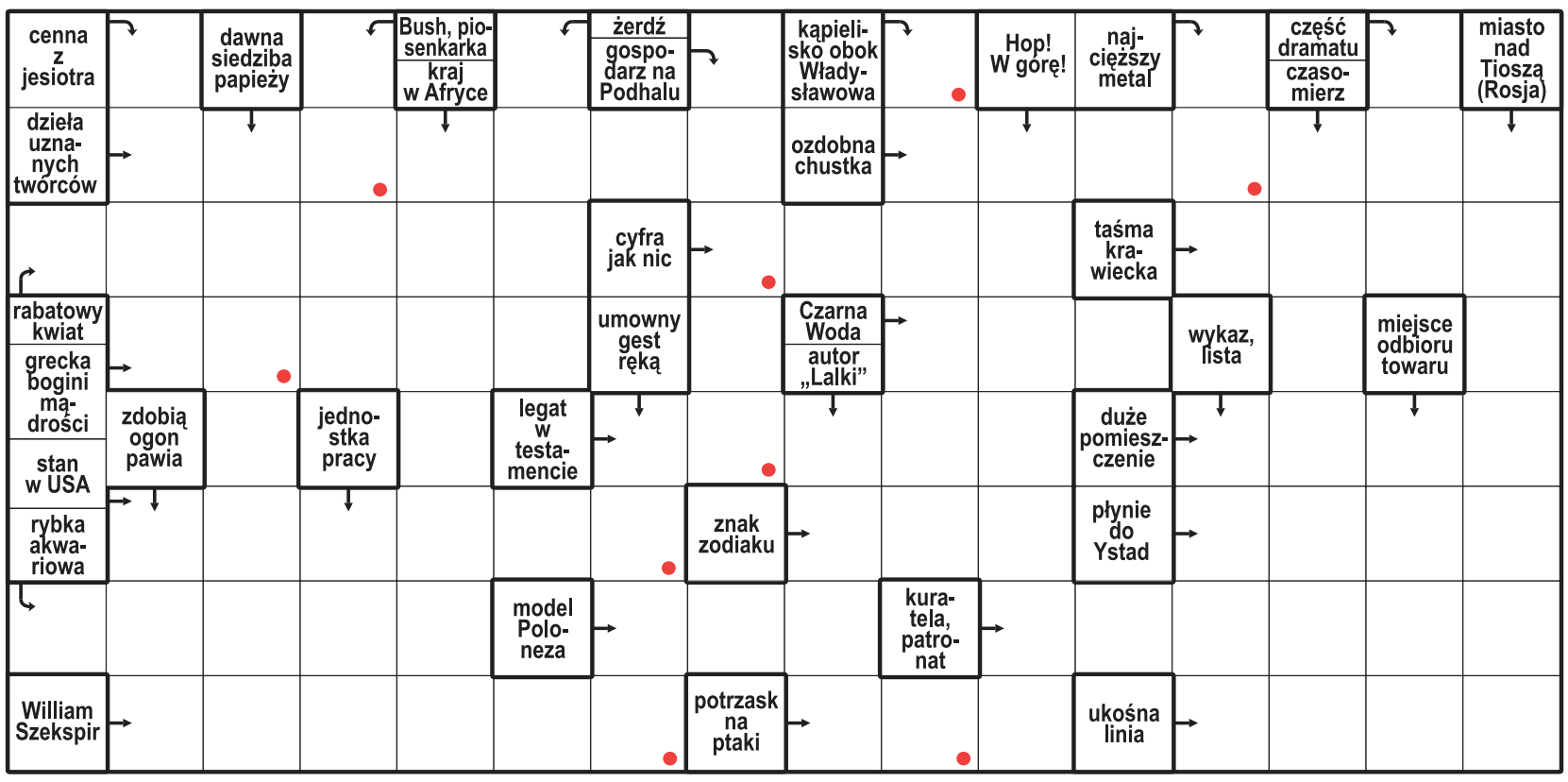
Pionowo:

1) salonik pani domu,
2) roślina o ostrym zapachu i gorzkim smaku,
3) Monika, polska piosenkarka,
4) Fahrenheita lub Richtera,
5) indiańskie plemię ze stanu Floryda,
6) myśliciel i podróżnik z Abdery,
7) miejsce walk gladiatorów,
8) „… Monte Christo", powieść Dumasa,
9) tworzy się podczas odwilży,
10) określony sposób postępowania,
20) nadmierna brawura, śmiałość,
22) formacja roślinna w Ameryce Południowej,
24) wystawne przyjęcie, biesiada,
25) dolina o stromych zboczach,
28) koń maści białej,
29) żywi się liśćmi eukaliptusa,
31) krzew o wonnych kwiatach,
32) ostrze w sieczkarni,
33) Norman, autor powieści „Nadzy i martwi",
35) uczucie silniejsze od zazdrości,
36) roślina zielna, grubosz,
37) dawny worek na wodę.

ROZWIĄZANIE NR 140

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KASZTANKA.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Postaw na odwagę i działanie. Horoskop dzienny mówi, że śmiała decyzja może otworzyć nowe drzwi.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój będzie Twoją siłą. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie spieszyć się z decyzjami.

Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawa rozmowa. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że jedno zdanie może zmienić Twój plan.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj dziś o swoje emocje i bliskich. Horoskop dzienny zapowiada, że szczera rozmowa przyniesie spokój.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś podpowiada, by pokazać swoje talenty.

Rak (22.06 - 22.07)
Drobne sprawy mogą wymagać uwagi. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi dołożyć staranności.

Lew (23.07 - 22.08)
Horoskop dzienny to wskazówka, by poszukać równowagi między obowiązkami a odpoczynkiem.

Panna (23.08 - 22.09)
Zaufaj intuicji, szczególnie w sprawach sercowych. Horoskop na dziś mówi, że łatwo odczytasz ukryte intencje.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowa inspiracja doda Ci energii. Horoskop dzienny radzi spróbować czegoś innego.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja zacznie przynosić efekty. Horoskop dzienny wróży, że cierpliwie zrealizujesz swoje cele.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywny pomysł może szybko przerodzić się w coś większego. Horoskop na dziś radzi działać odważnie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Mocno poczujesz potrzeby innych. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że ludzie będą Ci wdzięczni.

eprasa.pl 29b5001d2b

S24 sportowy24.pl

sport

SIATKÓWKA

Na mistrzostwach Europy Polacy bronią tytułu i grają o awans do igrzysk olimpijskich *str. 23*

