DZIŚ STRONA ZDROWIA

GRZYBOBRANIE NIE DLA KAŻDEGO

KTO POWINIEN UNIKAĆ GRZYBÓW, A KTO UWAŻAĆ?

Nr ISSN 0866-9511
Nr indeksu 350354

www.poranny.pl

Nr 165 (10813) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 26.08.2026

36 lat

Kurier Poranny

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Nauka

Ponad 300 osób z całego świata na konferencji w Białymstoku

Przez najbliższe kilka dni osoby z 34 krajów będą dyskutować na UwB m.in. o najważniejszych wyzwaniach w edukacji nauczycieli
– Str. 4

Edukacja

Od września wchodzą nowe zasady żywienia w szkołach

Ponad 200 osób z podlaskich szkół i przedszkoli wzięło udział w Białymstoku w Forum Zdrowego Żywienia „Dieta Planetarna”
– Str. 5

280 przydomowych oczyszczalni ścieków powstanie w ośmiu gminach w Podlaskiem ze wsparciem UE **– Str. 3**

Filip Nowak, prezes Narodowego Funduszu Zdrowia: Lekarz będzie związany z placówką na stałe lub w szerszym wymiarze czasu pracy
– Str. 2



FOT. NFZ

Inwestycje

Budowa hali widowiskowo-sportowej coraz bliżej. Miasto wybrało wykonawcę

oprac. Magdalena Kleban

Miasto rozstrzygnęło przetarg na budowę hali widowisko-wo-sportowej w Białymstoku. Po szczegółowej weryfikacji okazało się, że najkorzystniej-szą ofertę złożyła firma z województwa podlaskiego – Unibep SA.

Bielska firma ma wybudować halę sportowo-widowiskową w Białymstoku w ciągu 30 miesięcy, pod warunkiem oczywiście, że nie wpłyną odwołania od tej decyzji.

– Po szczegółowej analizie złożonych ofert i weryfikacji dokumentów okazało się, że najkorzystniejszą złożył Unibep – mówi prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski.

Miasto rozstrzygnęło przetarg na budowę hali widowiskowo-sportowej w poniedziałek, 24 sierpnia. Postawiło na ofertę, którą złożyła firma Unibep SA – 483 119 357,06 zł. O realizację inwestycji ubiegały się jeszcze dwie inne firmy: Mirbud SA z siedzibą w Skierniewicach – 484 829 100 zł, Konsorcjum NDI SA (lider) i NDI Sopot SA (partner) z Sopotu – 537 710 411,05 zł.



WIZUALIZACJA UM BIAŁYSTOK

Hala ma powstać przy ul. Ciołkowskiego. To czterokondygnacyjny obiekt dla sportowców i artystów z widownią na około 6,4 tys. osób

Wcześniej zgodę na zwiększenie budżetu na budowę hali musieli wyrazić białostoccy radni. Stało się tak w ubiegłym tygodniu. Radni nie byli jednogłośni, ale udało się zwiększyć kwotę przeznaczoną na tę inwestycję w Wieloletniej Prognozie Finansowej o 70 mln zł, co było warunkiem koniecznym, żeby w ogóle rozstrzygnąć ten przetarg (wcześniej budżet na tę inwestycję zakładał wydatek rzędu 420 mln zł).

Po podpisaniu umowy wykonawca będzie miał 30 miesięcy na zrealizowanie zadania. W ramach inwestycji ma powstać czterokondygnacyjna hala widowiskowo-sportowa (ponad 30 tys. mkw. powierzchni) wraz z boiskiem głównym i treningowym z widowniami, zespołem odnowy i rekreacji, pomieszczeniami zawodników, artystów, mediów, służb porządkowych i technicznych, pomieszczeniami dla gastronomii, administracji, magazynowymi i komercyjnymi oraz zespół konferencyjny.

W hali będzie ok. 6,4 tys. miejsc na widowni. W obiekcie będzie możliwe organizowanie głównie imprez sportowych, ale także koncertów, spektakli, występów artystycznych itp.

Teraz Miasto czeka na ruch dwóch firm, które nie wygrały przetargu. – Jeśli w ciągu dziesięciu dni nie wpłyną odwołania, będziemy mogli podpisywać umowę – podkreśla prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski. – Nadal intensywnie koncentrujemy się na tym, aby hala widowiskowo-sportowa powstała i służyła mieszkańcom jak najszybciej – zapewnia.

Miasto podkreśla, że ze swojej strony działa najszybciej jak to możliwe i ma nadzieję, że dalsze opóźnienia już nie nastąpią.

Komunikacja

14 nowych elektryków wyruszy na drogi w regionie

14 nowych autobusów elektrycznych kupionych przez spółkę samorządu województwa podlaskiego PKS Nova wyjedzie na trasy po regionie. Koszt to ponad 47,3 mln zł, 34 mln zł to dotacja z KPO.

Wczoraj w centrum Białegostoku zaprezentowano autobusy – to pojazdy marki Yutong, które dostarczyła wybrana w przetargu firma Busnex Poland. W trzech miastach: Białymstoku, Łomży i Suwałkach będzie też łącznie 10 ładowarek do tych autobusów.

Umowę na autobusy PKS Nova zawarła pod koniec września 2025 r.

Władze województwa oraz spółki PKS Nova podkreśliły podczas prezentacji autobusów, że to największa dotychczasowa inwestycja w tabor w tej spółce. Wszystko ma wpływać na poprawę komunikacji publicznej w regionie, walkę z wykluczeniem komunikacyjnym i większy komfort jazdy.

Marszałek województwa Łukasz Prokorym poinformował, że każdy z zakupionych autobusów ma zasięg do 400 km (na jednym ładowaniu), co powinno sprawdzić się na drogach w Podlaskiem. Pojazdy są klimatyzowane i dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Prezes PKS Nova Wojciech Sienicki ocenił, że autobusy elektryczne są symbolem zmian, które zachodzą w spółce. Zapowiedział, że trwają prace w spółce nad koncepcją zakupów kolejnych 12 takich autobusów oraz nad odnową taboru o napędzie tradycyjnym. **(PAP)**
str. 3

eprasa.pl 59c708d81a

POLECAMY

JUTRO: Co umieścić w „kopercie bezpieczeństwa” PIĄTEK: Szkoła bez komórek

26.08.2026 Środa

KURIER PORANNY
GAZETA WSPÓŁCZESNA
POLSKA PRESS GRUPA

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

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

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

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

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

Z KALENDARZA

26 sierpnia 2026

Dziś 238. dzień roku.
Do końca roku pozostało 127 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 5.28, zachód o godzinie 19.30. Dzień będzie trwać 14 godzin i 2 minuty. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 roku dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 2 godziny i 54 minuty i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 6 godzin i 29 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Adrianna, Aleksander, Ireneusz, Joanna, Maria, Teresa

KALENDARIUM

1939
Eksperymentalna stacja telewizyjna w Warszawie wyemitowała pierwszy film (Barbara Radziwiłłówna w reżyserii Józefa Lejtesa).

1941
Benito Mussolini przybył ze swą pierwszą wizytą do kwatery głównej Adolfa Hitlera w Wilczym Szańcu pod Kętrzynem.

1943
Niemiecka żandarmeria dokonała masakry 58 mieszkańców wsi Jasionowo na Suwalszczyźnie.

1956
Na Jasnej Górze złożone zostały Jasnogórskie Śluby Narodu Polskiego, zredagowane przez internowanego prymasa kardynała Stefana Wyszyńskiego.

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
23°C/8°C	23°C/10°C	22°C/8°C

ROZMOWA

Prezes NFZ: lekarz będzie związany z placówką na stałe lub w szerszym wymiarze czasu pracy

Aneta Pawłowska-Krać/ PAP

Wprowadzenie limitów wynagrodzeń dla medyków poprawi kondycję finansową placówek medycznych – mówi prezes Narodowego Funduszu Zdrowia Filip Nowak.


FOT. NFZ

Jak na NFZ i jego finanse wpłyną planowane zmiany w ochronie zdrowia, czyli np. ustalenie maksymalnej stawki godzinowej dla medyków na poziomie 240 zł brutto, ograniczenie czasu pracy do dwóch etatów, czy wymóg pracy w wymiarze przynajmniej pół etatu w jednej placówce?

Będzie to miało zasadniczy wpływ na dostępność i bezpieczeństwo świadczeń, a także lepszą opiekę dla pacjentów, bo lekarz będzie związany z placówką na stałe, czy też w szerszym wymiarze czasu pracy. Wprowadzenie maksymalnego wynagrodzenia poprawi kondycję finansową placówek medycznych. Ich dobra kondycja finansowa to także mniejsza presja na nieograniczony, a więc nierealny poziom finansowania z NFZ. Wciąż mamy w pamięci czas po COVID-19. Paradoksalnie ów kryzys spowodował hossę w zarobkach lekarzy, ale także w kondycji finansowej szpitali, bo część zasobu kadr medycznych, zazwyczaj finansowanego ze składek zdrowotnych, była wtedy finansowana z budżetu państwa, z funduszu COVID-owego. Niektórzy świadczeniodawcy opierali swoją strategię na tym, że NFZ będzie płacił za wszystkie świadczenia w pełnej stawce. Ta strategia była dobra na rok czy dwa, ale wiedząc jak działa system finansowany ze środków publicznych i znając ograniczenia wynikające z wysokości składki zdrowotnej, trzeba było tę strategię dostosować do realiów. Sytuacja wróciła do stanu sprzed pandemii i planowanie realizacji świadczeń musi korespondować z zasadami obowiązującymi „od zawsze”, co oznacza m.in., że Fundusz bez zwłoki reguluje rachunki wynikające z wartości kontraktu. Natomiast przychody za świadczenia zrealizowane powyżej wartości umowy są finansowane zgodnie z możliwościami płatnika. Poza tzw. świadczeniami nielimitowanymi, nie ma gwarancji ceny i finansowania pozostałych świadczeń przewyższających wartość kontraktu.

Filip Nowak, prezes Narodowego Funduszu Zdrowia

Czy planowane zmiany wpłyną na sytuację NFZ?

To jest działanie zmierzające do stabilizacji rynku medycznego, do tego, żeby placówki medyczne nie musiały wpadać w „korkociąg”, wynikający z coraz to wyższych wynagrodzeń. Choć może nieidealne, to w obecnej sytuacji takie rozwiązanie jest niezbędne - do momentu zmiany struktury udzielanych świadczeń. Mamy zbyt rozbudowaną bazę szpitali działających w trybie ostrodyżurowym, o czym mówię od dłuższego czasu.

Wśród planowanych zmian jest wymóg, żeby lekarz był zatrudniony przynajmniej na pół etatu. Ale w wielu miejscach lekarz jest potrzebny w mniejszym wymiarze godzin. Efekt może być taki, że szpitale nie będą miały lekarzy konsultujących, a małe poradnie specjalistyczne będą musiały się zamknąć.

Model, do którego dążymy, i który jako NFZ opiniujemy – bo wszelkie rozwiązania są poddawane opiniowaniu – przewiduje, że konsultacje lekarskie będą mieć miejsce. Rozmawiamy o tym, żeby specjalności ambulatoryjne nie były objęte tym wymogiem. Są też specjalności, jak na przykład radiologia, w których przypadku też powinniśmy przedyskutować jak to powinno działać. Natomiast zasadniczo chodzi o to, żeby podstawowy skład medyczny – lekarze biorący udział w interwencjach medycznych, które wymagają później np. działania rewizyjnego – znali pacjentów i nie znikali po zabiegu.

Jaki jest stan finansów NFZ? Ile pieniędzy zabraknie w tym roku?

Na kontrakty zawarte przez Narodowy Fundusz Zdrowia środków nie zabraknie, ponieważ fundusze na ten cel są zabezpieczone w planie finansowym NFZ. Mamy natomiast poważny problem ze świadczeniami wykonywanymi powyżej wartości umowy. I luka finansowa dotyczy właśnie tzw. nadwykonań.

Jaka to kwota?

Aktualnie około 14 mld zł.

Brakowało więcej, o prawie 10 mld zł.

Otrzymaliśmy dodatkowe środki z budżetu państwa w ramach dotacji. Ponadto Agencja Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji wprowadziła korekty do części wycen świadczeń. Zmieniono część wycen, które miały m.in. wpływ na wysokie wynagrodzenia, czy to w neurochirurgii, czy częściowo w chirurgii. Do tego doszły działania racjonalizatorskie po stronie NFZ. W efekcie luka jest dziś mniejsza od pierwotnie szanowanej.

eprasa.pl 59c708d81a

KOMUNIKACJA

Nowe autobusy elektryczne wyjadą na podlaskie drogi

Magdalena Kleban

Spółka PKS Nova zaprezentowała wczoraj Białostoczanom 14 nowych elektrycznych autobusów. Wartość tej inwestycji to 47 milionów zł, z czego 34 miliony zł to dotacja z KPO.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Autobusy zaprezentowano wczoraj na Rynku Kościuszki

– Dzisiejsza prezentacja to dla nas nie jest taki zwykły pokaz nowoczesnego taboru. To symbol przemian, które zachodzą w naszej spółce – mówił Wojciech Sienicki, prezes PKS Nova SA. – Spółka pracuje obecnie nad pozyskaniem kolejnych 12 takich autobusów. Jednocześnie staramy się odnowić tabor o tradycyjnym napędzie.

Wczoraj na Rynku Kościuszki w Białymstoku zostały zaprezentowane autobusy elektryczne, które wzbogacą tabor PKS Nova. To największa taka inwestycja w historii spółki. Nowe autobusy mają zasięg do 400 km, są dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych, mają klimatyzację. To pojazdy marki Yutong, które dostarczyła wybrana w przetargu firma Busnex Poland.

Prezentacja elektrycznej floty jest elementem procesu modernizacji taboru PKS Nova i kolejnego etapu rozwoju nowoczesnego transportu publicznego w regionie.

– Dla nas najważniejsze jest budowanie efektywnego systemu komunikacji publicznej w województwie. I sądzimy, że PKS Nowa może być tutaj motorem właśnie budowy takiego systemu i również przyczynić się bardzo do zwalczania wykluczenia transportowego, które niestety w naszym województwie podlaskim jest jedne z największych w Polsce – dodał Wojciech Sienicki.

PKS Nova od lat boryka się z trudnościami, rentownością. Nowy zarząd spółki ma przerwać tę złą passę.

– Nasi włodarze w gminach i w miastach są nam bardzo przychylni, spotykam się regularnie z włodarzami miast i gmin. W efekcie pojawiają kolejne zlecenia – podkreślał Adam Byglewski z PKS Nova. – To, mam nadzieję, spowoduje, że wynik finansowy spółki będzie coraz lepszy, a na pewno na przestrzeni następnych dwóch lat przy tym zaangażowaniu wyjdziemy na bardzo ładną, prostą, łącznie z obsługą podróżnych, obsługą naszych mieszkańców.

Zamówienie zostało zrealizowane w ramach przedsięwzięcia objętego wsparciem bezzwrotnym z planu rozwojowego w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności.

– Od początku tej kadencji mówimy o tym, że rozwój transportu zbiorowego jest jednym z priorytetów obecnych władz województwa – mówił marszałek Łukasz Prokorym. – Ale trzeba sobie powiedzieć wprost, że ten zakup nie mógłby być zrealizowany, gdyby nie środki z Krajowego Planu Odbudowy. Dlatego te 14 autobusów to jest wielka duma naszego PKS-u i te przewozy będą mogły być wykonywane w dużo bardziej komfortowych warunkach.

REGION

W ośmiu gminach powstanie 280 przydomowych oczyszczalni ścieków

Magdalena Kleban

Gminy: Bargłów Kościelny, Filipów, Krynki, Mały Płock, Sztabin, Turośl, Radziłów i Wyszki otrzymają łącznie blisko 8,7 mln zł. Dotacje dla poszczególnych samorządów są zróżnicowane i wynoszą od ponad 400 tys. zł do 1,5 mln zł.

280 przydomowych oczyszczalni ścieków powstanie w ośmiu gminach w Podlaskiem ze wsparciem UE. Wczoraj w Białymstoku samorządowcy odebrali umowy na te dotacje.

– To niezwykle ważne – środki pochodzące ze Wspólnej Polityki Rolnej, dedykowane są ochronie środowiska oraz poprawie jakości życia naszych mieszkańców w miejscach, gdzie budowa zbiorczej sieci kanalizacyjnej jest zbyt droga lub technicznie niemożliwa – podkreślił marszałek Łukasz Prokorym w czasie uroczystości przekazania umów. – W naborze wpłynęło 49 wniosków. Dzisiaj przekazujemy pierwsze umowy na łączną kwotę prawie 9 mln zł, a wartość całej alokacji dla naszego województwa to 48 mln zł. Maksymalnie gmina mogła otrzymać 1,5 mln zł.

Najmniejsze dofinansowanie wyniosło 400 tys. i trafiło do Krynek, ale jak przyznała burmistrz Jolanta Gudalewska – gmina wystąpiła o tyle, ile wnioskowali mieszkańcy.

Gmina Mały Płock otrzymała 1,5 mln zł. – Dzięki temu będą pieniądze na 50 przydomowych oczyszczalni – mówił wójt Jan Robert Konopka. – Zainteresowanie tym programem jest bardzo duże.

Z kolei w gminie Radziłów zgłosiło się 27 osób zainteresowanych realizacją tego programu. – Dzięki temu i budżet będzie mniej obciążony, bo wcześniej było to ujęte w budżecie gminy – przyznawał wójt Krzysztof Milewski.

Gmina Wyszki otrzymała 1,5 mln zł na inwestycję w Strabli. Ze względu na charakter zabudowy, samorząd zdecydował się na budowę jednej zbiorczej oczyszczalni, do której zostaną podłączeni mieszkańcy. – Gmina Wyszki liczy 59 miejscowości i jest mocno rozdrobniona. Strabla jest natomiast miejscowością zwartą. Nie ma tam możliwości budowy klasycznej oczyszczalni przydomowej przy każdym domu. Dlatego powstał pomysł, żeby zbudować jedną oczyszczalnię na gminnym gruncie i podłączyć do niej mieszkańców – wyjaśnił wójt Mariusz Korzeniewski.

