

Kurier Poranny

Poniedziałek
17.11.2025

www.poranny.pl

Nr. 222 (10619)
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Przejścia graniczne w Kuźnicy i Bobrownikach znowu otwarte str. 3



Cukrzyca to cichy zabójca. Adam Zieleniecki, aktor BTL, stracił przez nią palce str. 4

Znika białostocka mleczarnia. Zakład na Osiedlu Młodych zamienia się w gruzowisko str. 4

Nr ISSN 0866-9511

Nr indeksu 350354



Ponad 650 uczniów z kilkunastu szkół ponadpodstawowych wzięło udział w spotkaniu Maturanek – Poranek Maturzysty 2025, które odbyło się w piątek na Politechnice Białostockiej. Była to okazja do zapoznania się z uczelnią oraz zdobycia praktycznych wskazówek odnośnie egzaminu dojrzałości bezpośrednio od ekspertów Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w Łomży. opr. (R)

ATAK NA POLICJANTÓW

Areszt dla mężczyzny podejrzanego o postrzelenie policjantów

Decyzją sądu rejonowego w Białymstoku na trzy miesiące trafił do aresztu mężczyzna podejrzany o postrzelenie policjantów podczas zatrzymania – poinformowało w sobotę Centralne Biuro Zwalczania Cyberprzestępczości. Mężczyzna usłyszał też zarzuty posiadania materiałów pornograficznych z udziałem osób nieletnich. Do zdarzenia doszło w czwartek. Funkcjonariusze CBZC chcieli zatrzymać 48-letniego mężczyznę w związku z podejrzeniem posiadania i rozpowszechniania materiałów pornograficznych z udziałem osób nieletnich. Jak przekazał rzecznik CBZC komisarz Marcin Zagórski, w pewnym momencie 48-latek bez ostrzeżenia

oddal kilka strzałów w kierunku funkcjonariuszy z karabinka pneumatycznego. Dwoje funkcjonariuszy zostało rannych wrękę i udo, a ich życiu nie zagraża niebezpieczeństwo. Pomimo obrażeń funkcjonariusze obezwładnili i zatrzymali podejrzanego. W miejscu jego zamieszkania zabezpieczyli m.in. wiatrówki różnego typu, kuszę, łuk oraz nunczako. CBZC poinformowało w sobotę na platformie X, że mężczyzna usłyszał zarzuty związane z czynną napaścią na funkcjonariuszy CBZC, a także z nielegalnym posiadaniem amunicji oraz posiadaniem i rozpowszechnianiem treści przedstawiających seksualne wykorzystanie osób małoletnich. (PAP)

SŁUŻBA ZDROWIA TRWA PILOTAŻ CENTRALNEJ E-REJESTRACJI

Nieodwołane wizyty blokują dostęp do lekarzy specjalistów

Białystok
Agnieszka Domanowska

Wielu pacjentów nie przychodzi na umówione wizyty i nie odwołuje terminów. W związku z tym inni muszą miesiącami czekać na spotkanie z ortopedą, kardiologiem czy też na rehabilitację. NFZ apeluje o empatię i odpowiedzialność.

Liczyby robią wrażenie. Od stycznia do października 2024 r. w woj. podlaskim aż 66 391 osób nie stawiało się na zaplanowane wizyty u lekarzy ani na umówione zabiegi. W pierwszym półroczu 2025 r. było to już prawie 40 tys. osób.

Ortopedzi i kardiolodzy czekali i się nie doczekali

Najczęściej marnowany jest czas specjalistów, do których kolejki są najdłuższe. W woj. podlaskim rocznie przepada prawie 19 tysięcy wizyt u ortopedów i prawie 17 tysięcy u kardiologów. To nie koniec listy strat. Na rehabilitację nie przychodzi prawie 10,5 tysiąca pacjentów rocznie, a na wizytę u endokrynologa – ponad 9 tysięcy osób. Pacjenci nie odwołują też badań diagnostycznych – przepadło prawie półtora tysiąca kolonoskopii, tyle samo gastrokopii, ponad tysiąc tomografii komputerowych i prawie tyle samo rezonansów magnetycznych. Nawet na operację załamy nie stawiało się prawie 200 pacjentów. Ponad 100 osób zignorowało termin wyznaczonej operacji wstawienia endoprotezy stawu kolanowego.

– W pierwszym półroczu tego roku podczas analiz zauważyliśmy, że w naszym regionie liczba nieodwołanych wizyt do kardiologa była dokładnie taka

sama, jak liczba pacjentów oczekujących w przypadkach pilnych do tego specjalisty. Wnioski łatwo można wyciągnąć – mówi Izabella Przewłocka, rzeczniczka prasowa podlaskiego NFZ.

Problem dotyczy całej Polski. Do połowy 2025 r. pacjenci w całym kraju nie odwołali 773 tysięcy zaplanowanych wizyt lekarskich.

Problem w szpitalnych poradniach

Bogdan Kalicki, dyrektor szpitala wojewódzkiego w Białymstoku, mówi wprost: – W szpitalnych poradniach problem dotyczy około 10 procent wizyt. W ramach projektu cyfryzacji placówka planuje zakupić aplikację SMS, która będzie przypominała o wizytach. Szpital wchodzi też w pilotaż centralnej e-rejestracji. Mijemy nadzieję, że skala problemu będzie sukcesywnie spadać.

Aneta Łukawska, rzecznik prasowy Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku, przyznaje, że placówka nie prowadzi rejestru nieodwołanych wizyt, ale tych jest naprawdę sporo. – Możemy tylko apelować do rodziców o rozsądek. To niepotrzebne wydłużanie terminów, które w niektórych specjalizacjach są i tak bardzo odległe – wskazuje.

SMS-y i kampania społeczna

NFZ w całej Polsce w tym roku wysłał już ponad 19 milionów powiadomień SMS z terminem wizyty i numerem telefonu, pod którym można wizytę szybko odwołać lub zmienić jej termin. Udogodnienia dla pacjentów wprowadzają też same placówki medyczne.

Kampania społeczna „Odwołuję, nie blokuję” ma na celu zwiększenie świadomości społecznej na temat konsekwencji nieodwoływanych wizyt i promowanie kultury odpowiedzialnego korzystania z usług medycznych. Organizatorzy podkreślają, że mimo czwartej edycji akcji, temat nieodwołanych wizyt to wciąż ogromne wyzwanie dla całego systemu ochrony zdrowia.

– Dajmy szansę innym chorym na leczenie. Jeśli nie możemy przyjść na umówioną wizytę do lekarza, to odwołajmy spotkanie. Dzięki temu inna osoba skorzysta z wcześniejszego terminu, a my będziemy mieć satysfakcję, że nie blokujemy kolejki – przekonuje Izabella Przewłocka.

Nadzieja na poprawę sytuacji wiąże się z systemem centralnej e-rejestracji, który może być podobną rewolucją jak wprowadzenie e-recept. Pacjenci w swoim Internetowym Koncie Pacjenta będą mogli samodzielnie zarządzać wizytami: umawiać, odwoływać i zmieniać terminy. Nowa funkcjonalność „Poczekalnia” ma sprawiedliwie „kolejkować” pacjentów według terminu zgłoszenia skierowania. Odwołane terminy w pierwszej kolejności trafiają właśnie do poczekalni i są automatycznie przydzielane kolejnym pacjentom.

Teraz trwa pilotaż centralnej e-rejestracji i jest dobrowolny dla poradni kardiologicznych oraz tych, które prowadzą profilaktyczną mammografię i cytologię. Od stycznia nowego roku e-rejestracja będzie obowiązkowa dla tych trzech zakresów świadczeń. Od 1 lipca 2026 r. system obejmie kolejne specjalizacje, a Ministerstwo Zdrowia chce, aby wszystkie świadczenia ambulatoryjnej opieki specjalistycznej widniały w centralnej e-rejestracji najpóźniej od 31 grudnia 2029 r.

Jutro w naszej gazecie Strefa biznesu

- Black Friday w Polsce nie istnieje. Koniec spektakularnych zniżek
- Fachowiec zarobi na budowie 18-22 tys. zł, ale za granicą

Andrzej
Kłopotowski



East Side Story. Lider „Ludowców” śni o metrze

Budowę metra w dziesięciu miastach Polski zapowiada lider „Ludowców” Władysław Kosiniak-Kamysz. Cieszyć się mogą również białostoczanie. Na liście pojawia się bowiem m.in. stolica województwa podlaskiego!

Wizję budowy metra w Białymstoku – ale też Łodzi, Krakowie, Gdańsku, Wrocławiu czy Lublinie – Władysław Kosiniak-Kamysz rozrzucał podczas kongresu Polskiego Stronnictwa Ludowego. Mrzonka? Tak może się wydawać. Ale skoro metro ma mała, szwajcarska Lozanna, to dlaczego Białystok miałby być gorszy? W czym białostoczanie są gorsi od lozańczyków? Przecież w wielu rankingach Białystok uznawany jest za jedno z najlepszych miejsc w Europie do życia. Z metrem byłoby to miejsce do życia jeszcze lepsze!

Dlaczego więc nie mielibyśmy wsiadać na stacji „Bagnówka”, by przez „Pieczurki”, „Piasta”, „Centrum”, „Przydworcowe” pojechać na „Antoniuk” i „Dziesięciny”? Albo ze stacji „TBS” ruszyć przez „Młodych”, „Białostoczek”, „Centrum” na „Bema” i „Nowe Miasto”?

Zresztą... Wielu białostoczanie pamięta metro. Miało swoją „stację” przy ul. Białówny, gdzie można było „wybrać się” w podróż przy dźwiękach reggae, techno, elektroniki, hip-hopu czy szeroko rozumianej alternatywy. Część może też pamiętać znaczki „M” – symboliczne wejścia na stację – ustawione przez galerię Arsenał w kilku miejscach centrum. Ba, w sieci krążyły memy z wnętrza stacji białostockiego metra. A dwie stacje nawet mają już swoje „załączki”. Stacja „Centrum” ma przecież już zejścia pod ziemię na skrzyżowaniu alei Piłsudskiego i ulicy Sienkiewicza, zaś stacja „Przydworcowe” na końcu św. Rocha i po drugiej stronie dworca PKP, od Kolejowej. Można więc rzec, że białostoccy samorządowcy zaczęli metro budować, jakby czytali w myślach lidera „Ludowców”. Jakby wiedzieli, że kilka lat później zaapeluje on o metro dla Białegostoku.

A już na serio. Metro jak metro, ale o kolei metropolitalnej myśleć już by można. Torów ci u nas dostatek. Również takich, którymi można dojechać do Zaścianek, Fast czy Kleosina. Kilka przystanków – jak „Nowe Miasto”, „Fabryczny”, „Starosielce” czy „Zielone Wzgórza” już jest. Kilka innych można dobudować i mielibyśmy metro naziemne. Ale w Berlinie przecież U-Bahn też nie zawsze jeździ pod ziemią. Pytanie tylko, czy białostoczanie z takiego metra by korzystali. Ale to już inna sprawa.

Tkaniny ludowe w nowoczesnym wydaniu

Wystawa
opr. Urszula Śleszyńska

W niedzielne popołudnie dwór z Bobry Wielkiej w Podlaskim Muzeum Kultury Ludowej wypełnił się ludźmi. Wszyscy chcieli z bliska się przyjrzeć wyjątkowym tkaninom.

– Na wystawie zaprezentowane są tkaniny ludowe w nowoczesnym ujęciu – mówi Katarzyna Daniewicz, autorka projektu „Studia nad unowocześnieniem tkaniny ludowej”. – Chciałam to osiągnąć stosując współczesną przędzę oraz nadając pracom nową formę, ale jednocześnie zachowując ducha tradycji. Celem było poszukiwanie współczesnych sposobów interpretacji i kontynuacji ludowych technik tkackich.

Do projektu autorka zaprosiła gościnnie osiem artystek – tka-

czek, które wybrały tradycyjne wzory i przedstawiły je w swojej własnej, nowoczesnej interpretacji.

– Ich prace, stanowiące dialog między tradycją a współczesnością, można obejrzeć na wystawie – mówi Katarzyna Daniewicz. – Wierzę, że poprzez takie działania możliwe jest ocalenie i odnowienie dziedzictwa tkackiego – tak, by tradycja mogła żyć dalej w nowej, aktualnej formie.

Projekt Katarzyny Daniewicz zakłada badanie i reinterpretację tradycyjnych wzorów i technik stosowanych w tkactwie ludowym, w celu dostosowania ich do współczesnych potrzeb. Dzięki temu może przyczynić się do zachowania i ożywienia lokalnych tradycji tkackich w nowej, świeżej formie.

Przedsięwzięcie zostało zrealizowane w ramach stypendium Prezydenta Miasta Białegostoku na rok 2025.



Na wystawie można podziwiać prace ośmiu artystek – tkaczek

Poniedziałek, 17.11.2025

AUTOPROMOCJA

0110987259

Zamów prenumeratę

Kurier Poranny
Gazeta Współczesna ☎ 85 875 07 30
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.poranny.pl
prenumerata.wspolczesna.pl

Muzeum Pamięci Sybiru z podwójnym „Złotym BohaterONem” 2025



Gala Nagrody BohaterONy 2025 im. Powstańców Warszawskich odbyła się 12 listopada w Warszawie

Nagroda
opr. (R)

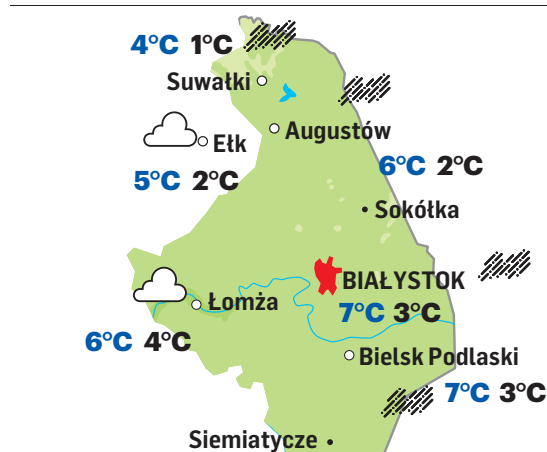
Muzeum Pamięci Sybiru w Białymstoku zostało laureatem Złotego BohaterONa w kategorii „Instytucja” oraz Złotego BohaterONa Publiczności w ramach Nagrody BohaterONy 2025 im. Powstańców Warszawskich.

To jedno z najważniejszych wyróżnień w Polsce dla instytucji i osób, które w wyjątkowy sposób popularyzują historię XX wieku i kształtują nowoczesny patriotyzm. Podwójna nagroda – decyzją Kapituły i w głosowaniu internautów – potwierdza ogólnopolski zasięg działań białostockiego Muzeum Pamięci Sybiru. W uzasadnieniu podkreślono, że Muzeum Pamięci Sybiru zostało wyróżnione „za wyjątkowe zaangażowanie w pielęgnowanie pamięci o losach Polaków zesłanych na Wschód oraz

za nowoczesne i poruszające formy edukacji historycznej. Za łączenie przeszłości z teraźniejszością w duchu prawdy, szacunku i dialogu między narodami. Muzeum Pamięci Sybiru w Białymstoku udowadnia, że pamięć historyczna może być żywa, inspirująca i pełna człowieczeństwa – a patriotyzm wyraża się nie tylko w hołdzie dla bohaterów, ale także w trosce o zachowanie ich historii dla przyszłych pokoleń.”

– To wyróżnienie traktujemy jako zobowiązanie wobec tych, których historię opowiadamy – mówił prof. Wojciech Śleszyński, dyrektor Muzeum Pamięci Sybiru. – Złoty BohaterON Kapituły i Złoty BohaterON Publiczności są dla nas szczególnie cenne – z jednej strony potwierdzają uznanie środowisk zajmujących się historią, z drugiej pokazują, że przesłanie muzeum trafia do szerokiego grona odbiorców w całym kraju.

Pogoda w regionie



Źródło: meteoprog.pl

17 LISTOPADA 2025

Dziś 321. dzień roku
Do sylwestra pozostało 44 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 6.56, zachód o godzinie 15.28. Dzień będzie trwał 8 godzin i 32 minuty. Jest krótszy od najdłuższego w 2025 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 8 godzin i 24 minuty i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 59 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Elżbieta, Grzegorz

KALENDARIUM

1370

W katedrze wawelskiej odbyła się koronacja Ludwika Andegaweńskiego na króla Polski.

1780

W Warszawie zmarł Bernardo Belotto, zwany również Canaletto – włoski malarz (ur. 30 stycznia 1721 w Wenecji), który w latach 1767-1780 pracował dla króla Stanisława Augusta Poniatowskiego.



FOT. ARCH. POLSKAPRESS

1942

Urodziła się Anna Seniuk, aktorka filmowa i teatralna. Zagrała m.in. w „Pannach z Wilka”, „Konopielce” oraz w serialu „Czterdziestolatek”.

1863

Zwycięstwo powstańców styczniowych w potyczce stoczonej w miejscowości Rossosz niedaleko Białej Podlaskiej.

2005

Zmarł Marek Perepeczko, aktor filmowy i teatralny, twórca tytułowej roli w serialu „Janosik”. Wystąpił także m.in. w filmach „Wesele” i „Pan Tadeusz”. (PAP)

Przejścia graniczne w Kuźnicy i Bobrownikach po latach znówu otwarte

Granica

Andrzej Kłopotowski, Martyna Jurkowska

Minister spraw wewnętrznych i administracji podpisał w piątek rozporządzenie, na mocy którego 17 listopada ruszają odprawy na dwóch drogowych przejściach granicznych z Białorusią – w Kuźnicy i Bobrownikach.

Na otwarcie granicy czekali m.in. samorządowcy z przygranicznych gmin.

– Oczywiście, że jesteśmy zadowoleni z tego, że przejście w Bobrownikach znówu ruszy – mówił nam w piątek Wiesław Kulesza, wójt gminy Gródek.

Z centrum Gródka do przejścia granicznego nie ma nawet 20 km. Białorusini przez lata przyjeżdżali tu na drobne zakupy, z granicy żyły lokalne biznesy.

– Zamknięcie granicy odczułi nasi przedsiębiorcy z branży spożywczej, gastronomicznej czy ubezpieczeniowej. Nastąpił krach – wskazuje wójt Kulesza. – Przedsiębiorcy, którzy dążyli do rozwoju, zostali zastopowani. Część z nich musiała zamknąć biznesy.

Otwarcie granicy to też zwiększenie ruchu na drodze krajowej nr 65 biegnącej z Białegostoku przez Zaścianki, Grabówkę, Królowy Most i Waliły Stację do Bobrownik.

– Liczymy na poprawę bezpieczeństwa na drodze. Czekały na wyznaczenie stref buforowych oraz kierowanie części ciężarówek, jadących na przejście w Bobrownikach, na Miejsca Obsługi Pasażerów jeszcze przy drodze S8 z Warszawy do Białegostoku, by tam czekały – dodaje wójt Kulesza, zauważając, że „ogonki” przed granicą często sięgały Królowego Mostu, a nawet Bobrowej.

Również wczoraj wieczorem do przejścia w Bobrownikach ustawiła się kolejka blisko 200 tirów.

Wielkie nadzieje z otwarciem przejścia Kuźnica-Bruzhi wiązały też władze Sokółki.

– Czekaliśmy na ten moment od chwili, gdy to przejście zostało zamknięte – przyznaje burmistrz Sokółki Ewa Kulikowska. – Dla mieszkańców całego naszego powiatu zamknięta granica to kłopot. To spadki w dochodach firm, co przełożyło się na płacone przez nie podatki. Odczuła to cała gmina Sokółka.

Na otwarcie granicy z wielkimi nadziejami czekali też mieszkańcy Kuźnicy. Odkąd zamknięto przejście drogowe, ich miejscowość wyraźnie podupadła. Pozamykały się sklepy, w tym duży przygraniczny market, zniknęły też kursy autobusowe łączące Kuźnicę z Sokółką.

– Teraz musi być już tylko lepiej, nie ma opcji, żeby było inaczej – przekonuje pani Teresa, mieszkanka Kuźnicy. – Jak Białorusini znów zaczną do nas przyjeżdżać, to Kuźnica odżyje.

Nie jest bowiem tajemnicą, że część obcokrajowców zakupy robiła wyłącznie w Kuźnicy, nie jadąc dalej – do Sokółki czy też Białegostoku.

– Nasza Biedronka zawsze miała tyle różnego towaru, że nawet ludzie z Sokółki przyjeżdżali do nas na zakupy, bo byliśmy lepiej zaopatrzeni – przekonuje mężczyzna w średnim wieku. – Białorusini zostawili u nas naprawdę kupę kasy. Każdy z tego korzystał. Ja sam też zamierzam znów handlować fajkami – dodaje szeptem.

Wójt Kuźnicy Paweł Mikłasz też liczy na ożywienie i poprawę sytuacji gospodarczej.

– Oczywiście wiele zależy od postawy i przepisów celnych

strony białoruskiej, ale jestem optymistą – mówi.

Przypomnijmy, że przejście drogowe w Kuźnicy nie działa od listopada 2021 r., kiedy doszło tam do ataków migrantów. Z kolei to w Bobrownikach zostało zamknięte w lutym 2023 r., kiedy białoruski reżim skazał Andrzeja Poczubutę – działacza Związku Polaków na Białorusi.

Przejście graniczne Bobrowniki-Bierestowica ma obsługiwać ruch osobowy, w tym autokary. Ruch towarowy będzie możliwy tylko dla pojazdów zarejestrowanych w UE, EFTA oraz Szwajcarii. Z kolei w Kuźnicy dopuszczony będzie tylko ruch osobowy, z wykluczeniem autobusowego i towarowego.

O otwarciu przejść drogowych zabiegali od dawna przedsiębiorcy z regionu, m.in. z Porozumienia Polskich Przedsiębiorców Zjednoczony Wschód. Na konferencjach prasowych, ale też w pismach skierowanych do władz podnosili, że są w trudnej sytuacji, tracą klientów ze Wschodu. Wskazywali na „dramatyczne” spadki przychodów w handlu, usługach, hotelarstwie, gastronomii, turystyce czy branży drzewnej oraz na wzrost bezrobocia.

Poselska kontrola w Lasach Państwowych

Lasy

Tomasz Maleta

Od końca października w Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Białymstoku działa komisja ds. reorganizacji nadleśnictw Browsk i Białowieża – ujawnił w piątek poseł PiS Dariusz Piontkowski. Wcześniej przeprowadził on kontrolę w podlaskiej siedzibie Lasów Państwowych.

Dariusz Piontkowski przyznał, że powodem kontroli poselskiej była informacja, że dyrektor regionalny przymierza się do reorganizacji czy też likwidacji niektórych nadleśnictw.

– Postanowiłem to sprawdzić u źródła – mówił poseł.

Udało mu się ustalić, że pod koniec października został powołany w RDLP zespół zadaniowy ds. planowanego połączenia Nadleśnictwa Białowieża i Browsk.

– Choć ani związki zawodowe, ani lokalne samorządy nie zostały o tym poinformowane – podkreśla poseł. – To budzi także wątpliwości prawne, m.in. w kontekście przepisów dotyczących funkcjonowania

obiektu światowego dziedzictwa jakim jest Puszcza Białowieża.

Pierwotnie wyniki prac zespołu zadaniowego miały być przedstawione 14 listopada 2025 r.

– Z dzisiejszych wyjaśnień, jakie otrzymałem, wynika, że decyzje nie zapadną szybko, głównie z powodów technicznych. To daje nam kilka miesięcy, zanim sprawa znów ruszy – podkreśla poseł. – Jednocześnie pojawiły się przymiarki zmierzające do odebrania Nadleśnictwu Browsk terenów znajdujących się poza Puszcza Białowieżą i przekazania ich do sąsiednich nadleśnictw (Żednia i Bielsk Podlaski).

Zdaniem posła, wszystko wskazuje na to, że te kroki są powiązane z planami poszerzenia obszaru światowego dziedzictwa oraz z nowym projektem planu zarządzania Puszcza.

– Ten projekt drastycznie zmniejsza tzw. 4. strefę – jedyną, gdzie możliwe są działania czynnej ochrony. To oznacza mniej zadań dla nadleśnictw, a w konsekwencji realne obawy leśników o miejsca pracy – podkreśla poseł.

Dariusz Piontkowski zapewnił, że będzie tę sprawę nadzorował.

MATERIAL INFORMACYJNY PMB 2025

0011410834

Kongres Polska Moc Biznesu: największe wydarzenie społeczno-gospodarcze w Polsce.

26 listopada na PGE Narodowym odbędzie się Kongres Polska Moc Biznesu – największe wydarzenie o profilu społeczno-gospodarczym w Polsce. Udział w wydarzeniu zapowiedzieli członkowie rządu, przedstawiciele zarządów największych międzynarodowych i polskich firm oraz NGO'ów.