BIEGI



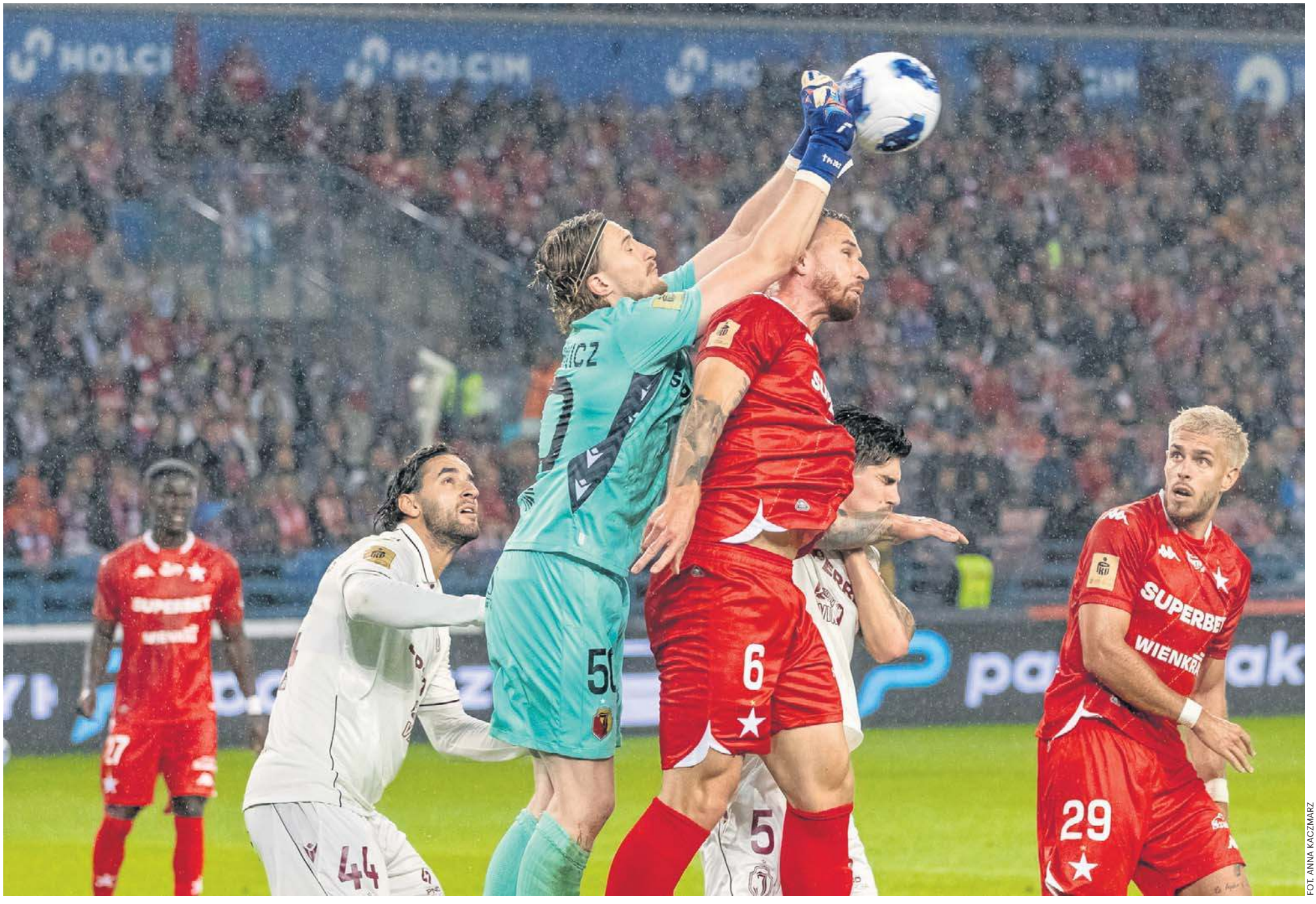
FOT. EWELINA ZGIET

Białystok Biega to najstarsza impreza biegowa w stolicy woj.podlaskiego *str. 21*

BETCLIC III LIGA

Jedenaście goli w Białymstoku w meczu Jagi II z Mławianką 7:4. Olimpia remisuje w regionalnych derbach z Wigrami 1:1 *str. 20*

Jagiellończycy dawno tak nie zostali zdominowani przez inną drużynę



FOT. ANNA KACZMARZ

Jagiellonia Białystok w cieniu Białej Gwiazdy.

Żółto-czerwoni byli bezradni wobec szybkich piłkarzy Wisły Kraków i przegrali 0:2. *str. 20*

eprasa.pl 29b5001d2b

PIŁKA NOŻNA - EKSTRAKLASA PKO BP

Blask „Białej Gwiazdy" przyćmił Jagiellonię

Jagiellonia Białystok została zdominowana w Krakowie przez grającą z polotem Wisłę. Żółto-Czerwoni przegrali 0:2, a dwa gole zdobył dla „Białej Gwiazdy" Angel Rodado.

Mariusz Klimaszewski

Wisła Kraków	**2** (1)
Jagiellonia Białystok	**0** (0)

Bramki: 1:0 - Ángel Rodado 14, 2:0 - Ángel Rodado 87.
Wisła: Marcel Łubik - Raoul Giger, Alan Uryga, Darijo Grujčić, Jakub Krzyżanowski - Élie Youan (59. Frederico Duarte), Kacper Duda, James Igbekeme, Julius Ertlthaler (90. Rafał Mikulec), Marko Božić - Ángel Rodado.
Jagiellonia: Sławomir Abramowicz - Norbert Wojtuszek (72. Rodrigo Conceição), Bernardo Vital, Apóstolos Konstantópoulos, Bartłomiej Wdowik - Jeremy Agbonifo (46. Aleksandar Ćirković), Taras Romanczuk, Anders Klynge (59. Hampus Finndell), Jesús Imaz (82. Sergio Lozano), Kajetan Szmyt - Nik Prelec (59. Youssuf Sylla).
Sędziował: Piotr Lasyk (Bytom).
Widzów: 30 736.


FOT. ANNA KACZMARZ

Żółto-Czerwoni w Krakowie zawiedli na całej linii, a już czeka na nich w Lidze Europy Olympiakos Pireus

Bartłomiej Wdowik na lewej obronie, Jeremy Agbonifo w miejsce kontuzjowanego Ousmane Sow na skrzydle, na środku defensywy z Bernardo Vitalem zagrał Apostolos Konstantopoulos, do wyjściowego składu powrócił Jesus Imaz, a na ławce po długiej przerwie zasiadł Dusan Stojinović to najważniejsze zmiany w składzie Jagiellonii, który rozpoczął mecz z Wisłą Kraków.

Wisła Kraków zdominowała Jagiellonię w pierwszym kwadransie gry. Szybkie akcje skrzydłami, dośrodkowania w pole karne powodowały niemałe zamieszanie pod bramką Sławomira Abramowicza. I w 14 minucie, po jednym z dośrodkowań, Rodado zgubił obrońców i strzałem z głowy pokonał bramkarza Jagiellonii.

Żółto-Czerwoni mieli ogromny problem z przeniesieniem gry na połowę gospodarzy, którzy wysoko próbowali odbierać piłkę, zresztą skutecznie. W naszym zespole mnożyły się niedokładne podania. Mocno naciskani Jagiellończycy byli bezradni wobec tak grających Wiślaków.Wynik nie uległ zmianie i do przerwy gospodarze, którzy grali bardzo intensywnie wygrywali 1:0.

W pierwszej połowie Jagiellonia miała oddanych dwa strzały i to niecelne przy 10 strzałach Wisły.

Od początku drugiej połowy w Jagiellonii w miejsce Agbonifo wszedł Aleksandar Cirković, a w 59 minucie boisko opuścili Anders Klynge i Nik Prelec, a weszli Youssuf Sylla i Hampus Finndell. Zmiany te niestety nie odmieniły Jagiellonii, w której najlepszym był tylko bramkarz Sławomir Abramowicz. To on wybronił wiele groźnych strzałów gospodarzy.

Piłkarze Żółto-Czerwonych sami prosili się o kłopoty. Straty piłki goniły straty, a te napędzały tylko gospodarzy. W 87 minucie Angel Rodado po raz drugi pokonał bramkarza Jagiellonii. Wisła wygrała 2:0 i była to już czwarta wygrana u siebie Białej Gwiazdy.

Trener Adrian Siemieniec zabrał głos

Przed spotkaniem przed kamerami canal plus, a później na konferencji prasowej trener Adrian Siemieniec odniósł się do swoich kontaktów z sędzią Arkadiuszem Kamilem Wójcikiem.