O dużym zainteresowaniu programem i potrzebach podlaskich samorządów mówił członek zarządu województwa Bogdan Dyjuk. Jak zaznaczył, przydomowe oczyszczalnie pozostają ważnym elementem infrastruktury na terenach wiejskich, mimo rozbudowy sieci kanalizacyjnych.

EDUKACJA

207 nauczycieli odebrało akty awansu na najwyższy stopień w karierze pedagogicznej

Magda Ciasnowska

Nauczyciele z całego regionu pojawili się wczoraj w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim. Ponad 200 pedagogów otrzymało akty nadania stopnia nauczyciela dyplomowanego.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Uroczystość odbyła się w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim

Kilka dni przed początkiem nowego roku szkolnego w siedzibie Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku odbyła się uroczystość, podczas której wręczono akty awansu na najwyższy stopień w karierze pedagogicznej.

W tym roku 288 nauczycielek i nauczycieli z województwa podlaskiego uzyskało tytuł nauczyciela dyplomowanego, czyli najwyższy stopień awansu nauczycielskiego. Wczoraj 207 osób odebrało akty nadania.

– Bycie nauczycielem dyplomowanym to prawdziwy prestiż. Bardzo się cieszę, że co roku, odkąd jestem w kuratorium, około 300 osób przystępuje do tego egzaminu. Widać więc, że nauczycielom po prostu się chce przejść tę długą, niełatwą drogę i potrafią sprostać trudnym wymaganiom – zauważa Agnieszka Krokos-Janczyło, podlaski kurator oświaty.

Jak przypomina kurator, awans zawodowy wiąże się też ze wzrostem wynagrodzenia.

– Różnica w stosunku do podstawy wynagrodzenia to około 700 zł – informuje Agnieszka Krokos-Janczyło.

Tytuł nauczyciela dyplomowanego otrzymało łącznie 207 nauczycieli z różnych części regionu. Wyróżnienie jest wyrazem uznania dla ich zaangażowania, profesjonalizmu oraz wkładu w edukację i wychowanie młodych pokoleń.

– To była długa droga. Ale była pokonywana z pasją i dzięki temu nie było aż tak trudno. Za mną kolejny bardzo ważny etap w mojej karierze. Chociaż myślę, że to nie zamyka mi drogi do podejmowania kolejnych wyzwań edukacyjnych – mówi Elżbieta Strzałko, nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej w Szkole Podstawowej nr 1 Grajewie.

Znacząca część awansowanych nauczycieli, bo aż 107 osób, uczy w białostockich placówkach oświatowych.

– Gratuję wam, bo to jest wynik waszej ciężkiej pracy, waszej pasji, waszego zaangażowania i tak naprawdę też miłości do tej pracy. Bez niej żaden nauczyciel nie byłby w stanie pracować z młodymi ludźmi – podkreślał Tomasz Klim, wiceprezydent Białegostoku. – Nie da się tworzyć dobrej szkoły, bez dobrych nauczycieli. My, jako organ prowadzący, możemy tworzyć dobre budynki i dobrze je wyposażać. Jednak nic nie zastąpi dobrego nauczyciela z sercem.

W uroczystości wzięli udział przedstawiciele władz państwowych i samorządowych, parlamentarzyści oraz środowisko oświatowe.

– Trudno byłoby znaleźć profesję, która jest tak istotna i ma tak ogromny wpływ na nasze społeczeństwo. Zawód nauczyciela to nie tylko praca, ale przede wszystkim powołanie i misja. Dziękuję państwu za codzienny trud i życzę, aby tej misji towarzyszyło jak najwięcej satysfakcji, siły oraz pogody ducha – mówił Mateusz Ziemblicki, dyrektor Biura Wojewody.

eprasa.pl 59c708d81a

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

BIAŁYSTOK, Antoniukowska 38m², parter, po remoncie, 697-242-247

WASILKÓW, ul. Kościelna kawalerka, parter, bezp. 289.000zł. 698-198-360

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CIEKNĄCE rynny, dachy, kominy, tarasy -naprawy, 797-513-715.

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

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011572648

OBWIESZCZENIE

o wszczęciu postępowania administracyjnego

Zgodnie z art. 49 i art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz. U. z 2025 r. poz. 1691) oraz art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r. poz. 311)

zawiadamiam

że na wniosek z dnia 30.07.2026 r., sprostowany dnia 21.08.2026 r., Zarządu Powiatu Augustowskiego ul. 3 Maja 29, 16-300 Augustów, reprezentowanego przez pełnomocnika Dyrektora Powiatowego Zarządu Dróg w Augustowie ul. Wojska Polskiego 54, 16-300 Augustów, zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Rozbudowa ulicy powiatowej Nr 2523B Łazienna w Augustowie na odcinku od ul. Wiejskiej do ul. Kwaśnej wraz z niezbędną infrastrukturą" w zakresie: budowy jezdni o nawierzchni bitumicznej szerokości 6,0 m wraz z chodnikami z betonowej kostki brukowej, budowy zjazdów zwykłych do granicy pasa drogowego, budowy linii oświetlenia ulicznego, budowa systemu kanalizacji deszczowej grawitacyjnej i tłocznej wraz z przepompownią wód opadowych, przebudowy sieci telekomunikacyjnej oraz zabezpieczenia doziemnych odcinków sieci uzbrojenia terenu, przesadzenia drzewa i wycinki krzewów kolidujących z inwestycją. Inwestycja usytuowana będzie na działkach drogowych nr ewid.: 2357/7, 2440/3, 2440/4, 2440/5, 2440/6, 2448/3, 2440/13 obręb 2 Miasto Augustów oraz na działkach, które w całości z mocy prawa zostaną włączone w pas drogowy: 2441/5, 2440/8, 2440/7 obręb 2 Miasto Augustów i staną się własnością Powiatu Augustowskiego.

Zgodnie z art. 49 Kpa, informuję, iż zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od daty podania niniejszego obwieszczenia do publicznej wiadomości tj. od daty ukazania się obwieszczenia na tablicy ogłoszeń i stronie internetowej (BIP) Starostwa Powiatowego w Augustowie, na tablicy ogłoszeń i stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Augustowie oraz w prasie lokalnej. **Obwieszczenie umieszczono w prasie w dniu 26.08.2026 r., na tablicach ogłoszeń i na stronach internetowych w dniach od 26.08.2026 r. do 9.09.2026 r.**

Stosownie do art. 10 § 1 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego informuję, że strony postępowania mogą zapoznać się ze zgromadzonymi materiałami w tej sprawie i dokumentacją techniczną oraz zgłaszać uwagi do zebranych materiałów w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Augustowie przy ul. 3 Maja 29 w pokoju nr 14 od poniedziałku do piątku w godzinach od 7^{30} - 15^{00} **w terminie do dnia 16.09.2026 r.**

STAROSTA AUGUSTOWSKI

NAUKA

Ponad 300 osób z całego świata dyskutuje o edukacji nauczycieli

Magda Ciasnowska

Ponad 300 osób z 34 krajów pojawiło się na organizowanej w Białymstoku międzynarodowej konferencji. Przez najbliższe kilka dni będą dyskutować o najważniejszych wyzwaniach w edukacji nauczycieli.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELWICZ

Konferencja rozpoczęła się wczoraj. Potrwa do 28 sierpnia. Przed oficjalnym otwarciem wydarzenia odbyła się konferencja prasowa

Na Wydziale Nauk o Edukacji Uniwersytetu w Białymstoku wczoraj rozpoczęła się czterodniowa konferencja Association for Teacher Education in Europe. To jedno z najważniejszych europejskich wydarzeń naukowych poświęconych edukacji nauczycieli. Tegoroczna edycja ma szczególny charakter – zbiega się bowiem z pięćdziesiątą rocznicą powstania stowarzyszenia.

– Nasze stowarzyszenie zrzesza naukowców, badaczy, nauczycieli akademickich, ale również nauczycieli kształcących w różnych etapach edukacji, w szkołach, na uczelniach wyższych, w ośrodkach kształcenia nauczycieli, czy do składania zawodów. To wszystko powoduje, że budujemy wielką sieć, która obejmuje ogromną liczbę osób, ale również wiele kontynentów – mówi prof. Agnieszka Szplit, prezydentka Stowarzyszenia ATEE w latach 2025-2028.

Tegoroczna konferencja odbywa się pod hasłem „Crossing Borders with and in Teacher Education" (Przekraczanie granic w kształceniu nauczycieli i poprzez kształcenie nauczycieli). Jej uczestnicy przez cztery dni będą dyskutować o najważniejszych wyzwaniach w edukacji nauczycieli, m.in. o umiędzynarodowieniu, wykorzystaniu badań naukowych w praktyce, sztucznej inteligencji, dobrostanie nauczycieli, inkluzji, mobilności i rozwoju zawodowym.

– Bardzo się cieszę, że Uniwersytet w Białymstoku będzie mógł gościć ponad 300 osób z 34 krajów, żeby rozmawiać o bardzo ważnych kwestiach związanych z kształceniem jako takim, jak i również z kształceniem nauczycieli. W tym bardzo ważna jest jakość. Ważne, by nauczyciele byli jak najlepsi, ale w tej jakości istotne jest również to, żeby mieli oni umiejętność docierania do studentów – mówi prof. Mariusz Popławski, rektor Uniwersytetu w Białymstoku.

Wykłady plenarne wygłoszą uznani badacze z Europy i Australii: prof. Nicole Mockler (University of Sydney), prof. Michele Schweisfurth (University of Glasgow), prof. Katrin Poom-Valickis (Tallinn University) oraz prof. Piotr Zamojski (Akademia Marynarki Wojennej w Gdyni).

Do udziału w konferencji zgłosił się badacze i decydenci oświatowi ze wszystkich kontynentów, w tym przedstawiciele UNESCO i Komisji Europejskiej.

KRÓTKO

Białystok

Próba pobicia rekordu jogi już w niedzielę

Już w niedzielę, 30 sierpnia, w Ogrodach Pałacu Branickich, przy fosie, odbędzie się próba pobicia rekordu na największą lekcję jogi w Polsce. Będzie to równocześnie finał tegorocznej odsłony cyklu „Joga na wakacjach", prowadzonej przez Anię Chomczyk – Joginkę w podróży. Początek wydarzenia o godz. 10, a organizatorzy chcieliby zgromadzić na wspólnej lekcji 1000 osób.

Spotkanie jest otwarte dla wszystkich, a zajęcia będą odpowiednie dla osób o różnym poziomie zaawansowania.

– Zapraszam Białostoczan do udziału w tej wyjątkowej lekcji jogi. Spróbujmy razem pobić rekord i zgromadzić tysiąc osób. Zabierzmy ze sobą najbliższych – jeśli każdy zaprosi choć jedną lub dwie osoby, wspólnie możemy osiągnąć ten cel. To będzie okazja do aktywnego spędzenia czasu, ale też do pokazania, że Białystok potrafi jednoczyć mieszkańców wokół ciekawych i pozytywnych inicjatyw – mówi prezydent Tadeusz Truskolaski.

Należy zabrać ze sobą matę lub koc, wygodny strój i wodę oraz pojawić się kilka minut przed rozpoczęciem lekcji. Dzieci też będą liczone – pod warunkiem, że będą ćwiczyć.

Będzie to druga białostocka próba pobicia rekordu. W ubiegłym roku we wspólnej lekcji uczestniczyło 505 osób, a aktualny rekord Polski wynosi 724 osoby. Nad prawidłowym przebiegiem próby i liczeniem uczestników będzie czuwał sędzia Biura Rekordów. **UŚ**

Narodowe Czytanie

„Dziady" wybrzmią w Różance

W tym roku odbędzie się 15. edycja Narodowego Czytania. Tym razem poświęcona będzie „Dziadom" Adama Mickiewicza. Tegoroczny finał odbędzie się 5 września, tradycyjnie pod Honorowym Patronatem Pary Prezydenckiej.

Czytane będzie całe dzieło, a nie tylko wybrane fragmenty. W programie znajdą się części II, III i IV dramatu, a także niedokończone „Widowisko" oraz wiersz „Upiór".

– W tym dniu świętuje tak naprawdę cała Polska. To dzień wielkiego patriotyzmu, dzień książki – mówił podczas konferencji prasowej zapowiadającej wydarzenie członek województwa podlaskiego Jacek Piorunek. – Praktycznie w każdej gminie w Polsce, gdzie znajduje się biblioteka, organizowane jest tego typu przedsięwzięcie. W Książnicy Podlaskiej czytać ten utwór będzie marszałek województwa, prezydent Białegostoku, wojewoda podlaski, posłowie, przedstawiciele służb mundurowych i dyrektorzy jednostek kultury.

Regionalnym operatorem wydarzenia jest Książnica Podlaska im. Łukasza Górnickiego w Białymstoku. Organizacja akcji odbywa się we współpracy Województwa Podlaskiego, Wojewody Podlaskiego oraz Prezydenta Białegostoku. Finał w Białymstoku odbędzie się w Różance w Parku Planty, a rozpoczęcie zaplanowano na godzinę 12. W ramach wydarzenia przygotowano również kiermasz książek „Wszystko po 2 zł". Odbędzie się on 2 września, w godz. 15-18, w siedzibie Książnicy Podlaskiej (ul. Marii Curie-Skłodowskiej 14A). **UŚ**

eprasa.pl 59c708d81a

SZKOLNE STOŁÓWKI

W szkołach posiłki bez mięsa? Tak, jeden dzień w tygodniu

Urszula Śleszyńska

Prawie 200 intendentów i intendentek oraz kucharzy i kucharek z podlaskich szkół podstawowych i przedszkoli wzięło udział w Forum Zdrowego Żywienia „Dieta Planetarna", które odbyło się wczoraj w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 5 w Białymstoku.



FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Wiele intendentek odpowiedzialnych za żywienie dzieci w placówkach oświatowych pytało, czy możemy zrobić im jakieś szkolenie – mówi Marek Uścinowicz

Od 1 września wchodzi nowe rozporządzenie ministra zdrowia dotyczące żywienia dzieci w szkole, wprowadzające m.in. obowiązkowy obiad roślinny raz w tygodniu.

– Wiele intendentek, czyli pań odpowiedzialnych za żywienie dzieci w placówkach oświatowych, pytało, czy możemy zrobić im jakieś szkolenie – mówił nam Marek Uścinowicz, dyrektor hurtowni Neptun Gastronomia, organizator Forum. – Wcześniej już organizowaliśmy mniejsze przedsięwzięcia, np. warsztaty kulinarne w białostockich restauracjach, a tym razem zaprosiliśmy ekspertkę od diet roślinnych, panią Kasię Gubałę, znaną z telewizji z „Pytania na śniadanie".

Uczestnicy Forum wysłuchali wykładów ekspertów, wzięli udział w warsztatach kulinarnych i panelach dyskusyjnych poświęconych zdrowemu żywieniu dzieci oraz edukacji żywieniowej i diecie planetarnej, której bazą są warzywa i owoce oraz nasiona roślin strączkowych (soczewicy, ciecierzycy, fasoli).

– Ważne, żeby nauczyć dzieci jeść zdrowo – podkreślała Barbara Szymańska, dyrektor Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 5 w Białymstoku. – Często, niestety, są one przyzwyczajone do niezdrowych rzeczy. W związku z tym planowanie posiłków może stwarzać problem. Większość intendentów, kucharzy i dyrektorów jest teraz przestraszonych tym, że wchodzi coś nowego. Zastanawiają się, czy dzieci będą chciały to jeść. Stąd też szukamy ciekawych sposobów podawania potraw w taki sposób, żeby dzieci mogły zaakceptować posiłki wegańskie, które już od września będą serwowane zawsze raz w tygodniu.

Dyrektor Szymańska dodaje, że już wiosną w jej szkole zostały przeprowadzone próby i testy dań roślinnych. Niektóre – jak podkreśla – bardzo dzieciom smakowały. Szczególnie przypadł im do gustu burger z wkładem z buraka.

Gościem specjalnym Forum Zdrowego Żywienia była Katarzyna Gubała.

– Przede wszystkim mówię uczestnikom dzisiejszego spotkania, żeby się nie poddawali, żeby używali swojej wyobraźni, bo kuchnia roślinna wymaga wyłącznie wyobraźni, by móc stworzyć niesamowite dania – wskazywała ekspertka zdrowego żywienia. – Omawiamy też oczywiście ministerialne rozporządzenie i to, jakie możliwości są przed kucharkami i kucharzami.

Katarzyna Gubała zaprezentowała wczoraj przykładowe dania wegańskie, jakie można serwować w stołówkach placówek oświatowych. Wśród nich był m.in. tatar z suszonych pomidorów i kaszy jaglanej z przecierem pomidorowym.

– Mamy też leczo z ciecierzycą, a do tego budyń z kaszy jaglanej jako coś na słodko. Jest też pesto – wyliczała Gubała. – To jest pesto z liści kalafiora, czyli rzeczy, które zazwyczaj w kuchni są wyrzucane. A możemy ich użyć i przygotować naprawdę ciekawy dodatek do makaronu orkiszowego czy pełnoziarnistego, który minister zdrowia zaleca w menu dla dzieci.

SANEPID

Chcą być klasyfikatorami grzybów

Magda Ciasnowska

Wiedzę z zakresu mykologii, bezpieczeństwa żywności, obowiązujących przepisów prawa oraz nadzoru sanitarnego nad obrotem grzybami zdobywają uczestnicy kursu, który odbywa się w podlaskim Sanepidzie.



FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Nauka rozpoznawania grzybów

Sezon na grzyby w podlaskich lasach trwa w najlepsze. Dlatego właśnie teraz w siedzibie Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Białymstoku 20 uczestników bierze udział w kursie, który – po pomyślnym zdaniu egzaminu – pozwoli im uzyskać tytuł klasyfikatora grzybów.

– Podczas kursu uczymy m.in. jak rozpoznawać grzyby jadalne. Tłumaczymy, jak odróżnić jedne gatunki od drugich – mówi prowadząca kurs Halina Budziejko, grzyboznawca z Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Białymstoku.

