MAGAZYN *razem z dodatkami*

● Rok 2025 nie był zły. A czego boimy się w roku 2026? str. 20-21

● Sara jest mamą siedmiu synów. Jej dzieci nie chodzą do szkoły str. 24 ● Horoskop chiński na 2026 str. 15-18

PLUS TELEMAGAZYN **z programem TV oraz zapowiedziami najciekawszych programów**

Kurier Poranny

Piątek–Niedziela
9–11.01.2026

www. poranny.pl

Nr. 5 (10653)
Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

Pośrodku ronda Jagiellonii Białystok stanął maszt, który przyozdobi żółto-czerwona flaga **str. 4**

FOT. AI/A. WILLMA

Rozmowa ze sztuczną inteligencją. Jak Czat GPT widzi ludzi i przyszłość? **str. 22**

Zapomniana synagoga przy Branickiego. Opowieść o Samuelu Mohylewerze **str. 11**

Nr ISSN 0866-9511 Nr indeksu 350354

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Tomasz Citkowski, ratownik medyczny z Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Białymstoku, stworzył aplikację Info Ratunek, która w nagłych sytuacjach „mówi" za pacjenta, przekazuje kluczowe dane służbom i pomaga wezwać pomoc **str. 8-9**

FOT. DARIUSZ PIEKUT/PB

Karolina Misiuk z Politechniki Białostockiej jako pierwsza kobieta zaprojektowała apartamentowiec powstający na południowym wybrzeżu Egiptu **STR. 13**

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Białorusin Wasilij Sawicz prowadzi dwie białostockie drużyny sportowe **STR. 12**

eprasa.pl 14123f10f5

TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

PONIEDZIAŁEK
● Sportowy24 – wyniki ze sportowych aren, opinie, komentarze

WTOREK
● Strefa Biznesu – ekonomia i gospodarka

ŚRODA
● Strona zdrowia. Profilaktyka i leczenie popularnych chorób

CZWARTEK
● Pod paragrafem. Czas brutali w kaszkietach. Historia peaky blinders

PIĄTEK
● Puls Polski. Reportaże z Podlaskiego i kraju, opinie, wywiady

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 85 875 07 30, bok.prenumerata@polskapress.pl

Wystawa polskiej fotografii reporterskiej. Tym razem przed budynkiem BOK-u

Białystok
Urszula Śleszyńska

Wystawę najlepszych zdjęć konkursu Grand Press Photo 2025 można od czwartkowego wieczoru oglądać przed budynkiem Białostockiego Ośrodka Kultury przy ul. Legionowej 5. 296 najlepszych zdjęć prasowych z ubiegłorocznej edycji konkursu Grand Press Photo będzie dostępnych do 1 lutego 2026 roku.

- Wsłuchiwaliśmy się w głosy mieszkańców odwiedzających wystawę i wiemy, że brakowało im często możliwości odejścia i spojrzenia na zdjęcia z pewnej perspektywy - mówi Marcin Pawlukiewicz z BOK. - Ta wystawa jest projektowana do ekspozycji na zewnątrz, a u nas była prezentowana zawsze wewnątrz budynku. Tym razem pilotażowo zaprezentujemy ją na placu przed BOK-iem, gdzie będzie można oglądać ją bez ograniczeń, 24 godziny na dobę.

Czwartkowemu otwarciu wystawy towarzyszyło spotkanie połączone z panelem dyskusyjnym nt. roli fotografii reporterskiej w dobie obrazów AI oraz szans jakie dają nowe technologie obrazowania świata.

Grand Press Photo jest najważniejszym w Polsce konkursem przeznaczonym dla osób zajmujących się zawodowo fotografią reporterską, w tym prasową i dokumentalną, pracujących w redakcjach prasowych, internetowych, agencjach fotograficznych oraz freelancerów. Organizowany jest od 2005 roku.

Na wystawie w Białymstoku zamieszczono 296 fotografii: 56 zdjęć pojedynczych, 9 fotoreportaży, 5 projektów dokumentalnych oraz 8 zdjęć pojedynczych i 3 fotoreportaże w kategorii Young Poland.

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Na wystawie można oglądać 296 fotografii

Na Polskim Biegunie Zimna będzie gorąco

Suwałki
Anna Gryza-Aneszko

Zimowe kąpiele i SPA, karnawałowe biegi, Ice Disco na miejskim lodowisku, IV Zlot Morsów na Polskim Biegunie Zimna to tylko niektóre punkty bogatego programu imprezy „Stacja Pogodne Suwałki". Zimowe wydarzenie odbędzie się w nadchodzący weekend.