– Przede wszystkim chciałbym uporządkować fakty od strony prawnej. Faktem jest, że odbyło się posiedzenie komisji dyscyplinarnej, na które zostałem zaproszony. Miało ono charakter wyjaśniający, a nie dyscyplinarny. Uważam, że to bardzo ważny aspekt tej sprawy.

Oczywiście stawiłem się na tę komisję i złożyłem swoje wyjaśnienia Na ten moment, według mojej najlepszej wiedzy, nie toczy się żadne postępowanie dyscyplinarne, jeżeli chodzi o moją osobę, ani też nie zostały na ten moment stwierdzone żadne naruszenia, jeżeli chodzi o przepisy PZPN. Ale oczywiście oprócz aspektu prawnego jest też aspekt ludzki, refleksyjny - powiedział trener Siemieniec

– Mam świadomość, że wysyłanie tej wiadomości było niepotrzebne, był to błąd, nie miałem złych intencji. Na pewno ta sytuacja dużo mnie nauczyła i mogę obiecać, że to się już nie powtórzy - dodał trener Jagiellonii Białystok Adrian Siemieniec

PIŁKA NOŻNA. III LIGA

Podział punktów w regionalnych derbach i jedenaście goli w Białymstoku

Mariusz Klimaszewski

W regionalnych, trzecioligowych derbach Olimpia Zambrów zremisowała z Wigrami Suwałki 1:1. W Białymstoku kibice zobaczyli aż 11 goli. Jagiellonia II wygrała z Mławianką 7:4. ŁKS Łomża wywalczył punkt z Troszynem.

W Zambrowie beniaminek Olimpia podejmowała aspirujące do awansu Wigry Suwałki. Pierwsza połowa potwierdziła, że gospodarze nie będą mieli łatwego zadania.

Wigry miały przewagę i już w 13 minucie, po kontrze Michał Bajdur wyprowadził swoją drużynę na prowadzenie. Goście z Suwałk jeszcze kilkakrotnie groźnie atakowali i strzelali na bramkę Olimpii, ale bez skutku.

Zambrowianie w pierwszej połowie także mieli swoje szanse. Piłka jednak nie wpadła do siatki bramki Wigier m.in. po strzałach Mensaha.

Olimpia doprowadziła do wyrównania po przerwie, gdy w 53 minucie Jakub Jakimiuk wykorzystał rzut karny.

W Zambrowie padły dwa gole, za to w Białymstoku aż jedenaście. Jagiellonia II pokonała Mławiankę Mława 7:4.

Jeden punkt wywalczył ŁKS Łomża remisując z Troszynem.

Jagiellonia II Białystok - Mławianka Mława 7:4 (2:2).
Bramki: 0:1 Tomasz Rojkowski 2, 1:1 Dimítris Rállis 19, 1:2 Tomasz Rojkowski 39, 2:2 Zachary Zalewski 45, 3:2 Olaf Pawelczyk 50, 3:3 Hubert Strugała 53, 4:3 Adrian Ziarek 56, 5:3 Olaf Pawelczyk 63, 6:3 Dawid Polkowski 68, 7:3 Adrian Ziarek 78, 7:4 Tomasz Rojkowski 90.
Jagiellonia: Domasiewicz - Pankiewicz, Duchnowski, Krasiewicz, Tymoszczuk, Konachowicz, Pawelczyk, Polkowski, Kuczyński, Zalewski, Rallis.

KS CK Troszyn - ŁKS Łomża 1:1 (0:1).
Bramki: 0:1 Kyryło Knysz 26, 1:1 Adam Dobosz 51.


FOT. BARTOSZ DĄBROWSKI

Olimpia - Wigry 1:1

ŁKS: Danielczyk - Mroczko, Kriegler, Sychowicz, Kalpaczuk, Yampol, Knysz, Tomal, Kijek, Lesicki, Amroziński.

Olimpia Zambrów - Wigry Suwałki 1:1 (0:1). Bramki: 0:1 Michał Bajdur 13, 1:1 Jakub Jakimiuk 53 z karnego.

Olimpia: Rutkowski - Mastalerz, Sołowiej, Łazarski, Matus, Żakiewicz (61. Piekut), Mensah (90 Wielgus), Mantur, Mosionek, Kempski, Jakimiuk.
Wigry: Taudul - Baranowicz (71. Rejterada), Witasik, Magnuszewski, Głowicki (71. Kucharczyk), Gużewski, Skonieczny, Michałowski (61. Gohlike), Guzdek (54. Noworyta), Bajdur, Fronczak (62. Kluska),

Inne wyniki:

Ząbkovia Ząbki - Lechia Tomaszów Mazowiecki 4:2 (3:0). Bramki: 1:0 Julian Świątek 12 z karnego, 2:0 Kacper Koterwas 21, 3:0 Maciej Jankowski 26, 4:0 Maciej Jankowski 50, 4:1 Kacper Popławski 72, 4:2 Łukasz Racis 90.

Świt Nowy Dwór Mazowiecki - KTS Weszło Warszawa 0:1 (0:0). Bramka: 0:1 Mateusz Malec 76.

Olimpia Elbląg - Pelikan Łowicz 1:0 (1:0). Bramka: 1:0 Michał Kiełtyka 2.

Polonia Lidzbark Warmiński - Warta Sieradz 1:2 (1:1). Bramki: 1:0 Dominik Kozera 7, 1:1 Tomasz Swędrowski 17, 1:2 Szymon Pietrzak 53.

Widzew II Łódź - Mazovia Mińsk Mazowiecki 2:3 (1:0). Bramki: 1:0 Mikołaj Czerniatowicz 35, 1:1 Michał Kobiałka 53, 1:2 Cezary Sauczek 63, 2:2 Szymon Sołtysiński 67, 2:3 Michał Gładysz 75,

Wisła II Płock - ŁKS II Łódź 2:2 (1:2).
Bramki: 0:1 Patryk Grabowski 17, 0:2 Fabian Olejniczak 21, 1:2 Adrian Bielka 39, 2:2 Adrian Bielka 69.

1. KTS Weszło Warszawa	8	22	20-5
2. Mazovia Mińsk Maz.	8	17	23-13
3. Wisła II Płock	8	15	18-13
4. Jagiellonia II Białystok	8	15	19-15
5. Widzew II Łódź	8	13	17-11
6. Wigry Suwałki	8	13	10-7
7. Pelikan Łowicz	8	13	12-11
8. Ząbkovia Ząbki	8	13	14-14
9. Świt Nowy Dwór Maz.	8	11	10-9
10. Warta Sieradz	8	13	15-13
11. Lechia Tomaszów Maz.	8	10	17-18
12. Olimpia Zambrów	8	10	17-21
13. Olimpia Elbląg	8	10	12-16
14. ŁKS II Łódź	8	7	12-16
15. KS CK Troszyn	8	6	10-19
16. Polonia Lidzbark W.	8	5	13-19
17. Mławianka Mława	8	4	12-24
18. ŁKS Łomża	8	3	10-17

eprasa.pl 29b5001d2b

PKO EKSTRAKLASA

Hasło „Bij mistrza!” właśnie zaczęło obowiązywać

Za nami pasjonujący weekend w PKO Ekstraklasie. Broniący tytułu Lech Poznań jako dotychczasowy lider tabeli doznał pierwszej porażki

Jacek Czaplewski



FOT. MARZENA BUGAŁA-ASTASZOW

Górnik rzucił rękawicę Lechowi pokazując naprawdę dużą jakość

Kolejorz przegrał z urastającym do miana głównego pretendenta Górnikiem Zabrze. - Absolutnie nie zasłużyliśmy na wygraną - przyznał rozczarowany trener Kolejorza, Niels Frederiksen.