Jak przypominają specjaliści, błąd popełniony przy rozpoznaniu gatunku grzyba może kosztować czyjeś zdrowie, a nawet życie. Każdy sprzedawca musi posiadać atest na sprzedawane grzyby. Taki dokument może wystawić właśnie klasyfikator grzybów świeżych lub grzyboznawca.

Kurs został skonstruowany tak, aby uczestnicy mogli poznać grzyby zarówno od strony przyrodniczej, jak i praktycznej. Grzyboznawcy z podlaskiego Sanepidu dużo uwagi poświęcają grzybom dopuszczonym do sprzedaży i przepisom regulującym obrót grzybami. Uczestnicy poznają też grzyby jadalne, które nie są dopuszczone do obrotu, a także grzyby trujące, których niewłaściwe rozpoznanie może prowadzić do poważnych zatruć. Nie brakuje także tematyki związanej z ochroną przyrody. W programie kursu znalazły się grzyby podlegające ochronie prawnej oraz gatunki zagrożone, co pozwoli spojrzeć na ich pozyskiwanie i obrót również z perspektywy odpowiedzialnego korzystania z zasobów środowiska.

Pracownicy Sanepidu przypominają, że każdy, kto ma wątpliwości dotyczące swoich leśnych zbiorów, może przyjść do WSSE i przynieść grzyby do sprawdzenia.

KRÓTKO

Bobrowniki

Przemyt papierosów z Białorusi w ładunku papy

Ponad 150 tys. paczek papierosów znaleźli funkcjonariusze podlaskiej KAS w ciężarówce skontrolowanej na polsko-białoruskim przejściu granicznym w Bobrownikach. Deklarowanym ładunkiem była papa w rolkach. Przemyt został znaleziony podczas rewizji ładunku, poprzedzonej prześwietleniem ciężarówki urządzeniem rtg. – Okazało się, że w rolkach papy są nielegalne papierosy – poinformował we wtorek Marcin Tracikowski z zespołu prasowego podlaskiej KAS.
W ciężarówce było ponad 150 tys. paczek papierosów. Wartość rynkowa tej kontrabandy to 3 mln zł. Śledztwo w sprawie tego przemytu nadzoruje Prokuratura Rejonowa w Białymstoku.
Na jej wniosek 40-letni kierowca, obywatel Białorusi, został aresztowany. (PAP)

REKLAMA 0011572840

OBWIESZCZENIE
STAROSTY POWIATU BIAŁOSTOCKIEGO
z dnia 26.08.2026 r.

Zgodnie z art. 11f ust. 3 i 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r., poz. 311 t.j.) Starosta Powiatu Białostockiego zawiadamia, że w dniu 13.08.2026 r., po rozpatrzeniu wniosku **(AR.6740.3.12.2026) Wójta Gminy Juchnowiec Kościelny**, reprezentowanego przez Pełnomocnika Pana Pawła Sietejko, złożonego w dniu 30.03.2026 r., skorygowanego i uzupełnionego po postanowieniu w dniu 3.07.2026 r. wydał decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej obejmującej **przebudowę z rozbudową drogi gminnej dz. nr 186/4 w miejscowości Brończany, gmina Juchnowiec Kościelny, wraz z przebudową i budową niezbędnej infrastruktury technicznej** na działkach o nr geod.: 186/4, 186/10, 88/5, 186/12, 186/14, 186/8, 186/9, 77/49 – obręb 0004 Brończany, jedn. ew. 200205_2 gm. Juchnowiec Kościelny; **oraz ograniczenie w korzystaniu nieruchomości (czasowe zajęcie): obręb 0004 Brończany, jedn. ew. 200205_2 gm. Juchnowiec Kościelny:** nr geod. 186/13, 88/6, 73/3, 73/2, 89, 79, 94/2, 190, 94/1, 95/11, 95/4, 95/7, 77/48, 97/1, 97/11, 97/10, 77/16, 77/14, 77/13, 98/1, 99/3, 77/18, 100/4, 77/50, 102/2, 102/3, 85/6, 117/2, 117/3, 117/4, 87/2, 120/5, 120/4, 120/3, 120/2, 192, 197 – w związku z budową i przebudową zjazdów (dowiązanie wysokościowe); nr geod. 186/2, 88/3, 185/4, 45/9, 185/3 – w związku z przebudową innej drogi publicznej (droga powiatowa nr 1497B) w zakresie przebudowy skrzyżowania; nr geod. 185/3, 185/4, 88/3 – w związku z budową sieci elektroenergetycznej nN 0,4 kV; nr geod. 186/2 – w związku z budową kanału technologicznego; nr geod. 186/2 – w związku z przebudową sieci gazowej; nr geod. 77/30, 85/6 – w związku z przebudową rowu; **obręb 0024 Pomigacze, jedn. ew. 200211_2 gm. Turośń Kościelna:** nr geod. 193 – w związku z przebudową drogi gminnej (dowiązanie do istniejącego przebiegu drogi). Zakres robót budowlanych, zgodnie z załączonym projektem budowlanym, obejmuje: budowę jezdni, budowę drogi dla pieszych i rowerów, budowę drogi dla pieszych, budowę opaski, przebudowę skrzyżowania z drogą powiatową 1497B, budowę i przebudowę zjazdów, przebudowę rowu, budowę sieci kanalizacji deszczowej wraz z wylotem do rowu, przebudowę sieci wodociągowej wraz z przyłączami, przebudowę sieci kanalizacji sanitarnej, przebudowę sieci gazowej wraz z przyłączami, budowę kanału technologicznego, przebudowę sieci telekomunikacyjnej, przebudowę i budowę sieci elektroenergetycznej nN 0,4 kV, przebudowę sieci elektroenergetycznej SN 15 kV, wycinkę drzew i krzewów. **Z jednoczesnym zatwierdzeniem podziału nieruchomości: obręb 0004 Brończany, jedn. ew. 200205_2 gm. Juchnowiec Kościelny:** nr geod. 88/4 na działki nr **88/5** i 88/6, nr geod. 186/5 na działki **186/10** i 186/11, nr geod. 186/6 na działki **186/12** i 186/13, nr geod. 186/7 na działki **186/14** i 186/15, nr geod. 77/19 na działki **77/49** i 77/50. **Działki przewidziane do włączenia w pas drogi gminnej:** nr geod. 186/10, 88/5, 186/12, 186/14, 77/49 – obręb 0004 Brończany, jedn. ew. 200205_2 gm. Juchnowiec Kościelny. **Decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.**

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

eprasa.pl 59c708d81a

FOKUS

• Dzisiaj benzyna 95 będzie kosztować nie więcej niż 6,58 zł za litr, benzyna 98 – 7,40 zł/l, a olej napędowy – 7,54 zł/l

PRZESTĘPCZOŚĆ

Waldemar Żurek informuje o przełomie w śledztwie dotyczącym Zondacrypto

Minister sprawiedliwości i prokurator generalny poinformował, że w śledztwie ws. Zondacrypto są nowi podejrzani, nowe dowody i nowe osoby, które chcą współpracować z prokuraturą

oprac. Karolina Wrońska

Oświadczenie prokuratora generalnego opublikowała Prokuratura Krajowa na swojej stronie internetowej.

„Prokurator Generalny informuje, że w ostatnich miesiącach nastąpił istotny przełom w śledztwie dotyczącym giełdy kryptowalutowej ZondaCrypto. Postępowanie w sprawie ZondaCrypto ma charakter dynamiczny – pozyskiwane są nowe dowody, przeprowadzane kolejne czynności procesowe, a w ich wyniku dokonywane są nowe ustalenia, istotne dla pełnego wyjaśnienia okoliczności sprawy" – przekazał Żurek.

Podkreślił, że na tym etapie prokuratura nie może ujawnić danych osób posiadających status podejrzanych w tym postępowaniu ani treści przedstawionych im zarzutów.

Żurek poinformował także, że w oparciu o zabezpieczony w sprawie materiał dowodowy „prokuratura weryfikuje informacje uzyskane w trakcie postępowania, dotyczące możliwości popełnienia przestępstw w związku z finansowaniem przez ZondaCrypto: fundacji byłego Ministra Sprawiedliwości i Prokuratora Generalnego Zbigniewa Ziobro, fundacji Przemysława Wiplera oraz innych osób z nim współdziałających, w związku z prowadzonym procesem legislacyjnym dotyczącym



FOT. ADAM JANKOWSKI

Waldemar Żurek poinformował również, w kontekście Zondacrypto, o nowym śledztwie w sprawie wycieku informacji

rynku kryptowalut, Telewizji Republika oraz jej Prezesa Tomasza Sakiewicza, konferencji środowisk konserwatywnych CPAC,ewentualnej korzyści majątkowej przekazanej Radosławowi Piesiewiczowi, prezesowi Polskiego Komitetu Olimpijskiego, działań podejmowanych przez osoby pomagające zbiegłemu byłemu wiceministrowi sprawiedliwości Marcinowi Romanowskiemu".

Minister sprawiedliwości został zapytany we wtorek o to, czy prezes giełdy kryptowalut Zondacrypto Przemysław Kral uzyskał status małego świadka koronnego. Takie informacje podała TVP Info. – To wszystko jest objęte tajemnicą śledztwa, w tym momencie nie będziemy udzielać żadnych informacji – odpowiedział Żurek.

– Jest oczywiście przełom w tym śledztwie – dodał. Zaznaczył, że w ostatnich miesiącach są w tej sprawie prowadzone bardzo intensywne czynności. – Na pewno dostaniecie w najbliższych tygodniach informacje w tej sprawie – zwrócił się do dziennikarzy. Zaapelował też o cierpliwość do opinii publicznej. – Musimy pozwolić działać służbom i prokuraturze – powiedział.

– Są nowi prokuratorzy, którzy zajmują się tą sprawą. Są nowe dowody. Są nowe osoby, które chcą współpracować z prokuraturą i bardzo intensywnie posuwa to do przodu całe śledztwo – zaznaczył.

Zapytany, czy w śledztwie są nowi podejrzani, powiedział: „Tak, pojawili się nowi podejrzani".

Do sprawy odniósł się również Roman Giertych, który poinformował, żeod maja br. jest obrońcą prezesa giełdy kryptowalut Zondacrypto Przemysława Krala. Dodał, że w trakcie czynności procesowych jego klient przedłożył do dyspozycji prokuratury „ogromny majątek".

„W trakcie czynności procesowych p. Kral przedłożył do dyspozycji prokuratury ogromny majątek, który łącznie z tym, który został zabezpieczony już wcześniej przez organy ścigania, powinien wystarczyć do zaspokojenia wszystkich pokrzywdzonych, którzy zgłosili się jako tacy do prokuratury" – napisał Giertych na platformie X.

Postępowanie ws. giełdy kryptowalut zostało wszczęte przez Prokuraturę Regionalną w Katowicach 17 kwietnia pod kątem oszustw znacznej wartości i prania brudnych pieniędzy.

KRAKÓW

Prokuratorskie zarzuty dla Grzegorza Brauna

oprac. Karolina Wrońska

Zarzut publicznego i wbrew faktom zaprzeczania zbrodniom nazistowskim usłyszał europoseł Grzegorz Braun. Lider Konfederacji Korony Polskiej nie przyznał się do winy.

Zarzuty przedstawił we wtorek prokurator Oddziałowej Komisji Ścigania Zbrodni przeciwko Narodowi Polskiemu w Krakowie. Po przesłuchaniu Grzegorz Braun poinformował, że nie przyznał się do winy, ale nie negował samego udzielania wypowiedzi na te tematy.

14 lipca ub.r. prokurator Oddziałowej Komisji Ścigania Zbrodni przeciwko Narodowi Polskiemu w Krakowie wszczął śledztwo w sprawie publicznego i wbrew faktom zaprzeczania przez Grzegorza Brauna zbrodniom ludobójstwa popełnionym przez Niemców w obozie koncentracyjnym i obozie zagłady KL Auschwitz-Birkenau z wykorzystaniem komór gazowych. Stwierdzenia te padły w trakcie wywiadu w Radiu Wnet.

KOŚCIÓŁ

Biskupi apelują o właściwe miejsce dla lekcji religii

oprac. Karolina Wrońska

Przed zbliżającym się początkiem roku szkolnego biskupi zaapelowanie o„przywrócenie właściwego miejsca" lekcjom religii w szkole.

W dokumencie Konferencji Episkopatu Polski biskupi zaznaczyli, że „lekcje religii nie są przywilejem Kościoła", lecz „konstytucyjnym prawem uczniów i rodziców, wynikającym z zasady wolności sumienia i wyznania oraz prawa rodziców do wychowywania dzieci zgodnie z własnymi przekonaniami". Nakaz umieszczania lekcji religii przed lub po innych zajęciach szkolnych, redukcja wymiaru nauczania do jednej godziny tygodniowo, możliwość łączenia klas oraz usunięcie oceny z religii ze średniej ocen prowadzą – zdaniem biskupów – do marginalizacji religii w polskiej szkole.

Biskupi zaznaczyli również, że „przyjmują z troską i niepokojem" decyzję MEN o obowiązkowym charakterze edukacji zdrowotnej od 1 września.

KRÓTKO

Wojsko

Pierwsze K2 z nowej umowy już w Polsce

Do Polski dotarło 28 czołgów K2 Black Panther zamówionych w ramach drugiej umowy wykonawczej z południowokoreańskim koncernem Hyundai Rotem. O ich przybyciu poinformował wicepremier i minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz. Maszyny zostaną przekazane jednostkom 16. Pomorskiej Dywizji Zmechanizowanej. Wozy objęte są kontraktem podpisanym 1 sierpnia 2025 roku. Po dostarczeniu obecnej partii Wojsko Polskie dysponuje 208 maszynami tego typu.

Przestępczość

Nielegalna krajalnia tytoniu zlikwidowana

Do ośmiu lat więzienia grozi dwóm mężczyznom zatrzymanym w czasie likwidacji nielegalnej krajalni tytoniu w powiecie nowotomyskim (woj. wielkopolskie) - podała we wtorek prokuratura. Na miejscu zabezpieczono ponad 7 ton suszu i tytoniu do palenia. Skarb Państwa mógł stracić blisko 9 mln zł. Mężczyznom przedstawiono zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej zajmującej się nielegalnym wytwarzaniem wyrobów tytoniowych oraz popełnianiem przestępstw karnoskarbowych.

Polityka

Klub Centrum chce wicemarszałka Sejmu

Klub parlamentarny Centrum zamierza zgłosić kandydata na wicemarszałka Sejmu – dowiedziała się PAP w źródłach zbliżonych do klubu. Wśród rozważanych kandydatur są przewodniczący klubu Mirosław Suchoń i wiceprzewodnicząca Aleksandra Leo. Ostateczna decyzja zapadnie na posiedzeniu klubu.


FOT. ADAM JANKOWSKI

Mam wrażenie, że Kościół postanowił pójść na wojnę z edukacją zdrowotną, co uważam za akt desperacji, ponieważ edukacja zdrowotna jest przedmiotem czysto wiedzowym

KATARZYNA LUBNAUER,
wiceminister edukacji narodowej

eprasa.pl 59c708d81a

ROSJA

W Rosji zabrakło popularnej benzyny 95. Można ją kupić tylko na co piątej stacji

Grzegorz Kuczyński

W Rosji pojawił się poważny niedobór benzyny AI-95 – jednej z najbardziej poszukiwanych przez konsumentów. Obecnie można ją znaleźć tylko na 5,6 tys. z 26,1 tys., czyli 22% działających stacji benzynowych – wynika z danych serwisu Benzonavt.

W żadnym z regionów wskaźnik dostępności tej marki nie przekracza 50%. Najgorzej wygląda sytuacja w obwodzie sachalińskim (3%), a także na anektowanym Krymie (2%) i w Sewastopolu (1%). W Moskwie benzynę AI-95 można znaleźć tylko na 161 z 786 stacji – to 20%. Olej napędowy jest dostępny na 392 stacjach paliw w stolicy (50%), a benzyna AI-92 – na 236 (30%). Pod względem dostępności benzyny AI-95 na czele znajduje się Sankt Petersburg (42%), a za nim plasują się Tatarstan (41%) i obwód orłowski (36%). Średnio w Rosji litr benzyny tej marki kosztuje 71 rubli.

Kryzys paliwowy w Rosji zaostrzył się po nowej serii ukraińskich ataków na rafinerie ropy naftowej. Od początku sierpnia celem ataków stało się ponad 10 przedsiębiorstw z branży, a co najmniej pięć zostało zamkniętych. Obecnie wielkość przerobu jest o jedną trzecią niższa od normy sezonowej.

W rezultacie stacje benzynowe dużych koncernów naftowych zaczęły ponownie wprowadzać limity sprzedaży benzyny. Wprowadzono je między innymi w Petersburgu i w Moskwie, mimo że do stolicy w trybie priorytetowym dostarcza się paliwo z Uralu i Syberii. Oficjalne ograniczenia sprzedaży benzyny wprowadziły władze obwodów lipieckiego, kałuskiego, orenburskiego, leningradzkiego, samarskiego oraz Kraju Zabajkalskiego.

We wrześniu koncerny naftowe nie będą w stanie zlikwidować deficytu kosztem własnej produkcji: w optymistycznym scenariuszu produkcja paliwa wzrośnie o 10-15% – poinformowały źródła branżowe gazety „Kommiersant".



FOT. THE MOSCOW TIMES

Tak ciężkiego kryzysu paliwowego Rosja za czasów Putina jeszcze nie przeżywała

FRANCJA

Tornado uszkodziło setki domów na południu Francji. Są ranni

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 41 osób zostało rannych, a ponad 300 domów uszkodzonych wskutek przejścia tornada w gminie Pomas na południu Francji – poinformowały miejscowe władze.

Na południu kraju odnotowano w poniedziałek wiatr osiągający prędkość 117 km/godz. Według władz około 2,8 tys. gospodarstw domowych w 10 miejscowościach zostało pozbawionych prądu.

Piętnaście osób przewieziono do szpitala, w tym kobietę w ciąży, która odniosła obrażenia wskutek zawalenia się domu.