Tegoroczny Kongres otworzą m.in. **Władysław Kosiniak-Kamysz**, wicepremier i minister obrony narodowej; **Miłosz Motyka**, minister energii oraz minister **Tomasz Siemoniak**. – *Tematy dotyczące szeroko pojętego bezpieczeństwa będą w centrum uwagi obrad tegorocznego Kongresu. Mamy bowiem wojnę za płotem i wojnę hybrydową w domu. Jak buimerang wraca więc kwestia odporności, tak w wymiarze infrastrukturalnym, gospodarczym, jaki i cyfrowym czy społecznym* – wyjaśnia **Artur Beck**, pomysłodawca i organizator Kongresu.

Ważnym wydarzeniem tegorocznej konferencji będzie debata podsumowująca przemiany społeczno-gospodarcze ostatnich 35 lat, w której udział wezmą byli premierzy rządu RP.



Rekordowa edycja z rozbudowanym programem

W tegorocznej edycji, po raz pierwszy obrady Kongresu odbędą się aż na siedmiu scenach tematycznych, obejmujących pełne spektrum wyzwań i szans, przed którymi stoi dziś gospodarka.

W debacie dotyczącej transformacji rynku pracy i obecności na nim pokolenia X udział zapowiedzieli **Paweł Jarošzek**, członek zarządu ZUS, **Agnieszka Szczygielska**, dyrektor Centralnego Instytutu Ochrony Pracy, Państwowego Instytutu Badawczego, **Paweł Dziekoński**, wiceprezes Fakro, **Antonio Carvelli**, prezes zarządu Gi Group. – *Rozwój sztucznej inteligencji i postępująca robotyzacja, a jednocześnie kryzys demograficzny, zmuszają nas do ponownego przemyślenia funkcjonowania*

rynku pracy. Jest to wyzwanie dla administracji tworzącej regulacje prawne, przedsiębiorców, którzy w tych warunkach muszą odpowiedzialnie dbać o efektywność biznesową, a także pracowników, którzy muszą być otwarci na zdobywanie nowych kompetencji. Dlatego tak ważne w tym roku będą dyskusje dotyczące zmian na rynku pracy – wyjaśnia Artur Beck.

W programie poruszone zostaną m.in. tematy obronności i bezpieczeństwa Europy, cyberzagrożeń, sztucznej inteligencji, deregulacji prawa dla przedsiębiorców, a także inwestycji zagranicznych, transformacji energetycznej, dobrostanu psychicznego w pracy i odpowiedzialnego przywództwa. Uczestnicy będą mogli wybierać spośród debat eksperckich, rozmów



1:1, sesji inspiracyjnych i wystąpień praktyków biznesu.

Przedsiębiorcy o regulacjach

Uwagę zwraca duże zainteresowanie polskich przedsiębiorców. 26 listopada na PGE Narodowym można spodziewać się m.in. **Henryka Orfingera**, współtwórcy firmy Dr Irena Eris Cosmetics, **Wojciecha Wolnego**, prezesa zarządu EUVIC, **Krzysztofa Rdesta**, prezesa EMKA, **Marcina Czyczerskiego**, współzałożyciela firmy GCG Partners, Mariana Owerko, prezesa FoodWell, czy **Ewy Chodakowskiej**, współzałożycielki BeBio. W kongresie udział zapowiedzieli również przedstawiciele organizacji zrzeszającej przedsiębiorców: **Joanna Makowiecka-Gatza**, prezes zarządu Pracodawcy RP oraz **dr Jacek Goliszewski**, prezes Business Centre Club.

biorycy byli obecni przy tworzeniu unijnego prawa, a nie tylko przy jego implementacji. Bądźmy aktywni już na etapie prac w komisjach i podkomisjach, bo tam często decyduje się kształt przyszłych regulacji, które często mają decydujący wpływ na możliwości rozwojowe przedsiębiorstw – tłumaczy Beck.

Organizacje pozarządowe w centrum uwagi

Co roku w Kongresie udział bierze kilkadziesiąt organizacji pozarządowych z całej Polski, a wydarzenie zakończy uroczysta gala wręczenia nagród w konkursie „DNA – bo pomagamy mamie w genach”.

Inicjatywa ta ma na celu wyróżnienie niezwykle przedsięwzięć społecznych realizowanych przez firmy i organizacje pozarządowe.

Ubiegłoroczny konkurs miał na celu docenienie organizacji społecznych i przedsiębiorstw najbardziej zaangażowanych w pomoc dla mieszkańców terenów dotkniętych jesienią powodzią na południu kraju. Jego laureatami zostały Fundusz Lokalny Masywu Śnieżnika oraz firma Colian. W tym roku kapituła doceni firmy i organizacje zaangażowane we wsparcie opieki zdrowotnej.

Cukrzyca to cichy zabójca. Prowadzi do setek amputacji

Zdrowie
Magda Ciasnowska

Cukrzyca potrafi rozwijać się latami bez objawów, a gdy w końcu daje o sobie znać, często oznacza to już zaawansowane uszkodzenia organizmu. W Białymstoku przypomniano o tym w piątek, podczas konferencji z okazji Światowego Dnia Cukrzycy.

Jednym z najgroźniejszych powikłań tej choroby jest zespół stopy cukrzycowej, który każdego roku prowadzi do setek amputacji. Według danych NFZ, aż 70 proc. wszystkich amputacji kończyn dolnych w naszym kraju wynika właśnie z powikłań cukrzycowych. W Podlaskiem w minionym roku przeprowadzono aż 80 takich zabiegów.

- Ryzyko śmiertelności pacjenta, który miał taką amputację, w ciągu pięciu lat wynosi 30 procent. - informuje prof. Małgorzata Szelachowska, zastępca kierownika Kliniki Endokrynologii, Diabetologii i Chorób Wewnętrznych USK. - Gdybyśmy wcześniej rozpoznawali cukrzycę, a pacjenci byli lepiej wyedukowani, kiedy mają pójść do poradni, to zespół stopy cu-



Adam Zieleniecki, aktor Białostockiego Teatru Lalek, w wyniku powikłań stracił kilka palców u stopy

krzycowej byłby w stu procentach uleczały.

Zespół stopy cukrzycowej rozwija się latami. Wysoki poziom glukozy stopniowo uszkadza nerwy i naczynia krwionośne, prowadząc do utraty czucia i zaburzeń krążenia. W takich warunkach nawet drobne otarcie czy skaleczenie może zamienić się w trudno gojącą ranę.

Objawy, które powinny zaniepokoić, to m.in. drętwienie stóp, uczucie pieczenia, zmiany koloru skóry, pęknięcia, owrzodzenia, a także nadmierna suchota czy deformacje palców.

Jednym z pacjentów, którzy doświadczyli tego powikłania, jest aktor Białostockiego Teatru

Lalek - Adam Zieleniecki, znany m.in. z roli policjanta Adama w serii „U Pana Boga...”. Artysta stracił kilka palców u stopy.

- Cukrzyca brzmi słodko, ale niestety jest to cichy zabójca - podkreśla aktor. - Grając w filmie miałem za ciasne buty. Nie czułem tego i odcisnąłem sobie na stopie guz. Była też rana na małym palcu. Od tego się zaczęło. Ostatecznie trzeba było uciąć palce.

Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Białymstoku z okazji Światowego Tygodnia Świadomości Stopy Cukrzycowej (17-22 listopada) organizuje bezpłatne konsultacje dla pacjentów z cukrzycą. Rejestracja na badanie odbywa się telefonicznie (693 826 600).

Znika białostocka mleczarnia. Kultowy zakład zamienia się w gruzowisko

Nieruchomości
Andrzej Kłopotowski

Ciężki sprzęt rozprawia się z halami dawnych białostockich zakładów mleczarskich. W ich miejscu będą mogły powstać bloki.

Zakłady mleczarskie były jedną z białostockich potęg. Po II wojnie światowej znalazły swe miejsce przy ówczesnej szosie Żółtkowskiej, czyli obecnej ulicy Zwycięstwa. W 1966 r. uruchomiono tu nowoczesne linie produkcyjne. Nasze wyroby znane były poza granicami Polski. Masło uzyskało nawet medal na targach w Londynie. Bito tu też rekordy. Np. w grudniu 1970 r. białostocki mleczarz został uznany za najlepszego w ramach „współzawodnictwa krajowego spółdzielczości mleczarskiej”. Doceniono ich wtedy za skupienie 34,7 mln litrów mleka uzyskując 9 mln zł zysku ponadplanowego.

Po drugiej stronie ulicy powstało nawet technikum mleczarskie. Kamień węgielny pod szkołę wmurowano 23 czerwca 1961 roku. W uroczystości uczestniczyli m.in. wiceprezes Centralnego Związku



Z Osiedla Młodych znikają dawne zakłady mleczarskie

Spółdzielni Mleczarskich w Warszawie mgr inż. M. Tren-dota, sekretarz ekonomiczny KW Partii W. Lebedziński, kurator Okręgu Szkolnego Cz. Łojko, dyrektor Okręgowego Oddziału CZSM inż. Z. Pankiewicz. Ostatecznie budowę szkoły-tysiąclatki zakończono w 1963 roku. Przyszli mleczarze przenieśli się tu z ciasnych pomieszczeń jednego z budynków przy ulicy Dąbrowskiego.

Dziś białostockie zakłady mleczarskie są tylko wspomnieniem. W stolicy woj. podlaskiego od 1990 roku funkcjonuje Spółdzielnia Obrotu Towarowego Przemysłu Mleczarskiego. Jednak spośród produktów mlec-

nych powstających w naszym regionie najbardziej znane są te z Wysokiego Mazowieckiego, Hajnówki czy Grajewa.

Powoli do lamusa odchodzą też budynki dawnej mleczarni na Osiedlu Młodych. Ciężki sprzęt rozprawia się właśnie z halami dawnych zakładów (stoi wciąż jeszcze komin mleczarni). Nie jest tajemnicą, co będzie mogło tu powstać. Miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego dopuszcza tu mieszkaniówkę wielorodzinną. Od strony ul. Asnyka i Gruntowej zabudowa ma mieć do 17 m wysokości, a dalej, od strony Zwycięstwa, może wznosić się nawet do 42 m.

MATERIAL INFORMACYJNY PGNIG OBRÓT DETALICZNY, GRUPA ORLEN

0111429311

Czy gaz naprawdę znika z polskich domów? Fakty o zmianach w przepisach i przyszłości ogrzewania gazowego

Do niedawna ogrzewanie gazowe było jednym z najbardziej oczywistych wyborów. Wraz z końcem dotacji na jego montaż w mediach pojawiają się jednak sprzeczne informacje dotyczące przyszłości gazu i tego, czy nadal będzie mógł ogrzewać nasze domy. Jedni mówią, że piece gazowe zostaną zakazane całkowicie, inni, że zakup kotła na gaz to wciąż mądry wybór, bo w końcu to jedno z bardziej wydajnych rozwiązań. Gdzie leży prawda?

Ogrzewanie gazowe to przede wszystkim wygoda. Osoby, które przeszły z pieców węglowych na gazowe, doceniają czystość, automatyzację działania i znacząco niższą emisję dwutlenku węgla oraz pyłów. W kontekście poprawy jakości powietrza w mniejszych miastach i na obszarach podmiejskich każdy wymieniony piec to ogromna zmiana. Dlatego mieszkańcy, z pomocą wsparcia decyzyjnych dotacji, chętnie doczytywali się na wymianę „kopciuchów” na piece gazowe. Pada jednak pytanie

– jak długo będą mogli z tego ogrzewania korzystać.

Koniec dotacji i nowe przepisy - o co w tym wszystkim chodzi?

Od 2024 roku stopniowo kończą się dopłaty do nowych kotłów gazowych, a do końca 2025 roku mają zniknąć całkowicie. Zgodnie z regulacjami Unii Europejskiej, od 2030 roku w nowo wybudowanych domach nie będzie można montować kotłów działających wyłącznie na gaz lub inne paliwa kopalne. Dla wielu osób brzmi to jak koniec ogrzewania gazowego, ale w rzeczywistości tak nie jest.

Zmiany mają przede wszystkim zachęcić do korzystania z nowocześniejszych, niskoemisyjnych źródeł ciepła. Nie oznacza to jednak zakazu używania gazu do ogrzewania domów. Jeśli masz już kocioł gazowy, spokojnie możesz go dalej używać jeszcze przez wiele lat. Nadal będzie też można wymienić stare urządzenia na nowe, bardziej oszczędne modele.



Plotki o „zakazie gazu” - skąd się wzięły i co jest prawdą?

Mity o „zakazie gazu” biorą się głównie z nagłówków i internetowych dyskusji. W rzeczywistości przepisy unijne nie nakazują likwidacji istniejących instalacji gazowych ani nie zabraniają korzystania z nich w domach. Ci, którzy już mają ogrzewanie gazowe, mogą spokojnie z niego korzystać także w przyszłości. Zgodnie z nowymi przepisami, do końca 2029 roku będzie można

montować kotły gazowe zarówno w nowych, jak i istniejących budynkach. Po tym terminie nadal będzie to możliwe, ale z pewnymi ograniczeniami – w domach modernizowanych bez zmian, a w nowych tylko wtedy, gdy kocioł stanie się częścią systemu hybrydowego, czyli połączenia gazu z odnawialnym źródłem energii, np. pompą ciepła.

To, co jednak najważniejsze dla tych, którzy zastanawiają się nad instalacją ogrzewania gazowego dzisiaj,

to fakt, że nikt nie zakazuje używania zainstalowanych już pieców gazowych nawet po 2025 roku.

Czy nadal warto postawić na ogrzewanie gazowe?

Choć kończą się dotacje, ogrzewanie gazowe wciąż ma wiele zalet. Przede wszystkim jest czystsze niż spalanie węgla czy drewna. Nowoczesne kotły kondensacyjne emitują nawet kilkukrotnie mniej pyłów i tlenków siarki, co realnie przekłada się na lepszą jakość powietrza – zwłaszcza w miastach i na przedmieściach.

Gaz to także wygoda i przewidywalność – użytkownicy nie muszą martwić się o dostawę paliwa, bałagan w kotłowni czy magazynowanie opału. Dodatkowo, wciąż wiele gmin kontynuuje zaplanowane inwestycje w rozwój sieci gazowych, co poprawia dostępność tego źródła ciepła również na terenach podmiejskich.

Hybryda - rozwiązanie na dziś i jutro

Rynek ogrzewania zmierza w stronę rozwiązań hybry-

dowych, łączących różne źródła ciepła – na przykład kocioł gazowy i pompę ciepła, która może być wspierana przez fotowoltaikę.

Takie połączenie pozwala nie tylko zmniejszyć zużycie paliwa, a więc i rachunki, ale także rozwiązanie będzie spełniać wymogi unijne dotyczące niskiemisyjności. Co ważne, po 2030 roku nadal będzie można montować tego typu instalacje – przepisy nie ograniczają hybryd, które łączą gaz z odnawialnymi źródłami energii.

W stronę bardziej zrównoważonego ogrzewania

Zmiana sposobu, w jaki ogrzewamy nasze domy, to proces, który potrwa jeszcze wiele lat. Dla wielu rodzin gaz wciąż jest rozsądnym i bezpiecznym wyborem. Dziś najważniejsze jest świadome podejmowanie decyzji – warto sprawdzić, jakie rozwiązanie najlepiej pasuje do naszego domu i budżetu. Ogrzewanie gazowe nie znika, tylko się zmienia. I wciąż ma ważne miejsce w polskich domach.

Powstanie nowy park na osiedlu Północ

Suwałki
opr. (R)

Prezydent Suwałki podpisał umowę na budowę Parku Miejskiego u zbiegu ulic Świerkowej i Nowomiejskiej. To inwestycja, której ostateczny kształt został wypracowany w ramach konsultacji społecznych z mieszkańcami. Będzie kosztowała ponad 2,5 mln zł.

– To realizacja obietnicy i, co najważniejsze, wizji mieszkańców. To również dowód, że dbamy o efektywne wydawanie środków – wybrana oferta jest znacznie niższa niż kwota zabezpieczona w budżecie miasta – informuje prezydent Suwałk Czesław Renkiewicz.

Celem projektu jest stworzenie nowoczesnej przestrzeni rekreacyjnej i wypoczynkowej w północnej części miasta. Projekt zagospodarowania przestrzeni powstał zgodnie z oczekiwaniami mieszkańców. Park będzie służył rekreacji pieszej i rowerowej oraz jako miejsce na plenerowe wystawy.



Tak będzie wyglądał nowy park w Suwałkach

W ramach inwestycji zaplanowano: aleje parkowe o szerokości trzech metrów, utwardzone miejsca z ławkami, koszami i stojakami rowerowymi, plac przeznaczony na wystawy plenerowe i ekspozycje czasowe (przy ul. Nowomiejskiej), duże nasadzenia: zieleń ozdobna (krzewy i szpalery drzew kuli-tych) i zieleń izolacyjna wzdłuż granicy z terenami Policji.

Park przy ul. Świerkowej jest elementem większego, kompleksowego przedsięwzięcia „Zielone Suwałki”, którego łączny budżet przekracza 38,4 mln zł. W ramach projektu powstanie 12 nowych terenów zie-

lonych o łącznej powierzchni 9 hektarów. W ramach tego przedsięwzięcia zaplanowano nasadzenia stu dużych drzew oraz zazielenienie terenów m.in. przy dworcu PKS, ul. Muzycznej czy na Placu Marii Kopnickiej.

Pierwsze prace przy tworzeniu parku na osiedlu Północ rozpoczyna się już teraz, a inwestycja ma zostać zakończona w 2026 roku.

Koszt Parku Miejskiego u zbiegu ul. Świerkowej i Nowomiejskiej to ponad 2,5 mln zł. Inwestycja jest współfinansowana z Funduszy Europejskich dla Podlaskiego 2021-2027.

Ponad 40 mln zł dla łomżyńskiego szpitala. Pieniądze pójdą przede wszystkim na rozwój kardiologii

Łomża
Martyna Jurkowska

Na kardiologię z najnowocześniejszym wyposażeniem i zabiegami na najwyższym poziomie, na informatyzację z wprowadzeniem sztucznej inteligencji oraz na wyposażenie poradni specjalistycznych Szpital Wojewódzki w Łomży otrzymał 40 mln zł. Ponad 31 mln zł to środki z Krajowego Planu Odbudowy (KPO).

Na modernizację i rozbudowę oddziału kardiologii szpital dostał ponad 21,5 mln zł z KPO oraz budżetu województwa. Kolejne 14,5 mln zł z tych samych źródeł przeznaczone zostanie na informatyzację. Efektem ma być m.in. szerokie wprowadzenie „sztucznej inteligencji” do diagnostyki. Kolejne 6 mln zł to pieniądze na zakup wyposażenia poradni specjalistycznych.

– To przede wszystkim rozwój oddziału kardiologii, który już stał się znaczącą marką łomżyńskiego szpitala i wyrasta na jeden z najlepszych w tej czę-

ści Polski oddziałów tej specjalności, z unikalnym wyposażeniem i wspaniałymi fachowcami – wylicza Jacek Piorunek z zarządu województwa podlaskiego. – Wielka modernizacja informatyczna szpitala pozwoli na sprzęgnięcie fachowej wiedzy lekarzy z najnowszymi technologiami, w tym „sztuczną inteligencją”. A że szpital to nie tylko łóżka dla pacjentów, mamy także program wyposażenia w sprzęt poradni specjalistycznych.

Dariusz Domasiewicz, dyrektor Szpitala Wojewódzkiego w Łomży podkreśla, że jego placówka wyrasta na nowoczesny ośrodek przyciągający pacjentów. Jeszcze niedawno na niektórych oddziałach wykorzystanie potencjału było na poziomie zaledwie 20 – 30 proc., teraz

Chcemy w łomżyńskim szpitalu osiągnąć taką jakość, aby pacjenci nie musieli jeździć „w świat” po najwyższej jakości pomoc

w niektórych okresach to nawet 100 proc.

– Od początku mojej pracy tutaj mówiłem o trzech głównych kierunkach modernizacji: sprzęt, infrastruktura, a przede wszystkim ludzie i ich umiejętności. Wszystkie te działania prowadzone są równolegle. Przebudowujemy nie tylko oddziały, ale także np. parking. Trwają szkolenia. Za kilkanaście miesięcy chcemy osiągnąć taką jakość, aby pacjenci nie musieli jeździć „w świat” po najwyższej jakości pomoc – mówi Dariusz Domasiewicz.

Dzięki pieniądзом oddział kardiologiczny będzie dysponował trzema doskonale wyposażonymi salami zabiegowymi, w których od przyszłego roku będą wykonywane zabiegi z zakresu kardiologii interwencyjnej i chirurgii naczyniowej. Nowoczesny sprzęt trafi też do pracowni echokardiografii, zmodernizowany zostanie też Oddział Intensywnej Opieki Kardiologicznej. Z kolei „sztuczna inteligencja” będzie wkrótce pomagać lekarzom analizując wyniki badań diagnostycznych.

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

0011402101

ORLEN uruchamia huby szybkiego ładowania aut elektrycznych

ORLEN otworzył 5 listopada pierwszą stację szybkiego ładowania samochodów elektrycznych – ORLEN Charge – przy trasie S7 w Miejscu Obsługi Podróżnych Olsztynek Południe. Nowoczesny hub umożliwia jednocześnie ładowanie ośmiu pojazdów i skracza czas uzupełniania energii nawet do 20 minut. Do końca roku ORLEN uruchomi jeszcze kilkanaście podobnych hubów.

Nowy standard w elektromobilności

Nowa stacja ORLEN Charge to pierwsza z planowanej sieci nowoczesnych hubów ładowania, która ma całkowicie zmienić komfort podróżowania samochodem elektrycznym po Polsce. Instalacja wyposażona jest w dynamiczny system podziału mocy, który automatycznie dostosowuje energię do liczby i typu ładowanych pojazdów.

Zainstalowane urządzenia oferują moc od 200 do 400 kW, co pozwala skrócić czas ładowania nawet trzykrotnie – do 15–20 minut. To znaczący krok w kierunku likwidacji jednej z głównych barier rozwoju elektromobilności w Polsce – długiego czasu ładowania.



– Różnica między tankowaniem auta spalinowego a ładowaniem elektryka zaczyna się zacięrać. W obu przypadkach to kwestia kilkunastu minut – podkreśla Piotr Suchodolski, Dyrektor Wykonawczy ds. Marketingu Komercyjnego ORLEN.

Nowoczesny hub przy trasie S7 jest również przystosowany do obsługi najnowszej generacji samochodów elektrycznych, w tym modeli o dużej pojemności akumu-

latorów. Dzięki zastosowaniu systemu inteligentnego zarządzania mocą, kierowcy nie muszą martwić się o wydłużony czas ładowania nawet przy pełnym obciążeniu stacji.

Komfort i technologia dla kierowców

Stacja w Olsztynku działa całodobowo i oferuje użytkownikom intuicyjne ekrany dotykowe, płatności zbliżeniowe oraz możliwość monitorowania procesu ładowa-

nia poprzez aplikację ORLEN Charge. W czasie oczekiwania kierowcy mogą skorzystać z pełnej oferty ORLEN Stop Cafe, zrobić zakupy czy po prostu odpocząć.

– Chcemy, by ładowanie auta było tak wygodne jak tradycyjne tankowanie. Nasze stacje oferują pełen zakres usług, co odróżnia nas od konkurencji – zaznacza Krzysztof Kaczyński, Dyrektor Wykonawczy ds. Elektromobilności ORLEN.

Firma zapowiada, że wszystkie nowe punkty ładowania będą projektowane z myślą o komforcie kierowców i zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju. Na każdej stacji znajdują się elementy małej architektury, miejsca odpoczynku oraz udogodnienia dla rodzin i osób z niepełnosprawnościami. To ma sprawić, że postój na ładowanie stanie się naturalnym elementem podróży, a nie uciążliwym obowiązkiem.

Rozbudowa sieci w całym kraju

Do końca roku ORLEN planuje uruchomienie kolejnych hubów szybkiego ładowania m.in. w Szczecinie, Gorzowie Wielkopolskim, Zgorzelcu i Nowym Dworze Mazowieckim. W najbliższych latach powstawać będzie nawet kilkadziesiąt nowych stacji rocznie – w tym m.in. na MOP-ach Bornisław, Gruczno, Morzęcino, Brzegi i Szumowo.

Jak podkreśla rajdowy mistrz Europy Miko Marczyk, rozwój takiej infrastruktury znacząco poprawi komfort podróży: – W kilkanaście minut można naładować samochód na kolejne 300–400

kilometrów. Dzięki takim stacjom jazda elektrykiem na dłuższych dystansach stanie się znacznie łatwiejsza i przyjemniejsza.