FOT. ANNA GRYZA-ANESZKO

Na wydarzenie „Stacja Pogodne Suwałki" organizatorzy zapraszali podczas czwartkowej konferencji prasowej

- Już w najbliższy weekend udowodnimy, że Suwałki - „Polski Biegun Zimna" to miejsce o najgorętszej atmosferze w kraju. Przed nami prawdziwy Festiwal Ludzi Północy, podczas którego niskie temperatury staną się pretekstem do wspólnej zabawy, integracji i sportowych wyzwań - zapowiedział na konferencji prasowej Czesław Renkiewicz, prezydent Suwałk.

To już tradycja, że na początku nowego roku odbywa się w mieście zimowa impreza - Stacja Pogodne Suwałki. Na to dwudniowe wydarzenie składa się wiele różnych atrakcji.

- Chcemy w ten sposób podkreślić, że Suwałki, choć nazywane są „Polskim Biegunem Zimna", mają gorące serca i potrafią świetnie bawić się również zimą. W najbliższy weekend naprawdę będzie się działo - podkreślił włodarz.

W sobotę, 10 stycznia, o godzinie 16.00 w sali kameralnej Suwalskiego Ośrodka Kultury rozpocznie się spotkanie autorskie z podróżnikami. Dagmara Bożek, Andrzej Malinowski oraz Krzysztof Mierzejewski zabiorą uczestników w inspirującą podróż po świecie, prezentując autorskie zdjęcia i opowiadając o swoich wyprawach.

Godzinę później, o 17.00, emocje przeniosą się na lodowisko przy Szkole Podstawowej nr 11, gdzie wystartuje Ice Disco Lodowisko - dyskoteka na lodzie w blasku kolorowych świateł i przy dźwiękach najlepszej muzyki. Wieczorem, od 18.00, atrakcji dostarczy Aquapark Suwałki. W strefie saun odbędzie się „Saunowy wieczór dookoła świata", prowadzony przez saunamistrza, natomiast w strefie rekreacyjnej zaplanowano Aqua Disco, czyli taniec i zabawę w wodzie w dyskotekowych rytmach.

W niedzielę wydarzenie przeniesie się na ulice miasta i nad Zalew Arkadia. O 12.30 wystartują tam Biegi Karnawałowe - bieg główny na 5 km, biegi dla dzieci oraz zimowy marsz Nordic Walking.

O 13.00 z Suwałki Plaza wyruszy IV Ogólnopolski Zlot Morsów na Polskim Biegunie Zimna. Barwna parada morsów przejdzie ulicami miasta, by dotrzeć nad Zalew Arkadia.

- Na tegoroczny zlot zapisały się już 43 kluby, to około 400 osób z całego kraju. Mamy także morsów z Brukseli - przekazała Małgorzata Szczęsna, prezeska Suwalskich Morsów.

O 14.00 nad zalewem rozpoczną się sesje morsowania, czyli zimowe kąpiele dla odważnych, a także zimowa kuchnia - regionalne potrawy przygotowane przez Koła Gospodyń Wiejskich z gminy Suwałki, które pozwolą rozgrzać się po lodowatych wyzwaniach.

Można spotkać kolędników i pójść na koncert kolęd

Podlaskie
PAP

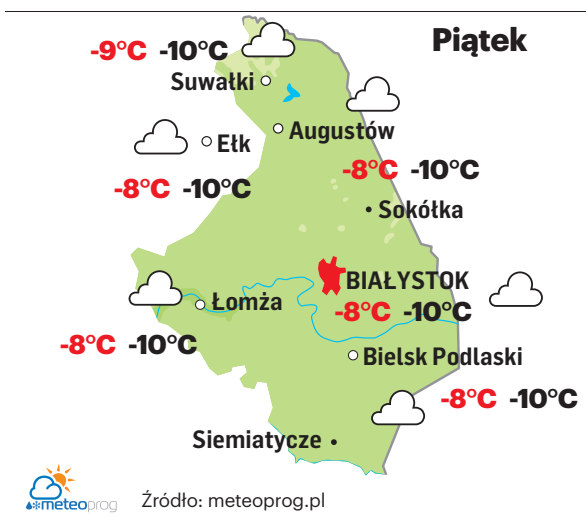
Grupy kolędników z kolorowymi gwiazdami można w tych dniach spotkać w części miejscowości województwa podlaskiego. Odbędą się też koncerty kolęd.