Władze departamentu Aude, w którym znajduje się Pomas, odwołały trzeci etap wyścigu kolarskiego Vuelta a Espana w regionie. Wcześniej burza gradowa we francuskich Pirenejach zmusiła kolarzy do przerwania zmagań i szukania schronienia.

Francuski minister transportu Philippe Tabarot poinformował, że tornado na południu Francji oraz burze występujące w niemal całej kontynentalnej części kraju spowodowały poważne utrudnienia. Opóźniony został ruch pociągów, część dróg zamknięto, a na lotniskach w Bordeaux, Marsylii, Nicei i Tuluzie oraz na północ od Paryża odnotowano opóźnienia i odwołania lotów.

Gwałtowne burze nastąpiły po wyjątkowo gorącym lecie, podczas którego Europa zmagała się z falami upałów i pożarami lasów. We Francji szczególnie ucierpiała południowo-zachodnia część kraju, gdzie pożary objęły obszar około 42 tysięcy hektarów.

UKRAINA

Była współpracowniczka Zełenskiego aresztowana

oprac. Anna Nagel

Była zastępczyni szefa Biura Prezydenta Ukrainy Iryna Mudra została aresztowana na 60 dni w związku z podejrzeniami o korupcję.

Iryna Mudra może wyjść na wolność po wpłaceniu kaucji w wysokości 20 mln hrywien (blisko 1 654 mln zł) – poinformowała we wtorek Specjalna Prokuratura Antykorupcyjna (SAP).

„25 sierpnia 2026 r. sędzia śledczy Wyższego Sądu Antykorupcyjnego Ukrainy (WAKS) zastosował wobec byłej zastępczyni Biura Prezydenta środek zabezpieczający w postaci aresztu tymczasowego z możliwością wpłacenia kaucji w wysokości 20 mln hrywien" – napisała SAP w komunikatorze Telegram.

Według portalu Ukrainska Prawda Mudra oświadczyła, że postara się zebrać niezbędną kwotę kaucji. Jak powiedziała, część środków już posiada, a resztę zamierza pozyskać od znajomych i przyjaciół.

Poinformowała również, że jej adwokaci przeanalizują podstawy prawne orzeczenia sądu i w razie potrzeby odwołają się od tego werdyktu.

Podczas posiedzenia sądu prokurator SAP oświadczył, że Mudra może posiadać środki przekraczające 250 mln hrywien (20,65 mln zł), dlatego prokuratura wnosiła o ustalenie dla niej kaucji w wysokości 150 mln hrywien (około 12,5 mln zł) jako alternatywy dla aresztu tymczasowego.

W przypadku wpłacenia kaucji na Mudrą zostaną nałożone następujące obowiązki: stawianie się w SAP na każde wezwanie detektywów Narodowego Biura Antykorupcyjnego Ukrainy (NABU), zakaz opuszczania Kijowa i obwodu kijowskiego oraz powstrzymanie się od kontaktów ze świadkami i poszkodowanymi w postępowaniu karnym.


FOT. UKRINFORM/EAST NEWS

Iryna Mudra została aresztowana pod zarzutem korupcji. Do niedawna była zastępczynią szefa Biura Prezydenta Ukrainy

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski podpisał 19 sierpnia dekret o odwołaniu ze stanowiska Mudrej, która sprawowała funkcję zastępczyni szefa biura głowy państwa od marca 2024 roku.

Tego samego dnia NABU opublikowało nagranie dotyczące operacji specjalnej o kryptonimie „Forrest Gump" i poinformowało o zdemaskowaniu osób, które zalegalizowały 150 mln hrywien (około 12,5 mln zł) przeznaczonych na kaucję za jednego z podejrzanych w sprawie korupcyjnej „Midas". Mudra jest jedną z podejrzanych w tej sprawie.

W skład grupy wchodzili również były deputowany do parlamentu, prezes zarządu oraz przewodniczący rady nadzorczej banku państwowego i inne osoby – podały ukraińskie służby.

W procederze wykorzystywano Sense Bank oraz konta przedsiębiorstw, które członkowie grupy przestępczej kontrolowali dzięki zajmowanym stanowiskom państwowym. Na początku czerwca grupa przejęła kontrolę nad Sense Bank, angażując w swoje działania kierownictwo tego banku.

W listopadzie 2025 r. NABU i SAP ujawniły rozległy system korupcyjny w ukraińskiej energetyce. Według ustaleń śledczych jego uczestnicy pobierali od kontrahentów państwowego operatora elektrowni jądrowych, Enerhoatomu, łapówki w wysokości od 10 do 15 procent wartości kontraktów. Nielegalne środki miały być legalizowane przez tzw. back office w centrum Kijowa, przez który – jak ustalono – przeszło około 100 milionów dolarów.

PAP

WĘGRY

Wszczęto śledztwo w sprawie zakupu respiratorów

oprac. Anna Nagel

Ministerstwo Spraw Zagranicznych Węgier złożyło do prokuratury zawiadomienie w sprawie podejrzenia oszustwa przez poprzedni rząd. Jak podała szefowa resortu Anita Orban, sprawa dotyczy zakupu resporatorów podczas pandemii COVID-19.

„Dzisiaj, w imieniu ministerstwa spraw zagranicznych, złożyłam pierwsze zawiadomienie wynikające z trwających w resorcie prac weryfikacyjnych" – oświadczyła minister cytowana przez portal Telex.

Zawiadomienie do prokuratury generalnej dotyczy zamówień zrealizowanych w marcu i kwietniu 2020 r., które zostały potraktowane jako wyjątki od procedur zamówień publicznych. Wartość blisko 17 tys. respiratorów wyniosła około 300 mld forintów (niecałe 827 mln euro). Resort przekazał prokuraturze materiały obejmujące 88 gigabajtów danych, czyli 130 tysięcy odzyskanych plików.

Orban dodała, że liczba respiratorów zakupionych przez MSZ znacznie przewyższała liczbę lekarzy, pielęgniarek z oddziałów intensywnej terapii oraz łóżek szpitalnych, które pozwalałyby na ich obsługę i wykorzystanie.

Większość respiratorów zakupionych w 2020 roku nadal znajduje się w magazynach. Dokumenty wskazują na to, że sprzęt pochodził od węgierskich dostawców, a jego cena znacznie przewyższała ceny fabryczne – podkreśliła szefowa węgierskiego MSZ.

eprasa.pl 59c708d81a

0011573134

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia

Rodzinie i Bliskim

z powodu śmierci

Ignacego Karpowicza

wybitnego pisarza,
Honorowego Ambasadora Województwa Podlaskiego

składają

Łukasz Prokorym
Marszałek Województwa Podlaskiego
wraz z Zarządem Województwa Podlaskiego

0011573019

Z wielkim smutkiem
przyjąłem wiadomość o śmierci

Pana

Ignacego Karpowicza

laureata Nagrody Literackiej Prezydenta Białegostoku
im. Wiesława Kazaneckiego

Rodzinie i Bliskim
pragnę złożyć szczere kondolencje

Tadeusz Truskolaski
Prezydent Miasta Białegostoku

0011573037

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia
Markowi Zabrockiemu

z powodu śmierci

Mamy

składają

Redaktor Naczelny
oraz
Koleżanki i Koledzy
z Polskiego Radia Białystok

REKLAMA 0011572692

OBWIESZCZENIE

o wszczęciu postępowania administracyjnego

Zgodnie z art. 49 i art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz.U. z 2025 r. poz. 1691) oraz art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz.U. z 2024 r., poz. 311)

zawiadamiam

że na wniosek z dnia 28.07.2026 r., Zarządu Powiatu w Augustowie, reprezentowanego przez Dyrektora Powiatowego Zarządu Dróg w Augustowie, zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej: „Rozbudowa drogi powiatowej nr 1240B Rygałówka – Dolinczany – Ponarlica – Dubaśno – dr. nr 670" w zakresie: budowy jezdni o nawierzchni bitumicznej o szerokości 5,50 m wraz z poszerzeniami, poboczami z kruszywa naturalnego i poboczami utwardzonymi z kostki brukowej, budowy zatoki autobusowej i zatoki dla rowerzystów, remontu istniejących przepustów, przebudowy istniejących zjazdów na posesje, oczyszczania i profilowania istniejących rowów przydrożnych, zabezpieczenie odcinków i elementów sieci uzbrojenia technicznego terenu kolidujących z inwestycją. Inwestycja usytuowana będzie na działkach drogowych nr ewid.: 308, 309, 312, 244/1, 246/1, 247/1, 238/1, 239/1, 240/1 obręb Rygałówka, 417 obręb Siółko oraz na działkach, które powstaną w wyniku podziału działek, tj.:
obręb Rygałówka: **110/1** o powierzchni 0,0023 ha (z podziału dz. 110 na dz. 110/1, 110/2), **109/5** o powierzchni 0,0022 ha (z podziału dz. 109/2 na dz. 109/5, 109/6), **109/3** o powierzchni 0,0011 ha (z podziału dz. 109/1 na dz. 109/3, 109/4), **108/5** o powierzchni 0,0057 ha (z podziału dz. 108/2 na dz. 108/5, 108/6), **108/3** o powierzchni 0,0063 ha (z podziału dz. 108/1 na dz. 108/3, 108/4), **107/1** o powierzchni 0,0047 ha (z podziału dz. 107 na dz. 107/1, 107/2), **106/6** o powierzchni 0,0007 ha (z podziału dz. 106/2 na dz. 106/6, 106/7), **106/4** o powierzchni 0,0016 ha (z podziału dz. 106/1 na dz. 106/4, 106/5), **119/1** o powierzchni 0,0302 ha (z podziału dz. 119 na dz. 119/1, 119/2), **118/5** o powierzchni 0,0580 ha (z podziału dz. 118/2 na dz. 118/5, 118/6), **118/3** o powierzchni 0,0801 ha (z podziału dz. 118/1 na dz. 118/3, 118/4), **115/1** o powierzchni 0,0776 ha (z podziału dz. 115 na dz. 115/1, 115/2), **114/1** o powierzchni 0,0165 ha (z podziału dz. 114 na dz. 114/1, 114/2), **113/1** o powierzchni 0,0320 ha (z podziału dz. 113 na dz. 113/1, 113/2), **112/1** o powierzchni 0,0402 ha (z podziału dz. 112 na dz. 112/1, 112/2), **111/1** o powierzchni 0,0075 ha (z podziału dz. 111 na dz. 111/1, 111/2), **127/1** o powierzchni 0,0533 ha (z podziału dz. 127 na dz. 127/1, 127/2), **126/1** o powierzchni 0,0696 ha (z podziału dz. 126 na dz. 126/1, 126/2), **125/1** o powierzchni 0,0996 ha (z podziału dz. 125 na dz. 125/1, 125/2), **124/1** o powierzchni 0,0524 ha (z podziału dz. 124 na dz. 124/1, 124/2), **123/1** o powierzchni 0,0298 ha (z podziału dz. 123 na dz. 123/1, 123/2), **122/1** o powierzchni 0,0271 ha (z podziału dz. 122 na dz. 122/1, 122/2), **121/1** o powierzchni 0,0330 ha (z podziału dz. 121 na dz. 121/1, 121/2), **120/1** o powierzchni 0,0326 ha (z podziału dz. 120 na dz. 120/1, 120/2), **159/1** o powierzchni 0,0018 ha (z podziału dz. 159 na dz. 159/1, 159/2), **153/5** o powierzchni 0,0100 ha (z podziału dz. 153/2 na dz. 153/5, 153/6), **153/3** o powierzchni 0,0298 ha (z podziału dz. 153/1 na dz. 153/3, 153/4), **152/3** o powierzchni 0,0042 ha (z podziału dz. 152/1 na dz. 152/3, 152/4), **135/1** o powierzchni 0,0030 ha (z podziału dz. 135 na dz. 135/1, 135/2), **130/1** o powierzchni 0,0197 ha (z podziału dz. 130 na dz. 130/1, 130/2), **129/5** o powierzchni 0,0437 ha (z podziału dz. 129/2 na dz. 129/5, 129/6), **129/3** o powierzchni 0,0055 ha (z podziału dz. 129/1 na dz. 129/3, 129/4), **178/1** o powierzchni 0,0006 ha (z podziału dz. 178 na dz. 178/1, 178/2), **177/1** o powierzchni 0,0052 ha (z podziału dz. 177 na dz. 177/1, 177/2), **172/1** o powierzchni 0,0030 ha (z podziału dz. 172 na dz. 172/1, 172/2), **171/5** o powierzchni 0,0022 ha (z podziału dz. 171/2 na dz. 171/5, 171/6), **171/3** o powierzchni 0,0023 ha (z podziału dz. 171/1 na dz. 171/3, 171/4), **166/1** o powierzchni 0,0030 ha (z podziału dz. 166 na dz. 166/1, 166/2), **165/1** o powierzchni 0,0015 ha (z podziału dz. 165 na dz. 165/1, 165/2), **160/1** o powierzchni 0,0016 ha (z podziału dz. 160 na dz. 160/1, 160/2), **228/1** o powierzchni 0,0014 ha (z podziału dz. 228 na dz. 228/1, 228/2), **227/1** o powierzchni 0,0086 ha (z podziału dz. 227 na dz. 227/1, 227/2), **224/5** o powierzchni 0,0024 ha (z podziału dz. 224/2 na dz. 224/5, 224/6), **224/3** o powierzchni 0,0014 ha (z podziału dz. 224/1 na dz. 224/3, 224/4), **220/1** o powierzchni 0,0054 ha (z podziału dz. 220 na dz. 220/1, 220/2), **214/1** o powierzchni 0,0028 ha (z podziału dz. 214 na dz. 214/1, 214/2), **207/5** o powierzchni 0,0003 ha (z podziału dz. 207/2 na dz. 207/5, 207/6), **207/3** o powierzchni 0,0011 ha (z podziału dz. 207/1 na dz. 207/3, 207/4), **235/1** o powierzchni 0,0019 ha (z podziału dz. 235 na dz. 235/1, 235/2), **234/1** o powierzchni 0,0035 ha (z podziału dz. 234 na dz. 234/1, 234/2), **233/5** o powierzchni 0,0010 ha (z podziału dz. 233/2 na dz. 233/5, 233/6), **233/3** o powierzchni 0,0012 ha (z podziału dz. 233/1 na dz. 233/3, 233/4), **232/1** o powierzchni 0,0028 ha (z podziału dz. 232 na dz. 232/1, 232/2), **231/1** o powierzchni 0,0032 ha (z podziału dz. 231 na dz. 231/1, 231/2), **230/1** o powierzchni 0,0013 ha (z podziału dz. 230 na dz. 230/1, 230/2), **229/1** o powierzchni 0,0005 ha (z podziału dz. 229 na dz. 229/1, 229/2), **58/1** o powierzchni 0,0199 ha (z podziału dz. 58 na dz. 58/1, 58/2), **57/1** o powierzchni 0,0070 ha (z podziału dz. 57 na dz. 57/1, 57/2), **56/1** o powierzchni 0,0207 ha (z podziału dz. 56 na dz. 56/1, 56/2), **345/1** o powierzchni 0,0386 ha (z podziału dz. 345 na dz. 345/1, 345/2), **258/5** o powierzchni 0,0040 ha (z podziału dz. 258/1 na dz. 258/5, 258/6), **250/1** o powierzchni 0,0054 ha (z podziału dz. 250 na dz. 250/1, 250/2), **237/1** o powierzchni 0,0019 ha (z podziału dz. 237 na dz. 237/1, 237/2), **236/1** o powierzchni 0,0014 ha (z podziału dz. 236 na dz. 236/1, 236/2), **72/1** o powierzchni 0,0011 ha (z podziału dz. 72 na dz. 72/1, 72/2), **71/1** o powierzchni 0,0135 ha (z podziału dz. 71 na dz. 71/1, 71/2), **64/1** o powierzchni 0,0117 ha (z podziału dz. 64 na dz. 64/1, 64/2), **63/1** o powierzchni 0,0249 ha (z podziału dz. 63 na dz. 63/1, 63/2), **61/5** o powierzchni 0,0006 ha (z podziału dz. 61/2 na dz. 61/5, 61/6), **62/1** o powierzchni 0,0032 ha (z podziału dz. 62 na dz. 62/1, 62/2), **61/3** o powierzchni 0,0110 ha (z podziału dz. 61/1 na dz. 61/3, 61/4), **60/1** o powierzchni 0,0050 ha (z podziału dz. 60 na dz. 60/1, 60/2), **59/1** o powierzchni 0,0020 ha (z podziału dz. 59 na dz. 59/1, 59/2), **93/1** o powierzchni 0,0343 ha (z podziału dz. 93 na dz. 93/1, 93/2), **92/1** o powierzchni 0,0140 ha (z podziału dz. 92 na dz. 92/1, 92/2), **89/5** o powierzchni 0,0006 ha (z podziału dz. 89/1 na dz. 89/5, 89/6), **69/1** o powierzchni 0,0271 ha (z podziału dz. 69 na dz. 69/1, 69/2), **68/14** o powierzchni 0,0285 ha (z podziału dz. 68/5 na dz. 68/14, 68/15), **48/1** o powierzchni 0,0076 ha (z podziału dz. 48 na dz. 48/1, 48/2), **47/3** o powierzchni 0,0195 ha (z podziału dz. 47/2 na dz. 47/3, 47/4), **36/1** o powierzchni 0,0065 ha (z podziału dz. 36 na dz. 36/1, 36/2), **35/5** o powierzchni 0,0011 ha (z podziału dz. 35/2 na dz. 35/5, 35/6), **258/3** o powierzchni 0,0042 ha (z podziału dz. 258/2 na dz. 258/3, 258/4), **253/13** o powierzchni 0,0037 ha (z podziału dz. 253/3 na dz. 253/13, 253/14), **251/1** o powierzchni 0,0012 ha (z podziału dz. 251 na dz. nr 251/1, 251/2)
obręb Siółko: **418/1** o powierzchni 0,0042 ha (z podziału dz. 418 na dz. nr 418/1, 418/2), **415/3** o powierzchni 0,0028 ha (z podziału dz. 415/1 na dz. nr 415/3, 415/4), **411/1** o powierzchni 0,0039 ha (z podziału dz. 411 na dz. nr 411/1, 411/2), **412/1** o powierzchni 0,0040 ha (z podziału dz. 412 na dz. nr 412/1, 412/2), **410/1** o powierzchni 0,0024 ha (z podziału dz. 410 na dz. nr 410/1, 410/2), **409/1** o powierzchni 0,0010 ha (z podziału dz. 409 na dz. nr 409/1, 409/2), **408/1** o powierzchni 0,0014 ha (z podziału dz. 408 na dz. nr 408/1, 408/2), **407/1** o powierzchni 0,0004 ha (z podziału dz. 407 na dz. nr 407/1, 407/2), **406/1** o powierzchni 0,0010 ha (z podziału dz. 406 na dz. nr 406/1, 406/2), **432/1** o powierzchni 0,0048 ha (z podziału dz. 432 na dz. nr 432/1, 432/2, 432/3), **432/2** o powierzchni 0,0012 ha (z podziału dz. 432 na dz. nr 432/1, 432/2, 432/3), **431/1** o powierzchni 0,0004 ha (z podziału dz. 431 na dz. nr 431/1, 431/2, 431/3), **431/2** o powierzchni 0,0003 ha (z podziału dz. 431 na dz. nr 431/1, 431/2, 431/3), **430/1** o powierzchni 0,0001 ha (z podziału dz. 430 na dz. nr 430/1, 430/2, 430/3), **430/2** o powierzchni 0,0059 ha (z podziału dz. 430 na dz. nr 430/1, 430/2, 430/3), **429/1** o powierzchni 0,0044 ha (z podziału dz. 429 na dz. nr 429/1, 429/2), **428/1** o powierzchni 0,0027 ha (z podziału dz. 428 na dz. nr 428/1, 428/2), **425/1** o powierzchni 0,0041 ha (z podziału dz. 425 na dz. nr 425/1, 425/2), **424/1** o powierzchni 0,0034 ha (z podziału dz. 424 na dz. nr 424/1, 424/2), **415/5** o powierzchni 0,0019 ha (z podziału dz. 415/2 na dz. nr 415/5, 415/6), **426/3** o powierzchni 0,0018 ha (z podziału dz. 426/1 na dz. 426/3, 426/4), **426/5** o powierzchni 0,0031 ha (z podziału dz. 426/2 na dz. nr 426/5, 426/6), **427/1** o powierzchni 0,0042 ha (z podziału dz. 427 na dz. 427/1, 427/2), (działki oznaczone tłustym drukiem są przeznaczone do włączenia w pas drogi publicznej), oraz na działkach, na których zachodzi konieczność czasowego zajęcia terenu:
268 obręb Rygałówka – oczyszczanie i profilowanie istniejących rowów, budowa drogi,
269 obręb Rygałówka – remont przepustu,
316 obręb Rygałówka, 519 obręb Siółko – budowa zjazdu na drogi gminne.