Wypełniony po brzegi stadion przy Roosevelta oczekiwał prawdziwych fajerwerków na murawie. Zaczęło się jednak sennie. Dopiero indywidualny błąd sprawił, że wynik drgnął. Lech objął prowadzenie po strzale Allahyara Sayyadmanesha poprzedzonym kiepską interwencją bramkarza Philippa Schulze. W drugiej połowie do ofensywy przeszedł Górnik. Mecz odwrócił w ciągu zaledwie kilku minut po bliźniaczym rozegraniu rzutu rożnego. Wszystkich zaskoczył Erik Prekop, który najlepiej odnalazł się w gąszczu rywali. Świętował bez koszulki kosztem żółtej kartki. Niemoc przełamał w idealnym momencie, po surowej krytyce kibiców pamiętających popisy Igora Angulo, do którego muszą równać kolejni nowi piłkarze w ataku.

8. kolejka ruszyła pod Jasną Górą. W deszczu i nie bez komplikacji przebiegł w Rakowie Częstochowa debiut trenera Tomasza Kaczmarka wykupionego z Radomiaka. Motor za sprawą ładnego strzału Kamila Lukoszka objął prowadzenie, ale potem rządził Patryk Makuch - autor zwycięskiego dubletu. Dzięki niemu zespół Medalików nie przeszedł do niechlubnej historii z serią 0-0-7, czyli najgorszą w lidze w XXI wieku. Nadal jest ostatni w tabeli, ale widać, że nowy szkoleniowiec tchnął energię, dzięki której jeszcze przed przerwą reprezentacyjną może uda się opuścić nawet strefę spadkową - do rozegrania jest bowiem także zaległy mecz z Zagłębiem Lubin.

A skoro o Miedziowych mowa to odnotujmy, że GKS Katowice nie zepsuł im świętowania 80. urodzin. Mecz był dość jednostronny, choć zakończony tylko bramką różnicy. Trener Leszek Ojrzyński znowu robi wynik ponad oczekiwania. Kto by się przecież spodziewał, że zdobycz na tym etapie będzie identyczna jak w przypadku Jagiellonii Białystok?

Mają nad czym myśleć w Jagiellonii Białystok. Tuż przed inauguracją w Lidze Europy drużyna okazała się kompletnie bezradna. Wisła Kraków wbiła jej dwie bramki, a równie dobrze mogła nawet cztery, gdyby nie znakomite interwencje Sławomira Abramowicza. Przy Reymonta jak w 1. Lidze szalał Angel Rodado, autor dubletu. Kibice dzięki niemu przełknęli już chyba stratę Jordiego Sancheza na rzecz Pogoni Szczecin. W Białej Gwieździe naprawdę sporo się zgadza. Drużyna po awansie z niższej klasy ociera się o ligowe podium, będąc zdecydowanie najlepszym spośród beniaminków. U siebie buduje prawdziwą twierdzę. Do tej pory wygrała wszystkie cztery mecze, strzelając osiem goli przy dwóch straconych.

Właśnie padła za to Twierdza Wrocław. Śląsk bez kontuzjowanego Piotra Samca-Talara zerwał się jedynie po przerwie, na chwilę. Korona Kielce wzmocniona wypożyczonym za rekordowy 1 mln euro Camilo Meną z Lechii Gdańsk zadała decydujący cios, strzelając drugą bramkę w doliczonym czasie. Trafił debiutancko Simon Gustafson, ale wszyscy mówią o tym, czego dokonał wcześniej Kamil Jakubczyk, mijając kolejnych rywali jak tyczki. Wraz z kolegami rozbudził apetyty. Ten sezon faktycznie może okazać się przełomowy dla Kielc. Do pobicia jest piąte miejsce ugrane ostatnio w 2017 roku.

8. KOLEJKA EKSTRAKLASY

RAKÓW CZĘSTOCHOWA - MOTOR LUBLIN 2:1
Bramki: Makuch 422, 77 - Lukoszek 34

WISŁA KRAKÓW - JAGIELLONIA BIAŁYSTOK 2:0
Bramki: Rodado 14, 87

ŚLĄSK WROCŁAW - KORONA KIELCE 1:2
Bramki: Dembele 79 - Stępiński 35, Gustafson 90+3

GÓRNIK ZABRZE - LECH POZNAŃ 2:1
Bramki: Prekop 76, 80 - Sayyadmanesh 36

ZAGŁĘBIE LUBIN - GKS KATOWICE 2:1
Bramki: Nowogonski 42, Kosidis 78 - Jędrych 90+4

WISŁA PŁOCK - CRACOVIA 3:1
Bramki: Kun 10, Madejski 61 (b. samob.), Akere 70 - Berte 69

POGOŃ SZCZECIN - WIECZYSTA KRAKÓW 2:0
Bramki: Czurlinow 59 Sánchez 90

TABELA PKO BP EKSTRAKLASY

1.	Górnik Zabrze	7	18	14-8
2.	Lech Poznań	7	16	12-6
3.	Legia Warszawa	7	15	15-6
4.	Wisła Kraków	8	14	15-11
5.	Pogoń Szczecin	7	12	10-5
6.	Korona Kielce	7	12	9-6
7.	Zagłębie Lubin	7	12	8-6
8.	Jagiellonia Białystok	7	12	11-10
9.	Piast Gliwice	7	10	13-13
10.	GKS Katowice	7	9	13-11
11.	Cracovia	8	8	7-11
12.	Wisła Płock	7	8	7-12
13.	Radomiak Radom	7	8	6-13
14.	Widzew Łódź	7	7	10-10
15.	Śląsk Wrocław	8	6	10-13
16.	Motor Lublin	8	5	9-15
17.	Wieczysta Kraków	7	4	9-15
18.	Raków Częstochowa	7	3	8-15

Program 9. kolejki:
Piątek 18.09
Widzew Łódź - Wieczysta Kraków (godz. 18.00)
Wisła Kraków - Śląsk Wrocław (godz. 20.30)
Sobota 19.09
Korona Kielce - Raków Częstochowa (godz. 14.45)
GKS Katowice - Cracovia (godz. 17.30)
Motor Lublin - Górnik Zabrze (godz. 20.15)
Niedziela 20.09
Piast Gliwice - Pogoń Szczecin (godz. 12.15)
Zagłębie Lubin - Wisła Płock (godz. 14.45)
Jagiellonia Białystok - Legia Warszawa (godz. 17.30)
Lech Poznań - Radomiak Radom (godz. 20.15)

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

6 goli
Jordi Sanchez Riba (Pogoń Szczecin)
5 goli
Ilya Shkurin (GKS Katowice)
Karol Czubak (Motor Lublin)
4 gole
Piotr Samiec-Talar (Śląsk Wrocław)
Patryk Makuch (Raków Częstochowa)
Leandro Sanca (Piast Gliwice)
Allahyar Sayyadmanesh (Lech Poznań)
Mariusz Stępiński (Korona Kielce)

BOHATER WEEKENDU

Erik Prekop
(Górnik Zabrze)
Zamknął usta swoim krytykom. W hitowym meczu z Lechem Poznań, 28-letni Słowak wszedł na murawę po godzinie, po czym odwrócił wynik, strzelając obie zwycięskie bramki. To jego pierwszy dublet po transferze. - Wierzę, że się odblokował - stwierdził trener Michal Gasparik.