W czwartek przypadł drugi dzień świąt Bożego Narodzenia według kalendarza juliańskiego. Podobnie jak u katolików ważną bożonarodzeniową tradycją jest w Kościele wschodnim kolędowanie. O śpiewanie kolęd zaapelował do wiernych w orędziu z okazji Bożego Narodzenia zwierzchnik Cerkwi w Polsce metropolita Sawa. W Podlaskiem usłyszeć można prawosławne kolędy w różnych językach. Nie tylko po polsku, ale także w języku mniejszości narodowych, których przedstawiciele należą do Kościoła wschodniego.

Takich kolęd można posłuchać także na koncertach.

W Białymstoku w niedzielę odbędą się 27. Prezentacje Zespołów Kolędniczych „Gwiazda i kolęda" - impreza organizowana rokrocznie przez Białoruskie Towarzystwo Społeczno-Kulturalne. Prawosławna diecezja białostocko-gdańska organizuje 44. Prawosławne Wieczory Kolęd, które również cieszą się dużym zainteresowaniem. Odbędą się one w Operze i Filharmonii Podlaskiej. Pierwszy z dwóch koncertów zaplanowano na tę niedzielę, drugi na 15 stycznia.

Pogoda w regionie



Źródło: meteoprog.pl

Sobota
dzień MIN -8°C MAX -7°C
noc MIN -10°C MAX -9°C

Niedziela
dzień MIN -6°C MAX -5°C
noc MIN -9°C MAX -8°C

9 STYCZNIA 2026

Dziś 9. dzień roku.
Do sylwestra pozostało 356 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 7.37, zachód o godzinie 15.32. Dzień będzie trwać 7 godzin i 54 minuty. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 9 godzin i 2 minuty i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 21 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Adrian, Alicja

KALENDARIUM

1909
Brytyjska wyprawa na biegun południowy pod dowództwem Ernesta Shackletona została zmuszona do odwrotu 180 km od celu z powodu braku żywności.

1923
Początek strajku 50 tysięcy robotników przemysłu włókienniczego w Łodzi, Bielsku i Białymstoku. Walczono głównie o lepsze warunki pracy i płacy.

1992
Czasopismo Nature poinformowało o odkryciu trzech pierwszych planet pozasłonecznych przez polskiego astronoma Aleksandra Wolszczana.

2013
Norweg Anders Bardal zwyciężył w pierwszym w historii konkursie Pucharu Świata na skoczni narciarskiej im. Adama Małysza w Wiśle.

eprasa.pl 14123f10f5

Wbił córce nóż w plecy. Grozi mu dożywocie

Augustów
Anna Gryza-Aneszko

Ojciec wbił nóż w plecy swojej 6-letniej córki. Dramat rozegrał się w Augustowie. Mężczyzna usłyszał już zarzut usiłowania zabójstwa, a decyzją sądu został tymczasowo aresztowany na 3 miesiące. Śledztwo prowadzi Prokuratura Rejonowa w Augustowie.

FOT. PODLASKA POLICJA

41-latek został zatrzymany. Prokuratura przedstawiła mu już zarzut usiłowania zabójstwa 6-latki

Do dramatycznego zdarzenia doszło w Augustowie 29 grudnia 2025. Nic nie wskazywało na to, co miało się tego dnia wydarzyć.

41-letni mężczyzna przyszedł w odwiedziny do swojej byłej partnerki i ich wspólnych dzieci. Odwiedzał je regularnie. Jednak ta wizyta zmieniła się w koszmar. W pewnej chwili ojciec chwycił nóż kuchenny i wbił go w plecy swojej 6-letniej córki.

– Nie doszło między byłymi partnerami do kłótni, mężczyzna nie był wzburzony. W pewnym momencie po prostu chwycił nóż i wbił go w plecy swojej córki. W mieszkaniu była matka dziecka, to ona zabrała pokrzywdzoną i poinformowała o zajściu służby – informuje Sebastian Piekarski, prokurator Prokuratury Rejonowej w Augustowie.

Kobieta uciekła z ranną córką z mieszkania. Mężczyzna zamknął się w jednym z pomieszczeń w mieszkaniu. Przybyli na miejsce policjanci siłą otworzyli pomieszczenie. Mężczyzna został zatrzymany, a ranna dziewczynka trafiła do szpitala.

41-latek w Prokuraturze Rejonowej w Augustowie usłyszał zarzut usiłowania zabójstwa 6-latki.

