DZIŚ PO STRONIE SENIORA

POGRZEB TO FINANSOWE WYZWANIE

KTO MOŻE STARAĆ SIĘ O ZASIŁEK POGRZEBOWY Z ZUS?

Nr ISSN 0866-9511
Nr indeksu 350354

www.poranny.pl

Nr 211 (10859) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Czwartek, 29.10.2026

36 lat

Kurier Poranny

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Powiat sokólski

Współpraca z Chinami ma zapewnić rozwój gospodarczy regionu

Powiat sokólski chce włączyć Kuźnicę i Sokółkę do głównych szlaków transportowych między Chinami a Europą
– Str. 3

Inicjatywa

Mieszkańcy noclegowni sprzątali groby w Karakulach

Podopieczni noclegowni prowadzonej przez Caritas Archidiecezji Białostockiej porządkowali wczoraj mogiły m.in. swoich zmarłych kolegów
– Str. 4

Niemal 24 tys. km w trzy tygodnie. Tak imponująco zakończyła się akcja „W związku ze sportem" zainicjowana przez Podlaską Radę Kobiet **– Str. 3**

Piotr Tomaszuk, reżyser, dramatopisarz i dyrektor Teatru Wierszalin otrzymał w środę tytuł doktora honoris causa Uniwersytetu w Białymstoku **– Str. 2**



FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Białystok

Bez paniki i z dala od okien. Urzędnicy ćwiczyli na wypadek ataku z powietrza

Magdalena Kleban

W środę we wszystkich budynkach Urzędu Miejskiego w Białymstoku przeprowadzono próbny alarm o zagrożeniu z powietrza. Był to jeden z najważniejszych elementów dwudniowych ćwiczeń z zakresu ochrony ludności, obrony cywilnej i zarządzania kryzysowego pod kryptonimem „BIAŁYSTOK-26". Akcja przebiegła sprawnie, a pracownicy i interesanci właściwie reagowali na komunikaty i polecenia służb. Działania objęły ponad tysiąc osób.



FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Osoby przebywające w obiektach białostockiego magistratu (nz. w budynku przy ul. Słonimskiej) zostały skierowane do wyznaczonych stref bezpiecznych, zgodnie z obowiązującymi procedurami

Środowy alarm rozpoczął się o godz. 11.00. Pracownicy m.in. Urzędu Miejskiego przy ul. Słonimskiej w Białymstoku otrzymali SMS-y z Miejskiego Centrum Zarządzania Kryzysowego informujące o zagrożeniu atakiem z powietrza i konieczności ewakuacji.

– Wcześniej mieliśmy szkolenia, dostaliśmy informacje dotyczące tego jak się dokładnie zachować, gdzie pracownicy którego piętra mają się udać - mówiła Agnieszka Gryko z Departamentu Organizacji i Nadzoru Urzędu Miejskiego w Białymstoku, która razem z innymi pracownikami udała się do wyznaczonego miejsca w piwnicy urzędu. - Po sygnale dźwiękowym albo otrzymaniu SMS-a, każdy miał za zadanie wyłączyć komputer, pozamykać pokoje, zabrać swoje telefony i rzeczy osobiste. Miejsce zostało wyznaczone pod ścianami działowymi, z daleka od okien.

Obowiązywała zasada dwóch ścian. Polega ona na tym, by w przypadku zagrożenia atakiem z powietrza ukryć się w pomieszczeniu, które od otwartej przestrzeni na zewnątrz oddzielają co najmniej dwie pełne ściany. Zarówno pracownicy, jak i mieszkańcy wykazali się odpowiedzialnością i stosowali się do przekazywanych instrukcji. Na czas ewakuacji obsługa interesantów została wstrzymana.

– Wcześniej, o godz. 9 mieliśmy spotkanie ze służbami, analizowaliśmy sytuację hipotetyczną, która mogła się wydarzyć na terenie miasta. Przedstawiono wiele zagrożeń, które mogły potencjalnie wystąpić, które wystąpiły i służby odnosiły się do tego, w jaki sposób będą na nie reagowały - wyjaśniał prezydent Tadeusz Truskolaski. - Same ćwiczenie pozwala sprawdzić skuteczność przyjętych procedur, rozpoznać ewentualne przerwy wymagające usprawnienia, lepiej przygotować miasto do sytuacji, które mogą stanowić zagrożenie dla mieszkańców, tak aby w przypadku rzeczywistego zagrożenia reakcja była sprawna, skoordynowana i skuteczna.

Zdaniem Andrzeja Sitko, dyrektora Biura Zarządzania Kryzysowego Urzędu Miejskiego w Białymstoku pracownicy w czasie ćwiczeń zachowali się wzorowo.

– Nie było paniki, był spokój, opanowanie. Wszystko to, co żeśmy przećwiczyli tydzień temu w piątek z kierownictwem departamentów - zadziałało - podkreślał Andrzej Sitko. - Pracownicy byli opanowani, nie korzystano ze środków łączności, było skupienie. Widać, że naprawdę wszyscy pracownicy podeszli do tego profesjonalnie. Wszyscy wyrobili się w zakładane dwie minuty.

Próbny alarm był jednym z najważniejszych elementów dwudniowych ćwiczeń z zakresu ochrony ludności, obrony cywilnej i zarządzania kryzysowego pod kryptonimem „BIAŁYSTOK-26". Ćwiczenia zaplanowano na dwa dni - 28 i 29 października. Biorą w nich udział przedstawiciele Państwowej Straży Pożarnej, Policji, Straży Miejskiej, Podlaskiej Brygady Obrony Terytorialnej, miejskich spółek, operatorów infrastruktury komunalnej oraz Urzędu Miejskiego.

Pierwszym punktem środowych działań było posiedzenie wybranych członków Miejskiego Zespołu Zarządzania Kryzysowego. Uczestnicy przeanalizowali sytuację na terenie miasta, dostępne siły i środki oraz możliwości reagowania na potencjalne zagrożenia.

W czwartek, 29 października, podczas posiedzenia Miejskiego Zespołu Zarządzania Kryzysowego, zostaną omówione podjęte działania, reakcje na symulowane zdarzenia oraz możliwe scenariusze dalszego rozwoju sytuacji. Ćwiczenia mają charakter wyłącznie szkoleniowy. Ich wyniki posłużą do dalszego doskonalenia miejskiego systemu reagowania kryzysowego.

– Bezpieczeństwo Białostoczan jest jednym z naszych priorytetów. Musimy być przygotowani na różne sytuacje kryzysowe. Dzisiejszy alarm pokazał, że potrafimy działać sprawnie i w sposób skoordynowany. To także cenna okazja do sprawdzenia procedur i wyciągnięcia wniosków, które pomogą nam jeszcze lepiej reagować na potencjalne zagrożenia – powiedział prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski.

eprasa.pl 5359cc8ce9

POLECAMY

JUTRO:Dzień, kiedy wspominamy swoich bliskich PONIEDZIAŁEK: Sportowy24

29.10.2026 Czwartek

KURIER PORANNY
GAZETA WSPÓŁCZESNA
POLSKA PRESS GRUPA

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

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

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

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

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

Z KALENDARZA

29 października 2026

Dziś 302. dzień roku.
Do końca roku pozostało 63 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 6.20, zachód o godzinie 16.01. Dzień będzie trwać 9 godzin i 41 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 roku dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 7 godzin i 15 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 2 godziny i 7 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Euzebia, Narcyz

KALENDARIUM

1863
Założono Międzynarodowy Czerwony Krzyż - międzynarodowy ruch humanitarny.

1925
Na Cmentarzu Obrońców Lwowa dokonano wyboru bezimiennych zwłok, które zostały następnie pochowane w Grobie Nieznanego Żołnierza w Warszawie.

1941
Marszałek Polski Edward Śmigły-Rydz przybył do Warszawy, gdzie zamieszkał jako Adam Zawisza w domu generałowej Jadwigi Maksymowicz-Raczyńskiej przy ul. Sandomierskiej 18.

1945
W USA pojawiły się w sprzedaży pierwsze długopisy (wynalezione w 1938 r.).

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Kurier Poranny” „Gazetę Współczesną”

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

POGODA

Białystok	Łomża	Suwałki
12°C/7°C	13°C/6°C	11°C/6°C

BIAŁYSTOK

Piotr Tomaszuk z tytułem doctora honoris causa UwB



FOT.WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Uroczyste nadanie tytułu odbyło się wczoraj na kampusie UwB

Urszula Śleszyńska, PAP

Piotr Tomaszuk - reżyser, dramatopisarz, współtwórca i dyrektor Teatru Wierszalin - otrzymał w środę tytuł doktora honoris causa Uniwersytetu w Białymstoku. To dwudziesty piąty tytuł doktora honoris causa nadany przez tę uczelnię.

O nadanie tytułu Tomaszukowi wystąpił do Senatu UwB wydział filologiczny tej uczelni. Senat w uzasadnieniu uchwały napisał, że przyznano go artyście „w uznaniu jego wkładu w rozwój światowego i polskiego teatru, za twórcze teatralne interpretacje nowożytnej literatury powszechnej i polskiej, w tym dzieł Adama Mickiewicza, osadzone w realiach kulturowych i historycznych Europy, dawnej Rzeczpospolitej i współczesnego Podlasia”.

- W osobie twórcy Teatru Wierszalin honorujemy dziś mistrza teatralnej wyobraźni, reżysera o rzadko spotykanej odwadze i artystę, który z podlaskiego pejzażu oraz tutejszego dziedzictwa utkał uniwersalny przekaz czytelny na całym świecie - powiedział podczas uroczystości rektor UwB dr hab. Mariusz Popławski.

– Wydział Filologiczny honoruje artystę oczywiście z Białegostoku, ale artystę, który to, co regionalne podniósł do wysokości tego, co uniwersalne - zaznaczał podczas spotkania z dziennikarzami prof. Jarosław Ławski, dziekan Wydziału Filologicznego UwB. - Bardzo często regionalizm przeobraża się w prowincjonalizm. Pan Piotr Tomaszuk i jego teatr jest szczęśliwym przykładem takiej sytuacji, kiedy to, co podlaskie stało się uniwersalne, stało się ogólnoludzkie, humanistyczne. Jego teatr rozumieją ludzie na Litwie, ale pojmują go też Japończycy, Amerykanie, Europejczycy. Innymi słowy wielki artysta. Chciałbym podkreślić, że honorujemy także dramatopisarza, nie tylko reżysera.

– To jest ogromny zaszczyt, za który jestem wdzięczny osobiście panu profesorowi Ławskiemu, którego staranie i staranność w tym przewodzie miały zasadnicze znaczenie - podkreślił Piotr Tomaszuk. - Jestem osobą, na której ręce spływa ten zaszczyt, ale reprezentuję sobą wielu ludzi, którzy tworzyli i tworzą nadal Teatr Wierszalin. Myślę, że dlatego to wyróżnienie, ten doktorat jest tak ważny dla nas. Z jednej strony podnosi do rangi refleksji uniwersyteckiej to wszystko co do tej pory robiliśmy w Teatrze Wierszalin, co robimy w tej chwili i co chcemy robić. Po drugie, ten doktorat tworzy też rodzaj przykładu dla młodych ludzi - bardzo wyraźnego - że można czerpać ze swojej małej ojczyzny, można się w Białymstoku urodzić i w Białymstoku tworzyć po to, żeby wnosić prawdziwy i istotny wkład w kulturę polską i w to wszystko, co nazywamy humanistyką. W tym czasie zdziczenia dziękujemy i świętujemy naukę i kulturę.

PODLASKIE

Program

Bardzo Młoda Kultura wsparła lokalne inicjatywy

Warsztaty, szkolenia, lokalne inicjatywy i setki pomysłów na kulturę tworzoną wspólnie z młodymi ludźmi. W środę w Podlaskim Instytucie Kultury w Białymstoku podsumowano pierwszy rok edycji programu Bardzo Młoda Kultura 2026–2028.
– To bardzo dobry projekt, który daje możliwość odkrywania talentów drzemiących w różnych miejscach naszego województwa, ale też inicjowania współpracy i integracji w obszarze kultury. Mam nadzieję, że przyniesie on dodatkową energię w waszych gminach i będzie impulsem do kolejnych działań – mówił Jacek Piorunek, członek zarządu województwa podlaskiego. Jak zaznaczył, szczególnie ważne jest, aby z możliwości, jakie oferują programy kulturalne, mogły korzystać również mniejsze miejscowości. A Bardzo Młoda Kultura jest programem, który tę możliwość daje. Jego regionalnym operatorem jest Podlaski Instytut Kultury w Białymstoku. W edycji 2026–2028 instytucja otrzymała z Narodowego Centrum Kultury 570 tys. zł na realizację działań. Program wspiera również finansowo Samorząd Województwa Podlaskiego.
Jednym z najważniejszych elementów BMK jest konkurs na projekty lokalne, w którym ośrodki kultury zgłaszają swoje inicjatywy. W tym roku zrealizowano sześć przedsięwzięć, na które przeznaczono łącznie 78 tys. zł. W Brańsku powstała „Strefa Binduga”, w Piątnicy młodzież zaangażowała się w projekt „OFF Hejt”, a w Raczkach realizowano inicjatywę „P.R.E.S.J.A. Młodzi o emocjach, relacjach i sile proszenia o pomoc”.
W Krypnie odbył się projekt „Wylogowani”, w Wąsoszu – „Wkręceni w #KulturaWąsosz”, natomiast w Siemiatyczach młodzi uczestnicy połączyli tradycję z kreatywnymi działaniami w ramach przedsięwzięcia „Re-Design Live – młodzież, tradycja i twórcza zmiana”.
Odbyło się też 10 warsztatów i szkoleń, których uczestnicy uczyli się, jak lepiej współpracować z młodymi ludźmi przy organizacji działań kulturalnych. **opr. (R)**

eprasa.pl 5359cc8ce9

POWIAT SOKÓLSKI

Współpraca z chińską potęgą ma zapewnić rozwój gospodarczy regionu

Martyna Jurkowska

Powiat sokólski chce włączyć Kuźnicę i Sokółkę do głównych szlaków transportowych między Chinami a Europą. Samorządowcy przekonują, że rozwój przeładunków kontenerowych mógłby przynieść regionowi nowe miejsca pracy i stać się impulsem dla lokalnej gospodarki. W tym celu samorząd nawiązał współpracę z chińskimi partnerami z branży logistycznej i transportowej.



FOT. MAARTYNA JURKOWSKA

O perspektywach dalszej współpracy z Chinami, ze szczególnym uwzględnieniem możliwości gospodarczych i logistycznych regionu mówił podczas wczorajszej konferencji starosta sokólski Piotr Rećko

– Wiemy, że bez inwestycji nie ma rozwoju. Bez tworzenia nowych miejsc pracy i warunków do prowadzenia działalności gospodarczej trudno będzie zatrzymać młodych ludzi, którzy coraz częściej wybierają większe ośrodki miejskie. Nam zależy na tym, aby kapitał ludzki pozostał tutaj, w powiecie sokólskim. Chcemy, aby Sokółka stała się motorem rozwoju nie tylko powiatu sokólskiego, ale także całego województwa podlaskiego. Rozbudowa terminali przeładunkowych, hal magazynowych i zaplecza logistycznego mogłaby znacząco zwiększyć atrakcyjność inwestycyjną regionu – mówił Łukasz Owsiejko, wicestarosta sokólski.

To właśnie rozwój jest głównym motywem, który skłania samorząd powiatu sokólskiego do rozwiązań, które zamierza wprowadzić z udziałem chińskich partnerów. Podczas wizyty w Państwie Środka władze powiatu sokólskiego podpisały porozumienie o współpracy z miastem Sanming oraz nawiązały kontakty z Chińskim Stowarzyszeniem Przewoźników i Szanghajskim Stowarzyszeniem Przewoźników. Jak zapewniają sokólscy samorządowcy, partnerzy ci wyrażają zainteresowanie współpracą z powiatem sokólskim oraz możliwością kierowania części transportu kontenerowego przez Kuźnicę i Sokółkę. Docelowo miałby tu powstać terminal przeładunkowy na wzór terminala, który funkcjonuje w Małaszewiczach na Lubelszczyźnie.

– To ważny cel, ponieważ oznaczałby nowe miejsca pracy i impuls rozwojowy dla całego regionu – mówi starosta sokólski Piotr Rećko. – W samych Małaszewiczach przy obsłudze ruchu towarowego zatrudnionych jest około 5 tysięcy osób: w agencjach celnych, urzędach celnych, firmach logistycznych i transportowych. Chcielibyśmy, aby podobne korzyści gospodarcze pojawiły się również w powiecie sokólskim. Zależy nam także na zainteresowaniu tą ideą wszystkich środowisk politycznych w województwie podlaskim. Rozbudowa terminala w Małaszewiczach została wsparta znaczącymi środkami publicznymi. Chcielibyśmy, aby podobne rozwiązania zostały zastosowane również wobec Sokółki i Kuźnicy, tak aby region mógł w pełni wykorzystać swoje położenie i potencjał logistyczny.