Budowa stacji realizowana jest w ramach projektu „Perun E-mobility”, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej i Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska.

Obecnie sieć ORLEN Charge obejmuje już ponad 1200 punktów ładowania w Polsce. Koncern planuje dalszy rozwój także na rynkach europejskich, gdzie prowadzi działalność. Celem jest osiągnięcie dominującej pozycji w segmencie ogólnodostępnego ładowania aut elektrycznych do 2035 roku.

Otwarcie pierwszego hubu ORLEN Charge w Olsztynku to symboliczny początek nowej ery elektromobilności w Polsce. Dzięki inwestycjom w szybkie ładowarki i rozbudowę infrastruktury przy głównych trasach kierowcy zyskają realną alternatywę dla samochodów spalinowych. Krótszy czas ładowania, wysoki komfort i dostępność usług sprawiają, że podróżowanie elektrykiem staje się coraz bardziej naturalnym wyborem.

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Sprawca w rękach policji

Stołeczni policjanci zatrzymali mężczyznę mającego związek z kierowaniem gróźb karalnych wobec prezydenta RP. Jest to 19-letni obywatel Polski, mieszkaniec powiatu otwockiego. Sprawa dotyczy przestępstwa z art. 190 par. 1 kk, za które grozi do 3 lat pozbawienia wolności. W sprawie chodzi o zdjęcie z pistoletem i podpisem „do zobaczenia Karolku”, zamieszczone pod zdjęciem prezydenta z piątkowego meczu Polska-Holandia. Wpis z groźbą został zamieszczony w piątek wie-

czorem przez jednego z użytkowników portalu X; była to odpowiedź na post na profilu „Łączy nas Piłka”, zarządzanym przez PZPN, w którym zamieszczono zdjęcie przedstawiające prezydenta Nawrockiego, obserwującego na Stadionie Narodowym piątkowy mecz Polska-Holandia. Choć wpis anonimowego użytkownika został usunięty, to jednak jego zrzuty ekranu można było znaleźć na portalach internetowych, m.in. wp.pl czy portalu Telewizji Republika. PAP

POLITYKA

PSL z nowym-starym prezesem



W sobotę kongres PSL ponownie wybrał na prezesa partii Władysława Kosiniaka-Kamysza. - Poprowadzimy w taki sposób Stronnictwo, żeby za cztery lata było jeszcze silniejsze - powiedział prezes tuż po wyborze. Nowym szefem Rady Naczelnej został Piotr Zgorzelski. PAP

HISTORIA

MKIDN stanowczo potępia działania Domu Aukcyjnego Felzmann w Neuss, który zaplanował sprzedaż pamiątek i dokumentów po więźniach obozów koncentracyjnych - podkreśliła w niedzielę ministra kultury Marta Cienkowska. - Ta aukcja musi zostać anulowana, a wystawione przedmioty powinny trafić tam, gdzie ich miejsce - do instytucji, które z szacunkiem i troską zajmują się pamięcią o ofiarach nazistowskich zbrodni - dodała.



Do samobójstwa Andrzeja Leppera przyczynili się dranie, którzy sfingowali aferę gruntową, za co zostali skazani

Radosław Sikorski, wicepremier, szef MSZ

Ziobro czeka na rozwój sytuacji. W Budapeszcie

Dorota Kowalska
Warszawa

Zbigniew Ziobro trzyma bezpieczny dystans - wciąż przebywa w Budapeszcie. Jeśli nie pojawi się w kraju, prawdopodobnie zostanie wydany europejski nakaz aresztowania.

Przypomnijmy fakty: 6 listopada wnioski prokuratury o zdjęcie Ziobrze immunitetu, pozwolenie na jego zatrzymanie i aresztowanie opiniowała sejmowa Komisja Regulaminowa i Spraw Poselskich, dzień później oba wnioski przegłosował Sejm. Ziobro przebywał w tym czasie na Węgrzech.

Wykonanie postanowienia o zatrzymaniu Ziobry powierzono funkcjonariuszom Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego. Wiadomo, że prokuratura dysponuje dwoma zagranicznymi adresami do korespondencji z byłym ministrem sprawiedliwości. Pierwszy znajduje się w Brukseli, gdzie od ponad roku Ziobro mieszka z rodziną, adresu na Węgrzech jego adwokat, mec. Bartosz Lewandowski, nie wskazał, ale zapewnił, że prokuratura go zna. I właśnie w Brukseli albo w Budapeszcie, chce być przesłuchiwany Ziobro. Zdaniem mec. Bartosza Lewandowskiego to żadne odstępstwo od normy.

- Takie rzeczy w praktyce się zdarzają i prokuratura te czynności przeprowadza. Natomiast, tutaj decyzja będzie zawsze po stronie prokuratury - mówi adwokat.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Nic nie wskazuje na to, że prokuratorzy będą chcieli przesłuchać Zbigniewa Ziobrę za granicą, na Węgrzech

Sam Ziobro tłumaczył, że nie miał zamiaru uciekać, chciał wrócić do Polski, ale miał otrzymać informację, że tuż po przyjeździe z Budapesztu zostałby zatrzymany, wciąż też podnosi, że jest ofiarą „politycznej zemsty” obecnego premiera Donalda Tuska i nie może liczyć w Polsce na uczciwy proces. To zresztą narracja wszystkich polityków PiS.

Ziobro, póki co, nie poprosił o azyl na Węgrzech. Tymczasem prokuratura wystąpiła już do sądu z wnioskiem o trzymiesięczny areszt dla Ziobry.

Rzecznik Prokuratury Krajowej prok. Przemysław Nowak po-

informował też, że zgodnie z regulaminem urzędowania sądów powszechnych, jeśli podejrzany ukrywa się lub przebywa za granicą, a przesłuchanie jest niemożliwe, posiedzenie aresztowe przeprowadza się nie później niż w terminie 7 dni od dnia wpływu wniosku.

Prok. Przemysław Nowak wyjaśnił, że konieczność zastosowania aresztu wobec Ziobry wynika „z zachodzącej w sprawie uzasadnionej obawy ucieczki lub ukrycia się, obawy bezprawnego utrudniania postępowania, a nadto z realnej groźby wymierzenia surowej kary”.

Prokurator przypomniał, że w śledztwie dotyczącym nieprawidłowości w Funduszu Sprawiedliwości prokurator uzyskał materiał dowodowy wskazujący na uzasadnione podejrzenie popełnienia łącznie 26 przestępstw.

Sędzcy twierdzą, że mają mocne dowody: oficjalne dokumenty (zarówno te publicznie znane, jak i dotąd nieznane), pendrive'y używane przez urzędników resortu Ziobry, grafiki spotkań ministra Ziobry, nagrania rozmów między byłymi urzędnikami, korespondencję elektroniczną, zeznania świadków i wyjaśnienia podejrzanych. Swoje ustalenia poczyniła też Najwyższa Izba Kontroli.

Inic nie wskazują na to, że prokuratorzy będą chcieli przesłuchać Zbigniewa Ziobrę za granicą.

- To nie osoba podejrzewana decyduje o tym, gdzie może być przesłuchiwana - podkreślił w czwartek minister sprawiedliwości i prokurator generalny Waldemar Żurek. Dodał też, że do tej pory nie odnotowano przypadku, by osoba, wobec której prokuratura sformułowała poważne zarzuty i wniosków o tymczasowy areszt, była przesłuchiwana za granicą. - To jest sytuacja, która nie miała miejsca i myślę, że nie będzie miała miejsca - podkreślił. Minister zapowiedział też, że decyzję w tej sprawie podejmą w najbliższym czasie niezależni prokuratorzy. Przypomniał o możliwości zastosowania wobec Ziobry europejskiego nakazu aresztowania. PAP

AUTOREKLAMA

0011430402

Jesień

to dobry czas na odkrywanie

- Podróż po miastach
- Smaki kulinarne regionu
- Weekend w SPA i termach
- Aktywny wypoczynek
- Jeszcze jedna historia

stronapodrozy.pl/przewodnik

Operacje wojskowe USA w Wenezueli. Trzy warianty

Grzegorz Kuczyński
USA

Ogłoszenie przez Pentagon operacji pod kryptonimem „Południowa Włócznia” oznacza, że działania militarne USA wobec reżimu Nicolása Maduro są coraz bliżej.

Dziennik „Washington Post” twierdzi, że uzyskał na wyłączność od sekretarza obrony Stanów Zjednoczonych Pete’a Hegsetha i szefa sztabu generalnego Dana Caine’a informację, że „istnieją rozmaite opcje dotyczące działań wojskowych w Wenezueli”. „New York Times” twierdzi zaś, że Donald Trump dokona wyboru jednego z trzech scenariuszy.

Naloty na bazy wojskowe

Zaatakować z powietrza szereg obiektów wojskowych związanych z międzynarodowym handlem narkotykami w Wenezueli, aby pozbawić Maduro poparcia szefów własnej armii i służb specjalnych czerpiących zyski z handlu narkotykami - to pierwszy scenariusz.

Krytycy takiego wariantu ostrzegają jednak, że może on przynieść odwrotny skutek: wzmocnić jedność wenezuelskiej armii i służb specjalnych wokół przywódcy Wenezueli, który w ostatnich latach nieustannie straszył ich zagrożeniem ze strony USA.



Donald Trump oświadczył w piątek, że podjął już decyzję w sprawie „możliwych operacji wojskowych w Wenezueli, ale na razie nie może jej ujawnić”

Eliminacja Maduro

Drugi scenariusz zakłada, że Stany Zjednoczone mogą podjąć próbę fizycznego usunięcia lub schwytania Nicolása Maduro w ramach ograniczonej operacji zbrojnej przeprowadzonej przez siły specjalne. Taką akcją mogłyby przeprowadzić jednostki Delta lub Navy SEALs. W takim przypadku administracja Trumpa najprawdopodobniej będzie potrzebowała uzasadnienia prawnego, aby obejść się bez zgody Kongresu USA na użycie siły militarnej. Doradcy Trumpa zwrócili się już do Ministerstwa Sprawiedliwości o dodatkowe wskazówki: jak obejść długoletnie amerykańskie zakazy prawne dotyczące fizycznej likwidacji zagranicznych przywódców, jeśli uda

się udowodnić, że Maduro i jego otoczenie są przede wszystkim przywódcami narkokartelu De Los Soles (Kartel Słońce).

Inwazja na Wenezuelę

Istnieje również trzecia, najbardziej skomplikowana i niebezpieczna opcja, zakładająca faktyczne przystąpienie USA do pełnej wojny z reżimem w Caracas. To by oznaczało zaangażowanie dużych sił armii, sił powietrznych, floty i piechoty morskiej Stanów Zjednoczonych. Celem byłoby zajęcie budynków rządowych w Caracas, lotnisk, ważnych obiektów infrastruktury i przynajmniej niektórych kluczowych źródeł ropy naftowej w Wenezueli po to, by wymusić zmianę reżimu.

Politycy AfD na imprezie zorganizowanej przez partię Putina

Grzegorz Kuczyński
Soczi

Deputowani niemieckiej partii Alternatywa dla Niemiec (AfD) przybyli do Soczi na sympozjum „BRICS - Europa”, zorganizowane przez rządzącą partię Jedna Rosja i Instytut Rosyjskiej Akademii Nauk.

Do Rosji przybyli poseł Bundestagu i członek komisji ds. gospodarki i energetyki Steffen Kotre, szef oddziału AfD w Saksonii Jörg Urban oraz poseł do Parlamentu Europejskiego Hans Neuhoof. Według agencji TASS Kotre uczestniczy w sekcjach poświęconych perspektywom współpracy europejskich sił politycznych z krajami BRICS.

Kolejny poseł Bundestagu z AfD, Rainer Rothfuss, zrezygnował z udziału. Poinformował agencję RBK, że podjął tę decyzję „z własnej inicjatywy”



Współprzewodniczący AfD różnią się w ocenie wyjazdu ich kolegów do Rosji

z powodu presji niemieckich mediów i obaw, że jego obecność stanie się „ciężarem dla partii”. Rothfuss uczestniczył zdalnie w spotkaniu modlitewnym. Poseł podkreślił, że partia nie zakazała podróży do Soczi.

Współprzewodnicząca partii Alice Weidel skrytykowała inicjatywę kolegów i stwierdziła, że nie rozumie jej celów. Polityk zauważyła, że zezwolenie na podróż wydała komisja

robocza ds. polityki zagranicznej, a kierownictwo AfD nie zdążyło interweniować.

Weidel obiecała zaostrzyć zasady zatwierdzania takich wizyt i ostrzegła, że nieprzestrzeganie wymagań partii może pociągać za sobą „konsekwencje, aż do wykluczenia”.

Drugi współprzewodniczący, Tino Chrupalla, poparł natomiast uczestników wyjazdu do Rosji. PAP

REKLAMA

0011409946

ALIOR BANK

iKONTO BIZNES

Z NOWĄ BANKOWOŚCIĄ ELEKTRONICZNĄ

DO 4200 zł

PREMII ZA UDZIAŁ W PROMOCJACH I SKORZYSTANIE Z INNYCH USŁUG

iKonto Biznes kierujemy do nowych klientów prowadzących jednoosobową działalność gospodarczą. Na łączną kwotę premii do 4200 zł składają się: 400 zł za założenie rachunku online, 500 zł za kredyt firmowy, 300 zł za zawarcie z firmą Polskie ePłatności sp. z o.o. umowy o terminal płatniczy i transakcyjność na terminalu, do 1500 zł za transakcję kartą debetową Mastercard z Plusem, do 1000 zł za spłatę raty leasingowej w Alior Leasing sp. z o.o. z rachunku firmowego, nawet 500 zł za przelewy do ZUS. Szczegółowe warunki uzyskania premii określone są w regulaminach promocji „Plusy karty z Plusem dla posiadaczy firmowej karty debetowej Mastercard z Plusem Alior Banku SA – V edycja”, „Aliorowe kody promocyjne” i „Nawet 1200 zł na start”. Propozycja obowiązuje od 20.10.2025 r. do 31.01.2026 r. Pełna informacja o iKoncie Biznes, w tym tabela opłat i prowizji, oraz regulaminy: prowadzenia rachunków dla przedsiębiorców, kart debetowych dla klientów biznesowych, korzystania z kanałów elektronicznych dla przedsiębiorców i regulaminy ww. promocji, są dostępne na aliorbank.pl i w placówkach Alior Banku SA.

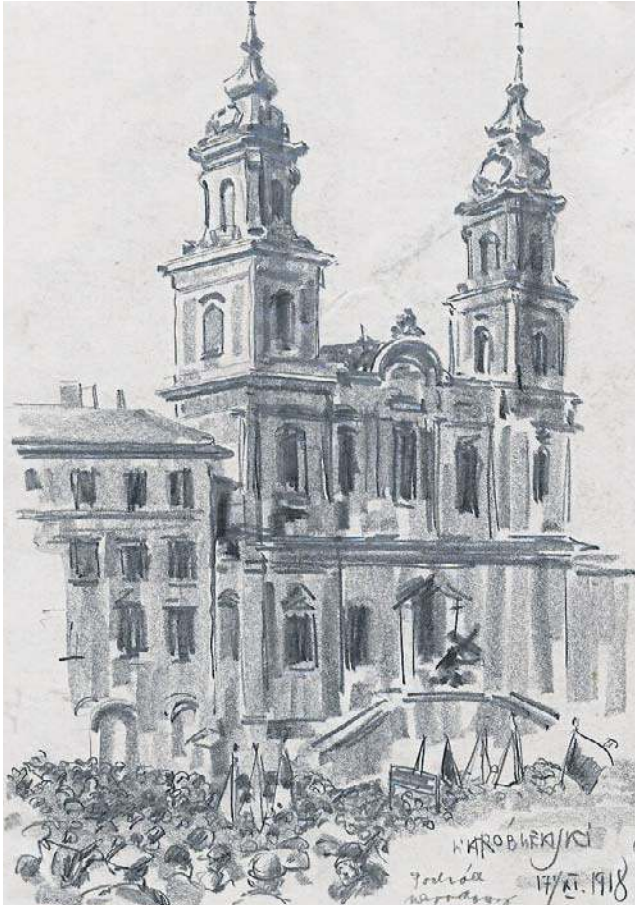
Zapomniany marsz z 17 listopada 1918 r.

Tomasz Chudzyński
Rozmowa

W pierwszą niedzielę po odzyskaniu niepodległości, 17 listopada 1918 roku, Warszawa świętowała. Bez polityki, bez podziałów - mówi dr Janusz Sibora, historyk

Spieramy się w Polsce o świętowanie 11 listopada, o to, który marsz jest bardziej polityczny, który bardziej wspólnotowy, który jest tylko dla prawicy. Spróbujmy to rozstrzygnąć, cofając się w czasie o 107 lat. Źródłem świętowania 11 listopada jest pierwszy marsz, który miał miejsce 17 listopada 1918 roku, w pierwszą niedzielę po odzyskaniu niepodległości. Był to marsz narodowy, a słowo „narodowy” należałoby podkreślić jako odzwierciedlenie charakteru tego święta. To była całkowicie oddolna inicjatywa społeczna, wydarzenie o dużym rezonansie. Powstał komitet obywatelski, oddzielono zdecydowanie politykę od marszu. Nawet kiedy zjawiał się w Warszawie Korfanty, to w prasie mówiono o jego wystąpieniu na porannym wiecu, a nie o jego udziale w marszu. Ten

był apolityczny. Udział wzięło 120 organizacji społecznych. Podzielono uczestników marszu na pięć kolumn - co było przemyślanym zabiegiem, zakładającym właściwe uporządkowanie marszu. Każda z grup wychodziła z innego kościoła, bo wydarzenie odbywało się po mszach, na których śpiewano „Te Deum laudamus” i hymn narodowy. Pierwszą kolumnę tworzyli duchowni wszystkich wyznań, czyli duchowni rzymskokatolicki, ewangelicki i rabinat. Pełen ekumenizm. Były organizacje kobiece, byli przedstawiciele władz. Piłsudski nie wziął udziału dlatego, że był zapracowany. Trwały już wówczas boje w Galicji Wschodniej, co chwilę pojawiały się nazwy Przemyśl, Lwów. W prasie odnotowano tę absencję tłumacząc, że nie była to niechęć, tylko ogrom zadań. Przyjechali za to na marsz przedstawiciele Wielkopolski, brali w nim również udział przedstawiciele Alzacji i Lotaryngii, która też odzyskiwała niepodległość, na co uwagę zwracała prasa. Całość odbywała się w porządku i dyscyplinie. Przed marszem powstał sześciopunktowy poradnik,



Pochód narodowy 17 listopada 1918 r. w Warszawie. Rycina rysownika Leona Wróblewskiego (1893-1975)

wskazówki dla uczestników, jak się zachować, i czysto technicznie, co trzeba zrobić, żeby wziąć w nim udział. I tak, na dzień przed marszem należało udać się do komitetu organizacyjnego i pobrać „bilety” - dlatego pisano w prasie „biletujcie się obywatele”. W dniach poprzedzających marsz „Kurier Codzienny” zamieścił trzy strony ogłoszeń, gdzie każda ze stu dwudziestu organizacji przygotowujących marsz szczegółowo informowała, gdzie znajdują się ich biura, w których karty uczestnictwa w marszu będą wydawane. Jedną z ciekawszych wskazówek mówiła, że obywatele mieli sami tworzyć łańcuch ochronny i oddzielać marsz od widzów. Kolejna mówiła, że w momencie, kiedy są śpiewy, to śpiewać należy, ale kiedy gra orkiestra, to należy zaprzestać śpiewu, żeby się nie przekrzykiwać. To wszystko się udało. Trzeba podziwiać poziom postawy obywatelskiej, samoorganizacji społeczeństwa, podziwiać organizatorów tego marszu, w tym za tempo, bo w ciągu kilku dni zorganizowano marsz, w istocie narodowy, dla wszystkich. Do tej

inicjatywy, do tamtej atmosfery powinniśmy nawiązywać dziś świętując 11 listopada.

Skąd wiedzieli, jak zorganizować święto, jak świętować odzyskanie niepodległości? Czerpano z doświadczeń francuskich. Cała Europa i Stany Zjednoczone uczyły się od Francuzów, od ich obchodów Rewolucji Francuskiej. Już w pierwszą rocznicę zburzenia Bastylli w Paryżu zbudowano specjalny amfiteatr, w którego budowie uczestniczyli osobiście La Fayette, główny organizator obchodów. Miało to podkreślić formę i treść obywatelskiego święta. Z czasem nabrało ono ceremonialnego wymiaru. Francuzi przywiązują wagę do świętowania na powietrzu, co - jak niejednokrotnie podkreślano - ma także swoje znaczenie. Ogranicza nas tylko sklepienie niebieskie - tak mówili sami Francuzi. Natomiast gdyby powiedzieć o tym, czy Warszawa u schyłku rozbiorów miała doświadczenia w organizacji podobnych wydarzeń... Był inny marsz, który był podobny do tego z 17 listopada 1918 r., w formie, wielkości, tylko w zupełnie innej sytuacji

AUTOREKLAMA

0011427776

Kurier Poranny

GAZETA
WSPÓŁCZESNA

do kupienia
także
w sieci

Delikatesy
CENTRUM

politycznej. Odbył się 3 maja 1916 roku, niemal rok po zajęciu Warszawy przez Niemców. Wzięło w nim udział około stu organizacji, wszystko odbywało się w wielkim ładzie i porządku. Szczególnie uhonorowano wówczas Powstańców Styczniowych. Księżna Zdzisława, małżonka księcia regenta Lubomirskiego, szczególnie to opisuje. Wydarzenie to dokumentował specjalny album. Zawiera około stu zdjęć, każda uczestnicząca w marszu grupa została sfotografowana. Szli m.in. wioślarze, cykliści czy dziennikarze. Nawet Niemcy podziwiali, okupanci przecież, podziwiali Polaków za poziom organizacji.

Organizacja marszu z 17 listopada 1918 r. odzwierciedlała ogromny optymizm. Zaczął się proces odbudowy państwa, choć nie wszystko było jeszcze przesądzone. 11 listopada nastąpiło zawieszenie broni na froncie zachodnim I wojny światowej, w Warszawie był już Piłsudski.

Najbardziej podstawowy rys historyczny ogranicza się do stwierdzenia, że 10 listopada 1918 r. Piłsudski przyjechał do Warszawy z twierdzy w Magdeburgu, 11 listopada przejął władzę wojskową od Rady Regencyjnej, a trzy dni później pełnił władzę. Z Dworca Wiedeńskiego Piłsudski udał się samo-

chodem ks. Lubomirskiego do jego domu, do „Frascati”. W salonie podano herbatę. Regent i Piłsudski odbyli tam poufną rozmowę. Adam Koc szczegółowo relacjonuje pierwsze godziny pobytu Piłsudskiego. Zamieszkał on w pensjonacie panien Romanówien przy ulicy Moniuszki nr 2. Miał ze sobą jedynie małe zawiniątko z drobiazgami – Niemcy dali mu tylko 10 minut na spakowanie się, dlatego trzeba było dostarczyć nowe ubranie. Koc wspominał m.in., że przyniesiono m.in. koszule w rozmiarach od 37 do 43, by odpowiedni rozmiar dla Piłsudskiego dobrać. W Warszawie rozbrajano Niemców, trwała strzelanina. Piłsudski był mocno niezadowolony z powstania rządu w Lublinie. Twierdził, że wiąże mu to ręce. 11 listopada o piątej po południu Piłsudski pojechał do mieszkania regenta Ostrowskiego, gdzie Rada Regencyjna formalnie przekazała brygadierowi Piłsudskiemu władzę wojskową i naczelne dowództwo nad wojskiem polskim. Rzeczywiście, 11 listopada był ważny w Warszawie. Z kolei na przykład dla Krakowa ważny był dzień 31 października, kiedy, jak zapisał w swoim diariuszu konserwatysta krakowski Władysław Leopold Jaworski: „Dzisiaj zawieszono polską chorągiew na odwachu. Wojsko przypięło na czapkach orły polskie”. Ten

sam polityk pisał pod datą 12 listopada: „nominacja Piłsudskiego rodzajem dyktatora nie jest wątpliwa w swych skutkach”. Przekazanie władzy i sposób objęcia władzy przez Piłsudskiego w spojrzeniu konserwatysty krakowskiego, który osobiście znał Piłsudskiego, wcześniej z nim współpracował, odbierano jako dyktaturę. On też podkreślał, że późniejszy Naczelnik Państwa studiował naturę tłumy, umiejętność panowania nad nim. To jest prawda. To odróżniało Piłsudskiego od Dmowskiego, który był politykiem gabinetowym, nie lubił spotkań. A Piłsudski to kochał. 11 listopada 1918 r. kilkakrotnie wychodził, by przemawiać do tłumy. Pod datą 19 listopada Jaworski pisał: „Moraczewski jest tępy fanatyk, płytki, niedouczonego historyk (...) brutalny”, a o jego rządzie pisał, że to „smutna operetka”. Taki był klimat tamtych listopadowych dni.