FOT. PAP

BIAŁYSTOK BIEGA

Najbardziej rozbiegane miasto w Polsce to Białystok

Mariusz Klimaszewski

Niedzielna Szybka Dycha, czyli bieg na 10 kilometrów zakończył w Białymstoku wielkie bieganie. W sobotę dzieci miały swój bieg, a dorośli wieczorem pobiegli w Nocnej Piątce.

Przez dwa dni Białystok był najbardziej rozbieganym miastem w Polsce. Fundacja Białystok Biega zorganizowała po raz 16. swoją najstarszą imprezę Białystok Biega, na którą składały się trzy biegi: sobotni bieg dla dzieci oraz Nocna Piątka i niedzielna Szybka Dycha.

W niedzielnym biegu na 10 km triumfowali ci sami biegacze, co w Nocnej piątce, czyli wśród mężczyzn Kenijczyk Derrick Chege Njoroe 00:29:09, a wśród kobiet jego rodaczka Loise Wambui Kiarie 00:34:25.

Najszybszym Polakiem był trzeci na mecie Adrian Przybyła z Iławy 00:31:21, czwarty Białostoczanin Andrzej Leończuk 00:31:28. Wśród kobiet trzecia była Katarzyna Jankowska (Białystok) 00:35:33.



FOT. EWELINA ZGIET

Z uśmiechem uczestnicy kończyli biegi w Białymstoku



FOT.EWELINA ZGIET

Kenijczyk Derrick Chege Njoroe

eprasa.pl 29b5001d2b

PIŁKA NOŻNA

Waldemar Prusik: Po prostu nas nie stać narezygnację z Roberta Lewandowskiego

Rozmawiał Jaromir Kruk

Waldemar Prusik to legenda Śląska Wrocław, z którym zdobył Puchar Polski w 1987 roku i grał w europejskich pucharach. Od niedawna 49-krotny (lub 50-krotny jak podają niektóre źródła) reprezentant Polski jest na emeryturze, ale...



FOT. ADAM JANKOWSKI/POLSKA PRESS

Prusik: Nie stać nas na rezygnację z Roberta Lewandowskiego, bo nie mamy nikogo innego na jego pozycję

Coś cicho ostatnio o Waldemarze Prusiku. Dlaczego?

Od ponad miesiąca jestem na emeryturze i w tej chwili nie mam ochoty na funkcjonowanie przy piłce, ale oczywiście staram się bywać na meczach Śląska, oglądam ekstraklasę, ligi zagraniczne, europejskie puchary. Mam nadzieję, że Śląsk się utrzyma, choć na pewno ten sezon będzie bardzo ciężki, tym bardziej że bazuje na zawodnikach, którzy wywalczyli awans do ekstraklasy. Kontuzja Piotra Samca-Talara to duży cios dla wrocławskiego klubu, który i tak mógł mieć więcej punktów na tym etapie rozgrywek.

Czy zatem PKO Ekstraklasa rozwija się tak, jak byśmy jako kibice sobie tego życzyli?

Na pewno przychodzą do niej lepsi piłkarze niż parę lat wcześniej, ale martwi, że mało Polaków odgrywa czołowe role w swoich zespołach. W wielu klubach dominują obcokrajowcy, a na pewno kibice woleliby częściej oglądać w akcji swoich rodaków. Dlaczego tak się dzieje, doskonale wiemy, można byłoby o tym rozprawiać godzinami, ale wynika to z faktu, że źle szkolimy, a potrafią to robić choćby Portugalia czy Holandia. My się ekscytujemy jak się uda sprzedać za 5, 6 milionów euro, a w innych krajach biorą po 15-20 milionów. Jan Ziółkowski mógł pograć dłużej w Legii, za szybko poszedł do Romy, gdzie przegrał rywalizację i niedawno trafił do Monzy. Nie był optymalnie przygotowany do wyjazdu do tak mocnego zespołu Serie A, choć rozumiem, że klub z Łazienkowskiej chciał szybko coś zarobić. Brakuje nam cierpliwości, a w polskim szkoleniu najważniejsze jest budowanie drużyn – pressing, przesuwanie, kosztem szlifowania indywidualnej techniki zawodników. Podstawa to przyjęcie piłki, z tym wielu ma problem. Gdy się to opanuje, wtedy łatwiej podać futbolówkę, kiwnąć, grać pressingiem, przesuwać i tak dalej. Technika jest najważniejsza, a do wyników na poziomie juniorskim nie powinno się przywiązywać wagi. Lepiej pracować nad koordynacją ruchową i rozwojem młodych piłkarzy, oni są najważniejsi, a nie wygrywanie meczów w ligach juniorskich.

Awans Lecha do Ligi Mistrzów pomógłby ekstraklasie w wykonaniu kolejnego skoku?

Ja byłem w szoku, po tym jak Lech odpadł z Aarhus, mimo wygranej w Danii 4:1. Tego, co się wydarzyło w rewanżu, nie da się racjonalnie wytłumaczyć, ale to niestety pokazało, że jeszcze na Ligę Mistrzów nie zasłużyliśmy. Budowa drużyny na te rozgrywki to proces, dobrze zatem, że chociaż Lech przebił się do Ligi Europy i wierzę, że podobnie jak Jagiellonia powalczy o awans do play-offu. Obie nasze drużyny mają atrakcyjnych rywali w fazie ligowej i czeka nas sporo emocji. Współcześni piłkarze mają wielkie możliwości, gdy ja grałem, nie było tak rozbudowanych europejskich pucharów. Kiedyś polskie zespoły mogły trafić częściej na Real Madryt, Barcelonę, Bayern, teraz trzeba się przebijać przez eliminacje Ligi Mistrzów. Z drugiej strony mamy Ligę Europy, Ligę Konferencji i tych okazji do mierzenia się z przeciwnikami z różnych państw jest sporo. Kibicom obecne formuły europejskich pucharów się podobają, 8 meczów minimum w Lidze Europy to jest naprawdę super sprawa.

Kto wygra Ligę Mistrzów w edycji, która rozpoczęła się we wrześniu?

Real Madryt, Barcelona, Bayern, broniący tytułu Paris Saint Germain, lub któryś z angielskich zespołów. Szalenie trudno będzie komuś innemu, a forma zaprezentowana w fazie ligowej nie będzie mieć znaczenia w marcu, czy kwietniu.

Nasza reprezentacja nie zagrała w tegorocznym mundialu, wokół niej ciągle jest jakieś zamieszanie. Prestiż drużyny narodowej nie poszedł w dół?

Od dłuższego czasu źle się dzieje z kadrą i wokół niej, choć na pewno Janek Urban sporo uporządkował. Jak słyszę głosy, że chcą go zwolnić, to nawet nie wiem co powiedzieć. Potrzebujemy stabilizacji, a wiemy, że mamy problemy na różnych pozycjach. Nie stać nas na rezygnację z Roberta Lewandowskiego, bo nie mamy nikogo innego na jego pozycję, choć nasz as zamienił Barcelonę na Chicago Fire i zbliża się schyłek jego kariery. Mam nadzieję, że Janek znajdzie jakieś rozsądne rozwiązanie, bo Lewy się na pewno przyda, także jego doświadczenie. Praca trenera Urbana nie należy do łatwych, ale staram się wspierać mojego kolegę z reprezentacji Polski.

Pan do dziś odczuwa niedosyt z reprezentacyjnej kariery?