Samorządowcy mają świadomość, że sami nie są w stanie przeprowadzić tak dużej inwestycji. Potrzebne są choćby zmiany w planach ogólnych oraz dokumentach zagospodarowania przestrzennego gmin Sokółka i Kuźnica.

– Cieszymy się ze wstępnych deklaracji współpracy ze strony gminy Sokółka. Na podobną otwartość liczymy również ze strony gminy Kuźnica. W najbliższym czasie przedstawimy szczegółową koncepcję oraz powołamy zespół roboczy, do którego zaprosimy przedstawicieli zainteresowanych samorządów. Zależy nam na partnerskiej współpracy wszystkich gmin, zwłaszcza Kuźnicy, której położenie ma kluczowe znaczenie dla powodzenia całego projektu – podkreślał Łukasz Owsiejko.

Jak zapewniał, kluczowym elementem jest rozbudowa infrastruktury kolejowej pomiędzy Sokółką a Kuźnicą. Dlatego powiat proponuje utworzenie szerokiego korytarza transportowego i logistycznego, który pozwoliłby na rozwój nowoczesnej strefy gospodarczej.

– Jesteśmy w stałym kontakcie z przedstawicielami chińskich organizacji przewoźników, eksporterów i operatorów logistycznych. Są oni zainteresowani poznaniem lokalnych warunków oraz możliwości rozwoju współpracy – zapewnił Piotr Rećko.

INICJATYWA

Spacery, jazda na rowerze czy rolkach, bieganie. Niemal 24 tys. km w trzy tygodnie!

opr. red

Ponad 740 uczestniczek, tysiące sportowych aktywności i wspólnie pokonane 23 709 km. Tak zakończyła się akcja „W związku ze sportem", zainicjowana przez Podlaską Radę Kobiet. Wczoraj w Białymstoku marszałek Łukasz Prokorym wręczył nagrody najlepszym uczestniczkom, doceniając ich zaangażowanie, wytrwałość i sportowego ducha.



FOT. DARIUSZ ANDREJCZUK/UMWP

Wczoraj marszałek wręczył nagrody najlepszym uczestniczkom

W ramach wyzwania uczestniczki przez trzy tygodnie rejestrowały w aplikacji swoje aktywności – spacery, jazdę na rowerze, bieganie i jazdę na rolkach. Zainteresowanie inicjatywą przerosło oczekiwania organizatorów. Do rywalizacji zgłosiło się ponad 740 pań, a z aplikacji aktywnie korzystało 668 uczestniczek. Wspólnie zrealizowały one 7461 aktywności sportowych i pokonały łącznie 23 709 kilometrów. Największą popularnością cieszyły się spacery. Uczestniczki odbyły ich 5220, pokonując łącznie 11 569 km. Na drugim miejscu znalazła się jazda na rowerze – 1187 przejazdów i 7573 km. Nie zabrakło również miłośniczek biegania, które zrealizowały 998 treningów na dystansie 4360 km. Uczestniczki wybrały się także na rolki, pokonując 170 km podczas 56 aktywności.

Zwyciężczyni, Martyna Mazewska z Białegostoku, podkreśliła, że największym wsparciem były dla niej dzieci, które motywowały ją do codziennego pokonywania kolejnych kilometrów.

Laureatka drugiej lokaty Ewa Zaniewska z Łap dzięki projektowi poznała nowe miejsca w województwie podlaskim, m.in. Mielnik i Trześciankę. Z kolei Katarzyna Grochowska z Trypuć, która zajęła trzecie miejsce, nie spodziewała się tak wysokiego wyniku. –Sama jestem pod wrażeniem, że pokonałam ponad 200 kilometrów. Zawsze mówiłam, że nigdy nie będę biegać, a podczas akcji okazało się, że i do tego można się przekonać! – mówiła.

Inicjatywa objęła niemal całe województwo podlaskie. Wzięły w niej udział kobiety ze 118 miejscowości, reprezentujące 55 gmin i wszystkie 17 powiatów regionu. Wśród nich znalazły się mieszkanki 26 miast i 87 wsi.

BIAŁYSTOK

Wicedyrektor Śniadecji z zarzutami. PiS żąda odwołania

Agnieszka Domanowska

Działacze PiS domagają się odwołania lub zawieszenia zastępcy dyrektora ds. inwestycji i rozwoju szpitala wojewódzkiego w Białymstoku. Ma to związek z zarzutami, jakie postawiła prokuratura Milenie F.

Prokuratura w Łomży przedstawiła Milenie F. zarzut wyrządzenia szkody majątkowej w znacznych rozmiarach szpitalowi w Grajewie. Sprawa dotyczy okresu, gdy pełniła funkcję kierowniczą w grajewskiej placówce. Śledztwo dotyczy szkody w wysokości 807 932,80 zł, wyrządzonej 29 i 30 grudnia 2020 r. w związku z zamówieniem artykułów medycznych jednorazowego użytku oraz koncentratorów tlenu z reduktorami poza procedurą zamówień publicznych. Podejrzana nie przyznała się do zarzucanego czynu i złożyła wyjaśnienia.

Poseł PiS Sebastian Łukaszewicz wczoraj podczas konferencji prasowej zapowiedział interpelacje do marszałka województwa, który nadzoruje szpital wojewódzki jako organ prowadzący oraz do wojewody. Pytał m.in. o nagrody przyznane wicedyrektor, kryteria jej wyboru oraz o to, czy władze województwa wiedziały o śledztwie. Zwracał uwagę, że w Białymstoku Milena F. odpowiada za zakupy, inwestycje i rozwój. – Dlaczego powierzono jej obowiązki, za które właśnie prokuratura stawia zarzuty? – pytał poseł. Domagał się też, by wojewoda odwołał Milenę F. z Rady Społecznej szpitala w Grajewie, do której ją wskazał. Radny sejmiku Artur Kosicki (PiS) zapowiedział wniosek w tej sprawie na najbliższej sesji oraz pytania do marszałka na posiedzeniu komisji rewizyjnej.

– Decyzja o zmianie na tym stanowisku już zapadła. Szczegóły przedstawimy w najbliższych dniach – mówi Inga Januszko-Manaches, rzeczniczka prasowa wojewody.

Wicemarszałek Wiesława Burnos w sprawie wniosku o odwołanie Mileny F. z funkcji wicedyrektora Śniadecji odpowiada, że na tym etapie postępowania są wyłącznie zarzuty. – Tylko prawomocny wyrok mógłby być jakąkolwiek podstawą – powiedziała. – Nie ma sensu, by koledzy z PiS-u bili pianę.

Podobnie uważa dyrektor Śniadecji Bogdan Kalicki. – Toczy się postępowanie, które dotyczy działalności w zupełnie innej placówce. Istnieje coś takiego jak domniemanie niewinności. Dopóki nie zapadnie prawomocny wyrok, nie ma podstaw do żadnych działań personalnych – zaznaczył.

eprasa.pl 5359cc8ce9

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

BIAŁYSTOK, panu 1-pokojowe do wynajęcia, tel. 503-120-005.

POKÓJ z balkonem, B-stok, 505-925-517

Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

REMONTY i wykończenia, szpachlowanie, malowanie. 500348745

INSTALACYJNE

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

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

Różne

ANTYKWARIAT naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

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

Komunikaty

0011605411

OGŁOSZENIE BURMISTRZA LIPSKA

Burmistrz Lipska informuje, że zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2026 r. poz. 399) na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Lipsku oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Lipsk został podany do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Lipsk, położonych w obrębie ewidencyjnym Kurianka, oznaczonych numerami geodezyjnymi 37/6 i 37/4, przeznaczonych do dalszego użyczenia do dnia 31 grudnia 2033 r.
Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Lipsku, ul. Żłobikowskiego 4/2, 16-315 Lipsk.

REKLAMA 0011605533

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

Burmistrz Tykocina
ogłasza pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości położonej w Hermanach, gmina Tykocin, powiat białostocki, woj. podlaskie.

Działka ozn. w ewidencji geodezyjnej nr 207/2, obrębu Hermany, o powierzchni 0,3800 ha.
Cena wywoławcza wynosi 60 000,00 zł netto, wadium wynosi 10.000,00 zł.
Działka oznaczona użytkami: Br-RVI.
Nieruchomość położona jest na terenie, na którym nie obowiązuje miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego. Działka nie jest także objęta żadną decyzją o warunkach zabudowy. W planie ogólnym Gminy Tykocin działka oznaczona jako strefa produkcji rolniczej.
Przetarg na sprzedaż odbędzie się w dniu 11 grudnia 2026 r. o godz. 10.00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Tykocinie, sala konferencyjna, wadium należy wpłacić do 7 grudnia 2026 r.
Pełną informację dotyczącą nieruchomości oraz przetargu zawiera ogłoszenie wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Tykocinie, ul. 11 Listopada 8, 16-080 Tykocin, stronie internetowej http://umtykocin.pl/ i BIP.
Szczegółową informację można uzyskać w Referacie Nieruchomości i Zagospodarowania Przestrzennego w Tykocinie, tel. 85 686 93 11.

REKLAMA 0011604313

OBWIESZCZENIE STAROSTY KOLNEŃSKIEGO

Zgodnie z art. 11a ust. 1, art. 11f ust. 3 i art. 12 ust. 1 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r., o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j.: Dz.U. z 2024 r. poz. 311), zawiadamia się, że w dniu 26.10.2026 r. Starosta Kolneński wydał decyzję nr 8/2026 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pod nazwą: „Budowa drogi na dz. geod. 1 w Kolnie" oraz zatwierdzenia projektu podziału nieruchomości.

WYKAZ NIERUCHOMOŚCI OBJĘTYCH INWESTYCJĄ:

Działki drogowe nr ewid.: 1 – obręb 0001 Kolno, miasto Kolno;
Działki w całości przechodzące pod pas drogowy nr ewid.: 42/1 – obręb 0001Kolno, miasto Kolno,
Działki powstałe w wyniku podziału nieruchomości przechodzące pod drogę (w nawiasie dotychczasowy nr nieruchomości) nr ewid.: **36/1** (36), **38/1** (38), **39/1** (39), **40/1** (40), **41/1** (41), **42/3** (42/2) – obręb 0001 Kolno, miasto Kolno.

Z ww. decyzją pozostałe strony postępowania mogą się zapoznać w Starostwie Powiatowym w Kolnie, ul. 11 Listopada 1, 18-500 Kolno, pok. 203, w godzinach 8:00 15:00, w terminie 14 dni od dnia obwieszczenia w prasie lokalnej.

BIAŁYSTOK

Ewangelizacje wrócą na Rynek? Jest orzeczenie WSA ws. regulaminu

Magdalena Kleban

Czy głośne wystąpienia ewangelizacyjne wrócą na Rynek Kościuszki? Związki wyznaniowe wygrały w tej sprawie pierwszą batalię z miastem.

Za naruszenie Konstytucji RP i praw gwarantowanych dla związków wyznaniowych uznał Wojewódzki Sąd Administracyjny w Białymstoku część uchwały Rady Miasta Białegostoku dotyczącej nowego regulaminu Rynku Kościuszki i Placu Jana Pawła II, w którym znalazł się m.in. zakaz korzystania z urządzeń audiowizualnych oraz sprzętu nagłaśniającego powodującego nadmierny hałas.

– Oczywiście będziemy działać zgodnie z prawem. Teraz czekamy na pisemne uzasadnienie i najprawdopodobniej od tego wyroku się odwołamy. Ale jednocześnie chciałbym przypomnieć - dla tych wszystkich, którzy chcieliby się na niego powoływać - że jest to orzeczenie nieprawomocne i uchwała Rady Miasta dalej obowiązuje - podkreśla Tadeusz Truskolaski, prezydent Białegostoku.

Przypomnijmy, że w kwietniu br. Rada Miasta Białystok uchwaliła nowy regulamin Rynku Kościuszki i Placu Jana Pawła II, w którym znalazł się m.in. zakaz korzystania w tym miejscu z urządzeń audiowizualnych oraz sprzętu nagłaśniającego powodującego nadmierny hałas. Ponadto – w trosce o dzieci i młodzież – na terenie Rynku Kościuszki i Placu Jana Pawła II zabroniono umieszczania banerów, zdjęć czy plakatów zawierających treści drastyczne, wulgarne, nieobyczajne.

Regulamin był efektem m.in. skarg mieszkańców na uciążliwe hałasy. M.in. przez trzy lata co dwa tygodnie na Rynku Kościuszki odbywały się wystąpienia o charakterze religijnym z użyciem sprzętu nagłaśniającego. Ich organizatorzy nazywali to „działalnością ewangelizacyjną". Korzystającym zwłaszcza w sezonie letnim z oferty gastronomicznej i kulturalnej Rynku Kościuszki przeszkadzały też np. antyaborcyjne treści czy zdjęcia płodów prezentowane podczas pikiet.

Nowy regulamin korzystania z Rynku Kościuszki i Placu Jana Pawła II zaskarżyli jednak przedstawiciele dwóch związków religijnych. WSA w części przyznał im rację.

Jak informuje WSA, powodem uwzględnienia skarg było wprowadzenie w akcie podustawowym (akcie prawa miejscowego) regulacji modyfikujących: konstytucyjne i ustawowe gwarancje wolności sumienia i wyznania; ustawowe zakazy i wyjątki używania urządzeń i instalacji nagłaśniających w miejscach ogólnodostępnych. Sąd również wskazał, że akt prawa miejscowego nie może powielać regulacji odnośnie zachowań, dla których sankcja przewidziana jest w powszechnie obowiązujących ustawach, np. Kodeksie wykroczeń.

– Uchwała Rada Miasta Białystok została uchylona jedynie w części dotyczącej zgromadzeń modlitewnych. W tej części Wojewódzki Sąd Administracyjny powołał się na ustawy dotyczące związków wyznaniowych - mówi Tadeusz Truskolaski. – Chciałbym jednak podkreślić, że cel i tak został już osiągnięty, bo w tym roku nie mieliśmy już takich incydentów.

Orzeczenie WSA jest nieprawomocne.

INICJATYWA

Mieszkańcy noclegowni porządkowali groby na Cmentarzu Miejskim w Karakulach

Agnieszka Domanowska

Podopieczni Caritas Archidiecezji Białostockiej porządkowali wczoraj groby na Cmentarzu Miejskim w Karakulach. Osoby korzystające z noclegowni dla osób w kryzysie bezdomności zadbały o miejsca spoczynku tych, którzy odeszli w samotności, a także osób, których pochówkiem zajmowało się miasto. Porządkowali też groby swoich kolegów z noclegowni.



FOT. A. DOMANOWSKA

Podopieczni noclegowni prowadzonej przez białostocką Caritas porządkowali groby na cmentarzu w Karakulach

To wyjątkowa inicjatywa, która odbyła się już po raz trzeci przed dniem Wszystkich Świętych. W tym przypadku w roli pomagających występują ci, którzy na co dzień sami korzystają ze wsparcia. Sprzątając nagrobki, usuwając liście i chwasty oraz zapalając znicze, chcą okazać szacunek zmarłym i zadbać o pamięć o osobach, których groby mogłyby pozostać zapomniane.

- Robimy to dla tych, którzy są tutaj pochowani, a nie mają już rodziny albo sami byli osobami bezdomnymi - mówi Wojciech, mieszkaniec noclegowni Caritas przy ul. Sienkiewicza w Białymstoku. - Przychodzimy, porządkujemy groby, zapalamy znicze. Chcemy, żeby na święta było tu czysto, żeby paliło się symboliczne światełko pamięci. Pomagamy tym, którzy odeszli i którym już nikt nie może pomóc.

Jak podkreśla Michał Kulikowski, rzecznik prasowy Caritas Archidiecezji Białostockiej, akcja ma szczególny wymiar.

- Znajdujemy się na cmentarzu, gdzie spoczywają zarówno nasi podopieczni z noclegowni Caritas, jak i osoby samotne, których rodziny nie zgłosiły się po ich śmierci. Nasi podopieczni, będąc na co dzień beneficjentami pomocy, dziś chcą podzielić się tym, co mają najcenniejsze - swoim czasem, zaangażowaniem i pracą. Poprzez troskę o groby zmarłych kolegów oddają im szacunek i pokazują, że pamięć o nich wciąż trwa - mówi Kulikowski.

Pomysłodawczynią akcji jest Agata Ciborowska z Caritas Archidiecezji Białostockiej, która od lat współpracuje z mieszkańcami noclegowni.

- Oni bardzo chętnie angażują się w takie działania. Trzeba tylko znaleźć wspólny język i okazać szacunek. To naprawdę wspaniali ludzie. Od początku zależało mi na tym, żeby czuli się traktowani jak równi partnerzy. Dzięki temu dziś sami wychodzą z inicjatywą pomocy. Sprzątają groby, zapalają znicze i pokazują, że los drugiego człowieka nie jest im obojętny - podkreśla.