11 listopada – Narodowe Święto Niepodległości obchodzimy od 1989 r., kiedy je przywrócono ustawą po tym, jak zostało zniesione przez komunistów w 1945 r. Ale oficjalnym świętem państwowym 11 listopada został ogłoszony dopiero w 1937 r.

Z tym świętem był pewien kłopot, bo ono rzeczywiście formalnie nie istniało. Świadczy

o tym choćby nota poselstwa Belgii do Ministerstwa Spraw Zagranicznych, które w grudniu 1919 roku, czyli ponad rok po odzyskaniu niepodległości, pytało, kiedy król Belgii ma składać życzenia Naczelnikowi Państwa Józefowi Piłsudskiemu. Co więcej, z tej korespondencji wynika, że poselstwo Belgii nie było jedyne, które miało podobny problem. W samej nocy zaproponowano trzy daty – 19 marca, w dniu imienin Naczelnika Państwa, 3 maja, dokładnie w dniu święta narodowego uchwalonego ustawą z 29 kwietnia 1919 roku oraz 6 sierpnia, jako w dniu święta żołnierskiego, związanego wyjątkowo z osobą Naczelnika Państwa. Zauważmy, faktycznie mamy dziś dwa święta narodowe – 3 maja i 11 listopada. Gdyby ktoś spytał, które z nich jest ważniejsze, odpowiedziałbym, że mamy obfitość dni świątecznych i nie powinniśmy narzekać. Francuzi nie mają kłopotu, bo mają 14 lipca, Amerykanie nie mają kłopotu, bo mają 4. dzień lipca. My mamy w kalendarzu dwa razy święto narodowe. Inne narody mogą nam tego zazdrościć.

Przed wybuchem II wojny światowej oficjalne obchody 11 listopada odbyć się mogły jedynie dwukrotnie.

Niemniej 11 listopada obchodzono. Magazyn „Rewja” z 23

listopada 1919 r. wydrukował relację pt. „Uroczysty obchód w Warszawie z pierwszą rocznicą oswobodzenia Królestwa Polskiego od Niemców”. Zwróćmy uwagę – nie było nazwy Święta Niepodległości, nie używano wówczas jeszcze tego terminu. Relacja mówi, że w pochodzie brała udział straż ogniowa, wioślarze, dygnitarze wojskowi i cywilni, orkiestra strażacka, policja, Sybiracy, straż kolejowa, księża katolicki, ewangelicy, rabini, orkiestra pracowników tramwajowych. A już zasadnicza zmiana nastąpiła w roku 1920, czyli po pokonaniu bolszewików. „Ekspres Ilustrowany” relacjonował wówczas obchody „Święta Zwycięstwa” w Warszawie. Były delegacje wojskowe na placu Zamkowym, misje zagraniczne przed ołtarzem polowym, przekazanie buławy marszałkowskiej ofiarowanej Naczelnemu Wodzowi przez wojsko, defilada. Można powiedzieć, że dwa lata po symbolicznej dacie odzyskania niepodległości fetowano triumf Piłsudskiego. Samo święto przekształciło się w kolejnych latach w święto właściwie wojskowe. 12 listopada 1928 roku „Kurier Literacko-Naukowy” poświęcił niemal cały numer dziesięcioleciu odrodzonej Polski. Na okładce widzimy huty, snopki, port, dźwigi. Artykuł

wstępny zatytułowany jest „Czym jest niepodległość i jak uczcić dziesięciolecie jej odzyskania?”. Są zdjęcia Piłsudskiego i Mościckiego. W późniejszych latach „Goniec Krakowski” opisywał obchody w Warszawie, z udziałem prezydenta Mościckiego, marszałka Rydza-Śmigłego. Zamieszczono jego zdjęcie, w trakcie dekorowania sztandaru Wileńskiego Pułku Artylerii ufundowanego, co ciekawe, przez społeczeństwo Kąkusz. W gazetach z listopada 1938 roku, czyli po dwudziestu latach od odzyskania niepodległości, czuć już było zbliżającą się wojnę, m.in. w zamieszczonych na łamach artykułach. W piśmie „Ilustracja Polska” jest relacja z obchodów rocznicowych, trochę historycznych reminiscencji. Świętowano wówczas zajęcie Śląska Cieszyńskiego, m.in. ukazał się wiersz pt. „Trojak Śląski” poświęcony „powrotowi” Cieszyńska w granice Polski. Gazeta zamieściła przegląd osiągnięć dwudziestolecia – Gdynię, zapórę w Porąbce. Z jednej strony był triumf, ale lektura całości robi wrażenie, bo wiemy, że było to ostatnie święto w II Rzeczypospolitej. Trzeba wspomnieć też, że pierwszy po 1989 roku prezydencki marsz z okazji 11 listopada zorganizował Bronisław Komorowski, w roku 2013.

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJA ZIEMIA I LUDZIE

PRAWDZIWE HISTORIE CZYSTEGO POWIETRZA

Inwestycja w czas i zdrowie

Pan Paweł z Zapolice (woj. łódzkie) skorzystał w ubiegłym roku z programu Czyste Powietrze. Jest bardzo zadowolony, bo jego opłaty za właśnie miniony sezon grzewczy wyniosły... zaledwie 200 zł. Jednak przyczyniła się do tego nie tylko dotacja z programu, ale także zapobiegliwość gospodarza, który od początku dbał, by eksploatacja jego domu wymagała jak najmniej energii.

Program „Czyste Powietrze” Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej nie jest nowy. W marcu ruszyła jego kolejna edycja. Najważniejsze zmiany to wyższe limity dotacji, większe wsparcie dla osób korzystających z programu i szybsza obsługa wniosków. Zaliczkę dostaje na konto beneficjent programu, a nie – jak dotąd – wykonawca inwestycji.

Zdążył przed sezonem

Pan Paweł ma dobrze ocieplony dom, wprowadził się do niego w 2016 r. Dom został już wybudowany według wysokich norm dotyczących termoizolacji, ogrzewany był jednak piecem na ekogroszek. Pan Paweł stanął więc przed koniecznością zmiany źródła ciepła i w tym celu postanowił skorzystać z programu Czyste Powietrze. Udał się do urzędu gminy, gdzie specjalnie oddelegowana do tego urzędniczka pomogła mu wypełnić wniosek i zebrać potrzebne dokumenty.

Najpierw były panele

Pan Paweł dwukrotnie korzystał z gminnego programu dotyczącego fotowoltaiki, finansowanego z funduszy europejskich. Część paneli dokupił też we własnym zakresie. Dlatego uznał, że pompa ciepła będzie najbardziej korzystnym rozwiązaniem. W programie Czyste Powietrze jest jeszcze możliwość wymiany kotła na węgiel na piec na pelet. We wniosku, poza kupnem i instalacją samego urządzenia, była także modernizacja instalacji centralnego ogrzewania oraz samej kotłowni. Trzeba było zdemontować stary piec, zamontować jednostki wewnętrzne i zewnętrzną pompę ciepła, dołożyć grzejniki, wymienić rury, zamontować termostaty. W rodzinie pana Pawła jest – według wytycznych programu – dość wysokie wynagrodzenie na członka rodziny, więc dotacja z programu pokryła ok. połowy kosztów inwestycji. Gospodarz



zdecydował się skorzystać z usług renomowanej firmy montującej pompy. – Skorzystanie z tego programu bardzo mi się opłacało. Rachunki spadły mi do 200 zł za ostatnie pół roku! – cieszy się pan Paweł. – Poza tym jest bardzo wygodnie. Mogę zapomnieć o kupowaniu węgla, dokładaniu do pieca, wysypywaniu popiołu itd. To bardzo angażujące prace domowe. Teraz

mam mniej kłopotu, чисто w kotłowni i więcej czasu dla siebie – opowiada.

Zysków jest więcej

Jest jeszcze jedna zaleta wymiany pieca. Pan Paweł ma alergię. Wyrzucanie popiołu było dla niego szczególnie uciążliwe. Nie ma także nieprzyjemnie pachnącego dymu. Pan Paweł pozbył się kataru i innych objawów alergii.

Czyste Powietrze w gminie Zapolice

Gmina Zapolice w 2019 r. zawarła z WFOŚiGW w Łodzi porozumienie ws. wspólnej realizacji PP Czyste Powietrze. Od początku trwania programu wnioskodawcy z Gminy Zapolice złożyli 435 wniosków, zawarli 386 umów i zrealizowali 246 przedsięwzięć. Kwota wypłaconych dotacji wynosi ponad 4 875 000,00 zł. W Urzędzie Gminy Zapolice uruchomiono punkt konsultacyjno-informacyjny, prowadzone są działania promocyjne i edukacyjne zachęcające do termomodernizacji budynków. Zakupiono również 3 czujniki jakości powietrza oraz dron do identyfikacji punktowych zanieczyszczeń powietrza, co ułatwi walkę ze smogiem. Listę gminnych punktów konsultacyjnych i operatorów programu znaleźć można na stronie czystepowietrze.gov.pl.

Może wreszcie odetchnąć pełną piersią. Zimą pompa ciepła podgrzewała nie tylko powietrze w domu, ale także ciepłą wodę użytkową. Teraz pan Paweł wyłączył pompę, bo latem nie potrzebuje ciepłych grzejników, a wodę podgrzewa mu bojler elektryczny. Inwestor marzy o turbinie wiatrowej. – Panele fotowoltaiczne pracują

głównie latem, a turbina wiatrowa także zimą. Pobór energii z sieci spadłby mi jeszcze bardziej. Może pojawi się jakiś opłacalny program dla takich prosumentów jak ja – dodaje na koniec.

Sprawdź, jaką dotację możesz uzyskać

Program zakłada trzy poziomy dofinansowania według progów dochodowych w gospodarstwie domowym.

- **Poziom najwyższy**
 - do 100 proc. dofinansowania
 - przy miesięcznym dochodzie do 1 300 zł na osobę w gospodarstwach wieloosobowych lub do 1 800 zł w gospodarstwie domowym jednoosobowym, oraz dla osób otrzymujących zasiłki.
- **Poziom podwyższony**
 - do 70 proc. dofinansowania – obowiązuje przy miesięcznym dochodzie do 2 250 zł na osobę lub 3 150 zł w gospodarstwach jednoosobowych.
- **Poziom podstawowy**
 - do 40 proc. dofinansowania – dla osób z dochodem do 135 000 zł rocznie.

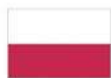
0011346468



UWAGA, KONKURS!

Jesteś beneficjentem Czystego Powietrza? Podziel się z nami swoją Prawdziwą Historią i przekonaj innych do inwestycji w zdrowie i ciepło. [Wejdź na **czystepowietrzejestok.pl**](http://wejdź.na.czystepowietrzejestok.pl)

Co miesiąc do wygrania **hulajnoga elektryczna!**

Fundusze Europejskie
dla RybactwaRzeczpospolita
PolskaDofinansowane przez
Unię Europejską

Zadanie realizowane w ramach IV etapu operacji pn. „Król Jesiotr – Wielki powrót Króla Polskich rzek na europejskie stoły.”
Współfinansowane z Funduszy Europejskich dla Rybactwa na lata 2021 - 2027

Smak, który opowiada historię

Jesiotr powraca na nasze stoły, łącząc tysiącletnią tradycję z nowoczesną kuchnią
– a przy okazji będąc też prawdziwym superfood

Kinga Baranowska-Sochacka | fot. Łukasz Piecyk



Restauracje coraz częściej serwują dania z jesiotra, promując go nie tylko jako produkt premium, ale przede wszystkim jako element polskiej tożsamości kulinarnej. Nic dziwnego – to ryba o bogatej historii, niepowtarzalnym smaku i prozdrowotnych właściwościach, a do tego wygodna w konsumpcji, bo nieposiadająca ości.

Powrót do korzeni i slow food

Jesiotr to ryba o tysiącletniej tradycji. Obecnie coraz częściej pojawia się w restauracyjnym menu w roli polskiego dziedzictwa kulinarnego. Współczesny trend „powrotu do korzeni” promuje produkty tradycyjne i sezonowe, a mięso i kawior z jesiotra doskonale wpisują się w lokalną tradycję kulinarną jako symbol polskości i regionalizmu. Opowiadanie historii jesiotra w restauracjach pozwala konsumentowi poczuć więź z tradycją, a kulinarny storytelling jest elementem budowania wartości dodanej dla produktu. Moda na „slow food” również sprzyja popularyzowaniu dań z jesiotra w restauracjach, bo zachęca do świadomego wyboru: kupowania ryb z dobrego źródła i wspierania lokalnych producentów.

– Jesiotr doskonale sprawdza

się również w turystyce kulinarnej, która polega na poznawaniu i doświadczaniu lokalnej kuchni. Klienci restauracji coraz częściej interesują się pochodzeniem produktów, bo tożsamość regionalna jest dla nich istotna – dopowiada Tomasz Ciesielski, prezes Organizacji Producentów Ryb Jesiotrowatych.

Jesiotr ma delikatne mięso i jest prawdziwym „superfood” – bogatym w pełnowartościowe białko, kwasy omega-3, witaminy A, D, E oraz minerały, takie jak selen, fosfor i jod.

– Jesiotr to zdrowie na talerzu – zgadza się Łukasz Lofek, szef restauracji Hotelu Filmar.

Mięso jesiotra wykazuje działanie przeciwutleniające i budujące odporność, a zawarte w nim minerały wspierają układ mięśniowo-nerwowy, metabolizm energetyczny i pracę tarczycy. Kwasy omega są niezbędne dla prawidłowej pracy mózgu, a witaminy rozpuszczalne w tłuszczach odpowiadają za zdrowe kości, wzrok i skórę.

– Jesiotr jest świetnym wyborem dla osób dbających o linię, bo ma niską kaloryczność i jest lekkostrawny. Poza tym to ryba bezpieczna, bo nie ma ości, więc można go podawać dzieciom – dodaje

Ewa Politowska-Krajniewska, szefowa kuchni w restauracji Spichrz.

Wyjątkowe doświadczenie kulinarne

Jesiotr w menu to danie premium – warunkiem jest jednak świeżość ryby. Mięso świeże powinno być jędrne, wilgotne i sprężyste, gotowane lub pieczone – delikatne, ale nie rozpadające się, a wędzone – lekko połyskujące i jednolite w kolorze.

– W rozpoznaniu świeżego jesiotra na talerzu pomoże nam ocena organoleptyczna. Po pierwsze zapach – lekki, wody słodkiej, jeziora lub rzeki. Po drugie smak – jednolity, niezaburzony goryczką ani kwasowością. Ważna jest też struktura mięsa, przy oddzielaniu blaszek mięso musi być czysto białe i lśniące, a nie mętne czy sine – tłumaczy Łukasz Lofek.

Gwarancją najwyższej jakości, wartości odżywczych i świeżości jest pochodzenie ryby z certyfikowanych hodowli, np. zrzeszonych w Organizacji Producentów Ryb Jesiotrowatych – wówczas każda porcja ryby to nie tylko smak, ale też opowieść o polskich tradycjach hodowlanych i trosce o środowisko. Jesiotr z hodowli zrzeszonych w organizacji pochodzi z kontrolowanego środowiska, w którym zapewnia się optymalne warunki wzrostu, jakość wody i zbilansowaną dietę. Hodowle przestrzegają standardów bezpieczeństwa żywności i zrównoważonego rozwoju, a ryby są dostarczane szybko po zbiorze, dzięki czemu mięso jest jędrne, sprężyste i ma odpowiednią konsystencję.

– Największą zaletą współdziałania z organizacją jest bezpośredni dostęp do hodowców, czyli możliwość uczestniczenia w skróconym łańcuchu dostaw. Nie ma tutaj mowy o żadnych pośrednikach, dlatego mamy gwarantowaną świeżość. Od wyłowienia ryby do jej serwisu na stół mija zaledwie kilka godzin. Pochodzenie ryby odpowiada za 50 proc. sukcesu dania – wyjaśnia Ewa Politowska-Krajniewska. – Jesiotry z gospodarstw zrzeszonych w organizacji są tak świeże, że to prawdziwe produkty premium.

Restauracje serwują nie tylko świeże, wędzone czy marynowane mięso z jesiotra – ale również kawior.

– Kawior powinien być schłodzony i podawany na lodzie. Waż-



– **Największą zaletą współdziałania z organizacją jest bezpośredni dostęp do hodowców, czyli możliwość uczestniczenia w skróconym łańcuchu dostaw – wyjaśnia Ewa Politowska-Krajniewska.**

ne, aby był nakładany łyżką z masy perłowej lub drewnianą, żeby nie zepsuć jego smaku – dodaje Ewa Politowska-Krajniewska.

Świadome wybieranie jesiotra wymaga uwagi zarówno ze strony restauracji, jak i klienta. Kluczowe jest weryfikowanie pochodzenia i gatunku ryby, dbanie o odpowiednie przechowywanie i przygotowanie mięsa oraz edukacja klienta i informowanie go o formie podania, świeżości i certyfikatach jakości. Przed wyborem dania z jesiotra w restauracji warto sprawdzić, czy ryba pochodzi z hodowli zrzeszonej w Organizacji Producentów Ryb Jesiotrowatych, zapytać, kiedy została złowiona oraz upewnić się, że mięso było przechowywane w odpowiednich warunkach.

– Moim zdaniem to kelner powinien zachęcić klienta do spróbowania dania z jesiotra krótką opowieścią o historii oraz właściwościach ryby – konkuje Łukasz Lofek. – Najważniejsze jest to, czy ryba przyjeżdża świeża czy mrożona, a także czy dostarcza ją hodow-

ca czy pośrednik. Hodowca musi należeć do organizacji, bo wtedy podlega kontroli. Organizacja daje gwarancję dobrej jakości produktów oraz pełnej historii pochodzenia.

Jesiotr dziś to nie luksus dla wybranych – to produkt coraz częściej spotykany w dobrych restauracjach. Dzięki nowoczesnym hodowlom stał się bardziej dostępny, a jego jakość wciąż dorównuje dzikim okazom. Warto spróbować go choć raz, by poznać delikatne mięso i wyjątkowy smak ceniony przez szefów kuchni na całym świecie.

W najbliższej okolicy jesiotra kupisz w:

**Instytut Rybactwa
Śródlądowego, Zakład Hodowli
Ryb Jesiotrowatych, Pieczarki 50,
11-610 Poznań
Gospodarstwo Rybackie PZW
w Suwałkach, ul. M. Konopnickiej
10, 16-400 Suwałki**

**Szczegółowe informacje
dostępne na stronie
jesiotrowate.torun.pl**



– **Jesiotr to zdrowie na talerzu – zgadza się Łukasz Lofek, szef restauracji Hotelu Filmar.**

Czas **Z RODZINĄ**

Poniedziałek, 17.11.2025

Jacek Poniedziałek
nie ukrywa
prawdy o sobie

Za młodu mieszkał w jednym pokoju z matką i rodzeństwem.
Ucieczkę z biedy pomogła mu znaleźć w sztuce Kora



FOT. KAROLINA MISZTAŁ

ZDROWIE • STR. 14-15

*Comiesięczne
samobadanie jąder*
to bardzo ważny nawyk

OGRÓD • STR. 16

Zielistka wygląda
pięknie i oczyszcza
powietrze

PORADNIK • STR. 13

Jak dbać o oczy
w zaczynającym się
sezonie grzewczym?

► LUDZIE

Uczył się w krakowskim technikum, ale dzięki znajomości z Korą wybrał studia aktorskie. W efekcie **Jacek Poniedziałek** zrobił dużą karierę teatralną. I nie zaszkodziło mu to, że jako pierwszy polski aktor dokonał gejowskiego coming outu

PORTRET

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



Za młodu nie chodził do kina i teatru, bo matki nie było stać na bilety. Dziś jest nie tylko uznanym aktorem, ale też reżyserem i tłumaczem. Już dwie dekady temu jako jeden z niewielu ludzi ze świata sztuki odważnie wyznał, że jest gejem. I tylko mu to pomogło.

W piwnicy sąsiada

1 Nie ukrywa, że miał ciężkie dzieciństwo. Wychował się w ubogiej rodzinie. Ojciec pracował jako kelner, ale był lekkoduchem, zdradzał żonę i umarł przedwcześnie. Matka zajmowała się dziećmi, dbała o dom i zarabiała na życie, pracując w hucie szkła. Jacek miał troje rodzeństwa: dwóch braci i siostrę. Wszyscy gnieździł się w dwupokojowym mieszkaniu na krakowskiej Olszy. Ekwiwalent ojca mały chłopak znalazł w osobie starszego sąsiada. Pan Aleksandrow miał w piwnicy warsztat stolarsko-ślusarski, gdzie zawsze unosił się zapach piłowanego metalu i szlifowanego drewna. Staruszek samodzielnie wykonywał skrzypce, na których grał chłopcu. Zabierał go też na swym trójkołowym motorze na nowohuckie łąki, gdzie wspólnie zbierali suche łajno krowie, aby je potem rozpuścić

Brak pieniędzy sprawiał, że nie chodził ani do kina, ani do teatru. Najcieplej wspomina wspólne oglądanie z rodziną w niedzielne przedpołudnia starych komedii z Louisem de Funés czy Flipem i Flapem

Dziś aktor gra w spektaklach teatralnych, cieszy się sympatią widzów i uznaniem krytyków, ale początki swojej drogi życiowej i aktorskiej wspomina nie najlepiej

w wiadrze wody i podlewać nim truskawki rosnące w ogródku.

Lanie bez powodu

2 Kiedy Jacek chodził do podstawówki, odróżniał się od innych chłopaków z osiedla. Był spokojny i cichy, nie lubił zająć wufu, za to poważnie traktował lekcje z polskiego i nie nabijał się tak jak koledzy z nauczycielki, która miała zęza. Nic więc dziwnego, że szybko zaczęło go traktować jako dziwulaga i nie raz zupełnie bez powodu obrywał łanie od co bardziej agresywnych rówieśników.

Jako nastolatek starał się pomagać w domu. Przynosił węgiel, rozpałał w piecu, stał w kolejkach. Wstydził się jednak zapraszać znajomych do domu, bo było w nim ciasno i biednie. Brak pieniędzy sprawiał, że nie chodził ani do kina, ani do teatru. Najcieplej wspomina wspólne oglądanie z rodziną w niedzielne przedpołudnia starych komedii z Louisem de Funés czy Flipem i Flapem.

Pod blokiem Kory

3 Po podstawówce mama przykazała Jackowi zdobyć solidny zawód. Dlatego zaczął naukę w technikum telekomunikacyjnym. Wtedy zainteresował się muzyką rockową. Zakochał się w piosenkach Maanam i wraz z grupą jego najgorętszych fanów zaczął koczować pod blokiem, w który mieszkała Kora. Piosenkarka z czasem poznała się z nimi bliżej i Jacek zaczął jej pomagać, a to opiekując się dziećmi, a to biegając do sklepu po sprawunki.

Kora była już wówczas po rozstaniu z Markiem Jackowskim. Często gościł wtedy u niej jej nowy partner – Kamil Siłowicz. Jacek zachwycił się pisanymi przezeń wierszami i sam chwycił za pióro. Zafascynowany zbuntowaną poezją, wystawił z kolegami w szkole spektakl oparty na wierszach Bursy. A po maturze

dostał się do krakowskiej Akademii Teatralnej i wyprowadził się z domu.

Wydarzenie dekady

4 Choć po studiach zaczął grać w Starym Teatrze i Teatrze Słowackiego, Kraków szybko zrobił się dla niego za ciasny. Wyjechał więc do Warszawy, gdzie z czasem wszedł w skład rewolucyjnego Teatru Nowego. Na życie zarabiał, grając w telenoweli „M jak miłość”. W 2005 roku podczas rozmowy z „Faktem” wyznał otwarcie, że jest gejem. Miało to naturalny wpływ na jego dalszą karierę.

Telewizja się wystraszyła i z biegiem czasu Jacek musiał pożegnać się z rolami w serialach. W teatrze przeciwnie: krytyk Bartosz Żurawiecki napisał wręcz, że jego coming out to największe wydarzenie dekady. I faktycznie: zaczął grać u najlepszych wówczas reżyserów, od Krzysztofa Garbaczewskiego po duet Strzępka-Demirski. Z czasem sam zaczął tłumaczyć i reżyserować sztuki – i to z dużym powodzeniem.

W szponach hedonizmu

5 Kiedy przyjechał z Krakowa do Warszawy, od razu wszedł w nieustanny ciąg imhol lał się strumieniami, a kokaina wjeżdżała po każdym spektaklu. Kiedy wybrał się z teatrem do Amsterdamu, zjadł przed występem halucynogenne grzybki, w efekcie czego przedstawienie trzeba było odwołać, a on musiał zapłacić wysokie odszkodowanie. W końcu poszedł na odwyk i terapię, dzięki czemu odzyskał kontrolę nad swym życiem.