- Uzyskane przez nas informacje podczas przesłuchania oraz samego zdarzenia spowodowały, że mamy uzasadnione wątpliwości co do poczytalności sprawcy. Także jego wyjaśnienia, dlaczego tego dokonał, co się stało, były zupełnie nielogiczne, nieracjonalne. Mamy także pewne sygnały, które mogą świadczyć, że sprawca wcześniej leczył się psychiatrycznie. Zważając na to sąd podzielił zdanie prokuratury, że tymczasowy areszt powinien być wykonywany w warunkach zakładu psychiatrycznego - informuje prokurator Piekarski.

Zgodnie z kodeksem karnym, mężczyźnie grozi nawet kara dożywotniego pozbawienia wolności.

– Podejrzany w chwili zdarzenia był trzeźwy. Pobrano od niego krew celem zbadania pod kątem innych związków psychoaktywnych. Z zebranych danych wynika, że w tej rodzinie nie było wcześniej zgłaszanych sytuacji związanych z przemocą w rodzinie - dodaje Wojciech Piktel, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Suwałkach.

Obecnie dziewczynka znajduje się już w domu pod opieką matki. Prokuratura w chwili obecnej nie planuje przesłuchiwać dziecka, by nie pogłębiać jego traumy. Bezpośrednim świadkiem zdarzenia była matka 6-latki.

WFOŚiGW: Nowe programy regionalne w zakresie bezpieczeństwa, ochrony przyrody oraz zdrowia dzieci i młodzieży

Ochrona środowiska
Tomasz Maleta

Trzy nowe programy odpowiadające potrzebom mieszkańców regionu będzie realizować w tym roku Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku. W czwartek zaprezentowano plany funduszu na ten rok, podsumowano też rok ubiegły.

W ramach programu „Czyste Powietrze" w 2025 roku WFOŚiGW w Białymstoku zawarł ponad 4,5 tysiąca umów-dotacji na kwotę prawie 330 mln zł. Wypłacił beneficjentom prawie 290 mln zł. Zawarł też od marca 63 umowy z gminami, które pełnią funkcję operatorów programu.

– Fundusz to nie tylko program Czyste Powietrze - podkreślił podczas konferencji prasowej Marek Sakowski, prezes WFOŚiGW w Białymstoku.

W 2025 r. z dofinansowań korzystały też m.in. jednostki samorządu terytorialnego, organizacje pozarządowe, parki narodowe i krajobrazowe, placówki oświatowe, ośrodki edukacji ekologicznej oraz jednostki OSP.

Z kolei wśród kluczowych działań planowanych do realizacji w 2026 r. znalazły się trzy nowe programy wsparcia skierowane do jednostek samorządu terytorialnego z województwa podlaskiego. – Odpowiadają one na realne potrzeby mieszkańców regionu w zakresie bezpieczeństwa, ochrony przyrody oraz zdrowia dzieci i młodzieży – dodał wiceprezes Józef Klim.

Program „Czujka Życia – Bądź Bezpieczny" ma na celu zwiększenie bezpieczeństwa mieszkańców woj. podlaskiego poprzez zakup i nieodpłatne przekazanie czujek tlenku węgla (CO) do budynków jednorodzinnych oraz realizację działań edukacyjnych z zakresu zapobiegania zatruciom czadem. Beneficjentami są jednostki samorządu terytorialnego, realizujące zadania we współpracy z OSP. Budżet programu wynosi do 300 000 zł ze środków WFOŚiGW, a dofinansowanie może sięgnąć maksymalnie 6 000 zł na samorząd. Nabór wniosków prowadzony będzie od 12 stycznia do 31 marca 2026 r. lub do wyczerpania środków.

Program „Drzewo-Pomnik Przyrody" (czytaj też na str. 14) skierowany jest do samorządów, które chcą zadbać o zachowanie pomników przyrody poprzez zabiegi dendrologiczne. Działania te służą ochronie cennych elementów dziedzictwa przyrodniczego i kulturowego regionu, poprawie estetyki przestrzeni publicznej oraz zwiększeniu bezpieczeństwa mieszkańców. Budżet programu wynosi do 300 000 zł. Maksymalna kwota wsparcia w ramach jednego wniosku to 20 000 zł. Nabór wniosków potrwa od 12 stycznia do 31 sierpnia 2026 r. lub do wyczerpania środków.

Program „EkoŹródełko – dla zdrowia i środowiska" ma na celu promowanie zdrowych i proekologicznych postaw wśród dzieci i młodzieży poprzez zapewnienie stałego dostępu do bezpiecznej wody pitnej w szkołach i placówkach opiekuńczo-wychowawczych. Realizacja programu ma też przyczynić się do ograniczenia zużycia plastiku oraz kształtowania nawyku picia wody. Budżet programu wynosi do 400 000 zł. Nabór potrwa od 12 stycznia do 30 czerwca 2026 r. lub do wyczerpania środków.