Zgodnie z art. 49 Kpa, informuję, iż zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od daty podania niniejszego obwieszczenia do publicznej wiadomości, tj. od daty ukazania się obwieszczenia na tablicy ogłoszeń i stronie internetowej (BIP) Starostwa Powiatowego w Augustowie, na tablicy ogłoszeń i stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Lipsku oraz w prasie lokalnej. **Obwieszczenie umieszczono w prasie w dniu 26.08.2026 r., na tablicach ogłoszeń i na stronach internetowych w dniach od 26.08.2026 r. do 9.09.2026 r.**

Stosownie do art. 10 § 1 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego informuję, że strony postępowania mogą zapoznać się ze zgromadzonymi materiałami w tej sprawie i dokumentacją techniczną oraz zgłaszać uwagi do zebranych materiałów w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Augustowie przy ul. 3 Maja 29 w pokoju nr 15 od poniedziałku do piątku w godzinach od 7^{30} - 15^{00} **w terminie do dnia 16.09.2026 r.**

STAROSTA AUGUSTOWSKI

AUTOREKLAMA

nasze komunikaty.pl

aktualne z całej Polski przetargi

eprasa.pl 59c708d81a

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Jesień to czas, kiedy nasza odporność jest narażona na osłabienie. Co jeść, by ją wzmocnić?

DIETA

Jesienne grzybobranie nie dla każdego. Kto powinien unikać grzybów, a kto uważać?

Grzybobranie to jedno z naszych ulubionych jesiennych zajęć. Chętnie poszukujemy grzybów w lasach, a następnie je dusimy, marynujemy, suszymy i jemy. Jednak nie wszyscy mogą cieszyć się ich walorami

Marta Siesicka-Osiak



FOT. PIXABAY

Są organizmami cudzożywnymi, co oznacza, że nie wytwarzają samodzielnie niezbędnych im do życia organicznych związków odżywczych

Grzyby są bez wątpienia smaczne i bardzo odżywcze. Znajdziemy w nich przeciwutleniacze, w tym selen, który wspiera odporność organizmu. Są dobrym źródłem witamin z grupy B: ryboflawiny, niacyny i kwasu pantotenowego oraz miedzi i potasu.

Jednak to bogactwo składników mineralnych nie służy wszystkim. Osoby z niektórymi schorzeniami powinny unikać jedzenia grzybów, aby nie zaostrzyć objawów choroby. Grzyby pochodzące z lasu, a nie z upraw, mogą być także potencjalnym źródłem toksyn, które mogą być niebezpieczne dla niektórych grup.

Te osoby nie powinny jeść grzybów

Osoby z chorobami układu pokarmowego – osoby cierpiące na tymczasowe i przewlekłe choroby układu pokarmowego nie powinny włączać grzybów do swojej diety, ponieważ ze względu na dużą zawartość chityny są one ciężkostrawne. Grzyby zawierają także rafinozę, która wpływa na wydzielanie gazów w jelitach. Aby grzyby mniej obciążały układ pokarmowy, można dodać do nich przyprawy, takie jak majeranek czy tymianek, które ułatwiają ich trawienie. Warto także zrezygnować ze smażenia grzybów i dodawania do nich tłustych dodatków, takich jak śmietana.

Osoby z chorobami wątroby – osoby ze schorzeniami wątroby powinny być szczególnie ostrożne w sięganiu po grzyby leśne, które mogą okazać się trujące. Przez zaburzony metabolizm ich wątroba może nie poradzić sobie z oczyszczeniem krwi z toksyn. Mogą jednak sięgać po grzyby jadalne, pochodzące ze sprawdzonych upraw. Powinny jednak być one poddawane odpowiedniej obróbce termicznej. Nie jest zalecane ich smażenie i dodawanie do nich tłustych i ciężkostrawnych dodatków.

Dzieci do 12. roku życia, kobiety w ciąży i karmiące oraz osoby starsze – Brak jest oficjalnych zakazów jedzenia grzybów przez dzieci, kiedy zaczną już przyjmować stałe pokarmy. Jednak sugeruje się poczekanie, aż osiągną wiek około 10-12 miesięcy, zanim wprowadzi się do ich diety grzyby ze sprawdzonych upraw, np. pieczarki.

Zarówno dzieci do 12. r.ż., jak i osoby starsze oraz kobiety w ciąży i karmiące piersią powinny natomiast unikać jedzenia grzybów leśnych ze względu na możliwość silnego lub śmiertelnego zatrucia. Wpływ toksyn na młody lub osłabiony organizm może być groźny w skutkach. Nawet niewielka ilość toksycznych substancji może doprowadzić do stałego uszkodzenia organów, a nawet do śmierci.

Osoby ograniczające niektóre składniki mineralne – grzyby są dobrym źródłem potasu, w związku z tym osoby z chorymi nerkami oraz te z zaleceniem diety ubogopotasowej powinny ograniczyć ich spożywanie. Ze względu na znaczne ilości puryn, grzybów nie powinny jeść także osoby chore na dnę moczanową. Natomiast znaczna zawartość fosforu sprawia, że zbyt duże spożywanie grzybów przez osoby z niewydolnością nerek może uszkadzać nefrony, czyli komórki nerek, a tym samym zwiększać ryzyko ostrej niewydolności nerek i powodować konieczność dializowania.

Grzyby mają właściwości antyoksydacyjne, przeciwzapalne i antyrakowe, związane m.in. z wysoką zawartością błonnika, selenu, witaminy D i innych, często niepoznanych w pełni substancji

Grzyby jako alergeny

Osoby z alergią na grzyby jadalne – grzyby jadalne nie są częstymi alergenami, ale zdarza się, że uczulenie na występuje, szczególnie u osób, które mają alergię na pleśń. W przypadku reakcji opóźnionej objawy mogą pojawić się nawet kilka dni po spożyciu grzybów, co może utrudnić diagnostykę.

Uczulenie może spowodować wystąpienie wysypki, świądu, obrzęku węzłów chłonnych oraz bólu głowy. W przypadku natychmiastowej reakcji alergicznej może dojść do wystąpienia objawów ze strony układu oddechowego bądź skórnych, w rzadkich przypadkach może wystąpić niebezpieczny wstrząs anafilaktyczny, a wraz z nim obrzęk krtani, duszności, zawroty głowy i omdlenia.

Osoby z chorobą alkoholową – połączenie wysokoprocentowych trunków z grzybami prowadzi do ścięcia białka zawartego w grzybach, przez co są one jeszcze trudniejsze do strawienia. Osoby uzależnione od alkoholu, a także często sięgające po trunki wysokoprocentowe nie powinny spożywać grzybów, ponieważ może to prowadzić do ciężkiego zatrucia. Wyjątkowo niebezpieczne może być połączenie alkoholu z czernidłakiem pospolitym, jadalnym grzybem zawierającym koprynę – substancję blokującą metabolizm alkoholu etylowego w organizmie. Może to prowadzić do ostrego zatrucia, które w skrajnych przypadkach może zagrażać życiu. Objawy mogą pojawić się nawet do trzech dni po zjedzeniu grzyba. Popijanie grzybów wódką lub piwem może prowadzić do wystąpienia biegunki, nudności, wzdęć i dolegliwości bólowych także u zdrowych osób.

Dlaczego jedzenie grzybów może być niebezpieczne?

Zbieranie grzybów i ich jedzenie je st głęboko zakorzenione w naszej kulturze. Na co dzień na naszych stołach goszczą zarówno grzyby duszone, jak i marynowane.

Chętnie dodajemy je do sosów i potraw mięsnych. Są także wyjątkowo lubiane przez osoby na dietach roślinnych.

Jednak ich jedzenie może wiązać się z pewnym ryzykiem, w szczególności, kiedy sięgamy po okazy znalezione w lesie.

Ryzyko zatrucia – w grzybach leśnych można trafić na toksyczne substancje, które obciążają wątrobę i nerki, a dla niektórych osób nawet niewielka dawka tych substancji może okazać się śmiertelna.

Sposób przygotowania – smażenie lub marynowanie w zalewie octowej sprawia, że grzyby są ciężkostrawne i mogą podrażniać układ pokarmowy, powodując dolegliwości bólowe i wzdęcia.

Wysoka zawartość niektórych składników mineralnych – grzyby są dobrym źródłem różnych składników mineralnych, ale nie zawsze jest to korzystne dla organizmu. Niektóre osoby powinny unikać jedzenia potraw o dużej zawartości poszczególnych pierwiastków.

eprasa.pl 59c708d81a

HEMATOLOGIA

Masz „ferrytynową twarz”? Lekarze ostrzegają przed diagnozą z Internetu

Blada cera, cienie pod oczami i osłabione włosy mają według użytkowników Internetu zdradzać tzw. ferrytynową twarz.

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Media społecznościowe po raz kolejny wykreowały zdrowotny trend. Tym razem użytkownicy TikToka i Instagrama przekonują, że niedobór żelaza można rozpoznać po charakterystycznym wyglądzie twarzy. Mowa o tzw. twarzy ferrytynowej, określeniu, które błyskawicznie zyskało popularność w sieci.

Według internautów o niskim poziomie ferrytyny mają świadczyć m.in. blada cera, wyraźne cienie pod oczami, przesuszona i pozbawiona blasku skóra, a także osłabione, przerzedzające się włosy.

Specjaliści podchodzą jednak do takich wniosków z dużą ostrożnością. Sama nazwa twarz ferrytynowa nie jest terminem medycznym, a wygląd skóry czy włosów nie pozwala postawić diagnozy.

Ferrytyna jest białkiem magazynującym żelazo i jednym z najważniejszych wskaźników oceny jego zapasów w organizmie, jednak jej obniżony poziom można potwierdzić wyłącznie badaniami laboratoryjnymi.

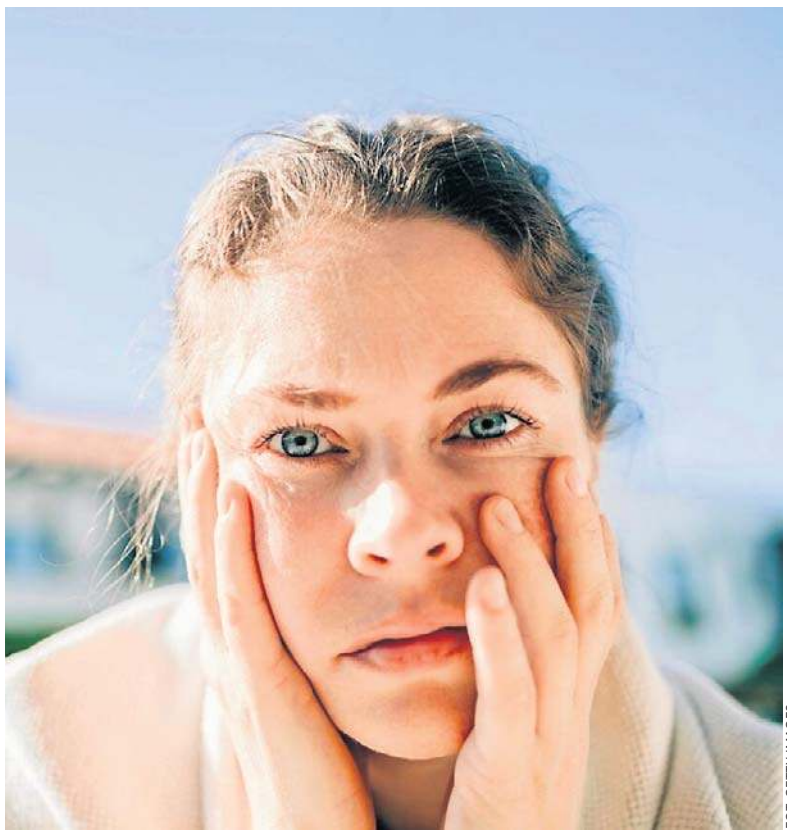
To prawda, że niedobór żelaza może odbijać się na wyglądzie. Oprócz bladości skóry czy pogorszenia kondycji włosów często pojawiają się także łamliwe paznokcie, pękające kąciki ust oraz sucha, bardziej wrażliwa skóra.

Warto jednak pamiętać, że podobne zmiany mogą być skutkiem wielu innych czynników, od przewlekłego stresu i niewyspania, przez odwodnienie, po zaburzenia hormonalne czy niedobory innych składników odżywczych.

Objawy niedoboru żelaza nie ograniczają się zresztą do wyglądu. Znacznie częściej chorzy skarżą się na przewlekłe zmęczenie, osłabienie, spadek wydolności fizycznej, zawroty i bóle głowy, duszność podczas wysiłku, kołatanie serca czy problemy z koncentracją.

U części osób pojawia się również uczucie zimnych dłoni i stóp, a także charakterystyczna ochota na jedzenie niejadalnych substancji, takich jak lód, kreda czy skrobia, zjawisko określane jako pica.

Lekarze przypominają, że internetowe trendy zdrowotne warto traktować z dużym dystansem. Media społecznościowe mogą zwiększać świadomość na temat różnych chorób, ale nie zastąpią rzetelnej wiedzy medycznej ani diagnostyki.



FOT. GETTY IMAGES

Ferrytynowa twarz ma świadczyć o niedoborze żelaza. Prawda jest bardziej skomplikowana

Jeśli podejrzewasz u siebie niedobór żelaza, najważniejsza zasada jest prosta: najpierw wykonaj badania, a dopiero później sięgaj po suplementy. Zarówno jego niedobór, jak i nadmiar tego pierwiastka mogą mieć negatywny wpływ na zdrowie.

W pierwszej kolejności wykonaj morfologię krwi. To podstawowe badanie, które dostarcza wielu cennych informacji. Zwróć szczególną uwagę na:

- hemoglobinę (HGB) – jej obniżony poziom świadczy o anemii.
- MCV – wskaźnik średniej objętości krwinki czerwonej. Obniżone MCV oznacza, że erytrocyty są mniejsze niż powinny, co bardzo często towarzyszy niedoborowi żelaza.
- MCH – średnią zawartość hemoglobiny w krwinkach czerwonych.

Warto jednak pamiętać, że prawidłowa hemoglobina nie wyklucza niedoboru żelaza. Organizm przez długi czas potrafi utrzymywać prawidłową produkcję krwinek, wykorzystując zgromadzone zapasy. Dlatego sama morfologia nie daje pełnego obrazu.

Oznaczenie stężenia ferrytyny w surowicy to jedno z najważniejszych badań oceniających gospodarkę żelazową organizmu, ponieważ ferrytyna pełni funkcję magazynu żelaza i najlepiej odzwierciedla jego zapasy zgromadzone w ustroju.

Normy ferrytyny są zmienne, ale zazwyczaj wynoszą około 15-200 ng/ml dla kobiet oraz 30-300 ng/ml dla mężczyzn. Próbkę krwi pobiera się zazwyczaj z żyły w zgięciu łokciowym, rzadziej z opuszki palca.

W interpretacji wyniku należy jednak pamiętać o jednym ważnym ograniczeniu.

Ferrytyna jest białkiem ostrej fazy, co oznacza, że jej stężenie może wzrastać nie tylko pod wpływem zwiększonych zapasów żelaza, ale również w przebiegu infekcji, stanów zapalnych, chorób nowotworowych czy schorzeń wątroby.