Publicznie przyznaje, że kręca go młodszy facci i tylko z takimi uprawia seks. Miał jednak w życiu trzy poważniejsze związki. Najważniejszym z nich był ten z cenionym reżyserem teatralnym Krzysztofem Warlikowskim. Dzieił się nim z jego żoną Małgorzatą aż przez szesnaście lat. Dziś jest singlem i poza występami w teatrze najwięcej czasu zajmuje mu uprawianie sportu i dbanie o siebie, bo od dziecka jest histerycznym hipochondrykiem.

JACEK PONIEDZIAŁEK

► PORADNIK

Jak dbać o oczy w sezonie grzewczym, co zrobić z trawnikiem, by na wiosnę mieć piękną murawę, w jaki sposób sprawdzić, czy jajko jest świeże, domowe środki, które pomogą zadbać o biel firanek – o tym piszemy w nowym odcinku **naszych porad**

PO(4)RADY

Poleca **Katarzyna Piojda**,
redaktorka
Zajmuje się tematyką
społeczną, wiele czasu poświęca
na tematy związane
ze sprawami seniorów



Zdrowie

Jak dbać o oczy w sezonie grzewczym

Suche powietrze, które pojawia się w domach wraz z rozpoczęciem sezonu grzewczego, podrażnia nie tylko skórę, gardło i nos, ale również oczy. Nagrzane powietrze (szczególnie w niewietrżonym pomieszczeniu) może powodować wiele dolegliwości, w tym: pieczenie i swędzenie oczu, uczucie piasku lub ciała obcego pod powiekami, zaczerwienienie spojówek, wrażliwość na światło, łzawienie. Jak pomóc naszym oczom? Przede wszystkim warto zaopatrzyć się w tzw. sztuczne łzy. Specjalne krople, które nawilżają oczy, można je kupić bez recepty. Najczęściej zawierają one kwas hialuronowy w stężeniu od 0,1 do 0,4 proc. – im wyższe stężenie, tym krople są gęstsze i dłużej utrzymują efekt nawilżenia. Dobrym wyborem mogą być także żele nawilżające. Są gęste i pomagają łagodzić przesuszenie, zaczerwienienie oraz podrażnienie.

Ulgę przynosi też przepłukiwanie oczu roztworem soli fizjologicznej czy stosowanie ciepłych kompresów.

01.

Ogród

Piękny trawnik na wiosnę. Jak zadbać o niego przed zimą

Listopad to ostatni moment, by przygotować trawnik na nadchodzącą zimę. Nie rezygnuj jeszcze całkowicie z koszenia, o ile temperatura utrzymuje się powyżej zera. Optymalna długość trawy na zimę to 3-4 centymetry. Dzięki temu unikniemy zagrożenia tak zwaną pleśnią śniegową. Zbyt długie źdźbła pokładają się pod śniegiem i gniją, mogą też rozwinąć się grzyby zdolne do życia w niskich temperaturach.

W listopadzie jest już za późno na jesienne nawożenie mineralne, ale warto rozsypać na murawie cienką warstwę kompostu (1 cm) i rozprowadzić grabiami na całej powierzchni – poprawi to strukturę i żyzność gleby. By zapobiec rozwojowi pleśni śniegowej, a także wzmocnić korzenie trawy przed zimą, warto przeprowadzić zabieg aeracji. To nakłuwanie podłoża, dzięki któremu do korzeni trawy dociera więcej wody oraz powietrza. Pomocny będzie profesjonalny aerator, chociaż niektórzy nakłuwają darni widłami lub butami z kołcami na podszewach. Ważne, by po artykulacji posypać trawnik piaskiem.

02.



03.

Kuchnia

Jak sprawdzić, czy jajka są świeże

Są na to proste i sprawdzone sposoby. Jeden z nich to włożenie jajka do szklanki z wodą. Jeśli zatoni – jest świeże. Nieświeże jajko będzie się unosiło na wodzie. Jeżeli jajko leży płasko na dnie, komórka powietrzna jest mała, co znaczy, że jest świeże. Jeżeli podnosi się do góry, wtedy lepiej je ugotować na twardo lub użyć do wypieków. Jeśli zaś wypływa na powierzchnię, niekoniecznie trzeba takie jajko od razu wyrzucić, ale raczej nie gotować na miękko.

O tym, że gotowane jajko po zakręceniu wiruje, a surowe nie – to wiedzą wszyscy. Ale nie każdy się domyśli, że starsze jajko po ugotowaniu wiruje mniej intensywnie, bo „zbełtana” treść jajka inaczej się przesuwają.

Jest jeszcze inna metoda, by sprawdzić świeżość jajka. Trzeba nim potrząsać i posłuchać, czy nie pojawia się dźwięk chlupania. Jeśli nie – jajko można jeść. Gdy jednak słychać chlupanie wewnątrz jajka, w środku musiało znaleźć się powietrze. Lepiej być ostrożnym i dobrze przyjrzeć się terminowi przydatności do spożycia.



Dom

Skuteczne domowe sposoby na białe firany

Białe firanki sprawiają, że dowolne pomieszczenie staje się jasne, przestronne, czyste i świeże. Oto kilka sposobów na zachowanie ich bieli.

Pierwszy domowy środek to sól kuchenna. Najpierw firany trzeba wyprać w tradycyjny sposób. Następnie przygotować roztwór wybielający – ok. 120 gramów soli (7 łyżek stołowych) rozpuścić w 5 litrach ciepłej wody i zanurzyć firany na około 3 godziny. Po tym czasie dokładnie wypłukać.

Inny sposób to wypranie firan w pralce ze skorupkami jajek i standardowym detergentem. Skorupki z 3 jajek należy pokruszyć, umieścić w bawełnianym lub lnianym worku i dokładnie zawiązać. Jeśli firany są mocno zszarzałe, można przygotować kilka takich worków.

Natomiast do wybielania firan uszytych z delikatnych tkanin, takich jak koronki czy tiul, doskonały będzie proszek do pieczenia. Firany należy zanurzyć w roztworze przygotowanym z 5 litrów ciepłej wody i opakowania proszku do pieczenia. Po ok. 2-3 godzinach firany należy wyprać w tradycyjny sposób.

Niedrogi ocet spirytusowy to również sprawdzony i skuteczny środek do wybielania firan. Najpierw białe firany trzeba wyprać w tradycyjny sposób. Następnie należy przygotować roztwór wybielający – ok. 1/4 szklanki octu rozpuścić w 5 litrach ciepłej wody i zanurzyć firany na około 3 godziny. Po tym czasie dokładnie wypłukać.

04.

Jednym z najprostszych i najważniejszych nawyków wśród panów powinno być **comiesięczne samobadanie jąder**. Może ono pomóc wykryć zmiany **we wczesnym stadium**. Jeśli wyczujesz coś niepokojącego, skonsultuj się z lekarzem

MEDYCYNĄ OBRAZOWĄ

Poleca **Marianna Dufek**, jedna z najlepszych polskich dziennikarek specjalizujących się w tematach medycznych, laureatka wielu nagród



S

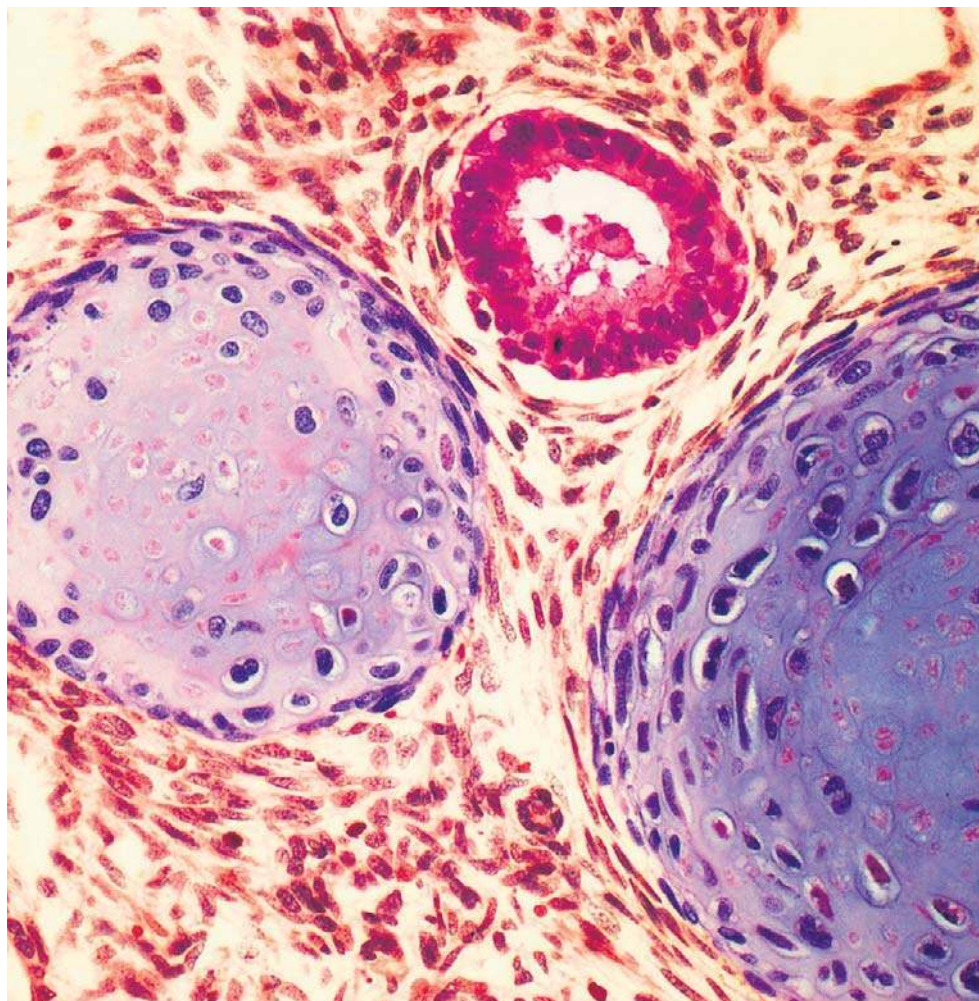
Samobadanie jąder może pomóc wykryć raka jąder we wczesnym stadium i zapewnić najlepszą szansę na dobre rokowanie. Jak podaje Amerykańskie Towarzystwo Walki z Rakiem (American Cancer Society – ACS), w pewnym momencie swojego życia na raka jąder zachoruje około 1 na 250 mężczyzn.

W przeciwieństwie do innych nowotworów rak jąder dotyka głównie mężczyzn w młodym i średnim wieku – średni wiek w momencie diagnozy wynosi około 33 lat. Jeżeli rak jąder zostanie wcześnie wykryty, ryzyko śmierci jest bardzo niskie. 5-letni względny wskaźnik przeżycia wynosi 99 proc., jeśli rak jest ograniczony do jąder – podaje Amerykańskie Towarzystwo Walki z Rakiem. Jeżeli jednak nowotwór rozprzestrzeni się na otaczające tkanki, wskaźnik przeżywalności spada do 96 proc. i do 73 proc., jeśli rozprzestrzeni się na odległe części ciała.

Samobadanie jąder może pomóc we wczesnym wykryciu raka jąder i dać największe szanse na dobre rokowanie. Większość nowotworów jąder jest wykrywana przez mężczyzn podczas samobadania lub przez przypadkiem. Zaleca się wykonywanie comiesięcznych badań już od około 15. roku życia. Warto wpisać to do swojego kalendarza.

Jak samodzielnie badać jądra?

Samobadanie jąder najlepiej wykonać podczas ciepłego prysznica lub kąpieli, lub tuż po nich. Ciepła woda rozluźnia mosznę, dzięki czemu badanie jest łatwiejsze. Warto wykorzystać też lustro, aby można było łatwo dostrzec wszelkie zauważalne obrzęki. Samodzielne badanie jąder powinno trwać ok. 3 minut.



Samobadanie krok po kroku

- Stojąc, podłóż ręce pod worek mosznowy. Sprawdź, czy nie odczuwasz jakiegokolwiek dysproporcji (np. uczucie ciężkości po jednej stronie jąder).
- Delikatnie obejmij każde z jąder palcami wskazującymi i kciukami. Sprawdź, czy ich powierzchnia jest gładka, czy wyczuwalne są twarde grudki, guzy lub zmiany rozmiaru, kształtu lub konsystencji.
- Znajdź miękki przewód odprowadzający nasienie z jąder – najądrze.
- Wycuj wszelkie guzki lub nieregularności na najądrach.

- Kontynuuj badanie pod kątem zmian kształtu, rozmiaru lub konsystencji jąder. Jądra powinny być gładkie i jędrne.

Pamiętaj: podczas badania nie powinien odczuwać bólu. Ból może wskazywać, że wymagana jest konsultacja medyczna.

Jądra nie są też idealnie symetryczne – jedno może być większe lub zwisać niżej. Niektórzy mężczyźni mylą naczynia krwionośne lub inne tkanki podtrzymujące wewnętrznie mosznę z guzkiem – w takim przypadku najlepiej udać się do lekarza.

Regularne samobadanie jest szczególnie ważne w przypadku podwyższonego ryzyka

zachorowania na raka jąder. Czynniki ryzyka to m.in.: niezstąpione jądro, HIV, rak jądra w historii rodziny, wcześniejszy rak jąder.

Jak często powinno się badać jądra? Kiedy udać się do lekarza?

Samobadanie jąder należy wykonywać co miesiąc. Dzięki temu można szybko wykryć wszelkie ewentualne zmiany. Warto też raz w roku zbadać się u urologa.

Do lekarza należy udać się jak najszybciej, jeżeli:

- odczuwamy znaczną zmianę w jednym lub dwóch jądrach,
- wyczuwamy zgrubienie lub guzek,
- występuje obrzęk moszny,
- niepokoi nas cokolwiek innego.

Co może oznaczać guzek na jądrze?

Guzek, zgrubienie lub inna nietypowa zmiana w jądrze nie musi oznaczać raka. Inne stany, które mogą powodować zmiany w jądrach, mogą obejmować:

- **zapalenie najądrza i jądra** (najczęściej spowodowane infekcją dróg moczowych lub przeniesioną drogą płciową),
- **torbiel najądrza** (guzki spowodowane gromadzeniem się płynu w przewodzie prowadzącym od jąder, powszechne i zwykle bezbolesne, zazwyczaj nie wymagają leczenia),
- **wodniaki** (nagromadzenie płynu między jądrem a cienką błoną, która je otacza, które może być spowodowane urazem lub stanem zapalnym moszny, może też wystąpić bez wyraźnej przyczyny),
- **żyłaki powrózka nasiennego** (obrzęk żył wewnątrz moszny – dokładna przyczyna nie jest znana, ale może to być spowodowane nieprawidłowym funkcjonowaniem naczyń krwionośnych),
- **przepukliny pachwinowe** (występują, gdy wewnętrzna tkanka w jamie brzusznej wystaje przez otwór w ścianie brzucha, co może powodować ból i obrzęk moszny).

W przeciwieństwie do innych nowotworów rak jąder dotyka głównie mężczyzn w młodym i średnim wieku – średni wiek w momencie diagnozy wynosi około 33 lat. Jeżeli rak jąder zostanie wcześnie wykryty, ryzyko śmierci jest bardzo niskie

► ZDROWIE

● Samobadanie jąder należy wykonywać co miesiąc ● **Guzek, zgrubienie lub inna nietypowa zmiana** w jądrze nie musi oznaczać raka. Są inne stany, które mogą powodować zmiany w jądrach. Jeśli coś was zaniepokoi, nie wpadajcie w panikę. **Najlepiej jak najszybciej skontaktować się z lekarzem**

01.

Samobadanie jąder może pomóc wykryć raka jąder we wczesnym stadium i zapewnić najlepszą szansę na dobre rokowanie.

Jak podaje Amerykańskie Towarzystwo Walki z Rakiem, w pewnym momencie życia na raka jąder zachoruje około 1 na 250 mężczyzn.

02.

Większość nowotworów jąder jest wykrywana przez mężczyzn podczas samobadania lub przez przypadkiem.

Zaleca się wykonywanie comiesięcznych badań już od około 15. roku życia. Warto wpisać to do swojego kalendarza.

03.

Samobadanie jąder najlepiej wykonać podczas ciepłego prysznica lub kąpieli, lub tuż po nich.

Warto wykorzystać też lustro, aby można było łatwo dostrzec wszelkie zauważalne obrzęki. Samodzielne badanie jąder powinno trwać około 3 minut.

04.

Regularne samobadanie jest szczególnie ważne w przypadku podwyższonego ryzyka zachorowania na raka jąder. Czynniki ryzyka to m.in.:

niezstąpione jądro, HIV, rak jądra w historii rodziny lub wcześniejszy rak jąder.

05.

Do lekarza należy udać się jak najszybciej, jeżeli:

odczuwamy znaczną zmianę w jednym lub dwóch jądrach, wyczuwamy zgrubienie lub guzek, występuje obrzęk moszny, niepokoi nas cokolwiek innego.



► PRZYRODA

Zielistka to roślina doniczkowa, która ma niewielkie wymagania, a wygląda bardzo ładnie. Jej długie i wąskie liście mają dekoracyjne białe lub kremowe pasy i malowniczo zwisają z doniczek. **Zielistka może też kwitnąć**

PAMIĘTAJCIE O OGRODACH

Poleca **Małgorzata Mrowiec**,
redaktorka
Pisze o architekturze,
zabytkach, interesuje się estetyką
miasta, w tym kwestią
zieleni i roślin



Zielistka wygląda pięknie i oczyszcza powietrze. Uda się nawet „zabójcy kwiatów”

Z

W doniczce na parapecie, na komodzie i pod sufitem – tu zielistka będzie czuła się najlepiej. Roślina ta uwielbia zraszanie, choć jest wytrzymała na suszę. Podlewamy ją dopiero w momencie, gdy wierzchnia warstwa ziemi będzie już mocno przesuszona. Gdy zobaczysz brązowiejące końcówki liści, może to być oznaka, że kwiat ma zbyt mokro. Takie końcówki należy koniecznie usunąć.

Zielistka najlepiej rozwija się w temperaturze pokojowej, zatem optymalna temperatura do prawidłowego rozwoju to ok. 20°C.

Jakie właściwości ma zielistka?

Ta roślina jest nie tylko ładna i łatwa w uprawie, ale także należy do tych kwiatów doniczkowych, które oczyszczają powietrze z zanieczyszczeń. Należy do roślin, które znalazły się na liście amerykańskiej agencji kosmicznej NASA jako właśnie wyjątkowo skuteczne „oczyszczacze”. Oczywiście jedna roślina nie wystarczy, ale od czegoś trzeba zacząć.

Ważne w uprawie zielistki!

● Gdy korzenie zielistki nie będą mieściły się w doniczce, przesadź zielistkę do większego pojemnika, bowiem posiada ona dość szybko rozwijający się, spory system korzeniowy.

- Z liści systematycznie usuwaj zabrudzenia i kurz. Koniecznie używaj do tego wilgotnej szmatki.
- Nawóz roślinę głównie nawozami uniwersalnymi przeznaczonymi dla roślin doniczkowych. Takie nawozy powinny posiadać optymalną kompozycję mikro- i makroelementów, które zapewniają doskonały wzrost rośliny oraz jej intensywny kolor. Warto wybrać nawóz dla roślin o ozdobnych liściach.

Rozmnażanie zielistki

Zielistkę bardzo łatwo rozmnożyć. Zabieg ten nie wymaga od nas większego zaangażowania. Wystarczy małe zielistki odłączyć od rośliny macierzystej i trzymać w pojemniku z wodą, dopóki nie wypuszczą korzeni. Innym sposobem jest posadzenie małych zielistek bezpośrednio do przepuszczalnej ziemi (z dodatkiem ukorzeniacza).

Zielistka to jedna z roślin polecana dla osób zabieganych, niemających czasu na intensywną pielęgnację domowej flory. Kwiat ten swoją popularność zawdzięcza głównie walorom estetycznym. Młoda zielistka idealnie prezentuje się w każdym zakątku domu, ale niestety im roślina jest starsza, tym mniej atrakcyjna dla oka.

Ta roślina nie ma dużych wymagań uprawowych, ale jest kilka rzeczy, na które trzeba zwrócić uwagę.

Jak wygląda zielistka?

Jedną z odmian zielistki, którą najczęściej spotkamy w polskich domach, jest zielistka Sternberga. Rozpoznamy ją po wąskich, zielonych, długich, osiagających nawet do 50 cm liściach, luźno zwisających ku dołowi. Najczęściej pośrodku liścia znajduje się białe-kremowy pasek. Charakterystyczną cechą tej rośliny są także zwisające małe zielistki na pędach (tzw. odnóżki), dzięki którym mamy możliwość odmłodzenia kwiatu.

Zielistka także kwitnie. Jej kwiaty są drobne, białe i gwiazdkowate. Choć nie są spektakularne, dodają roślinie uroku.

Domowe warunki uprawy zielistki. Co lubi, a czego nie?

Przede wszystkim tak jak inne kwiaty, tak i zielistka, by rosnąć, potrzebuje wody i światła. Jednak nie można stawiać jej bezpośrednio w pełnym słońcu, gdyż liście zaczną opadać. Nie będzie też dobre dla zielistki miejsce całkiem zacienione, które może spowodować schnięcie końców liści, a także małych zielistek rosnących na pędach.



Zielistka ma charakterystyczne, wydłużone liście, najczęściej ozdobione białym, kremowym lub zielonkawym pasem. Liście przewieszają się, co trzeba uwzględnić, wybierając dla niej miejsce



Dla kibiców. I nie tylko

MAGAZYN

SPORTOWY24

Patryk Chojnowski (na zdjęciu) pokonał dwóch renomowanych rywali w meczu Ligi Mistrzów SBR Dojlidy Białystok - FC Saarbrücken STR. 18



FOT. PAWEŁ BALEJKO

Mocno postraszyli giganta z Niemiec

W trzecioligowej potyczce derbowej KS Wasilków przegrał z rezerwami Jagiellonii Białystok 0:1 STR. 18

Jagiellonia pokonała u siebie 5:1 w meczu sparingowym pierwszoligową Pogoń Grodzisk Mazowiecki STR. 19

Polska zremisowała w eliminacjach MŚ z Holandią 1:1. Dziś Białe-Czerwoni grają z Malcią STR. 20

Ślepsk Malow Suwałki gra dziś o przełamanie

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **Starciem drużyn mających bardzo słabe otwarcie sezonu Plus Ligi będzie dzisiejszym mecz Cuprum Stilon Gorzów Wielkopolski - Ślepsk Malow Suwałki.**

Obie ekipy poniosły dotąd komplet porażek i okupują dwa ostatnie miejsca w tabeli. Dla jednych i drugim będzie to zatem mecz o przełamanie.

Dorobek punktowy suwałczan to ledwie punkt, zdobyty w przegranym 2:3 meczu w Częstochowie. Siatkarze Cuprum po tie-breakach prze-

grywali w Gdańsku i Chełmie. Na pewno ich pokonanie leży w granicach możliwości Biało-Niebieskich.

Spotkanie rozpocznie się dziś o godz. 20. Transmisja w stacji Polsat Sport 2. ©

1. Indykpol AZS Olsztyn	6	15	17:7
2. Warta Zawiercie	7	15	17:9
3. Resovia Rzeszów	4	11	12:3
4. Skra Bełchatów	4	9	11:6
5. Bogdanka LUK Lublin	5	9	12:8
6. Projekt Warszawa	5	9	9:6
7. Energa Trefl Gdańsk	5	8	12:10
8. Jastrzębski Węgiel	5	7	9:10
9. Zaksa Kędzierzyn Koźle	5	7	11:11
10. Barkom Lwów	5	7	11:11
11. Hemarpol Częstochowa	5	3	5:14
12. CHKS Chełm	4	2	3:11
13. Cuprum Gorzów Wlkp.	5	2	4:15
14. Ślepsk Malow Suwałki	5	1	3:15



Siatkarze Ślepska Malow Suwałki na otwarcie sezonu ponieśli pięć porażek. Pora zakończyć złą passę.

Tenis stołowy SBR Dojlidy - FC Saarbrücken 2:3 w Lidze Mistrzów

KAPITAN ROZGRZAŁ KIBICÓW

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

W pierwszym meczu 1/8 finału Ligi Mistrzów tenisistów stołowych SBR Dojlidy Białystok przegrały u siebie 2:3 z obrońcą tytułu - niemieckim FC Saarbrücken.

FC Saarbrücken można w europejskim tenisie stołowym bez przesady porównać do tego, czym Real Madryt jest w piłce nożnej. „Galaktyczni” z Niemiec nie przyjechali co prawda do Białegostoku w najmocniejszym zestawieniu, ale i tak ich kadra robiła ogromne wrażenie.