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Władze WFOŚiGW w Białymstoku zapowiedziały uruchomienie nowych programów dotacyjnych na 2026 r.

Konfederacja i rolnicy przeciwko umowie z Mercosur

Rolnictwo
Tomasz Maleta

Bezpieczeństwo żywnościowe, konkurencyjność polskich gospodarstw i przyszłość rolnictwa w regionie. To wszystko może być potencjalnie zagrożone jeśli zostanie zawarta umowa handlowa Unii Europejskiej z krajami Ameryki Południowej z grupy Mercosur. Tak uważają podlascy działacze Konfederacji i rolnicy, którzy w czwartek 8 stycznia protestowali przed białostockim oddziałem Agencji Modernizacji i Rozwoju Rolnictwa.

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Podlascy działacze Konfederacji i rolnicy mówili w czwartek o zastrzeżeniach jakie mają do umowy UE z krajami Mercosur

Przez tak długi czas, przy tylu opcjach politycznych, które miały narzędzia, by realnie wpłynąć na stan umowy z krajami Ameryki Południowej, nie zrobiono nic, by chronić polskie rolnictwo - mówił Grzegorz Kamiński, działacz podlaskiej Konfederacji Ruchu Narodowego, a zarazem rolnik.

Nie szczędził krytyki polskim politykom z partii rządzących krajem przez ostatnie 20 lat. Tyle bowiem trwały negocjacje handlowe UE z krajami Mercosur. Szczególnie negatywnie ocenił postawę Janusza Wojciechowskiego, polityka PiS, byłego komisarzowi UE od rolnictwa. – On zachwalał wręcz publicznie tę umowę – mówił Kamiński.

Skrytykował też rządzącą obecnie KO: – Od ponad roku słyszymy, że buduję większość blokująca - przypomniał.

Wyraził też sceptycyzm odnośnie tzw. hamulców bezpieczeństwa. Według resortu rolnictwa ta procedura ma chronić rodzimych producentów rolnych.

– Może wystarczy na rok, dwa, może trzy. A później i tak odczujemy skutki napływu taniej żywności z krajów Ameryki Południowej – zaznaczył.

Dlatego zaprosił wszystkich, którym leży na sercu dobro polskiej, zdrowej żywności, na manifestację do Warszawy. 9 stycznia o godz. 11 rusza Ogólnopolski Protest Rolniczy. – Zapraszamy. Nie może tam państwa zabraknąć – mówił Grzegorz Kamiński.

Zbigniew Kasperczuk z podlaskiej Konfederacji podkreślił, że kluczowe produkty rolne z krajów Mercosur wbrew zapewnieniom nie uzupełnią unijnego rynku, a w praktyce spowodują, że rolnictwo w Europie i Polsce będzie w coraz gorszym stanie.

– Globalne konflikty nie gwarantują dla nas zaopatrzenia. Konflikty Stanów Zjednoczonych z Chinami nie powodują, że Europa będzie bezpieczna. Mało tego. Jeśli będą one eskalować to będziemy mieli blokady logistyczne, energetyczne. W takim świecie Unia Europejska nie będzie miała żadnego wpływu na to, jakie będą ceny żywności, a przede wszystkim na jej dostępność – podkreślił Zbigniew Kasperczuk.

WASILKÓW

FOT. 1PBOT

Pod człowiekiem przebywającym na zamarzniętym zalewie w Wasilkowie załamał się lód. Przy niskich temperaturach liczy się każda sekunda, by uratować życie. Na szczęście, to tylko scenariusz wspólnych ćwiczeń żołnierzy 1 Podlaskiej Brygady Obrony Terytorialnej oraz strażaków OSP.

Żołnierze 2 kompanii z 11 batalionu lekkiej piechoty wraz z Zespołem Zabezpieczenia Medycznego 1 PBOT i ze strażakami z OSP: Wasilków, Choroszcz, Gródek i Ogrodniczki zorganizowali i przeprowadzili ćwiczenia z zakresu ratownictwa wodnego. Ćwiczono bezpieczne poruszanie się po zamarzniętej nawierzchni oraz wydobywanie człowieka z wody. Bardzo istotnym zagadnieniem podczas zajęć było udzielanie pomocy osobom zagrożonym hipotermią. Nad bezpieczeństwem ćwiczących w Wasilkowie czuwał Zespół Zabezpieczenia Medycznego 1 PBOT.

eprasa.pl 14123f10f5

BIAŁYSTOK

Maszt już stoi. Czeka na flagę

FOT. RAFAŁ RUDNICKI / FACEBOOK

Pośrodku ronda Jagiellonii Białystok stoi już maszt, który za kilka dni przyozdobi żółto-czerwona flaga klubu. To realizacja projektu przegłosowanego przez białostocki Budżet Obywatelski.