W takich sytuacjach wynik może być sztucznie zawyżony i nie odzwierciedlać rzeczywistych zasobów żelaza.

Bardzo niski poziom ferrytyny oznacza z kolei, że zapasy żelaza w twoim organizmie są wyczerpane.



FOT. GETTY IMAGES

W saunie można zarazić się grzybicą, infekcjami intymnymi oraz chorobami bakteryjnymi i wirusowymi

CHOROBY INTYMNE

HPV i kłykciny kończyste od sauny? Ginekolożka wyjaśnia, czy to możliwe

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV), odpowiedzialnym za rozwój kłykcin kończystych, to problem, z którym zmaga się wielu pacjentów.

Osoba lecząca się na kłykciny kończyste (brodawki płciowe) twierdziła, że zaraziła się w saunie. Czy taki scenariusz jest w ogóle możliwy? Do tej kwestii odniosła się ostatnio dr n. med. Karina Barszczewska.

Wirus HPV ma już 200 typów

– Zdecydowanie najczęstszą drogą zakażenia HPV wywołującego kłykciny jest kontakt seksualny. Ale czy sauna jest biologicznie możliwa? Tu robi się ciekawie. HPV to jeden z niewielu wirusów naprawdę odpornych na środowisko zewnętrzne. Potrafi przetrwać na powierzchniach nawet kilka dni, w wilgoci i cieple. A sauna spełnia te warunki praktycznie idealnie – ujawniła niedawno specjalistka ginekologii i położnictwa, w trakcie specjalizacji z seksuologii, a także twórczyni instagramowego konta medycyna_na_obcasach.

Pacjenci powinni mieć świadomość, że HPV to nie jest jeden wirus. Znamy już ponad 200 typów HPV, m.in. HPV 1, 2, 6, 11, 16, 18, 31, 33, 35, 39, 45, 51, 52, 56, 58, 59, 66 i 68.

– Te odpowiedzialne za brodawki na dłoniach czy stopach to zupełnie inne typy niż te, które wywołują kłykciny w okolicach intymnych. Typy skórne rzeczywiście przenoszą się przez powierzchnie na saunach czy na basenach, natomiast typy śluzówkowe, czyli te od kłykcin, poza wilgotną błoną śluzową radzą sobie dużo gorzej. Czy transmisja pozaseksualna jest możliwa? Tak, ale wymaga uszkodzonej skóry, a także wysokiego miana wirusa (...) Nie ma danych wskazujących sauny jako istotne źródło zakażeń HPV w populacji – wyjaśniła lekarka.

W jaki inny sposób może dojść do powstania kłykcin kończystych?

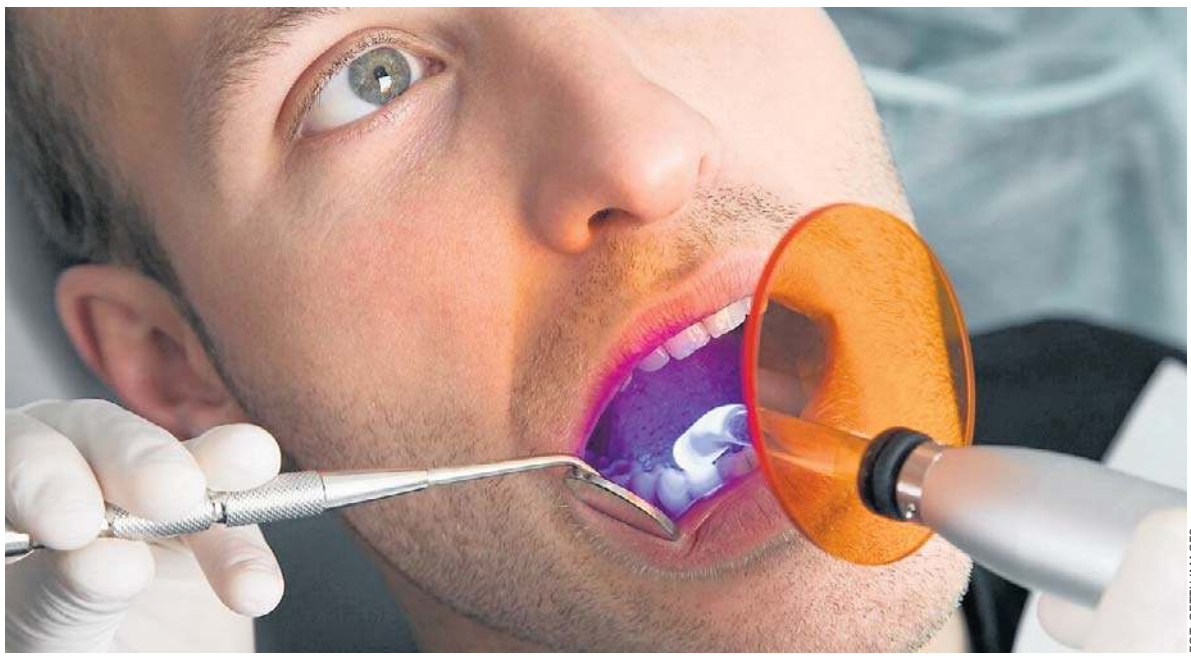
Istnieją też inne niezwiązane z kontaktem seksualnym drogi zakażenia. Kłykciny mogą powstać przez:

- autoinokulację – wirus może zostać przeniesiony z brodawek zlokalizowanych w innych częściach ciała, na przykład na dłoniach, do okolicy anogenitalnej. Może do tego dojść podczas drapania, dotykania lub innych manipulacji przy istniejących zmianach skórnych. Mechanizm ten jest szczególnie istotny w przypadku małych dzieci,
- transmisję wertykalną – zakażenie dziecka może nastąpić podczas porodu, w wyniku kontaktu z zakażonymi drogami rodnymi matki,
- heteroinokulację nieseksualną – potencjalną drogą przeniesienia wirusa jest kontakt pośredni za pośrednictwem rąk opiekuna podczas codziennych czynności pielęgnacyjnych, takich jak przewijanie, mycie czy pielęgnacja okolic intymnych dziecka,
- kontakt z przedmiotami i powierzchniami (fomity) – w piśmiennictwie mowa o możliwości transmisji HPV za pośrednictwem skażonych przedmiotów, takich jak ręczniki, bielizna czy powierzchnie użytkowe.

Uważa się jednak, że jest to droga zakażenia znacznie mniej prawdopodobna niż bezpośredni kontakt ze źródłem wirusa.

eprasa.pl 59c708d81a

U STOMATOLOGA



FOT. GETTY IMAGES

Nawet jeśli plomba pozostaje w zębie przez wiele lat, może stopniowo tracić szczelność. Jakie sygnały powinny skłonić do wizyty u dentysty i rozważenia wymiany wypełnienia?

Wypadająca lub nieszczelna plomba. Kiedy wymienić wypełnienie?

Żadna plomba nie jest rozwiązaniem na całe życie. Stosowane obecnie wypełnienia kompozytowe zachowują trwałość zwykle przez około 5-10 lat.

Oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk

Wypełnienia kompozytowe należą dziś do najczęściej stosowanych sposobów odbudowy zębów uszkodzonych przez próchnicę, ścieranie, erozję szkliwa czy urazy. Materiał ten, oparty na żywicy wzbogaconej cząstkami mineralnymi, przed utwardzeniem pozostaje plastyczny, co pozwala stomatologowi dokładnie odtworzyć naturalny kształt zęba. Kompozyt dobrze imituje szkliwo pod względem koloru, twardości i odporności na codzienne obciążenia. Nie jest jednak pozbawiony wad. Z upływem czasu może się przebarwiać, reagować na zmiany temperatury oraz ulegać uszkodzeniom mechanicznym.

Najczęstszymi powodami wymiany wypełnienia są jego pęknięcie, ukruszenie, rozszczelnienie lub całkowite wypadnięcie.

– Ogólnymi wskazaniami do wymiany wypełnienia są utrata szczelności oraz jego znaczne zużycie. Najbardziej oczywistym sygnałem jest całkowite wykruszenie się wypełnienia i odsłonięcie zębiny lub miazgi. Często towarzyszą temu tkliwość, ból lub nadwrażliwość na zimne i gorące pokarmy oraz napoje. Odkładanie wizyty u dentysty może prowadzić do zapalenia miazgi lub rozwoju próchnicy wtórnej. Z drugiej strony przez nieszczelności wypełnienia bakterie mogą przedostawać się w głąb zęba, gdzie próchnica rozwija się miesiącami bez wyraźnych objawów – wyjaśnia lek. dent. Kinga Lejczak z Royal Dent Medicover Stomatologia we Wrocławiu.

Brak dolegliwości nie zawsze świadczy o dobrym stanie wypełnienia. Nawet jeśli plomba pozostaje w zębie przez wiele lat, może stopniowo tracić szczelność.

Największym zagrożeniem są mikroskopijne szczeliny pojawiające się na styku wypełnienia i szkliwa. To właśnie przez nie do wnętrza zęba mogą przedostawać się bakterie, ślina i resztki jedzenia. Efektem bywa próchnica wtórna rozwijająca się pod plombą lub w jej bezpośrednim sąsiedztwie.

Problem polega na tym, że taki proces często przez długi czas przebiega bezobjawowo. Niekiedy jedynymi sygnałami ostrzegawczymi są niewielka nadwrażliwość albo ból pojawiający się podczas nagryzania.

Konsultację stomatologiczną warto rozważyć, jeśli:

- plomba jest ukruszona, pęknięta, rusza się lub całkowicie wypadła;
- ząb reaguje bólem na zimne, gorące lub słodkie produkty;
- pojawia się dyskomfort podczas gryzienia;
- nić dentystyczna zaczepia się lub strzępi przy kontakcie z wypełnieniem;
- po założeniu plomby trudno prawidłowo domknąć zęby;
- w okolicy wypełnienia pojawiają się ciemne przebarwienia;
- krawędzie plomby stały się ostre i podrażniają język albo błonę śluzową jamy ustnej.

Powodem wymiany wypełnienia bywają również względy estetyczne, takie jak zmiana koloru kompozytu czy obecność starszych wypełnień amalgamatowych.

– Decyzji o wymianie plomby wyłącznie ze względów estetycznych nie należy podejmować pochopnie. Każda wymiana wiąże się z koniecznością opracowania tkanek zęba, a więc z usunięciem niewielkiej ilości zdrowej tkanki. Wielokrotne powtarzanie takiego zabiegu może osłabić ząb – ostrzega lek. dent. Kinga Lejczak.

Żywica ma wiele zastosowań

Za pomocą żywicy kompozytowej można odtworzyć niewielkie ukruszenia szkliwa, odbudować fragment zęba po próchnicy lub urazie, skorygować jego kształt, zamaskować drobne przebarwienia, a także optycznie zmniejszyć diastemę lub inną przerwę.

BADANIE KRWI

Warto oznaczyć poziom lipoproteiny(a). Ten parametr określi ryzyko zawału i udaru

Oprac. Ola Głowacka

Słyszałeś kiedyś o lipoproteinie(a)? Tak nazywa się czynnik ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, którego rzeczywiście wiele osób w ogóle nie zna. Dlaczego przynajmniej raz warto oznaczyć ten parametr we krwi i na co trzeba zwrócić uwagę, jeśli wynik odbiega od normy?

– Zbudowana jest podobnie jak „zły" cholesterol LDL – mówi Anja Vogt, specjalistka chorób wewnętrznych i wiceprzewodnicząca DGFL – Lipid-Liga.

Różnica polega na tym, że dodatkowo jest do niej przyłączone białko – apolipoproteina(a). Według towarzystwa naukowego lipoproteiny można porównać do „taksówek bagażowych", które transportują we krwi tłuszcze i substancje tłuszczopodobne.

To, ile lipoproteiny(a) krąży we krwi, jest uwarunkowane genetycznie. Dieta ani ruch nie są w stanie wpłynąć na jej poziom.

– Prawdopodobnie lipoproteina(a) miała kiedyś jakąś fizjologiczną funkcję, być może dawała nawet przewagę ewolucyjną, dziś jednak nie znamy żadnego jej pożytku – mówi Anja Vogt.

Uchodzi za czynnik ryzyka zawału serca i udaru mózgu

Jeśli we krwi krąży jej zbyt dużo, odkłada się – podobnie jak cholesterol LDL – w ścianach tętnic. Gdy dochodzą do tego inne czynniki ryzyka, na przykład palenie tytoniu, efekt ten się nasila – wyjaśnia Anja Vogt. Konsekwencją tych złogów w naczyniach krwionośnych jest zwiększone ryzyko udaru mózgu, zawału serca, a także obwodowej choroby tętnic (pAVK), czyli zaburzeń krążenia w nogach.

Ostatecznie może zostać zajęta każda tętnica, na przykład w nerkach lub także zastawka aortalna – dodaje Vogt.

Od jakiego poziomu lipoproteiny(a) robi się niebezpiecznie?

Najpierw trzeba wiedzieć, że istnieją dwa różne sposoby pomiaru, których nie da się bezpośrednio porównać ani przeliczyć jeden na drugi. Tak wygląda ogólny przegląd:

- Tak zwana wartość prawidłowa wynosi 30 mg na decylitr (mg/dl) lub 75 nanomoli na litr (nmol/l).
- Przy 30-50 mg/dl lub 75-105 nmol/l ryzyko jest umiarkowane, powyżej tych wartości zalicza się już do grupy ryzyka.
- O bardzo wysokim ryzyku lekarze mówią od 180 mg/dl lub od 430 nmol/l.

Znaczenie mają jednak również inne parametry krwi oraz ogólny stan zdrowia. Zwłaszcza w połączeniu z wysokim poziomem cholesterolu LDL lub nadciśnieniem tętniczym znacząco rośnie prawdopodobieństwo na przykład zawału serca.

Około 20 do 30 procent wszystkich ludzi ma zbyt wysokie wartości lipoproteiny(a) – problem ten bynajmniej nie jest więc rzadki i dotyczy wielu osób – mówi Norbert Smetak, pierwszy wiceprezes Związku Zawodowego Niemieckich Internistek i Internistów (BDI).



FOT. GETTY IMAGES

Lipoproteiny można porównać do „taksówek bagażowych", które transportują we krwi tłuszcze i substancje tłuszczopodobne

eprasa.pl 59c708d81a

PUPIL ROKU 2026

Zobaczcie tych, którzy zawsze poprawiają humor

Nic nie cieszy tak bardzo, jak widok merdającego ogona, mokrego noska czy uszu, które na dźwięk znajomego głosu od razu stają na baczność. Zwierzęta potrafią zdobyć nasze serca jednym spojrzeniem, zabawną miną albo po prostu swoją obecnością. To właśnie takie zwierzaki spoglądają na nas z poniższych fotografii. ci wyjątkowi uczestnicy akcji Pupil Roku 2026 to aktualni liderzy głosowania w trzech kategoriach. Wśród prezentowanych zdjęć znajdziemy zarówno dobrze znane nam psy i koty, jak i inne, nieco bardziej nietypowe, zwierzęta. Każdy z nich ma swój wyjątkowy urok, a wszystkie łączy jedno - zdobyli sympatię Czytelników i znaleźli się w gronie liderów tegorocznej akcji.

Głosowanie w pierwszym etapie potrwa do 2 września. Tego dnia poznamy pupili, którzy wywalczą awans do finału ogólnopolskiego. Tam na najlepszych czekają kolejne emocje, rywalizacja o ogólnopolski tytuł oraz atrakcyjne nagrody, w tym sesje zdjęciowe oraz nagrody finansowe w wysokości 5000 złotych.

Najlepsi uczestnicy akcji będą mieli również szansę znaleźć się na kartach albumu „Nasze Pupile", który będzie redakcyjnym zwieńczeniem tegorocznej akcji. - W tej wyjątkowej publikacji zaprezentujemy zwycięzców ze wszystkich województw w Polsce, zwierzaki, które swoją historią, charakterem lub jednym wyjątkowym spojrzeniem szczególnie zwróciły uwagę Czytelników. W dzisiejszej galerii natomiast prezentujemy małych towarzyszy, którzy pocieszają nas w gorsze dni, cieszą się z naszego powrotu, pilnują porządku, a czasem po prostu wtulają się w nas bez żadnego powodu - mówi Katarzyna Adamczyk, która odpowiada za redakcyjną stronę akcji Pupil Roku 2026. A teraz zapraszamy do obejrzenia galerii. Zobaczcie, kto tym razem spogląda na nas ze zdjęć i kto prowadzi w walce o tytuł Pupila Roku 2026! Więcej o akcji na: **poranny.pl/pupil** oraz **wspolczesna.pl/pupil**

KATEGORIA PSY



1. Grace, Białystok



2. Max, Suwałki



3. Maniek, powiat zambrowski



4. Misia, Łomża



5. Hektor, powiat białostocki



6. Bimber, powiat moniecki



7. Ares, powiat augustowski



8. Deyzi, powiat bielski



9. Diego, powiat hajnowski



10. Bajra, powiat sejneński

KATEGORIA KOTY



1. Koko i Spajdermen, powiat grajewski



2. Kocyk, Białystok



3. Gacek, powiat bielski



4. Puszek, powiat sokólski



5. Cleo, powiat moniecki



6. Puma, Suwałki



7. Hanka, powiat suwalski



8. Freya, powiat zambrowski



9. Fiona, powiat białostocki



10. Bezik, powiat siemiatycki

KATEGORIA INNE ZWIERZAKI



1. USZOTRON



2. Miśka



3. Teddy i Pchełka



4. Alusia



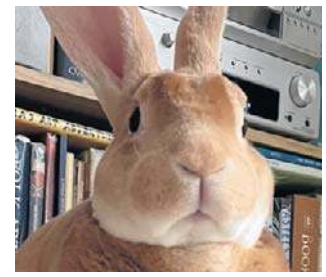
5. Karmel



6. Gucio



7. Oscar



8. Bou



9. Gekuś



10. Kinder

eprasa.pl 59c708d81a

PROGRAMOWO

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Życie dziecka Majki jest zagrożone i dr Bursztyn decyduje się na cesarskie cięcie. Kaśka jest zdenerwowana, martwi się o córkę i dziecko, Bartek i Emilia również są przy Majce. Bartek, oczekując na koniec, próbuje przekonać teściową, że to on jest ofiarą. Majka rodzi dziecko, alr niestety chwilę potem stan noworodka pogarsza się. Z Majką też nie jest najlepiej i trafia na kardiologię pod opiekę Łukasza Wrońskiego. Kaśka jest przerażona. Tymczasem Kaja dociera na sesję zdjęciową do studia Kajetana. Kiedy dowiaduje się od Łukasza o stanie Majki, natychmiast jedzie do szpitala. Wraz z Łukaszem starają się zdiagnozować problem Majki. Kaśka wciąż nie może skontaktować się z Dawidem, który nie ma pojęcia, że właśnie został ojcem i co dzieje się z jego najbliższymi. W poszukiwania chłopaka włącza się Bartek. Daria dzwoni do matki i odkrywa, że Irena jest pijana.