Na cmentarzu w podbiałostockich Karakulach spoczywa kilkunastu byłych mieszkańców noclegowni.

eprasa.pl 5359cc8ce9

SUWAŁKI

Spółka Lotnisko Miejskie? Na razie musi poczekać

Martyna Jurkowska

Sprawa utworzenia nowej jednostki budżetowej pod nazwą „Lotnisko Miejskie w Suwałkach im. Witolda Urbanowicza" spadła z wczorajszych obrad Rady Miasta.

Do odroczenia tematu przekonał radnych prezydent Suwałk, który wskazał m.in. na liczne pytania do proponowanej formy organizacyjno-prawnej. Nie bez znaczenia była także złożona w poniedziałek deklaracja marszałka województwa o wsparciu infrastruktury suwalskiego lotniska.

Miejskie lotnisko w Suwałkach obecnie funkcjonuje w strukturach Zarządu Dróg i Zieleni. Jednak znaczną część obowiązków związanych z utrzymaniem i zarządzaniem obiektem realizują na podstawie umów podmioty zewnętrzne: Aeroklub Polski oraz Suwalska Szkoła Lotnicza. Są one jednocześnie głównymi użytkownikami lotniska.

Zdaniem władz miasta taka sytuacja stwarza strukturalny konflikt interesów i utrudnia samorządowi sprawowanie pełnej kontroli nad należącym do niego majątkiem. I właśnie dlatego władze Suwałk chciały powołać nową spółkę. W ostatnim momencie wycofały się jednak z tego pomysłu.

Wpływ na to miała m.in. deklaracja marszałka, która padła na poniedziałkowej sesji sejmiku województwa. Łukasz Prokorym nie tylko zadeklarował gotowość do dalszych rozmów z władzami Suwałk na temat rozwoju lotniska, ale już także zabezpieczył 5,5 mln zł na rozwój suwalskiej infrastruktury. Pieniądze mają wesprzeć między innymi budowę hangaru, stacji meteorologicznej, magazynu i budynku zarządzania.

– To od nas zależy, czy wykorzystamy te środki i podniesiemy znaczenie tej infrastruktury dla miasta i regionu, czy zostawimy ją na poziomie aeroklubowym i szkoleniowym – podkreślał prezydent Suwałk Czesław Renkiewicz.

I dodał: – Nie widzę potrzeby inwestowania dostępnych środków finansowych, jeżeli zostawimy to tak, jak jest. Dlatego należy wyjaśnić wszelkie wątpliwości i ustalić jasne zasady korzystania z lotniska przez wszystkich użytkowników, ze szczególnym uwzględnieniem Suwalskiej Szkoły Lotniczej oraz fabryki mebli, które przekazały nam olbrzymie fundusze.

Nie bez znaczenia dla odroczenia sprawy było także stanowisko Suwalskiej Szkoły Lotniczej, która obawia się, że powołanie nowej spółki wpłynie negatywnie na prowadzoną przez nich działalność. SSL wskazuje też, że w ich przypadku nie ma mowy o jakimkolwiek konflikcie interesów.

W przyszłości władze Suwałk nie wykluczają przekształcenia lotniska w spółkę prawa handlowego, która miałaby prowadzić działalność w bardziej komercyjnej formule. Władze podkreślają również znaczenie lotniska dla systemu zarządzania kryzysowego i rozwoju gospodarczego Suwałk.

BUDZISKO

KAS zatrzymała transport podrobionych opakowań do papierosów

PAP

Przemyt blisko 4 mln sztuk podrobionych opakowań do papierosów znanych marek zatrzymali w Budzisku funkcjonariusze podlaskiej KAS. Transport przewożony był w ciężarówce jadącej z Litwy. Miała być załadowana opakowaniami na słodycze.

– Szacunkowa wartość rynkowa takiej liczby oryginalnych opakowań wynosi blisko 1 mln zł – poinformował wczoraj oficer prasowy podlaskiej KAS kom. Maciej Czarnecki.

Ciężarówka została zatrzymana do kontroli na trasie S61 w pobliżu granicy polsko-litewskiej. Kierowcą był 33-letni obywatel Rumunii. Według dokumentów, które przedstawił, ładunkiem miały być kartonowe opakowania do lizaków. Docelowo miały trafić do Włoch.

Auto zostało prześwietlone urządzeniem RTG, a ładunek sprawdzony. Okazało się, że w naczepie na 36 paletach, pod warstwą kartonów do lizaków ukryto łącznie niemal 4 mln szt. opakowań do papierosów, oznaczonych znakami towarowymi znanych marek tytoniowych.

Jak dodał kom. Czarnecki, przedstawiciel firmy, która jest właścicielem praw do chronionych znaków towarowych, potwierdził, że są to podróbki.

Śledztwo w tej sprawie prowadzi Podlaski Urząd Celno-Skarbowy w Białymstoku pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Suwałkach. Kierowcę przesłuchano w charakterze świadka.

Bardzo podobny przemyt z Litwy do Polski podlaska KAS udaremniła w maju. Wówczas w dwóch ciężarówkach funkcjonariusze celno-skarbowi odkryli ładunek łącznie 5,5 mln sztuk podrabianych opakowań do papierosów.

Za oznaczanie towarów podrobionymi znakami grozi do pięciu lat więzienia.

NASZ PATRONAT 0011560081

Biopaliwa wesprą transformację energetyczną. ORLEN stawia na istniejącą infrastrukturę i krajowe surowce

Wykorzystanie istniejących instalacji przemysłowych, rozwój nowych technologii i krajowej bazy surowcowej – to ważne elementy transformacji energetycznej, w której coraz większą rolę odgrywają biopaliwa. Uczestnicy Polskiego Kongresu Naftowego i Gazowniczego rozmawiali m.in. o tym, jak rozwijać nowe rozwiązania energetyczne, jednocześnie wzmacniając bezpieczeństwo dostaw i krajową gospodarkę.



Te zagadnienia znalazły się w centrum panelu moderowanego przez Kamila Klejnę, eksperta analiz ekonomicznych ORLENU. W dyskusji uczestniczyli dr Tim Davies, dyrektor ds. rozwoju biznesu w Gaffney Cline, Dominika Niewierska, dyrektor Biura Koordynacji i Wsparcia Biopaliw i Wodoru w ORLENIE, Wojciech Wrochna, wiceminister energii, oraz Ming Zhu, dyrektor cyfrowy SLB Europe.

Istniejące instalacje przyspieszą wdrażanie nowych technologii

Jednym z głównych tematów debaty było wykorzystanie infrastruktury sektora paliwowego do rozwoju niskoemisyjnych rozwiązań. Jak zaznaczała Dominika Niewierska, stopniowa modernizacja istniejących instalacji może być korzystniejsza niż budowa całkowicie nowych zakładów. Takie podejście pozwala wprowadzać zmiany etapami, wykorzystując dotychczasowe doświadczenia i zaplecze techniczne.

Przykładem takiego podejścia są prowadzone przez ORLEN projekty związane z rozwojem odnawialnego oleju napędowego HVO oraz zrównoważonego paliwa lotniczego SAF. Oba produkty pozwalają ograniczać emisje gazów cieplarnianych w sektorach transportu drogowego i lotnictwa, jednocześnie wykorzystując doświadczenia oraz część istniejącej infrastruktury sektora rafineryjnego.

Rozwój tych paliw wymaga jednak nie tylko odpowiednich technologii, ale również zapewnienia stabilnych dostaw surowców.

Krajowe surowce wzmocnią bezpieczeństwo energetyczne

Dostęp do surowców pochodzących z krajowego rynku może ograniczyć zależność od importu, a jednocześnie stworzyć nowe możliwości dla polskich przedsiębiorstw i rolnictwa.

W tym kontekście ORLEN rozwija program „Bioplony dla biopaliw", którego celem jest zwiększenie krajowej bazy surowcowej wykorzystywanej do produkcji biopaliw zaawansowanych. Rozwiązanie to ma wspierać rozwój rynku, a zarazem ułatwiać budowanie bardziej odpornych łańcuchów dostaw.

Kompetencje sektora naftowo-gazowego wykorzystane w nowych technologiach

Wiedza zgromadzona przez branżę upstream, dotycząca realizacji złożonych inwestycji, zarządzania ryzykiem, projektowania infrastruktury i współpracy z partnerami może znaleźć zastosowanie w wielu nowych obszarach energetyki.

Dr Tim Davies zwracał uwagę, że przeciwstawianie odnawialnych źródeł energii sektorowi węglowodorów nie odpowiada skali wyzwań stojących przed gospodarką.

– Powinniśmy odejść od myślenia „OZE kontra węglowodory". Potrzebujemy zintegrowanego ekosystemu energetycznego, który zapewni dostępność energii, bezpieczeństwo dostaw i konkurencyjne ceny – podkreślał ekspert Gaffney Cline.

Kompetencje sektora naftowo-gazowego mogą być wykorzystywane m.in. przy projektach geotermalnych, technologiach wychwytywania i składowania dwutlenku węgla oraz rozwoju magazynów energii. Istotnym obszarem pozostaje także wodór, wykorzystywany np. przy produkcji nawozów.

– Możemy wykorzystywać istniejące instalacje i krok po kroku uzupełniać i/lub stopniowo zastępować wodór produkowany obecnie w oparciu o surowce konwencjonalne, jak gaz ziemny, wodorem odnawialnym i niskoemisyjnym produkowanym w oparciu o nowe technologie – podkreślała Dominika Niewierska.

Stabilne regulacje warunkiem długoterminowych inwestycji

Ważnym wątkiem dyskusji była też rola państwa w tworzeniu warunków do rozwoju nowych technologii energetycznych. Wojciech Wrochna, wiceminister energii, podkreślał znaczenie stabilnych i przewidywalnych regulacji, które umożliwiają przedsiębiorstwom planowanie inwestycji w dłuższej perspektywie.

Jak zaznaczył, polska strategia energetyczna opiera się na trzech podstawowych celach: transformacji energetycznej, bezpieczeństwie dostaw oraz konkurencyjności gospodarki. Utrzymanie równowagi pomiędzy nimi ma zasadnicze znaczenie dla rozwoju takich obszarów jak biopaliwa, biogaz i wodór.

Przewidywalne otoczenie regulacyjne ułatwia podejmowanie decyzji kapitałowych, szczególnie w sektorach, w których przygotowanie infrastruktury i osiągnięcie odpowiedniej skali produkcji wymaga wielu lat. Równie ważne są dostęp do surowców, rozwój technologii oraz współpraca pomiędzy administracją publiczną a przedsiębiorstwami.

eprasa.pl 5359cc8ce9

FOKUS

• **Dziś** litr benzyny 95 ma kosztować nie więcej niż 6,53 zł, benzyny 98 – 7,37 zł, a diesla – 8,20 zł

BEZPIECZEŃSTWO

Stała baza USA w Polsce będzie tematem Rady Bezpieczeństwa Narodowego

Stała baza wojsk USA w Polsce oraz obecna sytuacja bezpieczeństwa – to sprawy do omówienia wskazane przez szefa MON Władysława Kosiniaka-Kamysza w kontekście posiedzenia RBN

oprac. Karolina Wrońska

Prezydent Karol Nawrocki zwołał na wtorek, 3 listopada, posiedzenie Rady Bezpieczeństwa Narodowego. Omówiona ma zostać m.in. sprawa budowy stałej bazy wojsk amerykańskich w Polsce.

Kosiniak–Kamysz zapytany w środę rano w TVN24, czy jest obecnie jakaś pilna sprawa, która powinna zostać omówiona na posiedzeniu RBN, odpowiedział, że „każdego dnia w tej sprawie jest coś pilnego".

– Oczywiście jest temat wiodący, to jest budowa baz, no i aktualna sytuacja bezpieczeństwa – powiedział szef MON. Dodał przy tym, że strona rządowa za każdym razem, gdy jest oskarżana, że „jakoś straszy", odpowiada, że „Rosja idzie bardzo szybko po drabinie eskalacyjnej do góry".

Dopytywany o wypowiedź prezydenta Nawrockiego z połowy października, gdy stwierdził on, że nie widzi obecnie „drastycznej zmiany zagrożenia rosyjskiego", szef MON zaznaczył, że pomimo uspokojenia poczynań Rosji w ostatnich 3-4 dniach, co – jak stwierdził – „też może niepokoić", w ciągu ostatnich dwóch miesięcy nieustannie musiały być wysyłane alerty bezpieczeństwa do mieszkańców województw we wschodniej Polsce.

– Chyba 60 alertów wysłanych do województwa lubelskiego i podkarpackiego, podnoszone statki powietrzne non stop de facto, gigantyczne zagrożenie dla przejść granicznych, którego nie było, akcje sabotażu, podpalenie bazy Starlinków – tego jest coraz więcej – powiedział Kosiniak-Kamysz. – Ile jest udaremnionych aktów sabotażu, to dodaje obraz poważnego zagrożenia – dodał.



FOT. ALBERT ZAWADA

W ocenie Władysława Kosiniaka-Kamysza Rosja w ostatnich miesiącach idzie bardzo szybko do góry po drabinie eskalacyjnej

Informując we wtorek o zwołaniu przez prezydenta posiedzenia RBN na 3 listopada, szef Biura Bezpieczeństwa Narodowego Bartosz Grodecki poinformował, że „omówione zostaną bieżące kwestie dotyczące bezpieczeństwa narodowego oraz sprawa budowy stałej bazy wojsk amerykańskich w Polsce".

Historyczna decyzja

We wtorek resort obrony narodowej ogłosił, że USA podjęły decyzję o ulokowaniu w Polsce centrum serwisowego rakiet PAC-3 do systemów obrony powietrznej. Polska zabiegała o tę decyzję od miesięcy i rywalizowała o lokalizację inwestycji z Niemcami, Holandią i Norwegią; w dalszej perspektywie celem jest dążenie do ulokowania w Polsce fabryki deficytowych pocisków.

Według wiceszefowej MON Magdaleny Sobkowiak-Czarneckiej, wybór ten jest potwierdzeniem siły współpracy transatlantyckiej oraz zaufania Stanów Zjednoczonych do Polski.

– To jest jasna gwarancja ze strony NATO, że NATO trzyma się razem i całe NATO stoi za każdym swoim partnerem, za każdym elementem sojuszu. I to jest jasne pokazanie, że Polska i Polacy mogą czuć się bezpiecznie, bo nie są dzisiaj osamotnieni w tym, co się dzieje – powiedziała wiceministra na konferencji prasowej w Kwaterze Głównej Sojuszu w Brukseli.

Dodała, że w procesie przygotowania oferty ważne było zaangażowanie premiera Donalda Tuska, wicepremiera, szefa MON Władysława Kosiniaka-Kamysza oraz prezydenta Karola Nawrockiego.

Szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej Marcin Przydacz podkreślił w rozmowie z PAP, że decyzja strony amerykańskiej jest efektem zabiegów prezydenta Karola Nawrockiego i współpracy z Ministerstwem Obrony Narodowej.

– Pan prezydent uczestniczy w tym procesie od samego jego początku. Temu służyła wizyta pana prezydenta w Stanach Zjednoczonych wiosną tego roku i rozmowy z przedstawicielami Lockheed Martin – powiedział Przydacz. **PAP**

WOJSKO

Kamizelki i hełmy z programu SAFE trafią do żołnierzy

oprac. Karolina Wrońska

– Pierwsza partia kamizelek kuloodpornych i hełmów zamówionych w ramach programu SAFE wyjechała w środę z zakładów Maskpol do wojska – poinformował wiceszef MON Cezary Tomczyk.

– Po raz pierwszy z mechanizmu SAFE wyposażenie wprost do żołnierzy Wojska Polskiego trafia z firmy Maskpol – powiedział Tomczyk podczas konferencji prasowej w zakładach. Jego zdaniem to „moment przełomowy".

Wiceszef MON zapowiedział, że do końca b.r. do żołnierzy w 16. i 18. Dywizji Zmechanizowanej trafi 17 tysięcy kamizelek kuloodpornych typu KKZ-01 oraz 20 tysięcy hełmów HBT-02.

W ramach SAFE firma Maskpol S.A. dostarczy na rzecz Wojska Polskiego 300 tysięcy hełmów HBT-02 i 50 tys. kamizelek kuloodpornych typu KKZ-01 za łączną kwotę blisko 1,5 miliarda złotych. **PAP**

POLITYKA

Hołownia nie jest zainteresowany rządowym stołkiem

oprac. Karolina Wrońska

Szef klubu Polski 2050 Szymon Hołownia podkreślił w środę, że nie było żadnych rozmów o jego obecności w rządzie.

Hołownia zapewnił w środę w rozmowie z Kanałem Zero, że nie kandyduje na szefa partii po rezygnacji Katarzyny Pełczyńskiej-Nałęcz.

Podkreślił też, że „nie dzieją się żadne rzeczy, które pozwoliłyby komukolwiek powiedzieć, że Hołownia zabiega o miejsce w rządzie, że walczy o tekę wicepremiera".