Podlasianie nie zamierzali jednak przestraszyć się klasy rywala i oddać potyczkę bez walki.

- Będziemy chcieli napsuć krwi Saarbrücken. Pokazaliśmy już, że potrafimy walczyć i osiągać dobre wyniki. W Białymstoku zapowiada się prawdziwe show, przyjdzie nas wspierać! - apelował przed spotkaniem zawodnik SBR Dojlid Piotr Chodorski.

Jednak to nie on, a Patryk Chojnowski zagrał w naszym zespole pierwsze skrzypce i spisał się wręcz fantastycznie. W pojedynku otwarcia kapitan SBR Dojlid miał za rywala zajmującego aktualnie 11. miejsce na świecie Darko Jorgicia.

Polak rozgrzał komplet białostockiej publiczności do czer-



Kapitan SBR Dojlid Patryk Chojnowski spisał się w meczu z FC Saarbrücken kapitalnie

woności, pokonując słoweńskiego wicemistrza Europy z 2022 roku 3:2, a w ostatnim secie 6:4.

W drugim występie Chojnowski miał za rywala kolejnego gwiazdora - Patricka Franziskę. Niemiec na początku miał dużą przewagę, bardzo pewnie wygrał dwa sety, w trzecim też prezentował się lepiej od białostoczana, ale nie było mu dane cieszyć się z łatwego zwycięstwa 3:0.

Niesiony dopingiem kibiców tenisista Dojlid zaczął grać

bardzo odważnie, wygrał trzecią odsłonę na przewagi, a potem dorzucił do tego triumfy w dwóch kolejnych setach sety i pokonał przeciwnika. Coś nieprawdopodobnego!

Niestety, Podlasianie nie byli w stanie dołożyć trzeciego, decydującego punktu. Chodorski i Piotr Michalski zagraли ambitnie, ale musieli uznać wyższość przeciwników.

Mimo porażki białostoczanom należą się ogromne brawa za stworzenie pięknego widowiska.

Mecz rewanżowy zostanie rozegrany 19 grudnia w Niemczech.

WYNIK SBR Dojlidy Białystok - FC Saarbrücken 2:3.

Patryk Chojnowski - Darko Jorgić 3:2 (11:7, 5:11, 11:6, 5:11, 6:4)

Piotr Chodorski - Patrick Franziska 0:3 (7:11, 7:11, 8:11)

Piotr Michalski - Yuta Muramatsu 0:3 (6:11, 5:11, 5:11)

Patryk Chojnowski - Patrick Franziska 3:2 (5:11, 4:11, 13:11, 11:9, 6:3)

Piotr Chodorski - Darko Jorgić 1:3 (5:11, 11:9, 5:11, 7:11).

Derbowa potyczka dla rezerw Jagi. Wyjazdowe wygrane ŁKS-u Łomża i Wigier

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **W trzecioligowych derbach województwa podlaskiego KS Wasilków przegrał z Jagiellonią II Białystok 0:1.**

Z wyjazdowych triumfów cieszyły się Wigry Suwałki (3:2 ze Świtem Nowy Dwór Mazowiecki) oraz ŁKS Łomża (1:0 z Mławianką Mława).

Derbowe spotkania dodają z reguły piłkarzom pokładów energii i ambicji, a na dodatek starcie w Wasilkowie miało duży ciężar gatunkowy. Gospodarze notowali fatalną serię ośmiu porażek z rzędu i chcieli zrobić wszystko, by ją zakończyć. Żółto-Czerwoni niedawno wydostali się ze strefy spadkowej i zamierzali powiększyć nad nią przewagę. Nic dziwnego, że potyczka była bardzo



W derbach województwa podlaskiego KS Wasilków (jaśniejsze koszulki) przegrał z rezerwami Jagiellonii 0:1

zacięta i stała pod znakiem walki. O jej wyniku zadecydowała akcja z 84. minuty, kiedy rezerwowi zawodnik gości Jan Kosmański popisał się znakomitą strzałą z dystansu, zapewniając białostoczanom komplet punktów.

Trudny mecz ma za sobą ŁKS Łomża, który pokonał na wyjeździe zagrożoną degradacją Mławiankę. Potyczka obfitowała w kontuzje, a z powodu urazów nie dokończyli jej łomżanin Bartłomiej Olszewski, a także golkeeper gospodarzy

Piotr Piotrowski i ich kapitan Michał Strykowski.

W takich meczach nie liczy się styl, a wywalczenie kompletu punktów. Biało-Czerwoni zdołali to zrobić za sprawą akcji z 74. minuty, kiedy w sytuacji sam na sam z bramkarzem piłkę do siatki posłał Marcin Kluska.

Wigry przegrały mecz ze Świttem rozpoczęły bardzo dobrze i szybko wyszły na prowadzenie po trafieniu Bartosza Guzdek, ale potem więcej do powiedzenia mieli rywale z Nowego Dworu Mazowieckiego, którzy tuż przed przerwą doprowadzili do wyrównania.

Druga połowa należała już do suwałczan. W 53. minucie na prowadzenie wyprowadził ich pięknym uderzeniem zza pola karnego Kamil Pajnowski, a w końcówce Guzdek do gola dołożył efektowną asystę, kiedy jego sprytnie dogranie piętą Świt

co prawda zdołał jeszcze złapać kontakt na 2:3, ale do wyrównania nie doprowadził.

WYNIKI 17. KOLEJKI

KS Wasilków - Jagiellonia II Białystok 0:1 (0:0). Bramka: 0:1 - Jan Kosmański (84).

KS Wasilków: Gostomski - Fronc, Wysocki, Kuźmiński, Dawidowicz, Ptasinski, Bayer, Wotkiewicz (70. Boateng), Wasilewski (80. Dudziński), Milewski (46. Cholewa), Mazurek.

Jagiellonia II: Damasiewicz - Lipiński (82. Panikiewicz), Rusiłowicz, Krasiewicz, Tymoszczuk (46. Burkowski), Tarasovs, Polkowski, Pawelczyk (60. Kosmański), Ziarek (60. Drygiel), Zalewski, Jakimiuk (70. Listkowski).

Mławianka Mława - ŁKS Łomża 0:1 (0:0). Bramka: 0:1 - Marcin Kluska (76).

ŁKS Łomża: A. Olszewski - Goloś, Witasiak, B. Olszewski (20. Lesicki, 85. Kijek), Karmański, Kłuska, Pindor, Kosakiewicz, Choroński, Zych, Antkowiak.

Świt Nowy Dwór Maz. - Wigry Suwałki 2:3 (1:1). Bramki: 0:1 - Bartosz Guzdek (9), 1:1 - Mateusz Paszkiel (42), 1:2 - Kamil Pajnowski (53), 1:3 - Kacper Głowicki (80), 2:3 - Maciej Jaroszewski (83).

Wigry: Taudul - Kwiatkowski, Ozga, Pajnowski, Magnuszewski, Fronczak (67. Matus), Machala

(67. Guzewski), Święty, Michałowski (67. Zagórski), Głowicki, Guzdek.

Olimpia Elbląg - Lechia Tomaszów Mazowiecki 2:5, Żąbkovia Żąbki - Widzew Łódź 4:1, KS CK Troszyn - GKS Wikielec 4:1, GKS Bełchatów - Wisła II Płock 3:4, Warta Sieradz - Broń Radom 3:0. Mecz: Legia II Warszawa - Znicz Biała Piska został przełożony.

1. Warta Sieradz	17	40	32-13
2. Żąbkovia Żąbki	17	38	55-27
3. Legia II Warszawa	16	38	46-19
4. ŁKS Łomża	17	36	38-16
5. Wigry Suwałki	17	30	32-24
6. Wisła II Płock	17	27	30-27
7. Broń Radom	17	26	25-30
8. Świt Nowy Dwór Maz.	17	24	28-31
9. KS CK Troszyn	17	22	39-31
10. Lechia Tomaszów Maz.	17	21	31-27
11. Olimpia Elbląg	17	21	28-33
12. Widzew Łódź	17	21	31-41
13. Jagiellonia II Białystok	17	20	18-25
14. GKS Bełchatów	17	16	28-43
15. Mławianka Mława	17	14	26-35
16. GKS Wikielec	17	14	16-28
17. KS Wasilków	17	13	16-37
18. Znicz Biała Piska	16	5	12-44

©

Dobry mecz i efektowne zwycięstwo z Pogonią

Wojciech Konończuk
wojciech.konończuk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W przerwie reprezentacyjnej Jagiellonia Białystok rozegrała mecz sparingowy, pokonując u siebie pierwszoligową Pogonią Grodzisk Mazowiecki 5:1.

Gole dla gospodarzy strzelili: Yuki Kobayashi - dwa, Kamil Józwiak, Afimico Pululu i Youssuf Sylla.

Trener Adrian Siemieniec poważnie potraktował potyczkę i zaczął mocnym składem. Brakowało piłkarzy, którzy wyjechali na mecze reprezentacji narodowych (Oskar Pietuszewski, Bartosz Mazurek, Dawid Drachal, Dimitris Rallis) i narzekającego na kontuzję kostki Andy'go Pelmarda. Eksperymentalnie zestawiony został tylko środek pola, gdzie w miejsce obchodzącego 34. urodziny Tarasa Romanczuka i Leona Flacha (obaj mieli drobne urazy zagrałi Sergio Lozano i występujący w trzecioligowych rezerwach Eryk Kozłowski).

Jaga zaczęła efektownie i szybko objęła prowadzenie. Po dośrodkowaniu Bartłomieja

Wdowika bramkarz Pogoni Paweł Kieszek odbił piłkę po strzale głową Pululu, ale był bezradny przy dobitce Józwiaka.

Beniaminek I ligi szybko się odgryzł, kiedy pozostawiony bez opieki w polu karnym Karol Noiszewski pokonał wracającego do bramki Dumy Podlasia po kontuzji ręki Sławomira Abramowicza.

- To jeden z moich bardziej wymagających meczów w tym sezonie, pomimo że to był sparing. Pogoń pokazała, że nie przyjechała tutaj w roli od razu skazanego na pożarcie. Rywale trochę pograli, dużo sytuacji sobie wykreowali. Musiałem być czujny. To też fajny mecz dla mnie, bo mogłem się trochę sprawdzić w takich bardziej bojowych warunkach, zobaczyć, jak wygląda moja forma. Cieszę się, że wydaje się być nienaruszona - mówi Abramowicz.

Z powrotu Abramowicza zawodolony jest szkoleniowiec Jagi.

- Cieszę się przede wszystkim, że zdrowotnie jest wszystko w porządku. Mieliśmy znak zapytania dotyczący tego, czy jest gotowy na występ przez 90 minut, ale Sławek wytrzymał całe



Jagiellończycy rozegrali dobry sparing z Pogonią Grodzisk Mazowiecki i wygrali 5:1

spotkanie - ocenia Adrian Siemieniec.

Jeszcze przed przerwą Jagiellonia znów prowadziła po tym, jak indywidualną akcją i dokładne podanie AZ Jacksona wykończył uderzeniem w długi róg Pululu.

Po zmianie stron skład Jagi został mocno przemeblowany

i na boisku w większości przebywali piłkarze zwykle rezerwowi lub - jak występujący w środku pola nominalny lewy obrońca Norbert Wojtuszek - próbowani na nietypowych dla siebie pozycjach, a także wyróżniający się gracze trzecioligowych rezerw. Mimo to jakość gry nie spadała. Przeciwnie,

Podlasianie strzelali kolejne gole.

Na 3:1 podwyższył w zamieszaniu podbramkowym podwyższył Youssuf Sylla, a potem z dobrej strony dwukrotnie pokazał się Yuki Kobayashi. Japończyk najpierw wykorzystał dośrodkowanie z rzutu rożnego bardzo aktywnego AZ Jacksona,

precyzyjnie uderzając piłkę głową, a potem dopadł do odbitej od obrońców Pogoni futbolówki i wykorzystał sytuację sam na sam z golkipierem gości.

- Wygraliśmy wysoko, zdecydowanie i zasłużenie. Scenariusz meczu był taki, że przeciwnik się odgryzał, ale to bardzo dobrze. Rywale mają swoją jakość, swoje ambicje, które zaprezentowali na boisku - podsumowuje trener Siemieniec.

Jagiellonia po raz trzeci w tej rundzie zmierzyła się u siebie z pierwszoligowcem i wszystkie mecze wygrała. Przed Pogonią pokonała Górnika Łęczna (2:0) oraz Polonię Warszawa (3:1).

W PKO Ekstraklasie Jaga kolejne spotkanie rozegra 23 listopada (niedziela), podejmując GKS Katowice. ©P

WYNIK

Jagiellonia Białystok - Pogoń Grodzisk Mazowiecki 5:1 (2:1). Bramki: 1:0 - Kamil Józwiak (3), 1:1 - Karol Noiszewski (12), 2:1 - Afimico Pululu (30), 3:1 - Youssuf Sylla (51), 4:1 - Yuki Kobayashi (58), 5:1 - Yuki Kobayashi (88). **Jagiellonia:** Abramowicz - Pozo (46. Kuczyński), Stojanović (46. Vital), Kobayashi, Wdowik (22. Polak), Prip (68. Zalewski), Lozano (46. Wojtuszek), Kozłowski (83. Krasiewicz), Imaz (23. AZ Jackson), Józwiak (68. Hirose), Pululu (46. Sylla).

Dwie legendy, jeden cel – ten sam. Kto jeszcze posmakuje mundialu w Ameryce?

Jaromir Kruk
miejscowość

Edin Dzeko, 39-letni napastnik reprezentacji Bośni i Hercegowiny dotąd tylko raz posmakował mundialu. Nie dziwne, że chciałby wrócić na finały mistrzostwa świata.

Zwłaszcza że wspomnienia ma nie najlepsze. Bośniacy mieli ogromne pretensje do sędziego spotkania z Nigeryjczykami, bo nie uznał prawidłowego gola właśnie Dzeko, a przy trafieniu dla zespołu z Afryki nie dopatrzył się ewidentnego faulu na Amirze Spahiciu...

Nigeria wygrała wtedy 1:0, a przy jej prowadzeniu napastnik, wówczas Manchesteru City, trafił w słupek. - Nawet nie wiem co mam powiedzieć - przyznał po spotkaniu załamany Dzeko, któremu na turnieju w Brazylii uznano gola z Iranem, ale wygrana z tym przeciwnikiem 3:1 dała Bośni i Hercegowinie godne rozstanie z imprezą. Drużyna prowadzona przez Safeta Susicia miała potencjał, by zostać czarnym koniem mundialu w 2014 roku, postawiła się Argentynie (1:2) i nie powinna ulec Nigerii.

- Mamy bardzo dobrą drużynę, liczę, że pokażemy się na następnych wielkich impre-

zach - mówił Dzeko, który zmienił kluby, z Manchesteru City przeniósł się do Romy, potem był Inter, Fenerbahce, teraz jest Fiorentina. Z uczestników mundialu sprzed 11 lat w bośniackiej kadrze nadal jest Sead Kolasinac, który mecz z Rumunią w Zenicy spędził na ławce rezerwowych, ale pobił wraz z kolegami po gratulować kapitanowi Edinowi bramki na 1:1. Po niej do szaleństwa miejscowych kibiców doprowadziły gole Esmira Bajrakterevicia (PSV Eindhoven) i Harisa Tabakovicia (Borussia Moenchengladbach) - tu dla pewności skorzystano z VAR.

Dzeko mógł żałować, że VAR brakowało na mundialu 2014, bo może inaczej potoczyłaby się jego reprezentacyjna kariera. Dla kibiców i tak jest legendą, choć nie zagrał ani razu w finałach Euro, jak Marko Arnautović z Austrii. Panowie Dzeko i Arnautović minęli się w Interze, gdzie ten drugi wrócił na 2 sezony w 2023 roku. Po Euro 2024 urodzony w Wiedniu napastnik z serbskimi korzeniami, myślał o zakończeniu pięknej przygody z reprezentacją, ale został. - Marzę o starcie na mundialu, tego mi brakuje najbardziej - zapowiadał Arnautović, który uzyskał 8 goli w tegorocznych eliminacjach, w tym dublet z Cyprem w Limassol. Po wygranej 2:0 Austriacy czekali



Dla tego giganta futbolu będzie to już szósty mundial w karierze... Leo Messi wywołał w Angoli szaleństwo

na wieści z meczu z Zenicy, przy stracie punktów przez Bośnię i Hercegowinę mieliby już awans. Tak się nie stało, choć długo się na to zanosilo i we wtorek, 18 listopada team Ralfa Rangnicka zagra o wszystko z ekipą Sergeja Barbareza, legendy Bundesligi (grał w Hansie Rostock, Borussii Dortmund, Hamburger SV, Bayerze Leverkusen). Austriakom wystarczy remis, mają już pewne miejsce w barażach,

lecz tego woleliby uniknąć. - W Limassol wykonaliśmy swoją robotę. Zagraлиśmy z dużą intensywnością i zdobyliśmy bardzo ważne punkty - podsumował Marcel Sabitzer, pomocnik Borussii Dortmund z kadry Austrii, który czeka na kropkę nad i w Wiedniu.

Austria i Bośnia Hercegowina w ostatniej kolejce kwalifikacji zagrają o wszystko, czyli bezpośredni awans na mundial, tak jak

Szkocja z Danią (obie straciły punkty w sobotę - Szkoci ulegli na wyjeździe Grecji, Dania zremisowała u siebie z Białorusią) czy Niemcy ze Słowacją. Bohaterem Słowacji w konfrontacji z Irlandią Północną został Tomas Bobcek, napastnik Lechii Gdańsk, który pojawił się na boisku w 88 minucie i w doliczonym czasie pokonał Bailey'a Pecocka-Farrella z Blackpool.

- Trener Calzona żartował przed spotkaniem, że 10 minut mi wystarczy. Dostałem mniej, ale nie zapomnę tego nigdy. Bardzo czekałem na swój debiut w reprezentacji, no i się doczekałem. Może za kilka dni, lub miesięcy dojdzie do mnie co się stało w Koszycach - mówił szczęśliwy zawodnik Lechii Gdańsk. Słowacy nie są faworytem konfrontacji z Niemcami, ale w Bratysławie we wrześniu pokonali ich 2:0, do czego chętnie wracają. W kluczowym meczu Julian Nagelsmann nie będzie mógł skorzystać z Joshuy Kimmicha, Nico Schlotterbecka, Karima Adeyemiego, wcześniej wypadli Antonio Rudiger, Benjamin Henrichs, Jamal Musiala, Kai Havertz, Tim Kleindienst, Niclas Fullkrug i Marc-Andre ter Stegen.

Niemcy muszą do końca walczyć, takich problemów nie mają Anglicy (7 zwycięstw na 7, gole 20-0), Francja, Chorwacja (Luka

Modrić przeciw Wyspom Owczym zagrał swój mecz numer 193 w drużynie narodowej). Hiszpania demoluje przeciwników nawet bez Lamine Yamala, w Gruzji wygrała 4:0, a dubletem popisał się Mikel Oyarzabal z Realu Sociedad. Trener Furia Roja, Luis de la Fuente wie jak zarządzać bogactwem i każdy kolejny mecz eliminacyjny traktuje niczym poligon przed finałami MŚ 2026, na które Hiszpanie wybiorą się z jasnym celem - po złoto. Taki sam plan ma Argentyna, zwycięzca kwalifikacji w strefie CONMEBOL. W listopadzie Albicelestes zainkasowali 12 milionów dolarów za przyjazd do Angoli by uświetnić 50-lecie odzyskania niepodległości przez ten kraj. Mistrzowie globu przyciężyli 2:0, trafili Lautaro Martinez (po raz 36) i Leo Messi (115), którego pojawienie się w Luan-dzie wywołało szaleństwo.

Posobotnich meczach start w amerykańskim mundialu zapewnili sobie:
gospodarze: USA, Meksyk, Kanada
Europa: Anglia, Francja, Chorwacja, Szwajcaria
Azja: Japonia, Iran, Jordania, Korea Półd., Uzbekistan, Australia, Katar, Arabia Saudyjska
Afryka: Maroko, Tunezja, Egipt, Algieria, Ghana, Republika Zielonego Przylądka, Republika Południowej Afryki, Wybrzeże Kości Słoniowej, Senegal
Oceania: Nowa Zelandia;
Ameryka Półd. Argentyna, Brazylia, Ekwador, Urugwaj, Kolumbia, Paragwaj ©P

Jakub Kamiński: Jest niedosyt. Nawet duży

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

Jakub Kamiński jest bodaj największym wygranym w kadrze w kadencji Jana Urbana. Po świetnym występie z Holandią nie ukrywał, że w reprezentacji można wyczuć nową energię.

Strzelec gola dla Polski podkreślił, że zespół zrobił duży postęp pod wodzą selekcjonera Jana Urbana. I nie ukrywał... niedosytu.

- Chcemy zrobić kolejny krok we właściwym kierunku w rozwoju tej reprezentacji - mówił po meczu w mixed zone Jakub Kamiński, strzelec jedyne go gola dla Polski w meczu z Holandią. W Bundeslidze strzelił już 4 gole w 10 meczach, a w reprezentacji było to dla niego trzecie trafienie. - To była bardzo fajna akcja i ważny gol. W tym sezonie trochę tych bramek mam już na koncie. Mniej nadzieję, że to będzie przedsmak czegoś większego w tym sezonie, również w reprezentacji. Na to pracuję. Na to liczę. To znaczy - liczę na więcej.

Z jakimi założeniami wyszłście na rewanżowe spotkanie z Holendrami?

Selekcjoner liczył na to, że już na połowie rywala zdominujemy tak klasowy zespół, jak Holandia. I rzeczywiście, w ataku pozycyjnym tworzyliśmy supersytuacje. Szkoda tylko, że nie udało się dołożyć jeszcze jednej bramki.

Jesteś zadowolony z bramki i remisu, czy raczej odczuwasz niedosyt, że nie udało się wywalczyć zwycięstwa? Jest duży niedosyt, bo wszyscy widzieli, że mieliśmy więcej klarownych okazji. Zabrałoby czasem ostatniego poda-

nia, czasem decyzji o strzale w decydującym momencie. Ale naprawdę zagraliśmy dobrze zawody. Holandia aktualnie nie jest dla nas taka straszna, jak ją malują. Teraz można wygrać z każdym, niezależnie od tego, kim jest przeciwnik. Trener Urban chce rozwijać tę reprezentację i naprawdę zależało mu, żebyśmy potrafili utrzymać się przy piłce wysoko.

Ostatnie tygodnie to dla Ciebie znakomity czas - zarówno w reprezentacji, jak i w klubie. W FC Köln jesteś jedną z kluczowych postaci, regularnie chwali Cię trener Lukas Kwaśniok. Jaką wysoko ustawiasz sobie poprzeczkę przed kolejnymi spotkaniami?

Bierzemy z tego meczu to, co najlepsze - a trochę tego naprawdę było - i patrzymy pozytywnie w przyszłość. Zakończmy te kwalifikacje w dobrym stylu, z dobrym wynikiem. Ta reprezentacja idzie do przodu i już czekamy na marcowe baraże. Oby tylko zdrowie dopisywało, a dokąd mnie to zaprowadzi - po prostu zobaczymy.

©©



Kamiński ma już trzy gole w kadrze i liczy na więcej

Ta drużyna naprawdę rokuje

Jacek Czaplewski
redakcja

Po tym, co zobaczyliśmy w hicie z Holandią, tli się nadzieja, że nie tylko awansujemy na mundial, ale jeszcze złamiemy schemat zaczynający się od meczu otwarcia, a kończący na tym o honor.

Spotkanie z Holandią nie miało żadnego znaczenia w kontekście iluzorycznych szans na bezpośredni awans. Te zaprzepaściliśmy za kadencji Michała Probierza, przegrywając w Helsinkach z Finlandią. Piątkowy hit miał dać Janowi Urbanowi inne odpowiedzi. Selekcjoner liczył na to, że drużyna zagra jak równy z równym, również dzięki grze w ataku pozycyjnym. I tak się stało.

Biało-Czerwoni wystąpili bez czterech podstawowych dotąd zawodników: Łukasza Skorupskiego, Jana Bednarka, Bartosza Slisza i Przemysława Wiśniewskiego. Mało tego, przed upływem kwadransa z powodu uszkodzenia mięśnia przywodziciela długiego wypadł piąty - Sebastian Szymański - który zresztą przedwcześnie opuścił zgrupowanie.

Urban już na etapie wstępnych powołań dał do zrozumienia, że chce grać z Holandią odważnie. Poza wykartkowanym Sliszem nie powołał żadnego pomocnika o charakterystyce boiskowej szóstki nastawionej na bronienie. Niżej zagrał Piotr Zieliński i wypadł fenomenalnie, rozgrywając jak na prawdziwego lidera przystało.