G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Halil nie ma lekko. Po tym, jak zaprosił żonę na kolację, ona się wystroiła i została porzucona w progu, bo musiał odwieźć Suzan do szpitala, robi wszystko, by załagodzić konflikt z Ayfer. Niestety – jego żona ma do niego ogromny żal. Najbardziej boli ją to, że w jej opinii przedkłada sprawy właścicielki rezydencji nad własną rodzinę. W samej willi atmosfera również jest napięta. Mine oskarża bowiem Munevver o zabranie naszyjnika po matce, który ma dla małej dziewczynki ogromną wartość sentymentalną. Na szczęście Suzan odnajduje zgubę, co łagodzi nieco całą sytuację. W międzyczasie Halil każe Remzimowi jeszcze intensywniej poszukiwać Yasemin. Ona sama jest bliżej, niż ktokolwiek podejrzewa. Na tyle blisko, że jest świadkiem, jak Munevver zdejmuje Mine naszyjnik po matce i zakłada jej nową biżuterię. Budzi to w niej złość.

G. 16:35

POLSKIE DROGI

TVP Kultura

„Polskie drogi" były jednym z najpopularniejszych polskich seriali lat 70. i 80. ubiegłego wieku. Pokazany po raz pierwszy w roku 1977, doczekał się wielu powtórek. Dzieło Jerzego Janickiego (scenariusz) i Janusza Morgensterna (reżyseria) to epicka (łącznie aż 17 godzin!), wielowątkowa opowieść o losach Polaków w latach II wojny światowej. Została ukazana przede wszystkim z punktu widzenia dwóch głównych bohaterów – porucznika Władysława Niwińskiego (Karol Strasburger) i Leona Kurasia (Kazimierz Kaczor) – drobnego cwaniaka, niepozbawionego jednak znamion heroizmu. Autorzy serialu starali się pokazać zwłaszcza dzień powszedni okupacji hitlerowskiej w Polsce. Konspirację, akcje zbrojne, strzelaniny programowo odsunięto na drugi plan. W zamian „Polskie drogi" dawały przekrój przez wszystkie ówczesne warstwy społeczne. Opowiadały o ludziach częstokroć zaskoczonych przez historię, którzy stopniowo uczą się złowrogiej logiki hitlerowskiego terroru. Znakomita muzyka fortepianowa Andrzeja Kurylewicza to niemal równoprawna bohaterka filmu.



G. 15:05

La Promesa – pałac tajemnic

TVP 2

Maria i Romulo próbują przekonać Petrę, żeby nie oddawała Dieguita Gregoriowi. Między ochmistrzynią a zarządcą domu dochodzi do gwałtownej sprzeczki. Jana i Salvador kryją Lope przed przełożonymi, ale w końcu wyznają Romulowi prawdę o tym, co zaszło. Catalina ofiarowuje Adrianowi wyjątkowy prezent. Margareta dogląda dochodzącego do siebie po ataku duszności Ignacia. Cruz zauważa napięcie między Alonsem a Marią Antonią.



G. 16:00

Dziedzictwo

TVP 1

Poyraz wyjaśnia Nanie, że zgodził się na walkę bojąc się, że ją straci. İbrahim zaczyna oszczędzać, zaś Czarna boi się, czy da radę jako matka dwójki dzieci. Aynur sądzi, że Sinan chce zjeść z nią kolację, ale chodzi o Ezgi. Zrezygnowana spotyka się z Kvancem i przyjmuje jego niespodziewaną propozycję zaręczyn.

G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Hancer bezinteresownie pomaga Sili, która nie ma gdzie się podziać i kogo poprosić o wsparcie. W tym czasie Melih nakłania swoją żonę, by nie ulegała presji i zgodziła się kandydować na stanowisko prezeski fundacji. Beyza tymczasem jest pewna wygranej – sądzi, że ma dość głosów. Engin prosi o pomoc Meliha i ostatecznie to Hancer zostaje wybrana.

eprasa.pl 59c708d81a

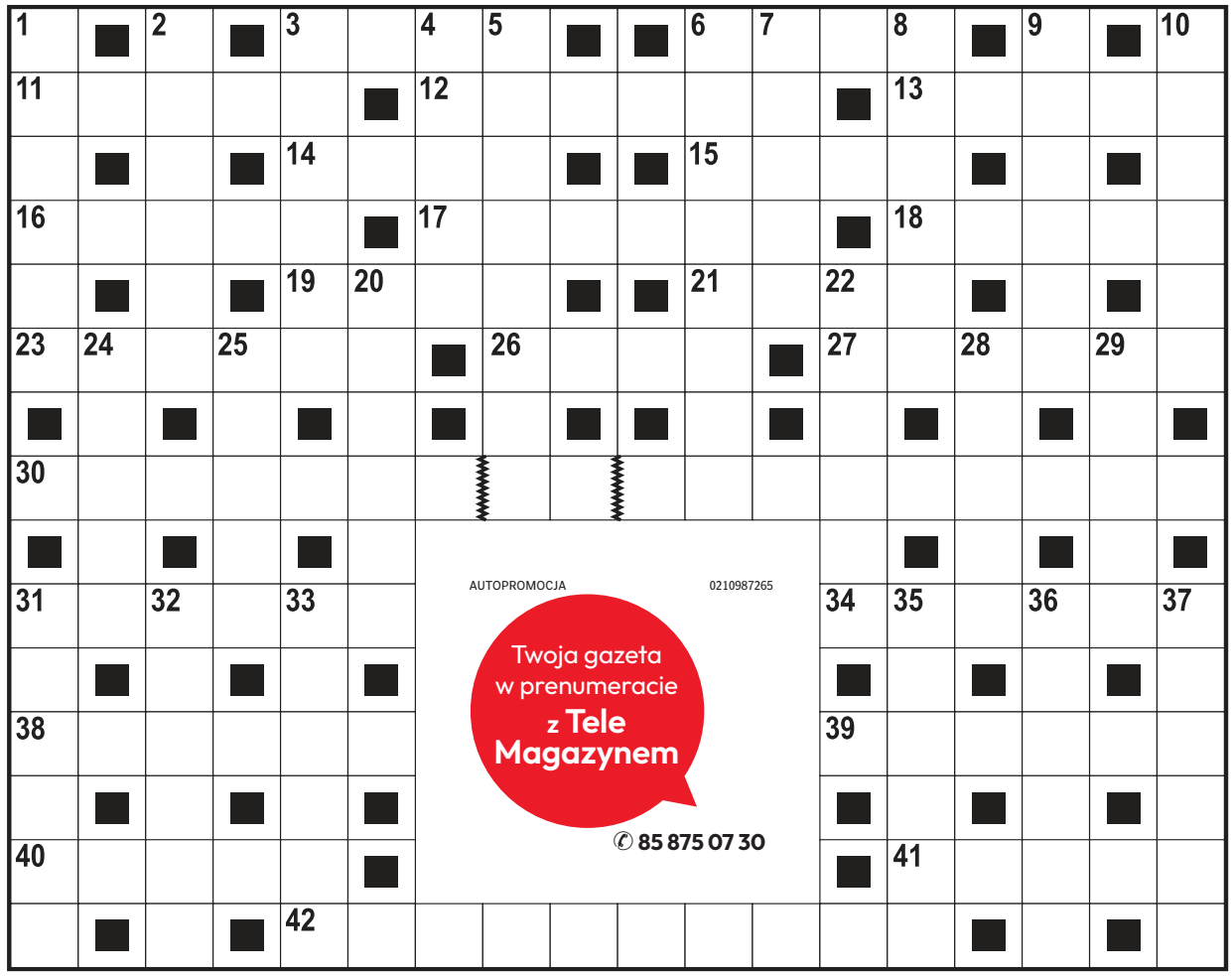
KRZYŻÓWKA NR 131

Poziomo:

3) kardynał lub sekretarz,
6) cena papierów wartościowych,
11) ssak spokrewniony z żyrafą,
12) warszawska hala widowiskowo-sportowa,
13) ptak wodny z rzędu blaszkodziobych,
14) Magda, polska piosenkarka i reżyserka,
15) indonezyjska wyspa jak rzeczywistość,
16) przyjaciel Romka i A'Tomka,
17) wiosenny grzyb jadalny,
18) dawny areszt, więzienie,
19) przeciwnik Juliusza Cezara,
21) szwajcarski dopływ Renu,
23) Wirtualna Polska lub Interia,
26) Danuta, wykonawczyni przeboju „Gdzie ci mężczyźni",
27) Karol, gospodarz programu kulinarnego,
30) serial telewizyjny z rolą Magdaleny Schejbal,
31) Roman, autor powieści „Kolumbowie. Rocznik 20",
34) złoto Bałtyku, bursztyn,
38) kolor wiosny i nadziei,
39) wynik działania, rezultat,
40) ptak-smakosz czereśni,
41) afrykański drapieżnik, likaon,
42) miejsce zwycięskiej bitwy wojsk Napoleona.

Pionowo:

1) stopniowy rozwój, rozkwit,
2) dawny pośrednik handlowy,
3) czapeczka przykrywająca tonsurę,
4) świadectwo kontroli technicznej,
5) rybożerny ptak mazurski,
6) na dłoniach przestępcy,
7) zadawniony żal, pretensja,
8) tankowiec lub kontenerowiec,
9) dom Jana Kiepury w Krynicy,
10) broń używana w szermierce,
20) popularne imię władców i książąt rosyjskich,
22) proces zmian zachodzących w organizmach,
24) ozdobny krzew parkowy,
25) dynamiczny taniec towarzyski jak rodzaj słoika,
28) film sensacyjny z rolą Roberta De Niro,
29) utwór muzyczny złożony z kilku samodzielnych części,
31) początek dnia, świt,
32) największe miasto Syrii,
33) sąsiadka Polki i Czeszki,
35) płat blachy lub papieru,
36) japońska mata do ćwiczeń,
37) najlepszy wynik np. w sprincie.

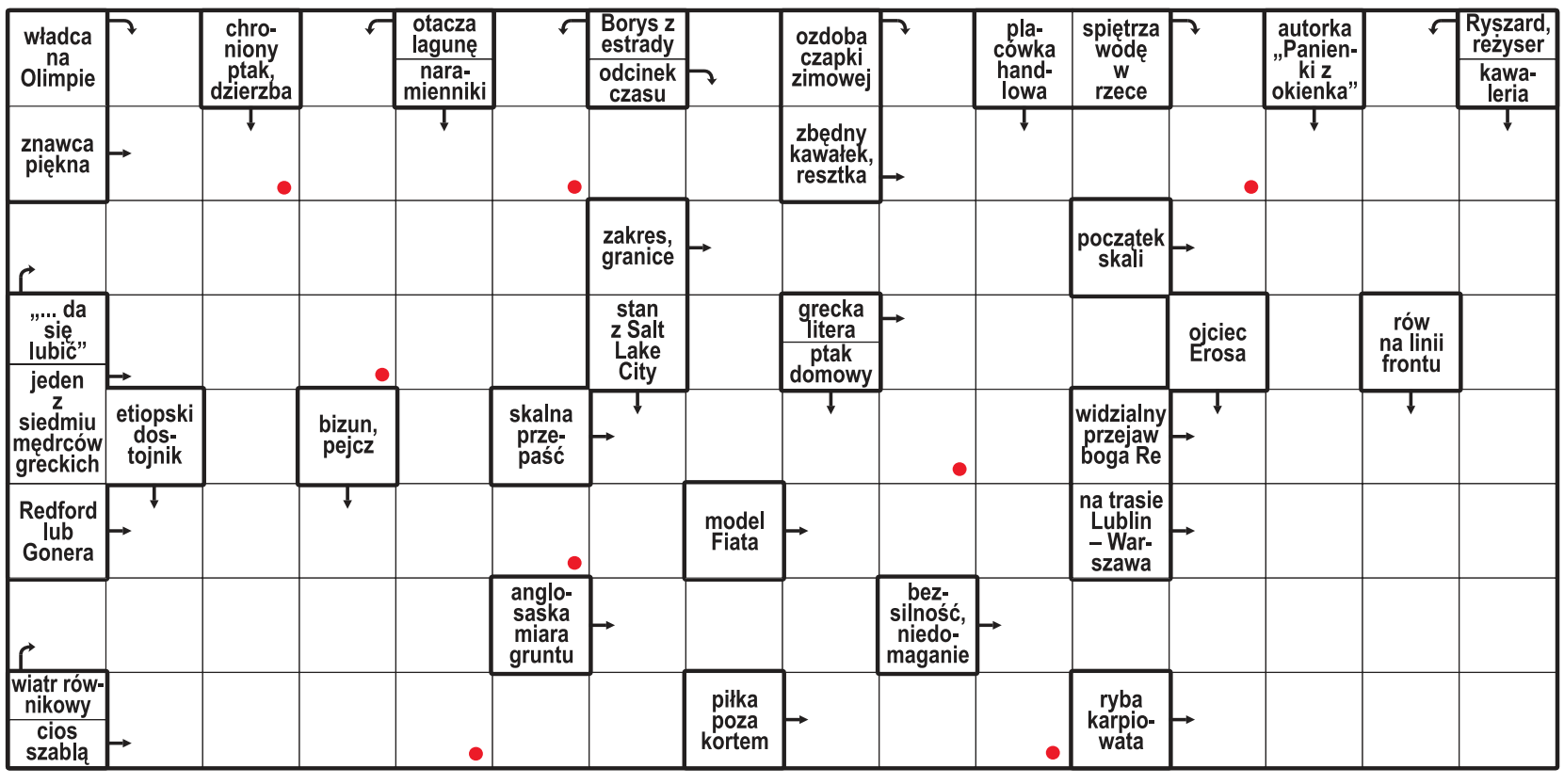


AUTOPROMOCJA 0210987265
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 85 875 07 30

ROZWIĄZANIE NR 130

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: STALORYT.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Odważnie podejmij decyzję. Horoskop dzienny mówi, że spokojna rozmowa otworzy przed Tobą nowe drzwi.

Ryby (19.02 - 20.03)
Cierpliwość przyniesie dobre rezultaty. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie ignorować intuicji.

Baran (21.03 - 19.04)
Nowa wiadomość poprawi Ci humor. Horoskop dzienny na środę radzi zachowywać skupienie.

Byk (20.04 - 20.05)
Ktoś okaże Ci dziś więcej ciepła niż się spodziewasz. Horoskop dzienny sugeruje zaufać swoim uczuciom.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Cechować Cię będzie pewność siebie. Horoskop na dziś mówi, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć.

Rak (22.06 - 22.07)
Drobny sukces doda Ci energii. Horoskop dzienny na środę radzi uporządkować odkładane od dawna sprawy.

Lew (23.07 - 22.08)
Spotkanie z bliską osobą przyniesie ważną rozmowę. Horoskop dzienny podpowiada, by słuchać uważnie.

Panna (23.08 - 22.09)
Odkryjesz coś, co zmieni Twoje spojrzenie. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie zdradzać wszystkich planów.

Waga (23.09 - 22.10)
Niespodziewana propozycja otworzy nową drogę. Horoskop dzienny na środę radzi przemyśleć jej konsekwencje.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Twoja konsekwencja zacznie przynosić efekty. Horoskop dzienny wróży, że ucieszy to nie tylko Ciebie.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywny pomysł może zwrócić uwagę innych. Horoskop na dziś radzi zapisać go i zacząć działać.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wsłuchaj się w intuicję, lecz sprawdzaj fakty. Horoskop dzienny na środę mówi, że dobrze na tym wyjdziesz.

eprasa.pl 59c708d81a

PIŁKA NOŻNA

Grabara idzie do Juventusu. Transfer reprezentanta Polski

Bartosz Głąb

Kamil Grabara to bohater chyba największego i najbardziej zaskakującego letniego transferu spośród reprezentantów Polski. Zaledwie trzy miesiące temu spadł z VfL Wolfsburg z Bundesligi, a teraz zamieni popularne „Wilki" na... Juventus FC.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Kamil Grabara będzie walczył w Turynie o rolę pierwszego bramkarza z Guglielmo Vicario, który ostatnio sygnalizuje problemy zdrowotne

Kamil Grabara po spadku VfL Wolfsburg z Bundesligi zdecydował się na zmianę klubu. Mimo szumnych zapowiedzi bramkarz reprezentacji Polski przez niemal całe letnie okno transferowe pozostawał w Niemczech. Do bramki „Wilków" wskoczył jego rodak, zaledwie 18-letni Jakub Zieliński, a Grabara przestał być brany pod uwagę przy ustalaniu kadry meczowej.

Gdy wydawało się, że charyzmatyczny golkiper „przestrzelił" z zapowiedziami o przenosinach do mocnego klubu, w niedzielne popołudnie dziennikarz Tomasz Włodarczyk odpalił prawdziwą bombę. Kamil Grabara na zasadzie rocznego wypożyczenia z opcją wykupu wzmocni... Juventus FC. Co więcej, polski bramkarz może wskoczyć nawet do pierwszego składu „Starej Damy". O miejsce w bramce będzie walczyć z 29-letnim Guglielmo Vicario, który również został wypożyczony, z angielskiego Tottenhamu Hotspur.

Jeśli Polak dobrze spisze się w ekipie ze stolicy Piemontu, będzie mógł zostać wykupiony. Według doniesień włoskich mediów kluby ustaliły kwotę na poziomie 12 000 000 euro.