– Nie było żadnych rozmów o mojej obecności w rządzie, nie było żadnych propozycji dotyczących mojej obecności w rządzie – dodał.

Poinformował, że we wtorek rozmawiał z premierem Donaldem Tuskiem nt. bieżącej sytuacji. – Słowem się nie zająknąłem na temat tego, że może teraz jest miejsce, w którym mógłbym powalczyć o ten mityczny stołek – mówił. – Otóż stołek mnie nie interesuje, nic się w tej sprawie nie zmieniło – podkreślił Hołownia. **PAP**

KRÓTKO

Warszawa

Sabotażysta pracujący dla Rosji zatrzymany

Funkcjonariusze CBŚP zatrzymali w Warszawie obywatela Ukrainy podejrzewanego o udział w przygotowaniu aktów dywersji, których celem było podpalenie zakładu zajmującego się rozwojem broni i amunicji o strategicznym znaczeniu międzynarodowym. Mężczyzna współpracował z dwoma Białorusinami, którzy zostali zatrzymani na terytorium Niemiec. Do zatrzymania na platformie X odniósł się również szef MSWiA Marcin Kierwiński. „CBŚP zatrzymało w Warszawie Artema S., obywatela Ukrainy poszukiwanego ENA przez stronę rumuńską. Jest podejrzewany o udział w przygotowaniu dywersji poprzez podpalenie zakładu zbrojeniowego. Do podpalenia doszło 14 września 2026 r." – napisał Kierwiński.

Lublin

Chciał przemycić 41 żywych jaszczurek

Lubelska Krajowa Administracja Skarbowa udaremniła próbę przemytu żywych jaszczurek. Do Polski chciał je przywieźć obywatel Białorusi. Wartość rynkową zabezpieczonych zwierząt oszacowano wstępnie na blisko 100 tys. zł.

Białystok

Zamiast opakowań na lizaki opakowania na papierosy

Funkcjonariusze Krajowej Administracji Skarbowej z Podlasia udaremnili przemyt blisko 4 mln sztuk podrobionych opakowań do papierosów znanych marek. Transport przewożony był w ciężarówce jadącej z Litwy. Miała być załadowana opakowaniami na słodycze. Szacunkowa wartość rynkowa takiej liczby oryginalnych opakowań wynosi blisko miliona złotych.


FOT. ADAM JANKOWSKI

Wiemy, że polscy seniorzy mają szereg problemów. Problemów ze zdrowiem, (...) ale mamy także bardzo poważny problem z przestępcami, którzy dybią na naszych seniorów

WALDEMAR ŻUREK
minister sprawiedliwości

eprasa.pl 5359cc8ce9

HISZPANIA

Wielu zabitych w katastrofie kolejowej w Hiszpanii

Grzegorz Kuczyński

Dwa pociągi pasażerskie, w tym jeden wysokich prędkości, zderzyły się w środę rano w pobliżu stacji Urda w prowincji Toledo w środkowej części Hiszpanii. Media donoszą o wielu zabitych.

Do zderzenia pociągów doszło przed godziną 9 w środę rano. Powołując się na źródła w służbach ratunkowych, agencja EFE podała, że dwa wagony stoczyły się ze skarpy.

Minister zdrowia Hiszpanii Monica Garcia określiła wypadek jako „bardzo poważny". Na miejsce skierowano liczne karetki i helikoptery. Władze wspólnoty Kastylia-La Mancha podały, że w katastrofie zginęły 64 osoby. Wielu rannych trafiło do okolicznych szpitali.



FOT. PAP/EPA/ISMAEL HERRERO

Akcja ratunkowa na miejscu zderzenia dwóch szybkich pociągów. W katastrofie zginęło kilkadziesiąt osób, wiele zostało rannych

Błąd ludzki doprowadził do katastrofy?

Błąd ludzki przy usuwaniu awarii systemu sygnalizacji to jedna z rozważanych obecnie, możliwych przyczyn kolizji dwóch pociągów pasażerskich w hiszpańskiej prowincji Toledo – poinformował dziennik „El Pais" za źródłami rządowymi.

Ministerstwo transportu i spółka Adif, odpowiedzialna za infrastrukturę kolejową, analizują hipotezę, zgodnie z którą przyczyną katastrofy mógł być „błąd ludzki pracownika Adif" podczas usuwania awarii głównego systemu sygnalizacji.

Według wstępnych ustaleń jeden z pociągów zatrzymał się lub znacząco zwolnił na kilka minut przed wypadkiem z powodu problemów z ruchem na linii – podał portal 20minutos. Wtedy najechał na niego od tyłu pociąg jadący z Madrytu do Sewilli. Pasażerowie, którzy zadzwonili do publicznego radia Cadena SER, mówili o „potężnym uderzeniu".

Europejscy liderzy reagują na katastrofę

Europejscy przywódcy, w tym prezydent Francji Emmanuel Macron i szefowa KE Ursula von der Leyen, wyrazili głębokie poruszenie z powodu tragicznego zdarzenia, do którego doszło w Hiszpanii.

„Wyrażam głębokie współczucie rodzinom ofiar i ich bliskim. Dzisiaj cała Europa opłakuje ich wraz z wami" – napisała w środę von der Leyen na platformie X. Przewodniczący Rady Europejskiej Antonio Costa dodał, że solidaryzuje się z rannymi.

Macron przekazał na X, że Francuzi kierują swoje myśli „ku ofiarom, ich rodzinom, licznym rannym oraz całemu personelowi zaangażowanemu w akcję ratunkową".

Również premier Donald Tusk i prezydent Karol Nawrocki złożyli kondolencje rodzinom, które straciły swoich bliskich w katastrofie.

„Składam najszczersze kondolencje rodzinom, które straciły swoich bliskich, a osobom poszkodowanym życzę szybkiego powrotu do zdrowia. W tych trudnych chwilach wszyscy Polacy jednoczą się z narodem hiszpańskim" – napisał premier na platformie X.

„Z głębokim smutkiem przyjąłem wiadomość o tragicznej katastrofie kolejowej w Hiszpanii, w której zginęło tak wielu ludzi. W imieniu narodu polskiego i własnym składam najszczersze kondolencje rodzinom i bliskim ofiar. Życzę wszystkim poszkodowanym szybkiego powrotu do zdrowia" – napisał prezydent Nawrocki na X.

PAP

IZRAEL

Benjamin Netanjahu wygrał wybory do parlamentu, ale nie ma większości

Grzegorz Kuczyński

Po przeliczeniu trzech czwartych głosów w wyborach do Knesetu prowadzi rządząca koalicja z Likudem na czele, jednak brakuje jej kilku mandatów do większości.

Liczenie głosów po wtorkowych wyborach parlamentarnych w Izraelu zakończy się prawdopodobnie w czwartek, ale ostateczny podział mandatów wciąż pozostaje niewiadomą.

Do uzyskania większości potrzeba 61 mandatów. Netanjahu brakuje do niej siedmiu mandatów, a blok jego rywala Gadiego Eisenkota może uzyskać większość jedynie we współpracy z partiami arabskimi: razem przeciwnicy Netanjahu dysponują 66 mandatami.

Partie arabskie zazwyczaj jednak nie wchodzą w skład koalicji rządzących, a Netanjahu w nocy obiecał, że nie dopuści do powstania rządu opierającego się na nich. Teraz wybór należy do Eisenkota: czy oprzeć się na arabskich posłach, czy pójść na nowe wybory, które – według słów posła z Zjednoczonej Listy Arabskiej, Ofra Kasifa – będą tylko na korzyść Netanjahu. Sam Eisenkot oświadczył w nocy, że naród opowiedział się za zmianami.

Z drugiej strony trudno sobie wyobrazić byłego szefa sztabu generalnego, który w Gazie stracił syna, w koalicji z Arabami. Z kolei Netanjahu może próbować wyciągnąć część deputowanych z opozycji pod hasłem tworzenia „syjonistycznego rządu jedności narodowej". Likud wciąż też może liczyć na uzyskanie większości dzięki głosom oddanym korespondencyjnie.

Jeszcze jest ponad 650 tysięcy głosów w tzw. podwójnych kopertach, które są liczone osobno. Odpowiada to w przybliżeniu 15 mandatom w 120-osobowym Knesecie, dlatego ich przeliczenie może istotnie zmienić wyniki wyborów. Zdecydowana większość tych głosów została oddana przez rezerwistów.

Mandat do utworzenia rządu wyda prezydent Icchak Herzog po konsultacjach z partiami.



FOT. IMAGO/SAEED QAQ/EAST NEWS

Benjamin Netanjahu po wyborach będzie chciał utrzymać fotel premiera

UKRAINA

Zełenski: Bardzo nie chciałbym, żeby była to Jałta 2, 3 czy 4

oprac. Anna Nagel

Ukraina chciałaby, aby trójstronne rozmowy zespołów negocjacyjnych Ukrainy, Stanów Zjednoczonych i Rosji w Abu Zabi odbyły się przed ewentualnym spotkaniem przywódców USA, Chin i Rosji.

– Zobaczymy, jak to spotkanie się potoczy. Bardzo chcielibyśmy, aby nasze spotkanie w Abu Zabi odbyło się wcześniej – powiedział Zełenski cytowany w środę przez agencję Interfax-Ukraina.

Komentując możliwe spotkanie przywódców USA, Chin i Rosji na szczycie Wspólnoty Gospodarczej Azji i Pacyfiku (APEC), który odbędzie się w dniach 17-18 listopada w Chinach, prezydent Ukrainy zaznaczył, że prawdopodobnie omawiana będzie na nim sytuacja na Bliskim Wschodzie i wojna w Ukrainie.

Jednocześnie Zełenski wyraził zaniepokojenie możliwością podziału stref wpływów na wzór konferencji jałtańskiej.

– Bardzo nie chciałbym, żeby była to Jałta 2, 3 czy 4, czyli ponowny podział wpływów. Powiedziałbym nawet nie tyle wpływów, ile poglądów, że można dokonać takiego podziału. Żyjemy dziś w innym świecie. Świat podzielony na wiele części bardzo różni się od świata drugiej wojny światowej, zarówno sprzed niej, jak i po jej zakończeniu. To zupełnie inny świat pod względem technologicznym. Dlatego uważam, że taki podział między trzema państwami jest po prostu niemożliwy, chociaż Rosja bardzo tego chce – podkreślił Zełenski. **PAP**

SERBIA

Wzywają do wspólnego sprzątania Belgradu

oprac. Anna Nagel

Studenci, którzy zwyciężyli w niedzielę w przedterminowych wyborach parlamentarnych w Serbii, wezwali w środę obywateli do zaangażowania się w sprzątanie budynków, ulic i parków Belgradu.

„W ostatnich dniach świętowaliśmy długo wyczekiwane zwycięstwo, a teraz chcemy zaprosić Was wszystkich do wspólnego działania!" – napisali na swojej stronie oraz w portalach społecznościowych studenci, wzywając do „przywrócenia blasku budynkom, ulicom i parkom" miasta.

„Zwracamy się do wszystkich: jeśli możecie, poświęćcie choć trochę czasu i energii na pracę społeczną. Zabierzcie ze sobą narzędzia ogrodnicze, worki na śmieci, zakasajcie rękawy i załóżcie rękawice" – zaapelowano.

Studenci zwrócili też uwagę na obraźliwe hasła, które pojawiały się na murach serbskiej stolicy w trakcie niemal dwuletnich antyrządowych protestów. „Nie zapominamy o obraźliwych napisach, takich jak »studenci–ustasze«, »terroryści« czy inne wulgarne hasła, które od dłuższego czasu szpecą nasze elewacje" – napisano, wymieniając obelgi, które m.in. przedstawiciele ustępujących władz kierowali pod adresem studentów.

„Akcja nie ma wyznaczonego terminu końcowego. Zaczynamy już dziś i działamy tak długo, aż wykonamy całą pracę" – podkreślono.

Popierana przez studentów Lista Studencka uzyskała w niedzielę 52,54 proc. głosów. **PAP**

eprasa.pl 5359cc8ce9

POD PARAGRAFEM

• Zbliża się rocznica śmierci **Iry Marvina Levina** (ur. 27 sierpnia 1929 r., zm. 12 listopada 2007 r.) – amerykańskiego pisarza, autora sztuk teatralnych i tekstów piosenek. Najbardziej znaną powieścią Levina jest „Dziecko Rosemary" – horror o satanizmie i okultyzmie.

HISTORIA

Jurij Breżniew: niedoszła ofiara sekspułapki w czasach zimnej wojny

Bożenna Piskała

Brytyjski wywiad chciał w latach 70. wciągnąć w miłosną pułapkę syna radzieckiego przywódcy Leonida Breżniewa. Plan spalił jednak na panewce przez zdradę szwedzkiego agenta.

Historie szpiegowskie z czasów zimnej wojny i rywalizacji agentów z bloku wschodniego z zachodnimi zazwyczaj pełne są barwnych opowieści o niesamowitych akcjach, gadżetach rodem z powieści o Jamesie Bondzie czy uwodzicielskich agentek. Czasami te opowieści bliskie są prawdy. Tak było w latach 70. w przypadku Jurija Breżniewa, syna radzieckiego przywódcy, na którego w Sztokholmie pułapkę zastawiły służby Jej Królewskiej Mości.



Jurij Leonidowicz Breżniew był od 1960 roku pracownikiem Ministerstwa Handlu Zagranicznego ZSRR, a w latach 1976-1979 zastępcą ministra ds. handlu

Ponętna Ann już czeka

Brytyjski wywiad chciał użyć jednej ze swoich najlepszych agentek do uwiedzenia syna Leonida Breżniewa. Młodzieńca miano zaprosić na przyjęcie z przygotowanym noclegiem. Tak przynajmniej wynika z lektury wspomnień byłego szefa szwedzkiej policji bezpieczeństwa SAPO Olofa Franstedta, zatytułowanych „Spionjagaren" („Łowca szpiegów"). Franstedt piastował swoje stanowisko w latach 1966-1978.

Akcja miała się odbyć w Sztokholmie, gdzie akurat przebywał Jurij Breżniew. Brytyjska MI6 chciała wykorzystać jedną ze swoich najbardziej atrakcyjnych i zdolnych agentek. W książce występuje ona tylko jako Ann. SAPO zgodziło się na zorganizowanie seksualnej pułapki wymyślonej przez Londyn. Uznało, że nagranie jedynego syna radzieckiego przywódcy w kompromitującej dlań sytuacji dałoby szwedzkim tajnym służbom materiał do szantażu w celu uzyskiwania informacji. A nawet wykonywania przez młodego Breżniewa innych usług w grze wywiadów podczas zimnej wojny.

Ann nie dostała jednak szansy, by użyć swoich – jak dotąd całkowicie przekonujących – wdzięków do uwiedzenia latorośli radzieckiego przywódcy. Pewien podwójny szwedzki agent w porę ostrzegł Moskwę. „Nawet dziś, zawsze jak tylko o tym myślę, czuję wściekłość" – pisze Franstedt w swoich wspomnieniach.

Wszechobecny seks

Szwedzcy i brytyjscy pracownicy wywiadu wpadli na ten pomysł już w chwili, gdy na początku lat 70. młody Breżniew przyjechał na placówkę do Sztokholmu. Miał pracować w tutejszej radzieckiej misji handlowej. Dla tego typu akcji służb specjalnych okazja wydawała się doskonała.

W szczytowym okresie zimnej wojny w szwedzkiej stolicy panowała uprawiana za zamkniętymi drzwiami filozofia hedonizmu. Tutejsza śmietanka słynęła z tego, że często organizowała przyjęcia z nocowaniem. Niektóre z nich co jakiś czas podsłuchiwali ludzie SAPO. Plan zakładał wykorzystanie, oprócz Ann, kilku atrakcyjnych agentek. Miały one ściągnąć Jurija Breżniewa i dwóch innych Rosjan na przyjęcie organizowane w jednym z apartamentów w zamieszkanej przez bogatych Szwedów sztokholmskiej dzielnicy Östermalm.

„Zarówno Szwedzi, jak i inni mieszkańcy Zachodu podejrzliwie podchodzili do zaproszeń na uprawianie seksu. Sądziliśmy, że podobnie jest w przypadku Rosjan" – pisze Franstedt. Kluczem do powodzenia akcji był właśnie udział Ann – jednej z najbardziej wybitnych w tej dziedzinie agentek.

Mamy przeciek

Wszystko wydawało się przygotowane i dopięte na ostatni guzik, pozostawało jedynie czekać. Rosjanie jednak po cichu i w tajemniczy sposób opuścili Szwecję, zanim jeszcze mogło do czegokolwiek dojść. Brytyjski wywiad i jego szwedzcy partnerzy byli całkowicie zaskoczeni. Tajemnicę niepowodzenia misji udało się rozwiązać dopiero kilka lat później. Przyczyną był przeciek od radzieckiego agenta ulokowanego w szwedzkiej organizacji wywiadowczej. Szwedzkim zdrajcą okazał się Stig Bergling, pracujący w SAPO w latach 1973-1979. To właśnie on przekazał prowadzącym go radzieckim oficerom informację o „pułapce miłości".