Pomysł, by pośrodku ronda na przecięciu trasy Niepodległości z Aleją Jana Pawła II stanął maszt z żółto-czerwoną flagą zrodził się w głowach kibiców Jagi. Wybrali Rondo Jagiellonii Białystok – nazwane tak w 2020 roku – w 100. rocznicę utworzenia białostockiego klubu sportowego. Ideę masztu na rondzie poparło 1221 osób.

Okazało się jednak, że projekt nie został doszacowany. Maszt miał mieć 16 metrów wysokości. Łopotać miała na nim żółto-czerwona flaga z „Jotką". W projekcie do budżetu pojawiła się kwota 26 tys. zł. Ale gdy miasto zaczęło ogłaszać przetargi, okazało się, że za tyle nikt masztu (wymagającego fundamentu) z flagą nie postawi. W przetargu pojawiały się kwoty sięgające blisko 90 tys. a nawet blisko 130 tys. zł! Projekt odłożono więc na półkę. I zaczęło się szukanie oszczędności. Potrzebny był też zapis w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego na maszt pozwalający.

– Wcześniej pojawiały się wątpliwości co do wysokości masztu. Ustaliliśmy z kibicami Jagiellonii, że ostatecznie masz będzie mieć 12 metrów wysokości. Umieszczona na nim flaga będzie widoczna z daleka, ponieważ rondo Jagiellonii Białystok znajduje się na górce – mówił nam w czerwcu 2025 roku wiceprezydent Rafał Rudnicki. Dodawał, że plan jest taki, by flagę wciągnięto na maszt na początku 2026 roku.

Dziś maszt już stoi pośrodku ronda Jagiellonii Białystok. Pozostaje tylko wciągnięcie flagi. – Cieszę się, że ten projekt udało się doprowadzić do szczęśliwego końca. Finał 13 stycznia o godz. 19.20 na rondzie Jagiellonii, czyli u zbiegu alei Jana Pawła II, alei Niepodległości i ulicy Narodowych Sił Zbrojnych – komentuje dziś na swoim profilu facebookowym wiceprezydent Rudnicki. (AK)

Kolejne ogniska ptasiej grypy w regionie

Powiat hajnowski
Magda Ciasnowska

W województwie podlaskim pojawiły się dwa nowe ogniska ptasiej grypy – oba w powiecie hajnowskim. Utylizacji zostanie poddanych kilkadziesiąt tysięcy indyków.

Pod koniec grudnia Wojewódzki Inspektorat Weterynarii w Białymstoku poinformował o wykryciu ptasiej grypy wśród łabędzi zamieszkujących białostockie Stawy Marczukowskie.

Tydzień później (7 stycznia) okazało się, że kolejne ognisko wysoce zjadliwej grypy ptaków (HPAI) pojawiło się na terenie gminy Narew. Chorobę potwierdzono w komercyjnej fermie indyków rzeźnych w miejscowości Waśki w powiecie hajnowskim. Gospodarstwo objęto restrykcjami, a wokół fermy wyznaczono obszar zapowietrzony oraz obszar zagrożony. Decyzją służb weterynaryjnych całe stado, liczące ponad 33 tysiące ptaków, zostanie poddane utylizacji.

– Dzisiaj mamy potwierdzone trzecie ognisko – w miejscowości Makówka. Jest tam hodowla indyków bardzo podobna do tej w Waśkach – poinformowała w czwartek (8 stycznia) Katarzyna Arłukowicz-Strankowska z Wojewódzkiego Inspektoratu Weterynarii w Białymstoku. – Ptaki zostaną uśmiercone poprzez zastosowanie dwutlenku węgla, a następnie ich zwłoki zostaną wywiezione do zakładu utylizacyjnego. Ściółka, pasza oraz wszystkie materiały, które miały kontakt z ptakami i nie mogą zostać skutecznie zdezynfekowane, zostaną zniszczone.

Jak dodaje, gospodarstwa, w których pojawił się wirus, zlokalizowane są bardzo blisko siebie – w odległości około dwóch kilometrów.