Często mnie pytają znajomi, kibice o to i cóż... Na pewno można było się przebić do wielkiej imprezy, bo mieliśmy fajny skład, ale też trafialiśmy w eliminacjach na bardzo mocne ekipy. W walce o Euro'88 była to naszpikowana gwiazdami Holandia, która sięgnęła po złoto. W kwalifikacjach mundialu 1990 los przydzielił nam Anglię i Szwecję, wtedy też ze świetnymi piłkarzami. Mecz ze Szwedami na wyjeździe był kluczowy – Rysiu Tarasiewicz doprowadził pod koniec cudownym uderzeniem z wolnego do remisu 1:1, niestety, gospodarze strzelili drugiego gola w doliczonym czasie. W szatni panował trudny do opisania smutek, to co się wydarzyło, podcięło nam w tych eliminacjach skrzydła. Uważam, że trener Wojciech Łazarek popełnił błąd rezygnując z doświadczonych Zbigniewa Bońka, Józefa Młynarczyka, Andrzeja Buncola. Takim graczom jak ja, Janek Urban, Darek Dziekanowski, Rysiu Tarasiewicz, Darek Kubicki, Darek Wdowczyk, Jasiu Furtok ich brakowało. Reprezentacja to wyjątkowa drużyna i do tego, czego się w niej dokonało – lub nie - nie wraca się do końca życia.

LIGI ZAGRANICZNE

Z raportu kadrowiczów

Gol Kiwiora dla FC Porto

Obrońca FC Porto Jakub Kiwior strzelił gola w wyjazdowym meczu 6. kolejki portugalskiej Primeira Liga z Casa Pia (4:1). Kiwior zdobył bramkę na 2:1 w 60. minucie i był to jego pierwszy gol w tym sezonie. Wcześniej ujrzał żółtą kartkę. W „Smokach" zagrał też drugi środkowy obrońca reprezentacji Polski - Jan Bednarek. Na pierwszy występ w sezonie wciąż czeka Oskar Pietuszewski. 18-letni skrzydłowy doznał kontuzji mięśniowej w okresie przygotowawczym i opuścił 6 meczów. Ostatni raz grał 3 czerwca w meczu towarzyskim Polska - Nigeria (2:2). Porto z kompletem 6. zwycięstw prowadzi w tabeli.

Dymisja trenera w Gladbach

Polański zwolniony

Borussia Moenchengladbach zwolniła trenera Eugena Polanskiego. To pierwszy szkoleniowiec, który stracił pracę w tym sezonie Bundesligi. Urodzony w Sosnowcu Polanski po dymisji przyznał, że Borussia zawsze była i będzie jego klubem. Kontraktem z klubem związał się w listopadzie 2025 roku. Umowa miała obowiązywać do 2028 roku. Polanski wystąpił 19 razy w reprezentacji Niemiec U-21, a później 19-krotnie zagrał w seniorskiej drużynie narodowej Polski. W trzech pierwszych kolejkach Borussia przegrała z RB Lipsk 0:3, Elversberg 3:4, Freiburgiem 0:5 i zajmuje ostatnie miejsce. Do czasu wyboru nowego trenera, obowiązki tymczasowo przejmie Jan-Moritz Lichte.

Bundesliga

3. kolejka: Koeln - Werder Brema 1:1, Borussia Dortmund - Paderborn 3:0, Hoffenheim - Stuttgart 2:1, Freiburg - Borusia M-G 5:0, Augsburg - Bayer Leverkusen 2:2, Mainz - Eintracht Frankfurt 1:3, Union Berlin - Schalke 1:3.

La Liga

5. kolejka: Real Madryt - Vallecano 4:1, Athletic Bilbao - Elche 1:1, Osasuna - Espanyol 0:2, Racing Santander - Alaves 2:1, Sevilla - Valencia 1:0.

Ligue 1

4. kolejka: Auxerre - Nice 1:0, Le Havre - Angers 0:0, Lorient - Toulouse 2:2, Paris FC - Lyon -:0, Strasbourg - Monaco 1:1, Rennes - Marsylia 1:0.

Premier League

4. kolejka: Sunderland - Arsenal 0:2, Tottenham - Everton 0:0, Bournemouth - Brentford 2:2, Aston Villa - Nottingham 1:2, Chelsea - Hull 2:2, Crystal Palace - Ipswich 2:3, Liverpool - Fulham 0:0.

Serie A

4. kolejka: Atalanta - Cagliari1:2, Lazio - Milan 2:2, Genoa - Frosinone 1:1, Venezia - Fiorentina 2:4.



FOT. EPA/PAP

eprasa.pl 29b5001d2b

SIATKÓWKA

Polscy siatkarze, broniący tytułu, mistrzostwa Europy rozpoczęli zgodnie z oczekiwaniami

Jacek Kmiecik

Reprezentacja Polski, broniąca tytułu mistrza Europy, w pierwszych meczach grupy B EuroVolley w Sofii pokonała po 3:0 Portugalię i Izrael.

Zespół trenera Nikoli Grbicia pokonał rywali z Izraela w 72 minuty.

– Udało się w miarę krótkim czasie wygrać to spotkanie. Utrzymaliśmy koncentrację. Trochę się oszukiwaliśmy i sztucznie się nakręcaliśmy, bo rywal nie był z najwyższej półki. Najważniejsze, że nie straciliśmy głowy i mecz nie wymknął nam się spod kontroli. Od początku zagraliśmy swoje. Bardziej męczymy się na treningach – ocenił Kamil Semeniuk.

Biało-Czerwoni od samego początku zdecydowanie dyktowali warunki gry, nie pozwalając niżej notowanym rywalom na zbyt wiele.

– Zrobiliśmy swoją robotę w trzech setach, tak jak zaplanowaliśmy i jesteśmy zadowoleni – mówił Szymon Jakubiszak, środkowy reprezentacji Polski, który debiutuje na mistrzostwach Europy. Przyznał, że nie odczuwa z tego powodu jakieś wielkiej presji.

– Na pewno nikogo nie lekceważymy. Każdy, kto tu przyjechał, będzie chciał z nami wygrać, aczkolwiek znamy swoją wartość. Jeżeli zagramy na swoim wysokim poziomie, to jesteśmy w stanie wygrać tak naprawdę z każdym – dodał środkowy Biało-Czerwonych.

– Ciężko się do czegoś przyczepić chyba w tym momencie, natomiast takie mecze, jakie tu rozegraliśmy, nie są jakimś wielkim wyznacznikiem tego, w jakim miejscu jesteśmy. Zakładam, że wszystko zacznie się dopiero od meczów z Ukrainą i Bułgarią. Wówczas to będzie dla nas jakiś taki realny feedback, który pokaże nam czy dobrze gramy, czy musimy na czymś konkretnie się skupić – stwierdził libero Polaków Jakub Popiwczak.

Mecz z Izraelem na trybunach Areny 8888 w Sofii obejrzało 1876 widzów, z czego 90 procent stanowili kibice reprezentacji Polski.

– No, zdecydowanie kibiców było więcej, myślę, że z każdym meczem tutaj będzie coraz lepiej, zaczynaliśmy pierwszy mecz w czwartek o godzinie 16, co nie służy do końca temu, żeby spędzać czas na hali. Dziś sobota i już zdecydowanie lepiej. Jak siatkówka w Europie, mecze Polaków, to są nasi kibice. Mam wrażenie, że to jest proste równanie i zawsze ono się zgadza, przez co ja jestem szczęśliwym człowiekiem – podkreślił Popiwczak.

W meczu grupowych rywali Polski Ukraina sensacyjnie pokonała wicemistrza świata i współgospodarza EuroVolley 2026 Bułgarię 3:1.