Fakt ten wyszedł na jaw jednak dopiero podczas innego procesu, w którym w 1979 roku skazano go za zdradę państwa. Berglinga udało się namierzyć dzięki informacjom od innego podwójnego agenta (ale pracującego na rzecz Brytyjczyków) Olega Gordijewskiego. To od niego MI6 dowiedziało się, że KGB ma swojego człowieka w szwedzkich służbach i tę informację przekazało w 1976 r. SAPO. Początkowo Szwedzi nie reagowali, a Bergling pracował zgodnie ze zwykłą rutyną. W 1977 r. został skierowany na Bliski Wschód – wysłano go do pracy w agendzie ONZ w Suezie. Dopiero tam odkryto, że utrzymuje kontakty z przedstawicielem sowieckiego GRU (wywiadu) w Jordanii.

Breżniew ministrem

Po powrocie do Moskwy Jurij Breżniew został prawą ręką zastępcy ministra ds. handlu. W znacznie późniejszym okresie w związku z zarzutami o korupcję zmuszono go do odejścia na emeryturę. Tak naprawdę niewiele się o nim mówiło. W przeciwieństwie do swojej siostry Galiny Breżniew, która uwielbiała rozgłos, zabawę i pełnymi garściami czerpała z uroków bycia córką radzieckiego genseka, Jurij raczej trzymał się w cieniu.

Po rozpadzie Związku Radzieckiego dalej odmawiał jakichkolwiek wystąpień publicznych, także wtedy, gdy prosiły go o to władze państwowe. Zmarł w 2013 roku w wieku 80 lat.

Wróćmy jeszcze do Olofa Franstedta, gdyż ten były szef szwedzkich służb specjalnych jest osobą wzbudzającą duże kontrowersje w swej ojczyźnie. Wywołał je publikacjami swoich książek, a także wywiadami prasowymi. Dużo mówi i pisał w nich o swoich relacjach ze szwedzkim premierem Olofem Palmem (obaj musieli ze sobą współpracować na początku premierowania Palmego). Franstedt później bardzo mocno oskarżał go o współpracę z radzieckimi służbami.

„Nie ufałem mu, ponieważ próbował wstrzymać naszą współpracę z CIA i rozpocząć kooperację z KGB. Jeśli szef państwa postępuje w ten sposób, to znaczy, że albo znalazł się w radzieckiej sieci, albo przynajmniej chce wejść w strefę wpływów Związku Radzieckiego" – mówił Franstedt w jednym z wywiadów. I chętnie opisywał, jak wiele osób z bezpośredniego otoczenia Palmego podejrzewa o to, że są zwyczajnie wtyczkami Rosjan w szwedzkim rządzie.

Palme na celowniku

Jego sugestie były bardzo kontrowersyjne, gdyż uderzały w polityka, który odcisnął bardzo silne piętno na polityce Szwecji w latach 70. i 80. Jego dojście do władzy pod koniec lat 60. (Palme był premierem w latach 1969-1976, a potem w latach 1982--1986) było okresem prosperity Szwecji, a jednocześnie czasem silnej zmiany kursu. Palme zaczął realizować bardzo społeczną politykę państwa, uruchamiając na szeroką skalę pomoc społeczną dla najbiedniejszych. Jednocześnie reorientował politykę zagraniczną kraju: krytykował Stany Zjednoczone za wojnę w Wietnamie, ale bardzo ciepło mówił choćby o Fidelu Castro rządzącym na Kubie.

W latach 80. odwiedził NRD, gdzie spotkał się z tamtejszym przywódcą Erichem Honeckerem i wzywał do budowy wzajemnej przyjaźni oraz budowy pokoju na świecie. O Muammarze Kaddafim, przywódcy Libii, mówił jak o swoim przyjacielu. Dążył także do stworzenia „wspólnej strefy bezpieczeństwa" między Europą Zachodnią a Związkiem Radzieckim.

Olof Palme mocno zmienił Szwecję, a kraj najbardziej zmieniła jego śmierć w lutym 1986 roku. Został postrzelony na ulicy w Sztokholmie i nigdy nie udało się ustalić, kto tak naprawdę stał za tym mordem.

eprasa.pl 5359cc8ce9

Niezbędnik czytelniczy

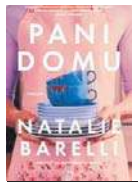
rekomenduje
Bożydar Brakoniecki



Nie zapomnisz tego nigdy...

Podczas jazdy górskimi drogami w trakcie gwałtownej zimowej burzy antropolog sądowy David Hunter zostaje zmuszony do szukania schronienia w odległej wiosce. Jednak nocny postój szybko przeradza się w koszmar po makabrycznym odkryciu dokonanym w głębi pobliskiego lasu.

Simon Beckett, „Ogród kości", wyd. Czarna Owca, Warszawa 2026, cena 49,99 zł



Prawda, która musi wyjść na wierzch...

Jodie po burzliwym romansie poślubia znanego psychologa, dr. Roya Daviesa, i wprowadza się do jego domu w Beverly Hills. Panuje tam pamięć o jego zmarłej żonie, Deborah. Kiedy Jodie dowiaduje się, że przed śmiercią Deborah stała się samotniczką, zaczyna podejrzewać, że to Roy do tego doprowadził.

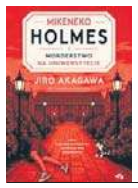
Natalie Barelli, „Pani domu", wyd. Czwarta Strona, Poznań 2026, cena 56,90 zł



Krew w świecie kurtuazji i wyrafinowania

Wysoko w szwajcarskich Alpach, gdzieś pośród ośnieżonych szczytów, stoi Hotel Grand Alpine. Gości z całego świata przyciągają zapierające dech widoki, eleganckie wnętrza i doskonałe warunki do śnieżnego szaleństwa. W świecie pełnym bogactwa, kurtuazji i wyrafinowania kryją się jednak także mroczne instynkty...

Lucy Foley, „Morderstwo w Hotelu Grand Alpine", Wydawnictwo Dolnośląskie, Wrocław 2026, cena 54,90 zł



Co się kryje w college'u Hagoromo?

Detektyw Yoshitarō Katayama boi się wielu rzeczy: wysokości, ciemnych pomieszczeń, krwi oraz... kobiet. Kiedy zamordowana zostaje młoda studentka, Katayama staje przed wyborem: przejrzeć zdjęcia z miejsca zbrodni albo udać się do żeńskiego college'u Hagoromo, by poprowadzić śledztwo. Niechętnie wybiera drugą opcję.

Jirō Akagawa, „Mikeneko Holmes i morderstwo na uniwersytecie", wyd. Relacja, Warszawa 2026, cena 49,90 zł



Witamy, w czym pomóc panie Logan?

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

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



Tutaj się znika, tak po prostu znika

Dorastająca w nowozelandzkim buszu Effie sądziła, że rodzice odcięli się od cywilizacji powodowani miłością do natury. Lecz teraz, gdy w miasteczku na odludziu pojawia się łudząco do niej podobna dziewczynka, Effie postanawia wrócić do miejsca z przeszłości, gdzie sekrety jej dzieciństwa wychodzą na światło dzienne.

Zoe rankin, „Tutaj się znika", Wydawnictwo Mięta, Warszawa 2026, cena 54,99 zł

PITAWAL WARSZAWSKI

Opowieść o tym, jak Leon Packiewicz cudem wywinął się od stryczka

stanmajer

W „Kurjerze Warszawskim", datowanym na 4 stycznia 1892/1893 r., znaleźć było można taki oto tekst:



Zachowany częściowo do dziś Fort Śliwickiego (Jasińskiego) był fragmentem Cytadeli zlokalizowanym na warszawskiej Pradze

„Zabójstwo w celu rabunku i kradzież.

W grudniu r.z. drugi wydział karny miejscowego sądu okręgowego pod prezydencją wiceprezesa p. Limanowskiego osądził sprawę Leona Packiewicza, mieszkańca miasta Wielunia, oskarżonego o spełnienie w d. 5-ym lipca r.b. w pobliżu fortu Śliwickiego zabójstwa, połączonego z rabunkiem na osobie robotnika Franciszka Dawida. Oskarżenie popierał podprokurator Delarow, a bronił z urzędu adw. przys. Szteyner.

Z aktu oskarżenia, odczytanego na posiedzeniu, dowiadujemy się, iż 5-go lipca r.b. o godz. 10-ej zrana na łące w pobliżu fortu Śliwickiego spostrzeżono zwłoki człowieka z jawnemi oznakami gwałtownej śmierci. Przy zrewidowaniu trupa nie znaleziono w kieszeniach ubrania jego ani pieniędzy, ani też żadnych dowodów, któreby wskazały pochodzenie denata i dlatego ujawniał się tylko niezbicie sam fakt morderstwa, dokonanego w chęci rabunku.

Wskutek badania świadków, stwierdzono fakt, iż od połowy czerwca r.b. przy budowie koszar na Pradze zaczął pracować niejaki Leon Packiewicz, człowiek podejrzany, kilkakrotnie za różne przestępstwa karany. Według opowieści tych świadków, zabity Dawid był niezmiernie oszczędny, nie używał żadnych trunków, trzymał się zdała od swoich towarzyszów i zebrał kilkadziesiąt rubli, które zawsze przy sobie trzymał, a o czem zresztą doskonale wiedział Packiewicz. Dawid niejednokrotnie uskarżał się na Packiewicza, że pracuje razem z takim »grandusem«, którego trzeba się ztrzedz.

Zeznania te, wspólnie z okrwawionemi chustkami, znalezionemi u osób trzecich, a doręczonych im przez Packiewicza po dokonanej zbrodni, dały powód do uformowania Packiewiczowi sprawy o zabójstwo z premedytacją, t.j. o przestępstwo przewidziane 1353 im art. kod. karn.

Niezależnie od tego, Packiewicz oskarżony był o kradzież, spełnioną w tymże czasie u Filipa Bodymira, do czego zresztą się przyznał, co się zaś tyczy śladów krwi na chustkach, doręczonych przez oskarżonego osobie trzeciej, utrzymywał, iż często miewał krwotoki z nosa.

Wszystkie te i tym podobne okoliczności, lubo rzucały podejrzenie, nie nastręczały przecież wyraźnego dowodu winy oskarżonego co do spełnionego zabójstwa. Sąd okręgowy przeto, wysłuchawszy świadków, których zeznania były bardzo sprzeczne, przemówień prokuratora, tudzież obrońcy, dowodzącego, iż oskarżenie oparte zostało na niezmiernie błahych poszlakach – skazał na zasadzie 1655 art. kod. karn. Leona Packiewicza za kradzież u Bodymira na oddanie do rot aresztanckich na rok jeden, co się tyczy winy zabójstwa w celu rabunku, dla braku dowodów, Packiewicza od odpowiedzialności uwolnił".

OBYCZAJE

Uroki Machajewszczyzny

żar

27 grudnia 1866 roku w Busku urodził się Jan Wacław Machajski, ps. A. Wolski, działacz anarchistyczny, twierdzący m.in., że dla dobra rewolucji proletariackiej wszystkich inteligentów trzeba profilaktycznie wymordować.



Machajski twierdził, że ruchy rewolucyjne są zawłaszczane przez „pracowników umysłowych" dążących do dominacji nad robotnikami

Przypisuje mu się ukucie teorii tzw. Machajewszczyzny – robotniczego ruchu antyinteligenckiego, występującego przeciw szeroko pojętej klasie inteligencji i państwu jako jej wytworu. Prócz tego zasłynął jako krytyk Lenina i komunistów, którzy, według niego, wprowadzili mechanizm władzy niewiele różniący się od carskiego.

Prywatnie był ponoć człowiekiem miłym i oględnym, przyjaźnił się nawet ze Stefanem Żeromskim, który na jego wzór stworzył postać Andrzeja Radka z „Syzyfowych prac". Lecz z uroków marksizmu nie wyzwolił się nigdy. Ale był to marksizm pojmowany dość subiektywnie, o czym zgodnie zaświadczają jego biografiowie z dwóch historycznych epok: Zygmunt Zaremba w „Słowo o Wacławie Machajskim" z 1967 roku i Lech Dubel w „Zapomnianym proroku rewolucji. Szkicu o Janie Wacławie Machajskim" z roku 2009.

W 1917 roku Machajski wyruszył do ogarniętej chaosem Rosji, a po rewolucji październikowej zamieszkał w Moskwie. W napisanym wówczas dziele „Robotnicza rewolucja" napiętnował nawet bolszewików za wprowadzone przez nich roboty przymusowe. I, co więcej, zdobył całkiem sporą grupę wyznawców.

Zaremba pisze, że po zdobyciu władzy przez komunistów Machajski odrzucił proponowaną mu funkcję redaktora w czasopiśmie „Narodnoje choziajstwo", zadowalając się skromną posadą korektora technicznego pisma. Ominęły go komunistyczne śledztwa i sita. Zmarł w ojczyźnie proletariatu 26 lutego 1926 roku na atak serca.

eprasa.pl 5359cc8ce9

PO STRONIE SENIORA

WSPARCIE

Kto może starać się o zasiłek pogrzebowy z ZUS po śmierci bliskiej osoby. Takie są formalności

Organizacja pogrzebu wiąże się z konkretnymi wydatkami. Dlatego warto wiedzieć, z jakiego wsparcia można skorzystać. Jedną z form pomocy jest zasiłek pogrzebowy, który może choć trochę odciążyć finansowo rodzinę

Małgorzata Stempinska

Po niemal 15 latach bez podwyżek zasiłek pogrzebowy wzrósł z 4000 do 7000 złotych. Wyższa kwota obowiązuje od 1 stycznia 2026 roku. Wcześniej, od marca 2011 roku, maksymalna wysokość świadczenia wynosiła 4000 zł.

Nie każdy otrzyma jednak pełne 7000 zł. Wysokość wypłaty zależy od tego, kto poniósł wydatki na pogrzeb. – Członkowi rodziny osoby zmarłej przysługuje pełna kwota zasiłku, niezależnie od faktycznych kosztów. Osobie spoza rodziny lub innemu uprawnionemu podmiotowi świadczenie wypłacane jest do wysokości udokumentowanych wydatków, nie więcej jednak niż 7000 złotych. Jeśli koszty pokryło kilka osób lub instytucji, zasiłek dzieli się proporcjonalnie do poniesionych wydatków – zaznacza Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Jak dodaje, przepisy przewidują również waloryzację świadczenia od 1 marca, jeśli inflacja w poprzednim roku przekroczy 5 procent. W 2026 roku kwota zasiłku pozostała bez zmian.



FOT. FREEPIK.COM

Członkowi rodziny osoby zmarłej przysługuje pełna kwota zasiłku, niezależnie od faktycznych kosztów. Osobie spoza rodziny lub innemu uprawnionemu podmiotowi świadczenie wypłacane jest do wysokości udokumentowanych wydatków, nie więcej jednak niż 7000 złotych

Komu przysługuje zasiłek pogrzebowy

O zasiłek może ubiegać się osoba, która opłaciła pogrzeb osoby ubezpieczonej w ZUS, emeryta, rencisty lub członka ich rodziny oraz osoby, która w dniu śmierci nie miała ustalonego prawa do emerytury lub renty, lecz spełniała warunki do jej uzyskania i pobierania.

Do członków rodziny zalicza się m.in.:

- małżonka, także pozostającego w separacji;
- rodziców;
- ojczyma;
- macochę;
- dzieci własne;
- dzieci drugiego małżonka i przysposobione;
- dzieci przyjęte na wychowanie w ramach rodziny zastępczej;
- rodzeństwo;
- dziadków;
- wnuki;
- osoby, nad którymi ustanowiono opiekę prawną.

Świadczenie może otrzymać także osoba niespokrewniona ze zmarłym, np. pracodawca, dom pomocy społecznej, gmina, powiat lub osoba prawna kościoła albo związku wyznaniowego, jeśli pokryli koszty pogrzebu.

Wniosek o zasiłek wraz z dokumentami należy złożyć w ciągu 12 miesięcy od dnia śmierci osoby, której pogrzeb opłacono

KRYSTYNA MICHAŁEK,
rzeczniczka ZUS
Oddział w Bydgoszczy

Jakie wydatki uwzględnia ZUS do wypłaty zasiłku

Podstawą przyznania zasiłku są rachunki potwierdzające wydatki bezpośrednio związane z pochówkiem, poniesione od chwili śmierci do zakończenia pogrzebu. Nie zalicza się do nich m.in.:

- kosztów nagrobka;
- konsolacji, czyli spotkania po pogrzebie;
- opłaty pobieranej przez zakład pogrzebowy za złożenie wniosku w ZUS;
- kosztów związanych z funkcjonowaniem zakładu pogrzebowego.

– Sam zakup kwiatów również nie jest podstawą do otrzymania świadczenia. Faktura wystawiona wyłącznie za kwiaty nie potwierdza pokrycia kosztów pogrzebu uprawniających do zasiłku. Jeżeli istnieją przyczyny uniemożliwiające przedłożenie rachunku za trumnę lub urnę, należy to wyjaśnić – mówi Krystyna Michałek.