Polska już w 2 minucie mogła objąć prowadzenie, jednak z bliska po zagraniu Matty'ego Casha spudłował Nicola Zalewski. Prowadzenie przed przerwą i tak objęliśmy - rzutem na taśmę. W 43 minucie po fantastycznym zagraniu Roberta Lewandowskiego na wolne pole lukę między nogami bramkarza znalazł



W 43 min po podaniu Lewandowskiego lukę między nogami bramkarza znalazł Kamiński

Jakub Kamiński, jeden z najlepszych tego dnia w naszej reprezentacji. Szkoda, że zaprzepaściliśmy to zaraz po zmianie stron, gdy nasze błędy w defensywie wykorzystał Memphis Depay.

Podopieczni Urbana do końca walczyli o pełną pulę, za co po ostatnim gwizdku sędziego zostali nagrodzeni bramkami przez 56 tys. kibiców. - Wydało mi się, że byliśmy bliżej zwycięstwa, ale nie chcę powiedzieć szkoda - tłumaczył na gorąco selekcjoner. W tym meczu dał zadebiutować 19-letniemu Filipowi Rózdze z austriackiego Sturm Graz. To czwarty zawodnik, który rozpoczął przygodę z reprezentacją dzięki Urbanowi. Wcześniej zaistnieli Arkadiusz Pyryka, Przemysław Wiśniewski oraz Jan Zieliński.

Kolejni czekają w blokach. Jest w kim wybierać, zwłaszcza w ofensywie, bo tego samego dnia młodzieżowa kadra U-21

prowadzona przez Jerzego Brzęczka w fenomenalnym stylu odwróciła mecz z Włochami w Szczecinie, wygrywając 2:1.

Dziś jeszcze bez nich pierwsza reprezentacja dopełni formalności w sprawie pierwszego koszyka, z którego zostanie wylosowana w dwuetapowych barażach. W domowym półfinale możemy trafić np. na Rumunię, Szwecję, Irlandię Północną, Walię bądź Macedonię Północną. Losowanie 13 grudnia, mecz 26 marca, a spodziewany finał 31 marca. Czy na PGE Narodowy w ogóle wejdą kibice? Tego nie wiadomo, bo dopiero poznamy karę za incydent, którego podczas spotkania z Holandią dopuścili się pseudokibice, rzucając na murawę kilkanaście odpalonych rac, co doprowadziło do przerwania zawodów.

Dziś o godzinie 20:45 rozpocznie się ostatni grupowy mecz reprezentacji Polski w eli-

minacjach mistrzostw świata 2026 transmitowany przez kanały TVP1 i TVP Sport. Zagramy na wyjeździe z przedostatnią Maltą, mając pewność udziału w 2-etapowym barażu.

©©

POLSKA-HOLANDIA 1:1

Bramki: Kamiński 43' - Depay 47'
Polska: Grabara - Cash (81. Wszółek), Zieliński, Kędziora, Kiwior, Skóraś - Kamiński (90. Różga), Szymański (13. Kapustka), Zieliński, Zalewski (82. Grosicki) - Lewandowski (90. Buksa).
Holandia: Verbruggen - Geertruida (74. Van Hecke), Timber, Van Dijk, Van de Ven - Malen, De Jong, Gravenberch (89. Schouten), Kluivert (74. Reijnders), Gakpo - Depay (89. Emegha).
Żółte kartki: Zieliński, Zieliński - Van Hecke
Sędzia: Marian (Włochy). **Widzów:** 56 278.

TABELA GRUPY GEL. MŚ

Inne wyniki: Finlandia - Malta 0:1			
1. Holandia	7	17	23-4
2. POLSKA	7	14	11-5
3. Finlandia	8	10	8-14
4. Malta	7	5	2-16
5. Litwa	7	3	6-11

Holendrzy narzekali nie tylko na murawę. A selekcjoner Urban - głównie na race...

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

W polskim obozie nie brakowało pozytywnych głosów po meczu z Holandią. Zupełnie inaczej było po stronie Holendrów.

Stan murawy na PGE Narodowym w Warszawie od lat wzbudza kontrowersje. W ostatnich meczach wydawało się jednak, że jakość trawy uległa poprawie, zapewniając zawodnikom komfort gry. Po spotkaniu z Ho-

landią krytyczną opinię na temat nawierzchni wyraził jednak Frankie De Jong:

- Murawa była słaba. Wyglądała dobrze, ale taka nie była. Była luźna, nierówna, co zdecydowanie nie ułatwia gry - skwitował pomocnik Barcelony oraz klubowy kolega Roberta Lewandowskiego, w wywiadzie dla portalu AD.NL.

Co ciekawe, według relacji Roberta Lewandowskiego, De Jongowi przeszkadzało nie tylko boisko. Holender często charakterystycznie sapął pod-

czas gry, wyrażając niezadowolenie z poczynąń reprezentacyjnych kolegów.

- Biegałem obok niego, trochę rozmawialiśmy, a czasem słyszałem jego wzdychanie, które dobrze znam z klubu. Kiedy tak oddycha, to znaczy, że coś dzieje się nie po jego myśli - mówił Robert Lewandowski w rozmowie z TVP Sport.

Lewandowski mógł zejść z boiska przed końcowym gwizdkiem z podniesioną głową. Selekcjoner Jan Urban postawił na odważny, ofen-

sywny skład, co zrobiło wrażenie na napastniku Barcelony. A dobre samopoczucie przełożyło się na fantastyczną asystę przy голу Kuby Kamińskiego i późniejsze oceny kapitana, że remis w Rotterdamie to było nasze maksimum, natomiast w piątek na PGE Narodowym - minimum.

Skandal na trybunach PGE Narodowego

W drugiej połowie doszło również do przykrego incydentu z udziałem polskich kibi-

ców, którzy na znak swojego niezadowolenia i protestu przeciwko PZPN, który zabronił im wnieść patriotycznej oprawy, rzucali odpalonymi racami na murawę. Selekcjoner Jan Urban na konferencji prasowej odniósł się do ich haniebnego zachowania, które w niedalekiej perspektywie może przynieść więcej strat niż korzyści. - Do takich sytuacji nie powinno dochodzić. Proszę sobie wyobrazić, że gramy u siebie baraż, ale mamy zamknięty stadion. No nie, po co to, ale

do niektórych to nie dociera - tłumaczył na oficjalnej konferencji.

Co powinno cieszyć?

- Kibice mogli być zadowoleni z naszej gry. Mówiłem też, że chciałbym w domowym meczu, aby drużyna dłużej utrzymała się przy piłce niż w Holandii. To też się wydarzyło i cieszy. W tym składzie było przecież wiele rozszar; jedne wymuszone kartkami, drugie z powodu kontuzji - podsumował selekcjoner. ©©

Piłkarze Rezerwowie dali nam zwycięstwo. ME U-21 coraz bliżej JEST MODA NA MŁODZIEŻÓWKĘ

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

W meczu eliminacji mistrzostw Europy do lat 21, reprezentacja Polski wygrała z Włochami 2:1 (0:0). To piąte z rzędu zwycięstwo podopiecznych Jerzego Brzęczka w tej fazie rozgrywek.

Polacy, z kompletem punktów, prowadzą w tabeli grupy E. Turniej finałowy odbędzie się w 2027 roku na ośmiu stadionach Albanii i Serbii. W imprezie weźmie udział 16 najlepszych drużyn młodzieżowych na Starym Kontynencie, w tym dwie ekipy gospodarzy.

Prowadzona przez trenera Jerzego Brzęczka reprezentacja Polski U-21 nadal ma komplet zwycięstw w eliminacjach mistrzostw Europy. W meczu rozegranym na stadionie im. Floriana Krygiera w Szczecinie, nasi piłkarze pokonali Włochów 2:1, po celnych trafieniach Wiktora Bogacza (83. minuta) i Macieja Kuziemki (87. minuta).

Prowadzenie dał rywalom piękny gol pomocnika AS Roma - Niccolò Pisilliego (61. minuta).

Reprezentacja U-21 potwierdziła klasę, ale przed meczem z Włochami, pewne obawy jednak były.

Otóż, według znanego portalu o tematyce piłkarskiej „Transfermarkt”, łączna wartość rynkowa naszej kadry to ok. 33 650 000 euro, podczas gdy „Gli



FOT. PAP/MARCIN BIELECKI

Radość naszych piłkarzy po strzeleniu gola Włochom

Azzurrini” - ok. 101 050 000 euro! A to oznacza, że włoscy piłkarze są średnio około trzykrotnie lepiej wyceniani niż polscy...

Ponadto, przed spotkaniem w Szczecinie, trenera Jerzego Brzęczka dotknęły problemy kadrowe. Kontuzje wyeliminowały kilku podstawowych piłkarzy, m.in. Kacpra Urbańskiego z Legii Warszawa i Marcela Krajewskiego z Widzewa Łódź, którzy w ostatnim meczu ze Szwedami zdobyli po jednej bramce, a także Mateusza Kowalczyka z GKS Katowice.

Jak to zwykle bywa, boisko wszystko zweryfikowało. Zgodnie z zapowiedziami kapitana drużyny - Tomasza Piętki, nasza młodzieżówka przystąpiła

do gry nastawiona mocno ofensywnie.

Jednak to goście pierwsi oddali celny strzał - zza pola karnego uderzał Francesco Camarda, ale wprost w ręce Marcela Łubika.

W 37. minucie, Polacy powinni objąć prowadzenie, ale strzał Piętki z linii bramkowej wybił Petro Comuzzo.

W drugiej części goście zaczęli jednak dominować. Efektem dobrej gry piłkarzy trenera Silvio Baldiniego było trafienie Niccolò Pisilliego.

W końcu przyszło otrzeźwienie - ostatnie 10 minut kompletnie zmieniło obraz gry. W głównych rolach wystąpili rezerwowi reprezentacji Polski. Najpierw

Jan Faberski dał pokaz techniki, ośmieszając rywali, a jego rajd przez pół boiska wykończył - strzałem sam na sam - napastnik NY Red Bulls Wiktor Bogacz.

Cztery minuty później Biało-Czerwoni już prowadzili, po dobitce strzału Faberskiego przez Macieja Kuziemkę.

Teraz, naszą młodzieżówkę czeka mecz na Półwyspie Bałkańskim - już jutro, na stadionie im. Petara Milosevskiego w Bitoli, dojdzie do konfrontacji z Macedonią Północną.

Bezpośredni awans do turnieju finałowego ME wywalczy dziewięciu zwycięzców grup oraz najlepsza spośród drużyn z drugich pozycji. Pozostałe osiem zespołów z drugich lokat będzie rywalizować w barażach o cztery miejsca.

Trzy najlepsze zespoły turnieju finałowego będą reprezentować Europę w turnieju olimpijskim w Los Angeles w 2028 roku. ©©

EL. MME 2027, GRUPA E

Pozostałe wyniki: Armenia - Czarnogóra 1:2

(1:1), Macedonia Północna - Szwecja 1:4 (1:2)

1. POLSKA	5	15	17:1
2. Włochy	5	12	13:4
3. Czarnogóra	5	9	8:7
4. Szwecja	5	6	7:13
5. Macedonia Północna	5	3	5:12
6. Armenia	5	0	3:16

Następne mecze (wtorek, 18 listopada): Armenia - Szwecja (godz. 12), Macedonia Północna - POLSKA (godz. 17), Czarnogóra - Włochy (godz. 18).

Adam Godlewski

„Krótka piłka”



JUŻ NIE URZĄDZAMY SIĘ W DUPIE!

Gdyby ktoś na koniec czerwca powiedział, że w listopadzie przeniesiemy się do zupełnie innej piłkarskiej rzeczywistości - nie uwierzyłbym. Przecież tuż po frustrującej porażce z Finlandią, aferze opaskowej i rezygnacji Roberta Lewandowskiego z gry w kadrze ciężki łomot w młodzieżowym Euro dostała nasza kadra U-21. A na domiar złego Adam Majewski, szkoleniowiec Orląt, przedłużył kontrakt tuż przed tym fatalnym w naszym wykonaniu turniejem...

Dziś po czerwcowym niesmaku nie ma już jednak śladu. Jan Urban posprzątał w ekspresowym tempie po Michał Probiezu w drużynie narodowej,

„Lewy” odzyskał chęć do walki w barwach narodowych i oglądamy w kadrze jego lepszą wersję, natomiast Jerzy Brzęczek błyskawicznie odnalazł się w pracy z młodzieżówką. Słowem, w pierwszym letnim miesiącu nie tylko byliśmy w dupie, ale wszystko wskazywało, że na długo się tam (jak pisał kłasyk) urządzimy. Tymczasem w listopadzie mamy podstawy, aby myśleć nie tylko o starcie w mundialu w roku 2026, ale także w igrzyskach olimpijskich dwa lata później. Na szczęście okazało się, że 4-5 miesięcy to w futbolu wieczność.

O tym, że Urbana nie wolno teraz zagłaskać, już pisałem. Selekcjoner ma naprawdę duży potencjał, więc trzeba wyma-

gać. Awansu na mundial i gry w piłkę zgodnej z naszym DNA, ale też ładnej, a pod względem intensywności i powtarzalności nieodstającej od czołowych zespołów świata. Już wiemy, że pod kierunkiem pana Janka stać nas na to. W błyskawicznym tempie obecny selekcjoner przeniósł przecież reprezentację na inny poziom, a najlepiej przemianę widać po meczach z Holandią. O ile w Rotterdamie remis stanowił szczyt marzeń i został wywalczony głównie dzięki fartowi, o tyle na Narodowym fortuna musiała uśmiechnąć się do Pomarańczowych, aby oni wywalczyli punkt.

Brzęczek Jerzy - idol młodzieży! wołano w czasach, kiedy obecny trener kadry U-21 był kapitanem reprezentacji olimpijskiej, która zdobyła srebro w Barcelonie. Od tamtego, niestety ostatniego dotąd, startu polskich piłkarzy na igrzyskach minęły 33 długie lata i po wspomnianych na wstępie finałach MME wydawało się, że licznik będzie - i to bezwarunkowo - bił nadal. Tymczasem dziś śmiało

można zakrzyknąć: Brzęczek Jerzy - najlepszy trener piłkarskiej młodzieży! Świetnie selekcjonuje zawodników, znakomicie dobrał taktykę do posiadanego potencjału, rewelacyjnie zarządza zmianami. Słowem, wyrósł nam Pan Trener.

Jurek niesamowicie dojrzał od poprzedniego angażu w PZPN, to zupełnie inny człowiek i inny fachowiec niż 5 lat temu. Znacznie bardziej zdystansowany i lepiej zorganizowany. Jako selekcjoner nie chciał (mnie) słuchać, że nie może prowadzić kadry z jednym asystentem z licencją UEFA A i drugim w zasadzie bez papierów, bo ledwie rozpoczął kurs UEFA A + B. Teraz nie tylko nauczył się delegować obowiązki na licznych wyedukowanych współpracowników, ale też uporał się z syndromem obłożonej twierdzy. Warszta! Charyzmę miał zawsze, a poradził sobie z deficytami, które go ograniczały. Dlatego ma wyniki i wszyscy bijemy brawo za styl gry młodzieżówki i jego pracy. Chwilo, trwaj!

15 punktów to jeszcze za mało, by wygrać grupę

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

Piłkarska reprezentacja Polski U-21, po stojącym na świetnym poziomie meczu eliminacji MME, pokonała rówieśników z Włoch 2:1, odwracając losy spotkania w ostatnich minutach.

- Spotkanie w Szczecinie to było coś więcej niż tylko mecz - ocenił występ swoich podopiecznych selekcjoner Jerzy Brzęczek, który młodzieżową reprezentację Polski objął 9 sierpnia 2025 roku.

Przypomnijmy, że w czerwcu tego roku nasza młodzieżówka wystąpiła w mistrzostwach Europy. Biało-Czerwoni przegrali wówczas wszystkie trzy spotkania i odpadli z turnieju. Po tym doszło do zmiany selekcjonera - drużynę narodową opuścił Adam Majewski, którego zastąpił właśnie Jerzy Brzęczek.

A już trzy miesiące później, nasi młodzi piłkarze zainaugurowali zmagania w eliminacjach „2027 UEFA European Under-21 Championship”.

- Jestem ogromnie zadowolony ze zwycięstwa z Włochami - stwierdził Brzęczek. - Zwłaszcza że w drugiej połowie długimi chwilami cierpieliśmy. To efekt tego, co się działo w pierwszej części. Zagraliśmy ostrym pressingiem, utrzymywaliśmy bardzo wysokie tempo gry. To musiało skutkować przestojami. Impuls do przejścia inicjatywy dali zmiennicy. Ale to nie jest przypadek. To kolejny mecz, gdy rezerwowi odgrywają znaczące role. W tym jest nasza siła. Ćwiczymy to od pierwszego zgrupowania.

Szkoleniowiec miał jednak pretensje do swoich graczy o to, że w drugiej części zbyt często tracili piłkę.

- I to był chyba przełomowy element w naszej grze. W pew-

nym momencie zaczęliśmy grać dokładnie. Rezerwowi dali impuls do ataku i odzyskaliśmy kontrolę nad meczem. W efekcie zdobyliśmy zwycięską bramkę - zauważył Michał Gurgul, podstawowy obrońca drużyny Brzęczka.

- Podczas porannego spaceru powiedziałem Jankowi Faberskiemu, że ma być gotowy do gry, bo na pewno w tym meczu wejdzie na boisko i strzeli bramkę, albo będzie miał asystę - wyjaśniał trener. - Jan to zawodnik nietuzinkowy, mający niesamowite umiejętności techniczne. Ta akcja, to był właśnie cały Jan...

Polacy - z kompletem punktów - plasują się na czele grupy E eliminacji MME. Teraz czeka ich kolejne spotkanie, tym razem z Macedonią Północną.

- Zapewniam, że po takim zwycięstwie nie będziemy mieli problemów z koncentracją na kolejnym rywalu - zapewniał Gurgul, na co dzień grający w poznańskim Lechu. - To zwycięstwo doda nam pewności siebie przed kolejnymi meczami.

- Mamy 15 punktów na koncie, ale to jeszcze za mało, by wygrać eliminacje - studiował entuzjizm selekcjonera młodych Polaków. - Po pięciu meczach żadna drużyna nie była już tą wyjątkową...

Po porażce w Szczecinie, trener Włochów - Silvio Baldini nie krył rozczarowania.

- To bolesny wynik, bo szczerze mówiąc, nie sądziłem, że przegramy. Graliśmy dobrze, mając szansę na podwyższenie prowadzenia. Musimy pogodzić się z wynikiem, a chłopaki i tak zagrali dobrze - stwierdził kontrowersyjny szkoleniowiec rywali, który namawia swoich zawodników do trenowania... z opaską na jednym oku, zakazując im jednocześnie korzystania ze „smartfonów”. ©©



FOT. PAP/MARCIN BIELECKI

Jerzy Brzęczek „zdążył” już w eliminacjach MME zagrać i wygrać pięć meczów, tracąc raptem jedną bramkę...

Zrobimy wszystko, aby bić się o medale olimpijskie na igrzyskach we Włoszech

Artur Bogacki
redakcja@polskapress.pl

Trener reprezentacji Polski w skokach narciarskich Maciej Maciusiak opowiada o nowym sezonie. 21 listopada ruszy cykl Pucharu Świata, a najważniejszą imprezą będą igrzyska olimpijskie w lutym przyszłego roku.

Ma pan za sobą kilka miesięcy pracy z kadrą skoczków. Jest pan zadowolony z tego, co udało się w tym czasie wypracować z zawodnikami? Oczywiście, że tak. Skończyliśmy przygotowania, przed nami starty, na które wszyscy czekamy. Po to chłopa trenują, żeby powalczyć w zawodach. Patrząc na dwa ostatnie zgrupowania, mogę powiedzieć, że jesteśmy dobrze przygotowani, mamy dobrą sprzęt. Na pierwsze konkursy jedziemy z dużą pewnością siebie, z chęcią walki. A jak będzie, to czas pokaże. Żadnych gwarancji nie będziemy dawać.

Patrząc na poprzednie sezony, wyniki były poniżej oczekiwań. Pana pierwszym celem po objęciu stanowiska trenera polskiej kadry było chyba wyciągnięcie z kryzysu tych najbardziej doświadczonych zawodników, żeby znów uwierzyli w swoje możliwości. Można już być dobrej myśli? Zawody to zweryfikują. Robiliśmy wszystko, żeby to się udało. Ja jestem bardzo zadowolony z tego, jak zawodnicy podchodzili do każdego treningu. Dawali z siebie maksimum, a o to chodzi w sezonie przygotowawczym. Jako cała grupa, kadra A, B czy juniorzy, jesteśmy jednym teamem, mamy obrany wspólny cel. Najważniejsze, że nie było kontuzji. A jak dobrze przepracowałeś ten okres, to w każdej chwili możesz „odpalić”.

Zapytałem o to także dlatego, że na przykład Kamil Stoch po zawodach Grand Prix wyglądał na zadowolonego ze skoków i pewnego swojej przyszłości, co poprzedniej zimy raczej rzadko mu się zdarzało. Najwyraźniej już nie musi szukać, co jest problemem.

Patrząc na Kamila, Piotra czy Dawida, widać te uśmiechy.



- Aby na igrzyskach walczyć o medale, trzeba dobrze startować też w Pucharze Świata

To są bardzo doświadczeni zawodnicy, trenują od wielu lat, oni wewnętrznie też czują, że wykonali kawał dobrej roboty. Teraz czekają na zawody, żeby się sprawdzić, miejmy nadzieję, że wszystko będzie w porządku. Trzeba mieć świadomość, że ta gorsza dyspozycja w sezonie też się pojawia, tego nie unikniemy. Takie sytuacje pokazują jednak charakter tej grupy, że w kryzysie szybko potrafimy się pozbierać, wyjść z największych opresji. Tak było w lecie. Wydawało się, że wszystko jest w porządku, a pierwsze kwalifikacje w Courchevel były katastrofalne, później też konkurs na małej skoczni w Predazzo czy treningi w Klingenthal. Niemniej z każdych zawodów wyjeżdżaliśmy może nie w pełni zadowoleni, ale usatysfakcjonowani.

Myśli pan, że już od tych pierwszych zawodów, w Lillehammer, nasi skoczkowie będą walczyć o miejsca w czołówce?

Ja bym tego bardzo chciał, stać nas na to. Patrząc na sezon letni, wydaje mi się, że na początku bardzo mocni będą Jan Hoerl czy Ryoyu Kobayashi. Ci dwaj zawodnicy są

tak jakby troszeczkę przed resztą. Niemniej na podium są trzy miejsca, a top 10 to przecież też dobry wynik.

Niezależnie od wyników w Pucharze Świata, najważniejszą imprezą będą igrzyska olimpijskie we Włoszech. Tak, każdy wie, jaki to sezon. To główny cel, ale też zdaje sobie sprawę, że aby walczyć tam o najwyższe laury, o medale, to zawodnicy muszą dobrze startować również w Pucharze Świata. Tak nabywa się tej pewności siebie i te starty także są bardzo ważne.

Poprzedni sezon olimpijski wyglądał tak, że w Pucharze Świata naszym zawodnikom nie szło, a na igrzyskach był sukces. Dawid Kubacki zdobył brąz, Kamil Stoch dwukrotnie był w czołowej szóstce. Teraz może być podobnie, że dzięki doświadczeniu jeszcze bardziej sprężą się na docelową imprezę?

Tak, ale teraz jest inna sytuacja - kwalifikacje na igrzyska olimpijskie zaczęły się, można powiedzieć, półtora roku temu. Najpierw trzeba się tam dostać. Nie mamy tego komfortu, że zabieramy szóstkę, a wystawiamy czwórkę. Cały

czas trzeba walczyć o prawo wyjazdu. Ja też będę patrzył na całość, bardzo chciałbym, żeby pojechali nasi najlepsi zawodnicy, żeby było ich czterech, więcej nie może być.

Po ostatnim zgrupowaniu podał pan skład na pierwsze zawody Pucharu Świata. W kadrze nie ma Macieja Kota. Dlaczego była trudna? Myślę, że wybór tej szóstki jest sprawiedliwy, jadą aktualnie najlepsi. Do końca o miejsce rywalizowali Paweł Wąsek i Maciej Kot. Można powiedzieć, że Paweł w ostatniej chwili zdążył z przygotowaniami. Był znacznie lepszy w tych sprawdzianach od Maćka.

Wąsek poprzedniej zimy był naszym najlepszym zawodnikiem. W lecie natomiast był w gorszej dyspozycji. To powinno martwić?