– Dlatego obszary wyznaczone w związku z ogniskiem w Makówce, w dużej mierze będą pokrywały się z tymi wyznaczonymi już wcześniej. Są to obszary objęte ograniczeniami – to obszar zapowietrzony oraz obszar zagrożony. Na tych terenach wprowadzane są restrykcje, mające na celu zapobieganie rozprzestrzenianiu się wirusa do kolejnych hodowli oraz gospodarstw przyzagrodowych. Obejmują one m.in. nakazy dotyczące odpowiedniego utrzymywania ptaków, zabezpieczenia paszy i wody, a także ścisłe przestrzeganie zasad bioasekuracji i dezynfekcji. Obowiązuje również zakaz wprowadzania nowego drobiu – słyszymy w Wojewódzkim Inspektoracie Weterynarii w Białymstoku.

Służby weterynaryjne apelują także do hodowców drobiu o stosowanie mat dezynfekcyjnych przed wejściami do budynków inwentarskich, używanie odzieży ochronnej przeznaczonej wyłącznie do pracy w kurnikach oraz stałe monitorowanie stanu zdrowia stad. Każdy niepokojący objaw powinien być niezwłocznie zgłaszany do właściwego Powiatowego Inspektoratu Weterynarii.

Wśród objawów wysoce zjadliwej grypy ptaków znajduje się m.in. zwiększona śmiertelność, znaczący spadek pobierania paszy i wód, objawy nerwowe (drgawki, skręt szyi, paraliż nóg i skrzydeł, niezborność ruchów), duszności, sinica, wybroczyny, biegunki oraz nagły spadek nieśności.

– Wirus bardzo szybko się rozprzestrzenia, a wektorów jego przenoszenia jest wiele. Niestety, jednym z głównych jest człowiek – bezpośrednio lub za pośrednictwem sprzętu, pojazdów, paszy czy wody – tłumaczy Katarzyna Arłukowicz-Strankowska. – Jest to wirus wyjątkowo zakaźny, powodujący ogromne straty. W zakażonych hodowlach dochodzi do dużej śmiertelności ptaków, a nawet te, które przeżyją, niestety, muszą zostać uśmiercone w celu likwidacji ogniska.

Służby przypominają również, że przypadki znalezienia padłych dzikich ptaków, zwłaszcza wodnych, należy zgłaszać odpowiednim inspektoratom weterynaryjnym. Szybka reakcja ma kluczowe znaczenie dla ograniczenia rozprzestrzeniania się choroby.

Zmarł Mieczysław Czerniawski, m.in. były prezydent Łomży

Pożegnanie
opr. red

8 stycznia 2026 roku zmarł Mieczysław Leon Czerniawski – wieloletni parlamentarzysta, samorządowiec, były prezydent Łomży. Miał 77 lat.

Mieczysław Leon Czerniawski urodził się 15 lipca 1948 roku w Glinnem w Bieszczadach. Do Łomży przyjechał, aby uczyć się w Technikum Przemysłowo-Pedagogicznym.

Był m.in. radnym sejmiku województwa podlaskiego, posłem na Sejm kilku kadencji oraz przewodniczącym sejmowej Komisji Finansów Publicznych. W latach 2010-2014 pełnił funkcję prezydenta Łomży. Został wybrany na ten urząd 5 grudnia 2010 roku w drugiej turze wyborów samorządowych. Jak podał Urząd Miejski w Łomży, swoją działalność publiczną rozpoczął w latach 70., pracując jako nauczyciel i działacz młodzieżowy. Przez wiele lat był związany z życiem politycznym regionu łomżyńskiego i województwa podlaskiego. Po 1989 roku działał w Socjaldemokracji Rzeczypospolitej Polskiej oraz Sojuszu Lewicy Demokratycznej, pełniąc funkcje w strukturach krajowych i regionalnych tych ugrupowań. Po zakończeniu pracy parlamentarnej i samorządowej angażował się także w działalność społeczną i biznesową.

EDUKACJA

Nowi profesorowie na UwB

FOT. UWB

Prof. Karol Łopatecki, prof. Zbigniew Kaźmierczak oraz prof. Andrzej Tylick z Uniwersytetu w Białymstoku odebrali z rąk Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Karola Nawrockiego nominacje profesorskie.