Po zwycięstwach nad Izraelem 3:1 i Macedonią Północną 3:0 zespół Ukrainy „uciszył" bułgarską publiczność, która szczelnie wypełniła Arenę 8888 w Sofii. Na trybunach zasiadło 11689 widzów.



FOT. PAP/DAREK DELMANOWICZ

Od prawej Kamil Semeniuk, Szymon Jakubiszak i Marcin Komenda, podczas meczu grupy B mistrzostw Europy w Sofii z Izraelem

– Krok po kroku spokojnie robimy swoje. Wygrać przy takiej publiczności i z tak mocnym zespołem to nie taka prosta sprawa. Przy takim hałasie kibiców nie było łatwo, ale ja już znam taką atmosferę z gry w polskiej ekstraklasie – powiedział środkowy reprezentacji Ukrainy i Projektu Warszawa Jurij Semeniuk.

Reprezentacja Ukrainy przed rokiem wystąpiła w mistrzostwach świata, które rozgrywane były na Filipinach, zajmując 24. miejsce. W Lidze Narodów natomiast spisała się bardzo dobrze awansując do ćwierćfinału, gdzie przegrała 1:3 z Polską, która we wtorek o godzinie 18.00 znowu stanie na jej drodze.

SIATKÓWKA

Reprezentacja Polski siatkarzy faworytem do złotego medalu ME. Celem kadry Grbicia jest też awans na igrzyska olimpijskie w Los Angeles w 2028 r.

Zbigniew Czyż

Rozmawiamy z Waldemarem Wspaniałym, selekcjonerem reprezentacji Polski mężczyzn w latach 2001-2003.

Za nami mistrzostwa Europy kobiet, w których reprezentacja Polski zajęła czwarte miejsce. To sukces, czy niedosyt, że nie udało się wywalczyć medalu?

Nie jest to wielki sukces, ale realne miejsce naszej żeńskiej kadry w Europie na ten moment. Nie jesteśmy na poziomie reprezentacji Włoch, czy Turcji, które są poza naszym zasięgiem i które w swoich krajach mają bardzo mocne ligi. Wiadomo też było przed meczem z Serbią o brązowy medal, że jeśli do ich zespołu dołączy Bosković, to o podium będzie bardzo trudno. Liga Narodów też potwierdziła aktualną pozycję naszej kadry, bo nie awansowaliśmy do finałowego turnieju i nad tym w najbliższych latach trzeba się zastanowić.



FOT. SZYMON GRUCHALSKI / POLSKA PRESS

Były selekcjoner polskiej kadry przekonuje, że Biało-Czerwoni nie powinni mieć żadnych problemów z awansem do strefy medalowej

Gdzie zatem leży przyczyna tego, że polskie siatkarki nie mogą dołączyć do ścisłej europejskiej czołówki?

Poza Wenerską mamy młodą reprezentację. Ale pozytywem jest to, że jeszcze przez jakiś czas one będą grać w kadrze, zbierając doświadczenie, przynajmniej do najbliższych igrzysk olimpijskich, a może nawet następnych. Przypomnę, że w ubiegłym roku nasze siatkarki do lat 16 zdobyły mistrzostwo Europy i w tej drużynie jest naprawdę kilka bardzo zdolnych dziewczyn, które wkrótce będą na pewno w pierwszej reprezentacji. Nasze zawodniczki przede wszystkich muszą grać w dobrych klubach, czy to w Polsce, czy za granicą, nie mogą stać w kwadratach. Muszą otrzymać w klubach więcej zaufania.

Rozpoczęły się mistrzostwa Europy w siatkówce mężczyzn. Polska znów jest faworytem, a złoty medal to niemal obowiązek Biało-Czerwonych?

Na pewno jesteśmy głównym faworytem. W dalszej kolejności są Włosi, Francja, Słowenia. Nie wyobrażam sobie nawet, abyśmy mieli jakieś problemy w grupie. W tym turnieju, podobnie jak w innych najważniejszych imprezach, niezwykle istotny będzie ćwierćfinał, do którego jestem przekonany, nasza kadra awansuje. Trzeba się nad tym skupić, żeby przejść tę fazę i awansować do strefy medalowej, choć oczywiście w grupie nie można nikogo lekceważyć.

W grupie nasza kadra ma za rywali Portugalię, Izrael, Macedonię Północną, Ukrainę i Bułgarię.

Z całym szacunkiem, ale te zespoły nawet nie dorastają poziomem do naszego zespołu. Mamy mocną reprezentację i mocne zaplecze. W obecnej edycji Ligi Narodów wystawiliśmy niemal dwa składy, na co żadna reprezentacja na świecie nie może sobie pozwolić, aby mieć taką dwudziestkę siatkarzy na wyrównanym poziomie jak my.

Trzeba też przypomnieć, że w polskiej kadrze nie ma kilku gwiazd: Bartosza Kurka, Norberta Hubera, Mateusza Bieńka, czy Jakuba Kochanowskiego.

To byli rok temu podstawowi zawodnicy, a teraz w naszej drużynie grają całkiem inni siatkarze i to tylko i wyłącznie świadczy o tym, jakim potencjałem dysponuje nasza reprezentacja.

W tym roku mistrzostwa Europy są o tyle ważne, że zwycięzca awansuje też na igrzyska olimpijskie w Los Angeles.

I dlatego właśnie należy się spodziewać, że każdy będzie walczył o ten awans. Dzięki niemu, nie trzeba będzie przez najbliższe dwa lata jeździć po jakichś turniejach kontynentalnych, czy międzykontynentalnych, żeby zbierać punkty, tylko będzie można się w spokoju przygotować do tej najważniejszej sportowej imprezy czterolecia.

eprasa.pl 29b5001d2b

LEKKOATLETYKA

Z Polski przez USA na Węgry. Wreszcie mamy światową gwiazdę, która rozbija bank po banku

Paweł Wiśniewski

To, co ta dziewczyna wyprawia, nie mieści się w głowie. Podczas zawodów „World Athletics Ultimate Championship" (pula nagród: 10 000 000 USD), Klaudia Kazimierska okazała się bezkonkurencyjna w biegu na dystansie 1500 metrów.

Bez wątpienia to jest sezon 25-latki rodem z Włocławka. W lipcu zdobyła dwa złote medale mistrzostw Polski w Białymstoku. W sierpniu w Birmingham została wicemistrzynią Europy, a następnie dwukrotnie - w Chorzowie i Brukseli - poprawiła rekord Polski na 1500 metrów. 5 września uzyskała najlepszy w tym roku czas na świecie - 3:54.05.

Na dobrze nam znanym stadionie „Nemzeti Atlétikai Központ" w Budapeszcie, usytuowanym tuż nad Dunajem, Klaudia Kazimierska ponownie nie dała rywalkom żadnych szans. Czas 3:57.55 bezpośrednio przełożył się na premię finansową w wysokości 150 000 dolarów!

Ostatnie 400 metrów Polka pokonała w 57.44. Tydzień wcześniej, w wygranym finale Diamentowej Ligi w Brukseli (czek na 60 000 USD) było o niespełna 2 sekundy wolniej...

Największą jednorazową wygraną otrzymała w 2009 roku Anita Włodarczyk, która w trakcie mistrzostw świata w Berlinie zarobiła 160 000 dolarów, zdobywając złoto (60 000 USD) i bijąc rekord świata w rzucie młotem (100 000 USD)!

Ostatnie metry rywalizacji w Budapeszcie to tradycyjnie znakomity finisz Polki, która pokonała Brytyjkę Georgię Hunter Bell o 0.17 sekundy. Reszta rywalek - w tym aż cztery Etiopki - daleko z tyłu.