Też mnie to bardzo męczyło. Znaleźliśmy przyczynę, dlaczego tak było. Paweł potrzebował znacznie więcej czasu, aby dostosować się do nowych przepisów, szczególnie do zmian w kombinie. Przez to zawodnicy bardziej agresywni w pierwszej fazie lotu musieli minimalnie zmienić technikę. Wychodzi na to,

że zdążyliśmy i Paweł jest gotowy do rywalizacji, na pierwsze zawody jedzie z pewnością siebie.

Wąsek był liderem naszej kadry. Pokusi się pan o ocenę, kto teraz może nim zostać? Nie chciałbym tego robić. Wolałbym, żeby wszyscy przełożyli ostatnie skoki na zawody, wtedy powinno być dobrze.

Parę lat temu mieliśmy trzech liderów. Bo Kubacki, Stoch czy Żyła zmieniali się w tej roli podczas konkursów... Pewnie, że życzylibym sobie, aby było ich więcej. Jeśli skoki nie wyjdą pięciu zawodnikom, to żeby ten szósty dobrze się zaprezentował. To dałoby duży komfort. Wiemy, że rzeczywistość bywa inna, ale dlaczego nie miałyby tak być?

Zupełnie nową twarzą w pierwszej kadrze jest Kacper Tomasiak. Po udanym lecie jest gotowy do zimowej rywalizacji z najlepszymi na świecie? Puchar Świata to dużo większe wyzwanie.

To faktycznie trochę inna bajka. Kacper prezentuje teraz podobny poziom jak w lecie, choć trzeba pamiętać, że to będzie jego debiut. Wywalczył sobie to miejsce. Jest z innego pokolenia, można powiedzieć, że troszeczkę zamknięty w sobie, ale - mimo młodego wieku - na pewno twardo stąpający po ziemi. Nie musi nic nikomu udowadniać. Jedzie bez presji, nikt od niego nie oczekuje, że od razu będzie wygrywał. Wystarczy, że będzie prezentował to, co w lecie i zdobywał punkty Pucharu Świata. Dla niego już samo to będzie na pewno bardzo ważne.

To nasza nadzieja skoków, ale takich zawodników w poprzednich latach było kilku, choćby Tomasz Pilch czy Kacper Juroszek. Nikt z nowych jednak nie przebił się na stałe do Pucharu Świata. Dokładnie tak. Cały czas podkreślamy, że ta młodzież u nas jest. Przez ostatnie lata praca z juniorami została bardzo dobrze wykonana, dlatego teraz pokazał się Kacper Tomasiak. Jest też Łukasz Łukaszczyk, który wraca po kontuzji, pokazał się Szymon Sarniak. Czy to już wystarczy na Puchar

Świata? Może na tę chwilę jeszcze nie. A Kacper jest dobrym przykładem, że w młodym wieku można zrobić duży postęp i móc rywalizować z najlepszymi.

Początek Pucharu Świata jest bardzo intensywny, w dziesięć dni będzie aż siedem konkursów (sześć indywidualnych i mikst - przyp. red.). To dla was dobrze czy źle?

To taka nowość, nie mamy na to wpływu. Może lepiej, że dzieje się to na początku, gdy tych sił jest zdecydowanie więcej. Organizacyjnie i logistycznie jest to dla wszystkich wygodniejsze, dla nas, związku, FIS-u. Do Lillehammer sami ogarniamy bilety, potem do Falun będzie transport autobusami organizatora. A ze Szwecji do Ruki jest czarter zapewniony przez FIS. Taki plan podróży był już organizowany w lecie. Na koniec w poniedziałek (1 grudnia - przyp. red.) wracamy na własną rękę do Polski, na konkursy w Wiśle.

Wychodzi na to, że sezon zacznie się w stylu Raw Air...

Można tak powiedzieć. Albo jak Turniej Czterech Skoczni, bo w Falun będą dwa obiekty (mała i duża skocznia - przyp. red.).

Po zmianach w regulaminach nasza reprezentacja jest sprzętowo przygotowana na podobnym poziomie jak inne ekipy? Nie będziemy odstawać? Jakies porównanie z latem pan ma?

Lato to lato, sezon przygotowawczy. Na pewno będzie to duże wyzwanie dla kontrolerów. Zmiany, który nastąpiły, poszły w bardzo dobrym kierunku. Nie można popuścić na żadnym etapie, bo może się to rozjechać. Wszyscy mają tego świadomość. Będziemy obserwować sytuację, na pewno będziemy zachowywać się fair. Zamierzamy trzymać się przepisów, nie będziemy ich naginać.

Na koniec „najtrudniejsze” pytanie: jakie wyniki nasi skoczkowie osiągną na igrzyskach?

(Śmiech) Tego chyba nikt nie wie. Będziemy robić wszystko, żeby bić się o medale. Celem jest przywieźć z igrzysk olimpijskich choć jeden.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Przez internet: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

Tel. 85 748 96 02

e-mail: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Reklamy Białystok

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

reklama.bialystok@polskapress.pl

AUTOREKLAMA

strefa
BIZNESU.pl

Know-how
w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

REKLAMA

0011432869

OBWIESZCZENIE

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 tj.) oraz z art. 10 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2024 r., poz. 572 z późn. zm.),

Starosta Suwalski

zawiadamia

że w dniu 14.11.2025 r.

po rozpatrzeniu wniosku:

Wójta Gminy Przerosił, ul. Rynek 2, 16-427 Przerosił

została wydana decyzja nr 10/2025

zatwierdzająca projekt zagospodarowania terenu

i projekt architektoniczno-budowlany,

udzielająca Wójtowi Gminy Przerosił,

zezwolenia na realizację inwestycji drogowej:

rozbudowę drogi gminnej nr 101840B w miejscowości Kolonia Przerosił, gm. Przerosił wraz z niezbędną infrastrukturą – odcinek I w km od 0+000 do km 1+831,40 na działkach nr ew. 1153/2 (z podziału dz. 1153 na dz. 1153/3, 1153/1, 1153/2 – 0,1212 ha), 1154/1 (z podziału dz. 1154 na dz. 1154/3, 1154/2, 1154/1 – 0,0254 ha), 1154/2 (z podziału dz. 1154 na dz. 1154/3, 1154/1, 1154/2 – 0,0099 ha), 1160/1 (z podziału dz. 1160 na dz. 1160/2, 1160/1 – 0,0558 ha), 1156/1 (z podziału dz. 1156 na dz. 1156/3, 1156/2, 1156/1 – 0,6298 ha), 1156/3 (z podziału dz. 1156 na dz. 1156/2, 1156/1, 1156/3 – 0,0380 ha), 1212/1 (z podziału dz. 1212 na dz. 1212/3, 1212/2, 1212/1 – 0,0014 ha), 1212/2 (z podziału dz. 1212 na dz. 1212/3, 1212/1, 1212/2 – 0,0033 ha), 1218/1 (z podziału dz. 1218 na dz. 1218/2, 1218/1 – 0,0014 ha), 1285/1 (z podziału dz. 1285 na dz. 1285/2, 1285/1 – 0,0018 ha), 1298/1 (z podziału dz. 1298 na dz. 1298/2, 1298/1 – 0,0012 ha), 1158/1 (z podziału dz. 1158 na dz. 1158/2, 1158/1 – 0,0030 ha), 1172/1 (z podziału dz. 1172 na dz. 1172/2, 1172/1 – 0,0094 ha), 1173/1 (z podziału dz. 1173 na dz. 1173/2, 1173/1 – 0,0098 ha), 1191/1 (z podziału dz. 1191 na dz. 1191/2, 1191/1 – 0,0483 ha), 1214/1 (z podziału dz. 1214 na dz. 1214/3, 1214/2, 1214/1 – 0,0001 ha), 1214/2 (z podziału dz. 1214 na dz. 1214/3, 1214/1, 1214/2 – 0,0207 ha), 1215/1 (z podziału dz. 1215 na dz. 1215/2, 1215/1 – 0,0087 ha), 1216/1 (z podziału dz. 1216 na dz. 1216/4, 1216/3, 1216/2, 1216/1 – 0,0354 ha), 1216/2 (z podziału dz. 1216 na dz. 1216/4, 1216/3, 1216/1, 1216/2 – 0,0433 ha), 1216/3 (z podziału dz. 1216 na dz. 1216/4, 1216/2, 1216/1, 1216/3 – 0,0190 ha) 1159/6 (z podziału dz. 1159/1 na dz. 1159/7, 1159/6 – 0,0105 ha), 1159/8 (z podziału dz. 1159/2 na dz. 1159/9, 1159/8 – 0,0121 ha), 1159/10 (z podziału dz. 1159/3 na dz. 1159/12, 1159/11, 1159/10 – 0,0036 ha), 1159/11 (z podziału dz. 1159/3 na dz. 1159/12, 1159/10, 1159/11 – 0,0034 ha), 1159/13 (z podziału dz. 1159/5 na dz. 1159/14, 1159/13 – 0,0009 ha), 1192/1 (z podziału dz. 1192 na dz. 1192/2, 1192/1 – 0,0144 ha), 1213/1 (z podziału dz. 1213 na dz. 1213/2, 1213/1 – 0,0217 ha), 1217/1 (z podziału dz. 1217 na dz. 1217/2, 1217/1 – 0,0199 ha), 1219/1 (z podziału dz. 1219 na dz. 1219/2, 1219/1 – 0,0132 ha), 1193/1 (z podziału dz. 1193 na dz. 1193/2, 1193/1 – 0,0229 ha), 1194/1 (z podziału dz. 1194 na dz. 1194/2, 1194/1 – 0,0074 ha), 1210/1 (z podziału dz. 1210 na dz. 1210/2, 1210/1 – 0,0788 ha), 1211/1 (z podziału dz. 1211 na dz. 1211/2, 1211/1 – 0,0365 ha), 1223/1 (z podziału dz. 1223 na dz. 1223/2, 1223/1 – 0,1331 ha), 1267/3 (z podziału dz. 1267/2 na dz. 1267/4, 1267/3 – 0,0232 ha), 1268/3 (z podziału dz. 1268/2 na dz. 1268/4, 1268/3 – 0,0325 ha), 1269/3 (z podziału dz. 1269/2 na dz. 1269/4, 1269/3 – 0,1184 ha), 1284/1 (z podziału dz. 1284 na dz. 1284/3, 1284/2, 1284/1 – 0,0091 ha), 1284/2 (z podziału dz. 1284 na dz. 1284/3, 1284/1, 1284/2 – 0,0372 ha), 1286/1 (z podziału dz. 1286 na dz. 1286/2, 1286/1 – 0,0492 ha), 1270/3 (z podziału dz. 1270/2 na dz. 1270/4, 1270/3 – 0,0896 ha), 1287/1 (z podziału dz. 1287 na dz. 1287/2, 1287/1 – 0,0937 ha), 1272/1 (z podziału dz. 1272 na dz. 1272/2, 1272/1 – 0,0168 ha), 1288/1 (z podziału dz. 1288 na dz. 1288/2, 1288/1 – 0,0344 ha), 1273/1 (z podziału dz. 1273 na dz. 1273/2, 1273/1 – 0,0432 ha), 1274/1 (z podziału dz. 1274 na dz. 1274/2, 1274/1 – 0,0398 ha), 1289/1 (z podziału dz. 1289 na dz. 1289/2, 1289/1 – 0,0391 ha), 1290/1 (z podziału dz. 1290 na dz. 1290/2, 1290/1 – 0,0317 ha), obręb 0014 Przerosił, gmina Przerosił

oraz na działkach czasowo zajętych nr ew.: 1267/1, 1268/1, 1267/2 (po podziale 1267/4), 1284 (po podziale 1284/3), 1213 (po podziale 1213/2), 1194 (po podziale 1194/2), 1159/2 (po podziale 1159/9), 1153 (po podziale 1153/3), 1219 (po podziale 1219/2), 1223 (po podziale 1223/2), 1289 (po podziale 1289/2), 1272 (po podziale 1272/2), obręb 0014 Przerosił, gmina Przerosił.

Jednocześnie informuję, że w Starostwie Powiatowym w Suwałkach przy ul. Świerkowej 60 w pokoju nr 15 można zapoznać się z ww. decyzją. Od niniejszej decyzji służy stronom prawo wniesienia odwołania do Wojewody Podlaskiego za pośrednictwem Starosty Suwalskiego w terminie 14 dni od jej doręczenia. Zgodnie z art. 49 ustawy K.p.a. doręczenie poprzez obwieszczenie uważa się za dokonane ze skutkiem prawnym, po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Data publicznego ogłoszenia obwieszczenia: 17 listopada 2025 r.

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

MOŃKI, ul. 1000-lecia, 51m², 2-pok., llp, 513-449-331.

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

BIAŁYSTOK, Białostoczek 50m², I p, ładne, z balkonem, tanio 780-021-546

BIAŁYSTOK, Białostoczek, mieszkanie 100m², na każdą działalność 780-021-546

LOKALE UŻYTKOWE - DO WYNAJĘCIA

BIAŁYSTOK, ul. Baranowicka, budynek 150m², składowanie 881-930-022

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.

FOTO. KSIĄŻKI

ANTYKWARIAT naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

MATERIAŁY OPAŁOWE

AB brzoza, dąb, grab, sosna, olcha- sprzedam. Dowóz gratis. 725-481-587

KUPIĘ : brzoza, dąb, grab, olcha, jesion, tel. 725-481-587

REKLAMA

0011432839

Zambrów, dnia 17 listopada 2025 r.

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY ZAMBRÓW Z DNIA 17 LISTOPADA 2025

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. 2024 poz. 1130 ze zm.) **zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Zambrów Uchwały Nr 63/VIII/25 z dnia 27 marca 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Gminy Zambrów części obrębu ewidencyjnego Czerwony Bór.**

Granica obszaru objętego planem miejscowym została przedstawiona na załączniku graficznym do powyższej uchwały. Uchwała jest dostępna na BIP Gminy Zambrów pod adresem: <https://ugzambrow.nowybiep.pl/uchwaly-2024/uchwala-nr-63-ukosnik-viii-ukosnik-25-rady-gminy-zambr-w-z-dnia-27-marca-2025-r-w-sprawie-przystapienia-do-sporzadzenia-miejscowego-planu-zagospodarowania-uchwala-nr-63-ukosnik-viii-ukosnik-25-rady-gminy-zambr-w-z-dnia-27-marca-2025-r-w-sprawie-przystapienia-do-sporzadzenia-miejscowego-planu-zagospodarow>

Interesariusze mogą składać wnioski do miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Gminy Zambrów części obrębu ewidencyjnego Czerwony Bór **w terminie do 12 grudnia 2025 r.**

Wnioski należy składać:

- na piśmie utrwalonym w postaci papierowej w siedzibie Urzędu Gminy Zambrów, ul. Fabryczna 8B, 18-300 Zambrów, lub na adres Urzędu, na formularzu w postaci papierowej,
- na piśmie utrwalonym w postaci elektronicznej, za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej na adres ugz@ugzambrow.pl lub za pomocą platformy ePUAP na adres skrytki: /3785jqp4/SkrytkaESP, na formularzu w formie dokumentu elektronicznego.

Formularz pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, na którym należy składać wnioski, dostępny jest na stronie Biuletynu Informacji Publicznej: <https://ugzambrow.nowybiep.pl/pismo-dotyczace-aktu-planowania-przestrzennego> lub w siedzibie Urzędu Gminy.

Wniosek powinien zawierać imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile składający wniosek taki posiada, a także wskazanie, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskami oraz przedmiot wniosku. Można podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Równocześnie na podstawie art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. 2024 poz. 1112 ze zm.) zawiadamiam o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Gminy Zambrów części obrębu ewidencyjnego Czerwony Bór.

Interesariusze mogą składać wnioski do prognozy oddziaływania na środowisko w terminie do 12 grudnia 2025 r. Wnioski należy składać w formie papierowej lub ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Gminy Zambrów, ul. Fabryczna 8B, 18-300 Zambrów, lub w formie elektronicznej za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres poczty elektronicznej: ugz@ugzambrow.pl lub za pomocą platformy ePUAP na adres skrytki: /3785jqp4/SkrytkaESP.

Wniosek powinien zawierać imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile składający wniosek taki posiada, a także wskazanie, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem oraz przedmiot wniosku. Można podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Zambrów. Wnioski złożone po upływie terminu podanego powyżej, pozostawia się bez rozpatrzenia.

Informacja dotycząca ochrony danych osobowych wnioskodawców dostępna jest w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Zambrów pod adresem: <https://ugzambrow.nowybiep.pl/ochrona-danych-osobowych>, na stronie internetowej Urzędu Gminy Zambrów: <http://ugzambrow.pl> oraz na tablicy ogłoszeń znajdującej się w Urzędzie Gminy Zambrów przy pokoju nr 19.

WÓJT GMINY ZAMBRÓW
Jarosław Kos

Praca

ZATRUDNIĘ

Zatrudnimy pracowników Belgia
przefabrykaty betonowe od
15 do 18 euro netto od zaraz,
668-878-340

Usługi

INSTALACYJNE

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

KOMPUTEROWE

AWARIE -naprawy komputerów,
laptopów. Dojazd gratis! 798-922-652

MONTAŻOWE

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

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic -
tradycyjne turnusy Świąteczne,
tel.: 501-642-492.

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI,881-934-948

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

AUTOREKLAMA

0011432066

Nie umiera ten, kto żyje w pamięci.

Drogiej Koleżance

Małgorzacie Pepińskiej

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci



Taty

składają

*koleżanki i koledzy z Zakładu Medycyny Społecznej
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi*



0011431862

Wyrazy szczerego współczucia

Pani

Beacie Puczel

z powodu śmierci

Mamy



składają

*Prezes, Dyrektor, sędziowie i pracownicy
Sądu Okręgowego w Białymstoku*

Jeśli chodzi o podróż poślubną, to trochę nie mamy na nią czasu

Kasia Cichopek w Plejadzie Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

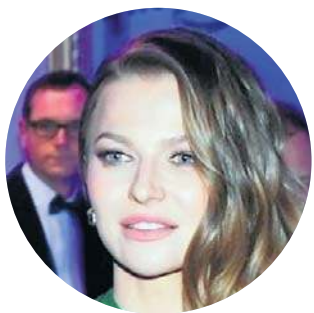
Monika Mrozowska pochwaliła się książkami
Obecnie aktorka układa sobie życie u boku nowego partnera. Goszcząc w podcaście „Brzask” wyznała, że nowy wybranek nie zbierał informacji na jej temat. – Tym bardziej był później miło zaskoczony, jak się okazało, że nie tylko coś umiem, ale że jest jeszcze parę książek, którymi mogę się pochwalić – powiedziała.



Room service. Hotele od kuchni
Canal+ Kuchnia HD, 20:15
Marta Czerkies, Andrzej Andrzejczak i Jurek Sobieniak odwiedzają polskie hotele, by zobaczyć, co naprawdę kryje się za hotelowymi gwiazdkami. Ocenie poddanych zostaną poddane m.in. luksusowe hotele w stolicy oraz klimatyczne obiekty na Mazurach i w Borach Tucholskich.

Syn Krzysztofa Skiby odniósł sukces
Lider zespołu Big Cyc wrzucił na Instagram zdjęcie swojego syna Tymoteusza i pochwalił się jego sukcesem. Tymoteusz Skiba zdobył Grand Prix Literackiej nagrody Złota Magdalenka w konkursie organizowanym przez Fundację Gutenberga w Katowicach za zbiór opowiadań „Chwasty”, pokonując 290 innych autorów.

Anna Lewandowska ma nową przyjaciółkę
Celebrytka wybrała się z małżonkiem do Nowego Jorku, gdzie „Lewego” poproszono o zapalenie świateł na szczycie Empire State Building. Gdy potem Robert pojechał na zgrupowanie kadry, Lewandowska została na Manhattanie. Towarzyszyła jej Julia Tychoniewicz, córka Miss Polonia 1995, Ewy Tyleckiej, która stawia coraz śmielsze kroki jako modelka i influencerka. Obie panny zaliczyły modne butiki i restauracje, a zwieńczeniem dnia była wizyta na Broadwayu. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy
TVN, 21:35
Oparty na wydarzeniach, które wstrząsnęły Polską, film o człowieku, którego życie w majestacie prawa zamieniono w piekło. W głównej roli Piotr Trojan, w roli walczącej o sprawiedliwość matki – Agata Kulesza.

Plan bez skazy
TV 4, 22:40
Sfrustrowana brakiem awansu pracownica banku (Demi Moore) i sprzątaczk (Michael Caine), który ma do wyrównania rachunki z kiewrownictwem, postanawia obrabować skarbiec firmy...

KRZYŻÓWKA NR 176

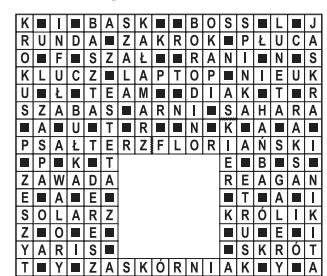
Poziomo:
3) królowa z polskiego serialu,
10) ryba z rodziny śledziowatych,
11) pniąca się kostka,
12) potrawa z nóżek wieprzowych,
14) opera Vincenza Belliniego,
15) nowy, gorliwy wyznawca,
16) urządzenie do transportu lądowego,
19) obosieczny nóż myśliwski,
23) lampa służąca do oświetlania dróg,
27) krążek myśliwskiej lub zwyczajnej,
28) obraz olejny Leonarda da Vinci,
29) wspina się na Kościelec i Lodowy Szczyt,
30) sejmowy akt prawny,
33) ptak z rodziny gołębiowatych,
37) laska pomocna przy wspinaczce,
38) Maria, grecka śpiewaczka operowa,
39) ciężarówka produkowana w Austrii,
40) górzysta wyspa grecka,
41) drobna resztkę chleba.

Pionowo:
1) stołówka leśnej zwierzyny,
2) film o makabrycznych wydarzeniach,
3) rzeczy osobiste spakowane do walizek,
4) przypiecek w dawnych wiejskich domach,
5) ementaler lub parmezan,
6) afrykański kraj z Kigali,
7) starogreckie naczynie na wino,
8) ... Monk, detektyw z serialu,
9) przystoi dostojnikom, majestat,
13) imię Demarczyk, Czarnego Anioła Polskiej Piosenki,
17) otreby dla trzody,
18) ogólnokrajowy zjazd młodzieży,
20) przysmak dla kaszanki,
21) letni domek mieszczaucha,
22) broń kawalerzysty,



24) przyjaciel Romka i A'Tomka,
25) ciastko z bitą śmietaną,
26) model Seata jak wyspa,
30) towarzyskie podanie ręki,
31) poskramiacz dzikich zwierząt,
32) z kabłąkiem przy studni,
34) łączna lub mięksizowa,
35) ... Łoziński, autor „Zakłętego dworu”,
36) sękaty kij żebraka.

ROZWIĄZANIE NR 175



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj dzisiaj odważnie. Horoskop dzienny bardzo wyraźnie zapowiada, że Twoje inicjatywy będą przez ludzi dobrze przyjmowane.
Ryby (19.02 - 20.03)
Nie forsuj na siłę swoich pomysłów i propozycji. Horoskop na dziś zapowiada, że znacznie więcej uda Ci się osiągnąć łagodną perswazją.
Baran (21.03 - 19.04)
Twoja ciekawość świata będzie dzisiaj bardzo duża. Horoskop dzienny wróży, że postanowisz sięgnąć poza horyzonty swojej wyobraźni...

Byk (20.04 - 20.05)
Serdeczny gest z Twojej strony poprawi relacje z otoczeniem. Horoskop dzienny wróży, że czeka Cię bardzo udany dzień. Zrobi się miło...
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Pewność siebie będzie Twoim znakiem rozpoznawczym. Horoskop na dziś mówi, że pomysłowość otworzy drzwi do wielu możliwości.
Rak (22.06 - 22.07)
Cechować Cię będzie wyjątkowa precyzja. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że ta skrupulatność nie wszystkim się spodoba.

Lew (23.07 - 22.08)
Zachowaj równowagę pomiędzy obowiązkami a odpoczynkiem. Horoskop dzienny to wskazówka, by nie forsować swojego organizmu.
Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja prowadzi Cię w dobrym kierunku. Horoskop na dziś wróży, że odwaga doda siły i skieruje uwagę na właściwe tory.
Waga (23.09 - 22.10)
Cechować Cię będzie dzisiaj wyjątkowy optymizm. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że popatrzyś na świat przez różowe okulary.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Wytrwałość i konsekwencja pozwolą Ci pokonać wszelkie trudności. Horoskop dzienny mówi, że dostarczy Ci to wiele satysfakcji.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność będzie Twoją mocną stroną. Horoskop na dziś zapowiada, że prezentowane wizje staną się inspiracją dla innych ludzi.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Chętnie wejdiesz we współpracę z innymi osobami. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że wspólny wysiłek przyniesie dobre efekty.