Jak złożyć wniosek i jakie dokumenty przygotować

Aby otrzymać zasiłek pogrzebowy, należy wypełnić wniosek o wypłatę zasiłku pogrzebowego (Z-12) i złożyć go w oddziale ZUS, przesłać pocztą tradycyjną, przekazać przez platformę eZUS lub za pośrednictwem upoważnionego zakładu pogrzebowego. Przy składaniu wniosku przez eZUS dokumenty, w tym rachunki, można dołączyć elektronicznie.

Do wniosku o zasiłek należy dołączyć:

- kartę zgonu lub jej kopię albo zaświadczenie lekarza posiadającego tytuł specjalisty w dziedzinie położnictwa i ginekologii lub lekarza w trakcie odbywania specjalizacji w tej dziedzinie albo położnej o martwym urodzeniu, bez względu na czas trwania ciąży, wydane na podstawie dokumentacji medycznej – w przypadku gdy nie został sporządzony akt urodzenia dziecka;
- rachunki poniesionych kosztów pogrzebu, a jeżeli rachunki zostały złożone w banku – kopie rachunków, potwierdzone przez bank za zgodność z oryginałem;
- dokument potwierdzający umieszczenie dziecka w rodzinie zastępczej.

Do wniosku o zasiłek pogrzebowy dołącza się również akt zgonu albo akt urodzenia dziecka, które urodziło się martwe, jeżeli dokumenty te zostały sporządzone za granicą.

Jeżeli Zakład Ubezpieczeń Społecznych nie będzie w stanie potwierdzić pokrewieństwa lub powinowactwa zgłaszającego wniosek z osobą zmarłą, a jest to niezbędne dla jego rozpatrzenia, wezwie wnioskodawcę do przedstawienia dokumentów potwierdzających te okoliczności w terminie nie krótszym niż 14 dni od dnia otrzymania wezwania. Nieprzedstawienie tych dokumentów spowoduje wydanie decyzji o odmowie wszczęcia postępowania.

Ile czasu jest na złożenie wniosku

Wniosek wraz z dokumentami należy złożyć w ciągu 12 miesięcy od dnia śmierci osoby, której pogrzeb opłacono. Jeśli dotrzymanie tego terminu było niemożliwe z powodu późniejszego odnalezienia lub zidentyfikowania zmarłego albo innych przyczyn całkowicie niezależnych od wnioskodawcy, termin wynosi 12 miesięcy od dnia pogrzebu. Trzeba wówczas dołączyć dokument potwierdzający przyczynę opóźnienia, np. zaświadczenie policji lub prokuratury, odpis zupełny aktu zgonu albo inny dokument urzędowy. ©℗

eprasa.pl 5359cc8ce9

FORMALNOŚCI

Emerytura lub renta po śmierci bliskiego. Kiedy można zatrzymać pieniądze, a kiedy trzeba je oddać

Co dzieje się z ostatnią emeryturą lub rentą zmarłego? Czy pieniądze, które wpłynęły na konto po śmierci, trzeba zwrócić? Czy można odebrać świadczenie od listonosza? Wyjaśniamy na przykładach

Małgorzata Stempinska



FOT. FREEPIK.COM

Aby otrzymać niezrealizowane świadczenie, należy złożyć wniosek ENS. Formularz jest dostępny w każdej placówce Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, na stronie internetowej Zakładu (www.zus.pl) oraz na platformie eZUS. Do wniosku trzeba dołączyć odpis aktu zgonu, chyba że został już wcześniej przekazany do ZUS, np. przy ubieganiu się o zasiłek pogrzebowy

Prawo do emerytury lub renty ustaje wraz ze śmiercią osoby uprawnionej. Świadczenie przysługuje jednak za cały miesiąc, w którym nastąpił zgon niezależnie od tego, czy osoba zmarła na początku, w połowie czy pod koniec miesiąca. Nie jest ono pomniejszane proporcjonalnie do liczby dni życia. Nie oznacza to jednak, że rodzina w każdej sytuacji może odebrać ostatnią wypłatę bez dodatkowych formalności.

Jeśli emeryturę lub rentę przyniósł listonosz jeszcze za życia świadczeniobiorcy, należną wypłatę można zatrzymać. – Na przykład jeśli pani Anna odebrała emeryturę za październik 20 października, a zmarła trzy dni później, rodzina nie musi zwracać pieniędzy do ZUS. Było to świadczenie należne, wypłacone jeszcze za jej życia. Gdyby natomiast listonosz przyszedł już po śmierci pani Anny, domownicy nie powinni przyjmować pieniędzy. W takiej sytuacji uprawniony członek rodziny może złożyć wniosek o wypłatę tej kwoty jako niezrealizowanego świadczenia – wyjaśnia Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Co w sytuacji, gdy pieniądze wpłyną na konto

Nieco inaczej wygląda sytuacja, gdy ZUS przekazuje emeryturę lub rentę na rachunek bankowy. Wypłatę za miesiąc, w którym zmarł świadczeniobiorca, można zatrzymać, nawet jeśli pieniądze wpłynęły już po jego śmierci. Np. jeśli pan Jan zmarł 10 października, a emerytura za październik wpłynęła na jego konto 15 października, nie trzeba jej zwracać do ZUS.

Zwrócić trzeba natomiast świadczenia za kolejne miesiące, nawet jeśli wpłynęły na konto jeszcze w miesiącu śmierci. Może się tak zdarzyć, gdy ZUS przekaże pieniądze wcześniej z powodu weekendu lub święta. Przykładowo: pani Maria zmarła 29 października. Jeśli emerytura za listopad wpłynęła na jej konto najpóźniej w dniu śmierci, nie trzeba jej zwracać. Jeśli jednak przelew dotarł 30 października, czyli już po jej śmierci, pieniądze należy oddać do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

Co to jest niezrealizowane świadczenie

Niezrealizowane świadczenie to pieniądze, które przysługiwały osobie zmarłej, ale nie zdążyła ich odebrać albo nie zostały jej wypłacone. Np. jeśli emeryt zmarł w październiku, a ZUS po otrzymaniu informacji o zgonie wstrzymał wypłatę świadczenia za ten miesiąc, uprawniony członek rodziny może ubiegać się o tę kwotę, składając odpowiedni wniosek.

Dotyczy to także sytuacji, gdy zmarły złożył wniosek o emeryturę lub rentę, ale nie doczekał wydania decyzji albo wystąpił o ponowne przeliczenie świadczenia i zmarł przed zakończeniem sprawy. – Wówczas należne mu pieniądze mogą zostać wypłacone uprawnionym członkom rodziny jako niezrealizowane świadczenie – mówi Krystyna Michałek.

O wypłatę niezrealizowanego świadczenia należy wystąpić przed upływem 12 miesięcy od śmierci osoby uprawnionej

KRYSTYNA MICHAŁEK
rzeczniczka ZUS Oddział w Bydgoszczy

Kto może ubiegać się o niezrealizowane świadczenie

- W pierwszej kolejności prawo do pieniędzy ma małżonek oraz dzieci, jeżeli prowadzili ze zmarłym wspólne gospodarstwo domowe.
- W drugiej kolejności – małżonek i dzieci, którzy ze zmarłym nie mieszkali. Jeśli jednak w rodzinie są zarówno osoby z pierwszej, jak i drugiej grupy, to w pierwszej kolejności uwzględnia się tych, którzy prowadzili wspólne gospodarstwo. Jeśli kilka osób ma prawo do wypłaty, ZUS dzieli pieniądze między nich po równo.
- W trzeciej kolejności – inni członkowie rodziny, którzy są uprawnieni do renty rodzinnej albo byli na utrzymaniu zmarłego. Oni mogą ubiegać się o świadczenie wtedy, gdy nie ma małżonka ani dzieci.

Jakie dokumenty trzeba złożyć do ZUS

Aby otrzymać niezrealizowane świadczenie, należy złożyć wniosek ENS. Formularz jest dostępny w każdej placówce Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, na stronie internetowej Zakładu (www.zus.pl) oraz na platformie eZUS. Do wniosku trzeba dołączyć odpis aktu zgonu, chyba że został już wcześniej przekazany do ZUS, np. przy ubieganiu się o zasiłek pogrzebowy.

Małżonek powinien dołączyć odpis aktu małżeństwa, a dziecko zmarłego – odpis aktu urodzenia. W zależności od sytuacji potrzebne są także oświadczenie lub inne dowody potwierdzające prowadzenie wspólnego gospodarstwa domowego albo przyczynianie się do utrzymania zmarłego.

Wniosek wraz z dokumentami można złożyć w dowolnej placówce ZUS, wysłać pocztą lub przekazać elektronicznie przez eZUS. W imieniu osoby uprawnionej może również działać pełnomocnik.

Ile czasu na złożenie wniosku do ZUS

O wypłatę niezrealizowanego świadczenia należy wystąpić przed upływem 12 miesięcy od dnia śmierci osoby uprawnionej. Po tym czasie roszczenie wygasa, chyba że został zgłoszony wniosek o dalsze prowadzenie postępowania w sprawie. Nie warto więc odkładać formalności, nawet jeśli rodzina potrzebuje czasu na zebranie dokumentów.

ZUS wydaje decyzję w ciągu 30 dni od wyjaśnienia ostatniej okoliczności niezbędnej do rozstrzygnięcia sprawy. Termin ten nie zawsze biegnie od dnia złożenia wniosku, ponieważ czasem konieczne jest uzupełnienie dokumentacji lub przeprowadzenie postępowania wyjaśniającego.

Niezrealizowane świadczenie podlega opodatkowaniu. Co do zasady, ZUS pobiera zaliczkę na podatek dochodowy i przekazuje ją do urzędu skarbowego. Po zakończeniu roku osoba, która otrzymała pieniądze po zmarłym, dostaje informację PIT-11. Na jej podstawie uwzględnia ten dochód w rocznym rozliczeniu podatkowym. ©℗

eprasa.pl 5359cc8ce9

PRZEPIS

Masz problem z zasypianiem? Wypróbuj ten magiczny napój. Składniki masz w swojej kuchni!

Długie, ciemne wieczory, zmiana czasu lub bezsenność – bez względu na powód trudności z zasypianiem przyda ci się magiczny napój na sen. Mleko cynamonowe zrobisz z dwóch składników, które prawdopodobnie masz w kuchni

Oprac. Gabriela Fedyk

Mleko cynamonowe to doskonały i prosty w przygotowaniu napój. Uspokaja umysł i ciało oraz wspomaga lepszy sen. Zawdzięcza to właściwościom zarówno cynamonu, jak i mleka.

Dlaczego mleko cynamonowe pomaga w zasypianiu?

Cynamon jest stosowany w medycynie od tysięcy lat. Rozgrzewa, pobudza i pomaga uspokoić układ nerwowy. Cynamon rozluźniania także mięśnie i usuwa napięcia z ciała, przez co może pomóc ci zasnąć. Z kolei zawarte w cynamonie przeciwutleniacze pomagają zmniejszyć stres, a także chronią komórki przed uszkodzeniem. Warto wiedzieć, że aldehyd cynamonowy jest głównym związkiem uważanym za odgrywający rolę w poprawie jakości snu w przypadku bezsenności.

Z kolei mleko jest dobrym źródłem tryptofanu – aminokwasu, który może pomóc w zasypianiu. Tryptofan nie jest naturalnie wytwarzany przez nasz organizm, więc musi być spożywany w celu uzyskania korzyści. Jest on również prekursorem melatoniny, która reguluje cykl snu i czuwania.



FOT. WIRESTOCK/FREEPIK

Mleko cynamonowe to naturalny środek nasenny. Jego przygotowanie jest bardzo proste. Warto spróbować

Połączenie mleka z cynamonem przed snem w postaci mleka cynamonowego to prosty przepis na przespaną noc.

Jak przygotować mleko cynamonowe?

Składniki:

- 1 szklanka mleka;
- 1 laska cynamonu (możesz też użyć 1 łyżeczkę sproszkowanego cynamonu + odrobina do dekoracji);
- miód lub cukier do smaku (około 1 łyżeczki) – opcjonalnie.

Przepis krok po kroku

1/ Do garnka dodaj mleko i korę cynamonu i gotuj na średnim ogniu. Poczekaj, aż zaczną pojawiać się małe bąbelki. Powinno to trwać nie dłużej niż 10 minut.

2/Usuń korę cynamonu i kożuch, który utworzył się na mleku.

3/Jeżeli chcesz uzyskać słodki smak, wymieszaj mleko cynamonowe z odrobiną cukru lub miodu.

4/ Przelej mleko do kubka i udekoruj odrobiną cynamonu w proszku. Smacznego!

Opcjonalnie możesz też dodać gwiazdkę anyżu lub szczyptę gałki muszkatołowej.

Anyż zawiera magnez i przeciwutleniacze, które wspierają wyciszenie i spokojny sen. Natomiast gałka muszkatołowa jest przyprawą o właściwościach uspokajających, przez co używana jest szczególnie w miesiącach jesiennych i zimowych.

Mleko cynamonowe pij 30-60 minut przed snem. Pamiętaj, żeby nie pić więcej niż kubek lub szklanka mleka cynamonowego. Spożywanie zbyt dużej tego napoju może nadmiernie obciążać żołądek oraz powodować nudności, bóle brzucha i biegunkę.

Dlaczego ten dodatek jest tak skuteczny?

Cynamon to jedna z najpopularniejszych przypraw. Jest ceniony nie tylko ze względu na swoje walory smakowe, ale także korzyści zdrowotne. Cynamon zawiera duże ilości bardzo silnych przeciwutleniaczy polifenolowych, które mają działanie przeciwzapalne, co może pomóc obniżyć ryzyko wielu chorób. Może poprawić niektóre kluczowe czynniki ryzyka chorób serca, w tym cholesterol, trójglicerydy i ciśnienie krwi.

Wykazano też, że cynamon znacząco zwiększa wrażliwość na insulinę, co może poprawić kontrolę poziomu cukru we krwi. Przyprawa ta obniża poziom cukru we krwi na czczo, gdy jest stosowana w dawkach od 1 do 6 g lub 0,5 do 2 łyżeczek dziennie.

Aldehyd cynamonowy ma właściwości przeciwgrzybicze i antybakteryjne, co może zmniejszać infekcje, a także próchnicę zębów i nieświeży oddech.

Czy mleko cynamonowe jest dla każdego?

Choć mleko cynamonowe może ułatwiać zasypianie, rozgrzewa i rozluźnia, to nie każdy powinien je pić. Kto powinien unikać mleka z cynamonem?

Po mleko cynamonowe nie powinny sięgać m.in.:

- osoby z alergią na mleko;
- osoby z alergią na cynamon;
- osoby mające problemy żołądkowe;
- osoby zmagające się z refluksem.

Warto również dodać, że w przypadku alergii na mleko lub nietolerancji laktozy możesz zastąpić mleko krowie napojem roślinnym, na przykład napojem owsianym.

0011605037

Wyrazy głębokiego współczucia

Radcy prawnemu

Adamowi Klim

z powodu śmierci

Taty

składają

Dziekan, Rada i Członkowie
Okręgowej Izby Radców Prawnych
w Białymstoku

0011605033

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia

Ewelinie Kramkowskiej

z powodu śmierci

Taty

składają

Dyrekcja i Pracownicy
PGE Dystrybucja S.A. Oddział Białystok

0011604874

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia

Jackowi Rybnikowi

z powodu śmierci

Taty

składa

Dyrekcja i Pracownicy
PGE Dystrybucja S.A. Oddział Białystok

REKLAMA 0011604646

Dyrektor Szkoły Podstawowej Nr 37
im. Kazimierza Górskiego w Białymstoku

podaje do publicznej wiadomości, iż w siedzibie Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. Słonimskiej 1 zostało wywieszone na tablicy ogłoszenie o wszczęciu postępowania w trybie przetargu nieograniczonego na wynajem powierzchni użytkowej w budynku szkoły z przeznaczeniem na jeden automat samosprzedający (vendingowy). Formularz oferty, wzór umowy najmu, oświadczenie oraz regulamin przetargu znajdują się na stronie internetowej szkoły https://sp37.edu.bialystok.pl.

REKLAMA 0011604662

KOMUNIKAT
Burmistrz Miasta Zambrów

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2026 r. poz. 399 z późn. zm.)

podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszone zostały na okres 21 dni (od 28.10.2026 roku do 18.11.2026 roku) następujące wykazy:

1. Lokali mieszkalnych położonych w Zambrowie: nr 35 przy ulicy Aleja Wojska Polskiego 49 B, nr 24 przy ulicy Wilsona 2, nr 33 przy ulicy Aleja Wojska Polskiego 49 C, nr 4 przy ulicy Grunwaldzkiej 6, nr 4 przy ulicy Wilsona 1 przeznaczonych do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemców.
2. Nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz użytkownika wieczystego położonej w Zambrowie przy ulicy Aleja Wojska Polskiego oznaczonej działką nr 1635/32 o pow. 0,0024 ha.
3. Wykaz nieruchomości przeznaczonej do najmu, stanowiącej część działki nr 2882.