Klaudia już po raz ósmy w karierze pokonała dystans 1500 metrów poniżej 4 minut. W historii polskiej lekkoatletyki, dwukrotnie dokonała tego Lidia Chojecka i po razie - Anna Bukis, Weronika Lizakowska i Sofia Ennaoui.

Kolejnym i zapewne ostatnim startem Kazimierskiej w tym sezonie będzie mityng „Athlos" na „StoneX Stadium" w Londynie, zaplanowany na 18 września i bieg na milę.

Paweł Fajdek w swojej najlepszej próbie konkursu rzutu młotem uzyskał wynik 76.11 m i po raz drugi w karierze pokonał mistrza olimpijskiego i dwukrotnego mistrza świata, młodszego o 13 lat, Ethana Katzberga, z którym przegrał już... 17 konkursów.

W Budapeszcie Kanadyjczyk nie miał mierzonej próby.

Występy Polaków:

- Natalia Bukowiecka (400 metrów) - 10. miejsce
- Klaudia Kazimierska (1500 metrów) - 1. miejsce
- Pia Skrzyszowska (100 metrów przez płotki) - 7. miejsce
- Maria Żodzik (wzwyż) - 6. miejsce
- Jakub Szymański (110 metrów przez płotki) - 12. miejsce
- Paweł Fajdek (młot) - 6. miejsce



FOT. PAP/EPA

W tydzień Klaudia Kazimierska zarobiła na bieżni 210 000 dolarów, czyli ok. 782 000 złotych! Takiej kasy nie zgarnął żaden nasz lekkoatleta

Kasa wypłaci:

Premie indywidualne:

- 1. miejsce = 150 000 dolarów
- 2. miejsce = 75 000 dolarów
- 3. miejsce = 40 000 dolarów
- 4. miejsce = 25 000 dolarów
- 5. miejsce = 16 000 dolarów
- 6. miejsce = 14 000 dolarów
- 7. miejsce = 12 000 dolarów
- 8. miejsce = 10 000 dolarów
- 9. miejsce = 9000 dolarów
- 10. miejsce = 8000 dolarów
- 11. miejsce = 7000 dolarów
- 12. miejsce = 6000 dolarów
- 13. miejsce = 5000 dolarów
- 14. miejsce = 4000 dolarów
- 15. miejsce = 3000 dolarów
- 16. miejsce = 2000 dolarów

LEKKOATLETYKA

Jankesi cisnęli, cisnęli i wygrali. Ale rekordu świata rywali z Ojczyzny Reggae nie poprawili

Paweł Wiśniewski

Już pierwsza konkurencja „World Athletics Ultimate Championship" dostarczyła kibicom mega emocji. W biegu sztafet mieszanych na dystansie 4x100 metrów, Amerykanom zabrakło do rekordu świata zaledwie 0.02 sekundy.

Jankesi wystawili do rywalizacji na stadionie „Nemzeti Atlétikai Központ" czwórkę: Ronnie Baker, Anavia Battle, Courtney Lindsay i Kayla White. Do ostatnich metrów, Amerykanie ścigali się z ekipą Jamajki. Na mecie byli nieco szybsi, a 39.64 to drugi czas w historii. Do rekordu świata... Jamajczyków z 3 maja tego roku („World Athletics Relays" w Gaborone) zabrakło 0.02 sekundy!

Wówczas ekipa z Ojczyzny Reggae biegała w składzie: Ackeem Blake, Tina Clayton, Kadrian Goldson, Tia Clayton. W Budapeszcie tę ostatnią zastąpiła Jonielle Smith, co poskutkowało czasem 39.72.

Jako trzeci linię mety minęli - z czasem 40.26 - Brytyjczycy (Romell Glave, Imani Lansiquot, Jeremiah Azu, Success Eduan).



FOT. ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Amerykańska sztafeta mieszana 4x100 metrów otarła się o rekord świata. W Budapeszcie Jankesi byli szybsi od Jamajczyków

Sztafeta 4x100 metrów mikst zadebiutuje za dwa lata w programie Igrzysk XXXIV Olimpiady, które zorganizuje Los Angeles.

Przypomnijmy, że najlepszy czas w polskich tabelach historycznych w tej konkurencji to 41.26. Dokonali tego - we wspomnianych „World Athletics Relays" w Gaborone - Łukasz Żok, Magdalena Niemczyk, Dominik Kopeć i Aleksandra Piotrowska. A więc bez najszybszych naszych sprinterek - Ewy Swobody i Krystiny Cimanouskiej...

Wypłaty za sztafety:

- 1. miejsce = 80 000 dolarów
- 2. miejsce = 40 000 dolarów
- 3. miejsce = 24 000 dolarów
- 4. miejsce = 20 000 dolarów
- 5. miejsce = 16 000 dolarów
- 6. miejsce = 14 000 dolarów
- 7. miejsce = 10 000 dolarów
- 8. miejsce = 8000 dolarów

LEKKOATLETYKA

Już wkrótce najstarszy polski mityng na otwartym stadionie

Paweł Wiśniewski

Przed nami już ostatnie imprezy lekkoatletycznego sezonu 2026. 18 września, a więc w najbliższy piątek, na chorzowskim Stadionie Śląskim, odbędzie się najstarszy polski mityng lekkoatletyczny i impreza z ogromnymi tradycjami.

„72. ORLEN Memoriał Janusza Kusocińskiego" to ostatnie zawody z cyklu „World Athletics Continental Tour - Silver".

W sumie, w sezonie letnim 2026, Polska zorganizowała kilka mityngów na najwyższym poziomie. Diamentowa Liga to oczywiście „Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej" (22-23 sierpnia, Chorzów).

Ale i „Memoriał Ireny Szewińskiej" zaliczany do serii „World Athletics Continental Tour - Gold" (29 maja, Bydgoszcz). Identyczną rangę, jak „Kusy" miał „Memoriał Czesława Cybulskiego (28 czerwca, Poznań), „Opolski Festiwal Skoków" (5 lipca, Opole) czy „Golden Sand" (17 sierpnia, Międzyzdroje).

Na każdej z tych imprez, polscy kibice mogli na własne oczy podziwiać wielkie gwiazdy światowej lekkoatletyki.

Tym razem „Memoriał Janusza Kusocińskiego" ponownie zawita do Chorzowa i „Kotła Czarownic".

Pierwsza edycja zawodów odbyła się 20 czerwca 1954 roku w Warszawie. Przez wiele lat główną areną zmagań był Stadion Dziesięciolecia. Na trybunach gromadziło się wówczas wiele tysięcy fanów tego sportu.

Okazjonalnie zawody organizowano także m.in. w Poznaniu, Bydgoszczy i Lublinie. W latach 2011-2017, „Memoriał Janusza Kusocińskiego" gościł w Szczecinie, a od 2018 roku, rozgrywany jest na Stadionie Śląskim.

Dzisiaj mało kto pamięta, że właśnie w trakcie tej imprezy, Marian Woronin ustanowił bajeczny rekord Polski w biegu na dystansie 100 metrów.

9 czerwca 1984 roku, na stadionie stołecznej Skry, król europejskiego sprintu uzyskał oficjalny czas 10.00, ale pomiar elektroniczny pokazał dokładne 9.992!

Wówczas był to również rekord Starego Kontynentu. Zresztą do dzisiaj żaden Polak nie pobiegł tak szybko.

A co nas czeka w tym roku?

eprasa.pl 29b5001d2b