Transfer Kamila Grabary do włoskiego giganta rósł już od kilku lat. W 2024 roku Wojciech Szczęsny, ówczesny bramkarz Juventusu, w rozmowie dla kanału Foot Truck na YouTube zdradził, że sam zarekomendował w klubie młodszego kolegę z reprezentacji Polski. Niedługo później „Stara Dama" już monitorowała sytuację utalentowanego golkipera i czekała na odpowiedni moment, by sprowadzić go w swoje szeregi. Teraz nadszedł ten czas.

W ostatnich latach mieliśmy trochę dużych transferów reprezentantów Polski do czołowych europejskich klubów. Największe „zatrzęsienie" przyszło po udanym dla Biało-Czerwonych Euro 2016. Wtedy Kamil Glik dołączył do AS Monaco, Grzegorz Krychowiak wzmocnił PSG, Arkadiusz Milik i Piotr Zieliński przenieśli się do SSC Napoli, a Maciej Rybus został kupiony przez Olympique Lyon.

Rok później Wojciech Szczęsny zamienił Arsenal FC na Juventus FC, gdzie po roku spędzonym w cieniu Gianluigiego Buffona, został pierwszym bramkarzem „Starej Damy". Były już bramkarz reprezentacji Polski obecnie trzeci sezon broni barw FC Barcelona, ale w klubie ze stolicy Piemontu wciąż jest inny polski piłkarz. Latem 2022 roku do włoskiego giganta dołączył Arkadiusz Milik.

W tym samym roku doszło też do jednego z najbardziej spektakularnych transferów w historii polskiej piłki. Robert Lewandowski zamienił Bayern Monachium na FC Barcelonę. Duma Katalonii zapłaciła za kapitana reprezentacji Polski 45 000 000 euro.

Najdroższe transfery polskich piłkarzy w historii:

- 1. Robert Lewandowski (Bayern Monachium do FC Barcelona) - 45 000 000 euro
- 2. Krzysztof Piątek (Genoa do AC Milan) - 35 000 000 euro
- 3. Arkadiusz Milik (Ajax Amsterdam do SSC Napoli) - 32 000 000 euro
- 4. Grzegorz Krychowiak (Sevilla do PSG) - 27 500 000 euro
- 5. Krzysztof Piątek (AC Milan do Hertha Berlin) - 24 000 000 euro

LEKKOATLETYKA

Diamentowe ostatki - najpierw Zurych, a na koniec Bruksela. Oczywiście z Polakami

Paweł Wiśniewski

Już trójka Polaków ma zapewniony udział w wielkim finale lekkoatletycznej Diamentowej Ligi, który w tym roku zawita do Brukseli (4-5 września). Po chorzowskim Memoriale Kamili Skolimowskiej do Mateusza Kołodziejskiego (wzwyż) dołączyły Natalia Bukowiecka (400 m) i Klaudia Kazimierska (1500 m).

Szansę na start w kultowym mityngu AG Memorial Van Damme na King Baudouin Stadium (z francuska „Stade Roi Baudouin", a z języka niderlandzkiego „Koning Boudewijnstadion") mają jeszcze Pia Skrzyszowska (100 metrów przez płotki) i Maria Żodzik (wzwyż).

A przed nami już tylko jedna impreza z cyklu Wanda Diamond League - legendarne Weltklasse w Zurychu. Dziś, 26 sierpnia, przy Zürcher Hauptbahnhof, zmierzy się elita tyczkarek, a dopiero dzień później odbędzie się pełnoskalowy mityng lekkoatletyczny.

Po raz ostatni zwycięstwo dla Polski w zawodach Diamentowej Ligi odniosła wspomniana Maria Żodzik. W ubiegłorocznym sierpniowym mityngu Athletissima w Lozannie nasza zawodniczka - w deszczowej pogodzie - wygrała ex aequo z Niemką Christiną Honsel i Nicolą Olyslagers z Australii. Wszystkie panie zaliczyły wówczas 1.91 m i w obliczu ewentualnej dogrywki zdecydowały się nie kontynuować konkursu.

Tym samym Żodzik została siedemnastą reprezentantką Polski z wygraną w tym prestiżowym cyklu i drugą naszą skoczkinią wzwyż (po Kamili Lićwinko - w Gateshead, w 2021 roku).

Jedynym Polakiem w historii, który wygrał klasyfikację końcową - i to 4-krotnie - Diamentowej Ligi jest dyskobol Piotr Małachowski (2010, 2014-2016).

Najwięcej zwycięstw:

7 - Renaud Lavillenie (Francja, tyczka, 2010-2016) i Christian Taylor (USA, trójskok, 2012-2017, 2019)
6 - Sandra Elkasević (Chorwacja, dysk, 2012-2017), Caterine Ibargüen (Kolumbia, w dal/trójskok, 2013-2016, 2018), Valerie Adams (N. Zelandia, kula, 2010-2014, 2016) i Noah Lyles (USA, 100/200 m, 2017-2019, 2022, 2025)

Najwięcej pojedynczych zwycięstw w historii ma z kolei chorwacka dyskobolka - Sandra Elkasević z domu Perković, która odnotowała aż 46 wygranych.

Najwyżej punktowane mityngi lekkoatletyczne w historii rozgrywane w Europie:

97 574 punkty - Chorzów 2026
97 249 punktów - Zurych 2025
97 178 punktów - Chorzów 2024
97 032 punkty - Bruksela 2024
96 927 punktów - Zurych 2022
96 763 punkty - Zurych 2021
96 679 punktów - Chorzów 2025
96 001 punkt - Zurych 2019
95 985 punktów - Monako 2018
95 949 punktów - Monako 2015
95 715 punktów - Zurych 2001

Najwięcej punktów w historii zdobył ubiegłoroczny Prefontaine Classic, który odbył się na stadionie Hayward Field w Eugene - 98 121 (m.in. dwa rekordy świata Kenijek: Faith Kipyegon na 1500 m -3:48.68 i Beatrice Chebet na 5000 m - 13:58.06)!

WIOŚLARSTWO

Trochę eksperymentów na najstarszym sztucznym torze na świecie - Bosbaan

Paweł Wiśniewski

Na jeziorze Bosbaan usytuowanym w lesie Amsterdamse Bos w Amstelveen na przedmieściach Amsterdamu, właśnie rozpoczęła się 54. edycja mistrzostw świata w wioślarstwie. W gronie zgłoszonych 158 państw jest oczywiście reprezentacja Polski. W sumie sześć osad - po trzy kobiece i męskie.

Tym razem złoci medaliści w dwójce podwójnej sprzed roku - Mateusz Biskup (RTW Lotto Bydgostia) i Mirosław Ziętarski (AZS UMK Toruń) pływają w czwórce podwójnej.

Duet ten był najlepszą polską osadą w poprzednim sezonie. Przed mistrzostwami świata w Szanghaju wywalczył też złoto mistrzostw Europy w bułgarskim Płowdiw.

W Holandii Biskupa i Ziętarskiego będą wspierać Dominik Czaja (AZS AWF Warszawa) i Konrad Domański (WTW Warszawa).

Polskę reprezentować będzie ponadto - męska dwójka podwójna i ósemka panów oraz trzy kobiece osady: dwójka podwójna, czwórka bez sterniczki i czwórka podwójna.

Finały A dwójek podwójnych planowane są na piątek, wszystkich czwórek - na sobotę, a ósemki powalczą o medale w niedzielę.



FOT. AP/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Mirosław Ziętarski i Mateusz Biskup to niezwykle utytułowani wioślarze - brązowi medaliści olimpijscy, mistrzowie świata i Europy

eprasa.pl 59c708d81a

Sport

Centralna Liga Juniorów U-15. Na inaugurację sezonu zespół Akademii Piłkarskiej Talent Białystok przegrał u siebie z Polonią Warszawa 0:4, a Jagiellonia Białystok zremisowała na wyjeździe z Widzewem Łódź 3:3.

PIŁKA NOŻNA. KLASA OKRĘGOWA

KS II Wasilków pokonał Spartę i pozostał liderem. MOSP ograł rezerwy Wigier Suwałki

Wojciech Konończuk

KS II Wasilków, MKS Pogoń Łapy i MOSP „Sokołów" Białystok - te trzy drużyny mogą mówić o najlepszym starcie w klasie okręgowej, bo nie straciły jeszcze punktów.

Na czele tabeli są Wasilkowianie, którzy w trzeciej serii gier wygrali na wyjeździe 4:1 ze Spartą Augustów. Warto zaznaczyć, że w wyjściowym składzie gości wybiegło dziesięciu młodzieżowców, wspartych weteranem Damianem Zubowskim, który zresztą strzelił pierwszego gola dla rezerw KS-u Wasilków. Spadkowicz z IV ligi nie poddawał się, doprowadził do remisu i dopiero w końcówce stracił bramki, przesądzające o porażce. Ekipa znad Netty nie zdobyła jeszcze żadnego punktu w tym sezonie.

Dziewięć punktów ma też Pogoń Łapy, która wygrała 2:1 z Sokołem 1946 Sokółka, dla którego był to dopiero pierwszy mecz w sezonie. Warto odnotować kolejny gol Aleksandra Zięciowskiego. 15-latek w trzecim występie po raz trzeci trafił do siatki i jest najskuteczniejszym piłkarzem Pogoni.

Komplet punktów, ale jedno spotkanie rozegrane mniej, ma też MOSP Białystok. Spadkowicz najpierw wygrał 3:2 w Ciechanowcu z beniaminkiem Unia 1976, a teraz pokonał 2:0 innego nowicjusza - Wigry II Suwałki.

- To nie był łatwy mecz, bo Wigry fajnie grały piłką i miały swoje sytuacje bramkowe. Umieliśmy jednak przetrwać trudne momenty, szybko strzeliliśmy gola, po zmianie stron dołożyliśmy drugiego i wygraliśmy - ocenia trener MOSP-u Piotr Szydłowski. - Gra jest jeszcze daleka od ideału, ale zdobywamy punkty, a reszta przyjdzie z czasem - dorzuca.

Pierwsze punkty stracił Orzeł Kolno, który przegrał 0:4 w Czyżewie z Orlętami.

WYNIKI 3. KOLEJKI

Narew Choroszcz - CSP Auto Majster Unia 1976 Ciechanowiec 2:2 (1:0). Bramki: 1:0 - Mordasewicz (23), 1:1 - Samluk (53), 1:2 - Brokowski (62), 2:2 - Lenczewski (80).

MOSP „Sokołów" Białystok - Wigry II Suwałki 2:0 (1:0). Bramki: 1:0 - Żukowski (7), 2:0 - Zalewski (77).

Rudnia Zabłudów - Sparta 1951 Szepietowo 2:2 (1:1). Bramki: 0:1 - Iwanow (8), 1:1 - Łapiński (38), 1:2 - Iwanow (53), 2:2 - Zieniewicz (68).

Cresovia Siemiatycze - GKS Gródek 2:0 (1:0). Bramki: 1:0 - Dawidziuk (45), 2:0 - Zazuliński (75).`

MKS Pogoń Łapy - Sokół 1946 Sokółka 2:1 (2:0). Bramki: 1:0 - Zięciowski (29), 2:0 - Grabowski (44), 2:1 - Baranowski (61).

Orlęta Czyżew - Orzeł Kolno 4:0 (1:0). Bramki: 1:0 - Brzeziński (13), 2:0 - Babul (53), 3:0 - Synytsia (56), 4:0 - Borecki (88).

Sparta Augustów - KS II Wasilków 1:4 (0:1). Bramki: 0:1 - Zubowski (16), 1:1 - Szaraniec (76), 1:2 - Ostaszewski (81), 1:3 - Gawryluk (84), 1:4 - Ostaszewski (90).

Jagiellonia III Białystok - Puszcza Hajnówka 24:0 (11:0). Bramki: Skonieczny - dziesięć, Wołosik - sześć, Lange - pięć, Pieczka, Zimnoch i Łukaszuk.

1. KS II Wasilków	3	9	13-4
2. Pogoń Łapy	3	9	7-1
3. Orlęta Czyżew	3	7	10-5
4. MOSP Białystok	2	6	5-2
5. Orzeł Kolno	3	6	5-5
6. Jagiellonia III Białystok	3	4	28-5
7. Narew Choroszcz	2	4	5-2
8. Unia 1976 Ciechanowiec	3	4	5-5
19. Cresovia Siemiatycze	2	3	5-5
10. Wigry II Suwałki	3	3	2-4
11. Puszcza Hajnówka	3	3	3-27
12. Sparta 1951 Szepietowo	2	1	2-4
13. Rudnia Zabłudów	3	1	2-8
14. Sokół 1946 Sokółka	1	0	1-2
15. Sparta Augustów	3	0	2-8
16. GKS Gródek	3	0	0-8



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

MOSP Białystok (żółto-czarne stroje) pokonał 2:0 Wigry II Suwałki i jest jedną z trzech drużyn, które nie straciły jeszcze punktów

PIŁKA NOŻNA

Jaga ma nowego zawodnika. To Szwed Hampus Finndell

Wojciech Konończuk

Jagiellonia Białystok sfinalizowała kolejny transfer. Z Żółto-Czerwonymi związał się trzyletnim kontraktem Hampus Finndell. Szwed przenosi się na Podlasie z klubu rodzimej ekstraklasy - Djurgarden IF. Władze Jagi deklarują, że to jeszcze nie jest koniec ich aktywności na rynku transferowym.

26-letni Finndell jest środkowym pomocnikiem. Obok Djurgarden IF grał dotąd w kilku innych klubach ze Szwecji, ale ma też za sobą występy w holenderskim Groningen, niemieckim Eintrachcie Brunszwik i norweskim Vikingu Stavanger. Portal transfermarkt.pl wycenia go na 650 tys. euro.

- Jestem bardzo podekscytowany perspektywą gry w Jagiellonii. Śledziłem mecze Żółto-Czerwonych, z trenerem byłem w kontakcie od lipca. Czekam na możliwość gry i pokazania się na boisku. Uważam, że będę dobrze pasował do zespołu - mówi Finndell, cytowany przez stronę jagiellonia.pl

W mediach pojawiły się też informacje o tym, że na celowniku Jagi znalazł się Ousmane Camara. Gwinejczyk to 24-letni napastnik, występujący w grającym na zapleczu La Liga zespole CD Castellon. Problem polega na tym, że Hiszpanie mogą oczekiwać za swego zawodnika kilka milinów euro, a takie kwoty Jaga raczej nie wyłoży.

Innym napastnikiem, który może trafić do Żółto-Czerwonych, jest zdaniem Piotra Koźmińskiego z portalu goal.pl Max Fenger. To Duńczyk, grający w szwedzkim IFK Goeteborg.

Podlaski klub zamierza w końcówce okienka transferowego być aktywny i wzmacniać kadrę.

- Mamy czas do drugiego września, żeby rejestrować nowych piłkarzy i zgłaszać ich do fazy ligowej europejskich pucharów i chcemy ten czas wykorzystać - deklaruje wiceprezes Jagiellonii Maciej Szymański.

Priorytetem Żółto-Czerwonych jest linia ofensywna, ale są też możliwe transfery na inne pozycje.

- Śledzimy rynek, na którym sytuacja się zmienia. Poza tym, jeśli pojawią się oferty dla naszych piłkarzy, to musimy być gotowi na ewentualną reakcję - zaznacza Szymański dodając, że w tej chwili nie ma w klubie żadnych propozycji dla zawodników z kadry trenera Adriana Siemieńca.

Aktywność Dumy Podlasia na rynku nie jest niespodzianką. Taktyką Jagi było to, że im bliżej zamknięcia okienka transferowego, tym oczekiwania finansowe zawodników co do wysokości poborów, jak i ich aktualnych klubów co do kwoty odstępnego zmniejszają się.

Nie bez znaczenia jest też to, że Jagiellonia ma zagwarantowany start w europejskich pucharach. Prawdopodobnie będzie to Liga Europy, a w najgorszym razie Liga Konferencji. Oznacza to konieczność rozegrania ośmiu lub sześciu spotkań i sztab szkoleniowy musi mieć odpowiednie pole manewru, bo przecież będą też spotkania PKO Ekstraklasy i Pucharu Polski.



FOT. JAGIELLONIA.PL

Hampus Finndell został nowym piłkarzem Jagiellonii Białystok

KOSZYKÓWKA

Żubry zaprezentują się w nowej odsłonie

Mariusz Klimaszewski

W najbliższy weekend, 28-29 sierpnia kibice koszykówki po raz pierwszy zobaczą zespół Żubrów Białystok w nowej odsłonie. W hali SP 50 przy ul. Pułaskiego 96 zostanie rozegrany Turniej o Puchar Prezydenta Miasta Białegostoku.

Żubry, pod okiem nowego trenera Piotra Bakuna, rozpoczęli przygotowania i zdążyli już rozegrać dwa sparingi, ale bez udziału publiczności.

W pierwszym test meczu pokonali na wyjeździe zespół Sokoła Ostrów Mazowiecka 146:40.

Z kolei w drugim meczu Białostoczanie zmierzyli się z Turem Basket Bielsk Podlaski, prowadzonym przez trenera Rafała Króla.

W tym meczu także wygrali koszykarze Żubrów 86:72. Punkty dla Żubrów: Kociszewski 15, Dawdoo 15, Kutta 14, Zalewski 12, Makowski 9, Kapuściński 8, Czempiel 7, Klocek 3, Siemieńczuk 3. W zespole Tura Basket najskuteczniejszym koszykarzem był Patryk Milewski, który dobył 26 punktów.

W środę, 26 sierpnia zespół Tura Basket Bielsk Podlaski zagra w Lublinie sparing z Lublinianką KUL Lublin.

A już w ten weekend, w piątek i sobotę (28-29 sierpnia) w hali SP 50 w Białymstoku odbędzie się Turniej o Puchar Prezydenta Miasta Białegostoku. Wezmą w nim udział Żubry i Tur, a także Znicz Basket Pruszków oraz Profbud Leguia II Warszawa.

eprasa.pl 59c708d81a