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski **przetargi**

nasze komunikaty.pl

eprasa.pl 5359cc8ce9

PROGRAMOWO



G. 17:55

Detektywi

TVN

Katarzyna Kowalik i Paweł Drawicz trafiają w sieci na nekrolog strażaka. Nie byłoby to nic nietypowego, gdyby nie fakt, że zmarły mężczyzna był u nich w biurze kilka dni wcześniej... Paweł jedzie na cmentarz, gdzie odbywa się pogrzeb młodego mężczyzny. Wkrótce do detektywów docierają zaskakujące nowiny: okazuje się, że w domu matki zmarłego doszło do włamania, w wyniku którego kobieta została ranna. Detektywi ustalają, że jej sąsiad sprzedaje narkotyki i może być zamieszany w wypadek jej syna. Czy uda im się odkryć prawdę?

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Oskar, świeżo upieczony prezes Weksler Development, próbuje przejąć kluczowego klienta swojej żony. Makowski jednak stanowczo odmawia współpracy z kimkolwiek poza Kaliną. Hubert zabiera Paulinę na skromną, ale romantyczną podróż poślubną do Wadlewa. Marta odwiedza Szymona w szpitalu, gdzie ten zachowuje się bardzo podejrzanie i odsyła ją do domu. Marta spotyka po drodze przyjaciółki, które próbują poprawić jej nastrój.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Baliszewski proponuje Leśniewskiej poprowadzenie nowego programu wymyślonego przez Judytę. Słyszy to zdenerwowana Bradecka i sądzi, że to intryga Marty... Nagle Fabian przynosi sensacyjną nowinę – media plotkarskie trąbią o kontaktach syna Leśniewskich z pedofilem! Marta jest w szoku, a chwilę później dowiaduje się, że Stefek uciekł ze szkoły i zniknął! Lew ma powody do radości – na oddział trafia pacjent wymagający przełomowej operacji, którą od dawna planował! Nalepa chce przeprowadzić innowacyjny zabieg pokazowo – przed całym medycznym światem. Niespodziewanie, dyrektorka szpitala odmawia bo obiecała wspomnianą operację komuś innemu! Patrycja nie chce powiedzieć, kto uprzedził Lwa... Z kolei! Brygida, na prośbę Bożydara, próbuje odwieść teściową od udziału w telewizyjnym show. Niestety – Milena w mig domyśla się spisku i reaguje wściekłością. Oznajmia mężowi, że co by nie zrobił i jakiego podstępu by nie użył, ona i tak będzie półnaga biegać po Warszawie jako „królowa miejskiej dżungli”! Klusek się poddaje, ale on również stawia na swoim – w restauracji na dachu Wspólnej będzie bar z alkoholem, który żona tak torpedowała.

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Obecność Darii wywołuje kryzys między Renatą a Marcinem. Kobieta kategorycznie odmawia powrotu na terapię odwykową i nie szczędzi partnerowi gorzkich słów. W tym samym czasie Kodur wraz z policyjną partnerką odwiedza Oskara w rodzinie zastępczej, co pogłębia więź między nimi. Wrze też u Weroniki, która wpada we wściekłość po odkryciu, że Błażej w porozumieniu z Kornelem ocenzurował jej artykuł o nielegalnym handlu receptami na opioidy, wycinając kluczowy wątek dotyczący hotelu Stańskiego. Poważna kłótnia skutkuje ogromnym rozgoryczeniem i decyduje się spędzić noc u ojca. W firmie Oliwki zjawia się Tomasz w sprawie harmonogramu spłaty pożyczki. Krótka wizyta sprawia, że w dziewczynie na nowo odżywają dawne uczucia, podczas gdy Kępski spędza popołudnie na romantycznym spotkaniu z Grażyną.



G. 20:30

Ojciec Mateusz

TVP 1

Małgorzata Nowicka otrzymuje od przedsiębiorcy Krzysztofa Morasia propozycję powrotu do zawodu księgowej i poprowadzenia finansów jego firmy. Z kolei w tym samym czasie księdza Mateusza odwiedza brat Nowickiej – kleryk Stanisław – który zmaga się z poważnym kryzysem wiary i powołania. Wkrótce po tym, jak proboszcz poznaje prawdziwe przyczyny rozterek młodego mężczyzny, Małgorzata zostaje znaleziona dotkliwie pobita we własnym mieszkaniu.

G. 21:40

Zdrada

Polsat

Zeznania Bartka dają Patrykowi materiał do sformułowania aktu oskarżenia. Hubert wciąż próbuje zaradzić problemom syna i chce, by ciotka Elizy wycofała swoje zeznania. Paweł wyznaje Julii jak doszło do tego, że zaczął pracować dla Czarcińskiego. Kobieta obawia się o bezpieczeństwo swojego syna i traci cierpliwość, gdy Patryk zaczyna ją straszyć. Chce, by Paweł zerwał kontakty z Hubertem. Joachim nieoczekiwanie zjawia się w pustostanie, w którym przebywa Marek.

eprasa.pl 5359cc8ce9

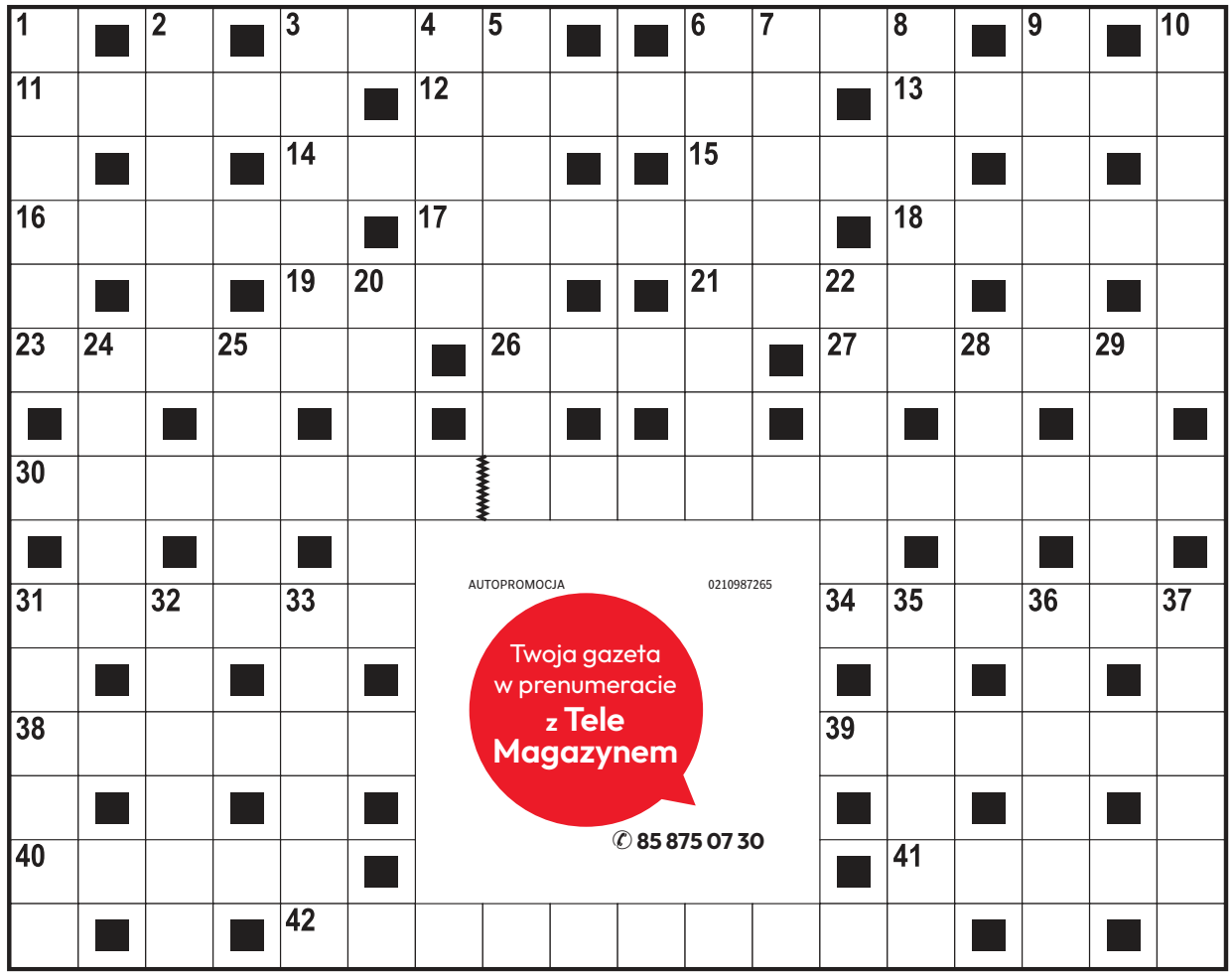
KRZYŻÓWKA NR 168

Poziomo:

3) jeden z głównych bogów nordyckich,
6) imię kilku papieży,
11) „… na kraterze”, powieść Melchiora Wańkowicza,
12) człowiek przesadnie poważny,
13) drzazga pod paznokciem,
14) założyciel wawelskiego grodu,
15) drapieżna ryba morska o spłaszczonym ciele,
16) nagranie dźwięku na taśmę,
17) układny sługa władcy,
18) pierwowzór hokeja na lodzie,
19) singapurski producent elektroniki,
21) skala barw lub dźwięków,
23) groźny wypadek na autostradzie,
26) dwukomorowy w kuchni,
27) unika życiowych przyjemności,
30) Monika Ross-Nawrot w „Klanie”,
31) historyczna powieść Bolesława Prusa,
34) tłusty, słony śledź,
38) pchnięcie szpadą lub rapierem,
39) stop odlewniczy żelaza z węglem,
40) gonitwa trzyletnich koni,
41) reprezentacja kraju w piłce nożnej,
42) np. „M. jak miłość” lub „Szansa na sukces”.

Pionowo:

1) odgłos z szermierczej planszy,
2) model auta z turyńskiej fabryki,
3) amerykański stan z Austin,
4) np. dwójka ze sternikiem,
5) przedmiot używany przez aktora,
6) państwo śródlądowe w Ameryce Południowej,
7) rodzinna wyspa Odyseusza,
8) świąteczny dzień w judaizmie,
9) pojedyncze lub złożone,
10) imię wykonawczyni piosenki „Ludzkie gadanie”,
20) naturalny krzemień glinu,
22) marka lodów koncernu Unilever,
24) cienka gałązka do chłosty,
25) Teatr Sensacji w TVP,
28) nie brak mu odwagi, zuch,
29) pajęczyca z filmów animowanych,
31) frontowa ściana kamienicy,
32) odbicie piłki serwisowej w tenisie,
33) wygłaszany przez prelegenta,
35) niewielka ścieżka parkowa,
36) epos przypisywany Homerowi,
37) Juraj Janosik lub Peter Sagan.

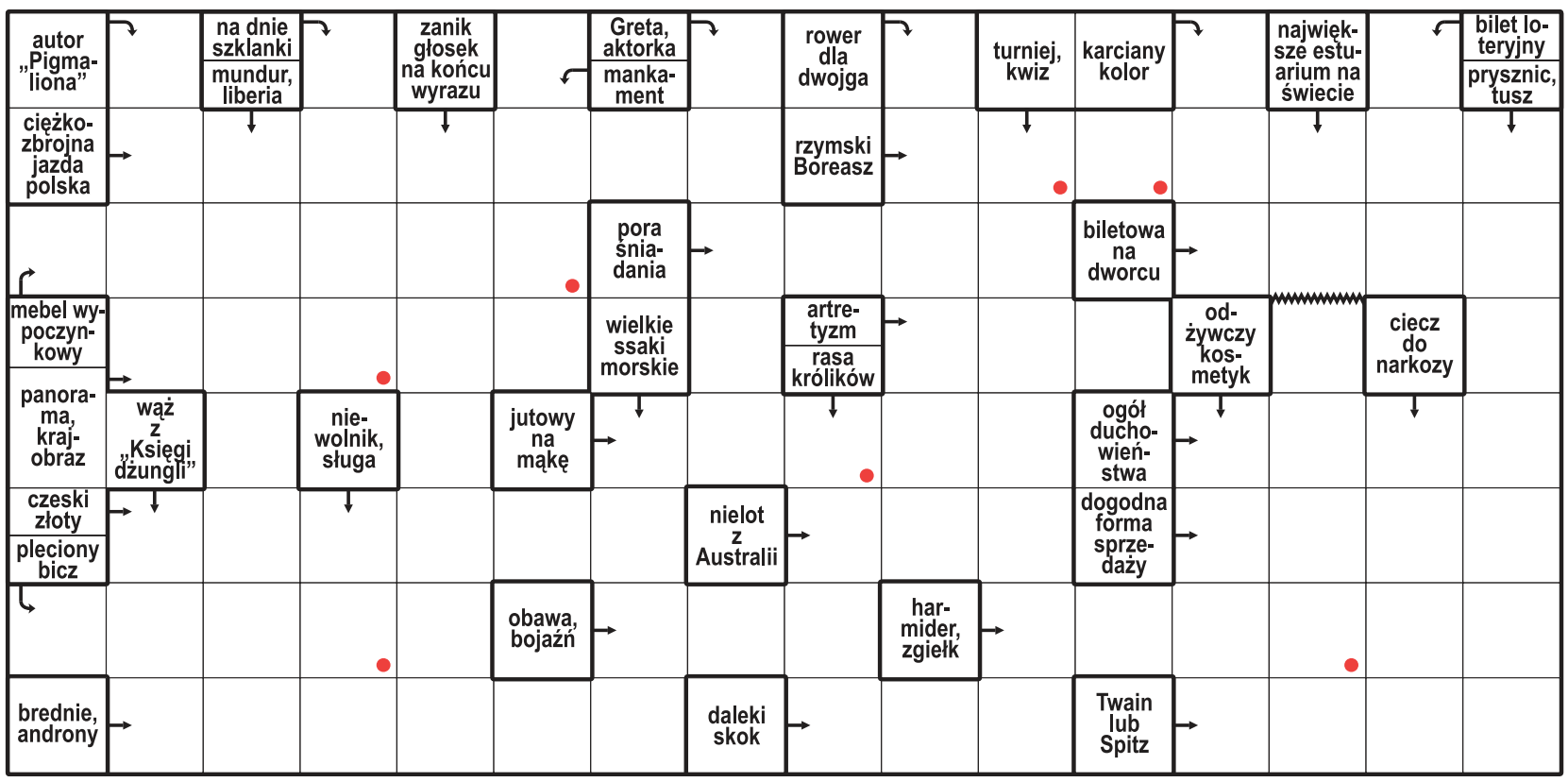


AUTOPROMOCJA 0210987265
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 85 875 07 30

ROZWIĄZANIE NR 167

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KWADRAT.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wrażliwość pomoże Ci dostrzec potrzeby bliskich. Horoskop dzienny radzi uporządkować swoje myśli.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywny pomysł zachwyci innych. Horoskop na dziś sugeruje nie rezygnować z własnej oryginalności.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie pierwsze efekty. Horoskop dzienny na czwartek radzi nie bać się prosić o pomoc.

Byk (20.04 - 20.05)
Nowa perspektywa doda Ci energii. Horoskop dzienny zaleca otwartość na propozycje innych osób.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja podpowie Ci właściwy kierunek. Horoskop na dziś to podpowiedź, by zachowywać dyskrecję.

Rak (22.06 - 22.07)
Gwiazdy sprzyjają porozumieniu. Horoskop dzienny na czwartek mówi, by nie odkładać ważnej rozmowy.

Lew (23.07 - 22.08)
Drobny szczegół okaże się ważny. Horoskop dzienny to wyraźna wskazówka, by zaufać swojej intuicji.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę otoczenia. Horoskop na dziś wróży, że zabłyśniesz wśród ludzi.

Waga (23.09 - 22.10)
Postaw na bliskich. Horoskop dzienny na czwartek mówi, że szczera rozmowa pomoże Ci odzyskać harmonię.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Czeka Cię szansa na nowe znajomości. Horoskop dzienny radzi wykorzystać czas na rozwijanie planów.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokojna rozmowa pomoże wyjaśnić nieporozumienie. Horoskop na dziś sugeruje wieczorem zadbać o siebie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Horoskop dzienny na czwartek przestrzega przed jakimkolwiek działaniem pod wpływem emocji.

eprasa.pl 5359cc8ce9

„AFRYKA WITA"

Nastolatkowie rozpoczynają olimpijską przygodę

14 zawodniczek i 10 zawodników złożyło ślubowanie w siedzibie PKOl przed wylotem reprezentacji Polski na 4. edycję Igrzysk Olimpijskich Młodzieży w Dakarze. W tej rangi imprezie wielką karierę rozpoczynała Iga Świątek

Paweł Wiśniewski



FOT. SZYMON SIKORA/PKOL

Reprezentacja Polski może nie jest liczna, ale jakościowo zapewne nie zawiedzie w Dakarze

Oficjalne motto zawodów w stolicy Senegalu, którego narodowym drzewem jest baobab, to „Afryka wita, Dakar świętuje".

4. edycja „Youth Olympic Games" (dla sportowców w wieku od 15 do 18 lat) to pierwsza w historii impreza o charakterze olimpijskim rozgrywana na kontynencie afrykańskim.

Organizatorzy oczekują około 2700 młodych sportowców, którzy będą rywalizować w 25 dyscyplinach. Zawody i towarzyszące im wydarzenia zaplanowano w Dakarze, Diamniadio i Saly – głównym ośrodku turystycznym Senegalu, półtora razy mniejszym od naszego kraju.

Polskę reprezentować będzie 24-osobowa grupa sportowców – 14 dziewcząt i 10 chłopców – którzy wystartują w 12 dyscyplinach: boksie, breakingu, judo, kolarstwie szosowym, koszykówce 3x3, lekkoatletyce, łucznictwie, pływaniu, szermierce, tenisie stołowym, triathlonie i windsurfingu.

To najmniej liczna polska ekipa w dotychczasowych startach w Igrzyskach Olimpijskich Młodzieży.

W Singapurze, w 2010 roku, zaprezentowało się 43 sportowców znad Wisły (m.in. szpadzistka Martyna Swatowska), cztery lata później w Nankinie – 59 (m.in. kajakarka górska Klaudia Zwolińska, lekkoatleci: Ewa Swoboda i Konrad Bukowiecki oraz tenisiści: Kamil Majchrzak i Jan Zieliński), a w 2018 roku w Buenos Aires – 69, w tym tenisistka Iga Świątek (chorąży otwarcia imprezy), która w turnieju deblistek – wraz ze Słowenką Kają Juvan – zdobyła złoty medal.

Co ciekawe, Raszynianka – licząca sobie wówczas 17 lat – w turnieju singlistek rozgrywanym na obiektach „Buenos Aires Lawn Tennis Club" przegrała już w ćwierćfinale z Francuską Clarą Burel 4:6, 2:6, a całe zawody wygrała... Kaja Juvan.

W miniony wtorek na ślubowaniu w siedzibie Polskiego Komitetu Olimpijskiego przemawiał m.in. minister sportu i turystyki Jakub Rutnicki.

– To jest wasza chwila, piękny i ważny moment w waszym życiu – stwierdził. – Wszystko podporządkowaliście temu, żeby być sportowcem i reprezentować Rzeczpospolitą. To dopiero początek tej wielkiej drogi i historii, którą za chwilę zaczniecie pisać w Dakarze. Jeśli będziecie mieć chwile zwątpienia, to pamiętajcie, że stoimy za wami murem i trzymamy za was kciuki. To wielki dzień. Biało-czerwona do góry! Wszystko będzie dobrze. Realizujcie i spełniajcie swoje marzenia.

Podczas uroczystości wręczenia nominacji olimpijskich momentem kulminacyjnym było ślubowanie złożone po odegraniu Mazurka Dąbrowskiego. W imieniu sportowców rotę odczytała reprezentantka Polski w windsurfingu Martinique Suchocka, która tego dnia obchodziła urodziny.

– W imieniu wszystkich zawodniczek i zawodników ślubuję, że weźmiemy udział w Igrzyskach Olimpijskich Młodzieży Dakar 2026, szanując i przestrzegając regulaminów, które nimi kierują, w prawdziwym duchu sportowego współzawodnictwa, wolnego od niedozwolonego dopingu, dla chwały sportu, honoru naszego kraju oraz osobistego zwycięstwa. Ślubuję!

Po tych słowach zgromadzeni sportowcy wspólnie powtórzyli: „Ślubuję!".

Jedną z większych polskich nadziei medalowych w Dakarze będzie tenisista stołowy Patryk Żyworonek, który wygrał turniej WTT Youth Contender w Słowenii.

Duży sukces ma również na swoim koncie kulomiotka Kinga Jackowska, która wywalczyła srebrny medal mistrzostw Europy do lat 18. – To rywalki mają się mnie bać, a nie ja ich – mówi.

W 2010 roku pływak z RPA Chad le Clos wywalczył 5 medali. Dwa lata później, na „dorosłych" igrzyskach w Londynie, zaszokował świat, pokonując genialnego Michaela Phelpsa na 200 metrów stylem motylkowym.

PIŁKA NOŻNA

Wybrano najlepszego napastnika Bayernu. Lewandowski daleko w tyle

Bartosz Głąb

Robert Lewandowski przez lata był uważany za jednego z dwóch najlepszych napastników Bayernu Monachium w historii. Teraz, gdy Harry Kane zdobył Złotą Piłkę, kapitan reprezentacji Polski znalazł się w cieniu Anglika. Coraz mniej kibiców pamięta, ile Bawarczycy zawdzięczają polskiemu napastnikowi.



FOT. REX FEATURES/EAST NEWS

Robert Lewanodwski spędził w Bayernie Monachium 8 lat. W tym czasie strzelił 344 goli we wszystkich rozgrywkach

Niemiecki portal t-online.de postanowił zapytać kibiców o najlepszego napastnika Bayernu Monachium w całej historii. Zwycięzcy sondy mogliśmy się spodziewać. Aż około 75 proc. głosujących wybrało Gerda Mullera, który dla Niemców jest prawdziwą ikoną piłki nożnej i dumą narodową. Na drugim miejscu... nie znalazł się Robert Lewandowski, a Harry Kane, który uzyskał 17 proc. głosów. Na Roberta Lewandowskiego postawiło zaledwie 5 proc. uczestników sondy. Z pewnością duży wpływ na wyniku miał fakt, że napastnik reprezentacji Anglii został pierwszym od trzydziestu lat przedstawicielem Bundesligi, który wygrał Złotą Piłkę.

– Oprócz liczb Kane dostarczył także argumenty za swoją nagrodą swoim stylem gry: Anglik regularnie wyróżnia się nie tylko jako strzelec goli, ale także aktywnie uczestniczy w przygotowaniach do meczu. Aby to osiągnąć, czasem cofa się głęboko na własną połowę, dość rzadka interpretacja pozycji napastnika do tej pory – skomentował wyniki plebiscytu France Football niemiecki dziennik Kicker.

Niemieccy kibice chyba zapomnieli, że Polak przez 8 lat pobytu w stolicy Bawarii zdominował pozycję napastnika w lidze niemieckiej, a w 2020 roku poprowadził drużynę do wygrania Ligi Mistrzów. Harry Kane dla Bayernu Monachium na ten moment zdobył o ponad 185 mniej goli od 38-letniego obecnie kapitana reprezentacji Polski.

Na postrzeganie Anglika względem Roberta Lewandowskiego może wpływać fakt, że jest on czołową postacią znacznie silniejszej reprezentacji. Polak przez praktycznie całą swoją karierę był zdecydowanie ponad swoimi kolegami z kadry narodowej. Medialność 5 lat młodszego snajpera oraz wysoka skuteczność wcześniej w bardziej wymagającej Premier League sprawia, że wielu fanów piłki nożnej bardziej docenia Harry'ego Kane, który sportowo osiągnął zdecydowanie mniej od polskiego napastnika.

Przypomnijmy, że na ten moment Robert Lewandowski pozostaje wciąż zawodnikiem z największą liczbą goli w jednym sezonie Bundesligi (41). Anglik natomiast dwukrotnie zakończył rozgrywki z liczbą 36 trafień, a raz miał ich tylko 26. W obecnym sezonie liderem klasyfikacji strzelców w lidze niemieckiej jest natomiast Niclas Fuellkrug z Werderu Brema, który ma na swoim koncie 8 bramek.

eprasa.pl 5359cc8ce9

SPORT

Dziś w ramach Pucharu Polski siatkarki BAS KB Białystok zagrają na wyjeździe z Enea Energetyk Poznań. Początek spotkania o godz. 16.

BADMINTON

Inauguracja PGE Polska Ekstraliga. Cztery mecze i wszystkie po 7:0

Mariusz Klimaszewski

Wystartowała PGE Polska Ekstraliga Badmintona. W Suwałki Arena rozegrane zostały cztery mecze i wszystkie zakończyły się wynikiem 7:0

Inauguracja rozgrywek PGE Polskiej Ekstraligi Badmintona miała bardzo uroczysty charakter, a poprzedziła ją specjalna konferencja prasowa. Podczas niej zaprezentowała się ósemka uczestników rozgrywek: Legia Warszawa, UKS HUBAL-KAWASAKI Białystok, SKB LITPOL-MALOW Suwałki, WWL BADMINTON MARCOVIA Marki, KS Badminton Kobierzyce, WKS Śląsk Wrocław bonabanco, Unia Bieruń, OSSM-SMS Białystok.

Zespoły te rozegrały 1. kolejkę w Suwałki Arena. Po zwycięstwa sięgnęły Legia Warszawa, UKS HUBAL-KAWASAKI Białystok, SKB LITPOL-MALOW Suwałki oraz WWL BADMINTON MARCOVIA Marki, a każde spotkanie zakończyło się wynikiem 7:0.

W spotkaniu Hubala ze Śląskiem Wrocław Aria Dinata zwyciężył w singlu z Maksymilianem Danielakiem (15:9, 15:11) oraz w deblu z Pawłem Śmiłowskim przeciwko Danielakowi i Bartoszowi Gałązce (15:13, 15:3).

Gospodarze z Suwałk spotkali się z Unią Bieruń. Punkty dla SKB Litpol-Malow zdobyli Joanna Sobolewska i Wen Yu Zhang oraz Robert Cybulski i Villian Villeger w grach podwójnych, w singlach Uliana Wolska, Dominik Kwinta, Wen Yu Zhang i Mikołaj Szymanowski, a w mikście – Villian Villeger i Maja Janko.

W innych meczach Legia Warszawa wygrała z KS-em Badminton Kobierzyce 7:0, a WWL Badminton Marcovia Marki wygrała z OSSM-SMS Białystok 7:0.

Druga kolejka PGE Ekstraligi zostanie rozegrana 16-17 listopada. Hubal Kawasaki podejmie Legię Warszawa, a OSSM-SMS – Unię Bieruń. Dzień później Śląsk Wrocław Bonabanco zmierzy się z SKB Litpol-Malow Suwałki, a KS Badminton Kobierzyce zagra z WWL Badminton Marcovią Marki.

Medalowe żniwa juniorów i młodzieżowców

W Zielonce odbyły się Mistrzostwa Polski Młodzieżowców i Juniorów w Badmintonie. Z sześcioma medalami do domu powróciła ekipa Suwalskiego Klubu Badmintona.

Medale wywalczyli: Joanna Sobolewska w grze pojedynczej kobiet, Maja Janko w grze mieszanej w parze z Mikołajem Morawskim (UKS Unia Bieruń), Aleksandra Wasilewska w grze podwójnej juniorek w parze z Oliwią Kanik (ULKS Lotka gm. Olsztyn), Jan Szeszko w grze podwójnej mężczyzn w parze z Adamem Winciaszkiem (UKS Hubal Białystok), Joanna Sobolewska/Maja Janko w grze podwójnej kobiet oraz Oliwia Niedźwiedzka w grze mieszanej w parze z Janem Frańczakiem (UKS Hubal Białystok).



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Druga kolejka PGE Polska Ekstraliga Badmintona odbędzie się 16-17 listopada

PIŁKA NOŻNA

Arogancka odpowiedź szefa Kolegium Sędziów PZPN

Mariusz Klimaszewski

Jagiellonia Białystok po upomnieniu się o wyjaśnienie kontrowersyjnych decyzji sędziowskich w meczach Żółto-Czerwonych z Górnikiem Zabrze i Legią Warszawa wreszcie otrzymała odpowiedź od Kolegium Sędziów PZPN.

Oto jej treść podpisana przez przewodniczącego Kolegium Sędziów PZPN Marcina Szulca.

„W odpowiedzi na pismo z dnia 12 października 2026 r. w sprawie analizy zdarzeń w meczach 9 i 10 kolejki PKO BP Ekstraklasy Jagiellonia Białystok - Legia Warszawa, a także Jagiellonia Białystok - Górnik Zabrze uprzejmie informuję, że wskazane sytuacje były już kompleksowo omawiane i analizowane w przestrzeni publicznej. Swoją opinię wyrazili komentatorzy i eksperci TV, sędzia zawodów, a także Przewodniczący Kolegium Sędziów PZPN.

W reakcji na bieżące potrzeby, kluczowe informacje zostały przekazane za pośrednictwem środków masowego przekazu. W mojej ocenie powielanie tych samych argumentów nie wnosi nowej wartości. Uważam, że dalsze angażowanie zasobów w polemikę nie przybliża nas do realizacji strategicznych celów. Zachęcam do zapoznania się z dotychczasowym przekazem, w tym z opiniami, które zostały przedstawione w mediach.

Pozostaję w przekonaniu, że wyjaśniają one zawitości Przepisów Gry i wskazują na praktyczne aspekty ich stosowania w konkretnych sytuacjach.

Przypominam, że Kolegium Sędziów PZPN co do zasady nie dokonuje indywidualnych interpretacji zdarzeń boiskowych i nie komentuje decyzji sędziów na wniosek zainteresowanych klubów. Chcę wyraźnie zaznaczyć, że przyjęta strategia nie przewiduje dalszej wymiany poglądów w sprawie ani wymiany dotychczasowych procedur."

Trzeba przyznać, że odpowiedź jest wyjątkowo arogancka, a w przedstawionych kwestiach pan Marcin Szulc po prostu myli się.

Przecież KS PZPN oficjalnie przedstawia na stronie internetowej laczynaspilka.pl analizy decyzji sędziowskich i szeroko je omawia. Tylko po ostatniej kolejce ekstraklasy tak uczyniono w przypadku decyzji sędziów w meczach: Wisła Kraków - Raków, Jagiellonia - Wisła Płock, Piast - Cracovia, Widzew - Górnik i Motor - Zagłębie Lubin.

Przypomnijmy kuriozalne wytłumaczenie decyzji sędziego meczu Jagiellonii z Wisłą Płock o piłce nieoczekiwnej, która trafiła w rękę piłkarza Wisły, która była przy ciele.

Dodajmy, że prawie identyczną odpowiedź, co Jagiellonia otrzymała od szefa KS PZPN Wisła Kraków, która również chciała otrzymać od PZPN wykładnię podjętych decyzji sędziowskich w meczach z jej udziałem, co jest kolejnym kuriozum władz sędziowskich.



FOT. EWELINA ZGIET

Na meczu Jagiellonii Białystok z Górnikiem Zabrze było wiele krzywdzących decyzji sędziego wobec Żółto-Czerwonych

PIŁKA NOŻNA - CELNTRALNA LIGA JUNIORÓW

Wymiana ciosów Jagiellonii z Arkonią

Mariusz Klimaszewski

Wymiana ciosów nastąpiła między juniorami Jagiellonii a Arkonii Szczecin w 12. kolejce spotkań Centralnej Ligi Juniorów. Mecz zakończył się remisem 4:4

Piłkarze Jagiellonii trzy razy wychodzili na prowadzenie. Arkonia za każdym razem doprowadzała do remisu. Spotkanie zakończyła bramka rywali na 4:4 zdobyta w 90 minucie gry.

Pierwsza połowa na pewno nie była jeszcze tak otwarta jak druga. Szczególnie jeśli chodzi o wykreowane sytuacje bramkowe jednej i drugiej drużyny. Pierwsza dość wyrównana, też wynik 1:1. W drugiej myślę, że przejeliśmy kontrolę. Zaczęliśmy kreować sobie sytuacje i niestety straciliśmy bramkę w prosty sposób po rzucie karnym. Do tego momentu Arkonia nie oddała praktycznie strzału dlatego szkoda, bo mieliśmy dobry moment, a tego momentu nie wykorzystaliśmy - mówił klubowym mediom Jagiellonii trener Jan Pawłowski.

Juniorzy młodsi Jagiellonii przegrali na wyjeździe z Górnikiem Łęczna 1:3.

Jagiellonia Białystok - Arkonia Szczecin 4:4 (1:1).
Bramki: 1:0 Antoni Kozłowski 9, 1:1 Wiktor Jacuła 28, 1:2 Patryk Kosiński 55 z karnego, 2:2 Mikołaj Opyd 70, 3:2 Mikołaj Opyd 79, 3:3 Marceli Pawlaczyk 83, 4:3 Mikołaj Opyd 88, 4:4 Marceli Pawlaczyk 90.

CLJ U17
Górnik Łęczna - Jagiellonia Białystok 3:1 (1:1).
Bramki: 0:1 Filip Reszka 27, 1:1 Hubert Kostek 29, 2:1 Igor Brodacz 80, 3:1 Adam Kornacki 82.

eprasa.pl 5359cc8ce9