Prof. dr hab. Karol Łopatecki otrzymał tytuł profesora nauk humanistycznych w dyscyplinie historia. Kieruje on Zakładem Badań Kwantytatywnych i Geoprzestrzennych na Wydziale Stosunków Międzynarodowych na UwB. Prof. dr hab. Zbigniew Kaźmierczak uzyskał tytuł profesora nauk humanistycznych w dyscyplinie filozofia. Badacz pracuje w Katedrze Logiki Kognitywistyki i Filozofii Nauki (Zakład Epistemologii i Kognitywistyki) na Wydziale Filozofii i Kognitywistyki UwB. Prof. dr hab. Adam Tylicki jest biochemikiem i biologiem komórki. Kieruje Pracownią Cytobiochemii w Katedrze Mikrobiologii i Biotechnologii na Wydziale Biologii UwB. (MC)

Rok 2025 był bezpieczniejszy na podlaskich drogach

Z policji
Agnieszka Domanowska

W roku 2025 policjanci na drogach naszego województwa odnotowali mniej wypadków, ofiar śmiertelnych, rannych oraz kolizji w porównaniu z rokiem poprzednim.

Według danych podlaskiej policji, w minionym roku w naszym województwie doszło do 345 wypadków drogowych – o 3 mniej niż w 2024 roku. W ich wyniku życie straciło 51 osób, co oznacza spadek o 7 ofiar śmiertelnych w porównaniu z rokiem poprzednim. Liczba rannych również spadła – w 2025 roku było ich 372, czyli o 12 mniej niż rok wcześniej. Zmniejszyła się też liczba kolizji drogowych. W ubiegłym roku policjanci interweniowali przy 11 378 kolizjach – to spadek o 71 zdarzeń w stosunku do 2024 roku.

FOT. OSP CHOROSZCZ

Do tragicznego wypadku doszło m.in. 30 grudnia w Złotorii

– W 2025 w porównaniu do 2024 roku na naszych drogach odnotowano mniej wypadków, mniej ofiar śmiertelnych, mniej osób rannych oraz mniej kolizji. To wyraźny sygnał, że działania na rzecz poprawy bezpieczeństwa przynoszą realne efekty. Pamiętajmy – bezpieczeństwo na drodze zależy od nas wszystkich. Przestrzegajmy przepisów i dbajmy o siebie nawzajem – podkreśla oficer prasowy Komendy Wojewódzkiej Policji w Białymstoku Agnieszka Skwierczyńska.

Mimo ogólnej poprawy bezpieczeństwa, rok 2025 przyniósł szereg tragicznych wypadków. Pod koniec roku – 30 grudnia na drodze ekspresowej S8 w Złotorii, około 20 km od Białegostoku, przed godziną 5 rano, podczas intensywnych opadów śniegu, ciężarówka jadąca od strony Warszawy wpadła w poślizg i stanęła w poprzek jezdni. Kierowca volvo, jadący za nią, nie zdążył wyhamować i wbił się w bok naczepy. Na miejscu zginęła 45-letnia pasażerka samochodu osobowego. Dwie pozostałe osoby z volvo trafiły do szpitala.

Do innej tragedii doszło 11 sierpnia niedaleko miejscowości Dubiażyn koło Bielska Podlaskiego. 15-letni chłopiec jadący motocyklem crossowym wymusił pierwszeństwo na prawidłowo jadącym kombajnie. Doszło do zderzenia. Życia motocyklisty nie nie udało się uratować – zmarł w szpitalu.

12 maja w okolicach miejscowości Brzóski Brzezińskie w powiecie wysokomazowieckim doszło do śmiertelnego wypadku z udziałem 65-letniego motocyklisty. Motocykl zderzył się z ciągnikiem rolniczym. Motocyklista został przetransportowany do szpitala, gdzie, niestety, zmarł.

eprasa.pl 14123f10f5

POLSKA *i* ŚWIAT

SŁOWO ROKU 2025

Decyzją kapituły Słowem Roku 2025 został „dron", na drugim miejscu znalazło się „weto", a na trzecim – „kosmos". Z kolei w plebiscycie internautów zwyciężył „kosmos", drugi był „dron", trzecie – „weto". Plebiscyt organizowany jest przez Instytut Języka Polskiego UW oraz Fundację Języka Polskiego od 15 lat. Co roku wybierane są w nim słowa, które najlepiej odzwierciedlają ważne tematy i wydarzenia minionych 12 miesięcy.

„Projekt związków partnerskich wejdzie prawdopodobnie na pierwsze lutowe posiedzenie Sejmu

Włodzimierz Czarzasty marszałek Sejmu

KRÓTKO

PIASECZNO

Dymisja po gwałcie na policjantce

Po tym, jak na jaw wyszły informacje dotyczące gwałtu na policjantce na terenie warszawskiego oddziału prewencji w Piasecznie, zdymisjonowany został zastępca dowódcy warszawskiego oddziału prewencji policji w Piasecznie. Informację tę podał RMF24.pl.

Wcześniej w tej jednostce miało dojść do gwałtu oraz innej czynności seksualnej na policjantce.

Powodem dymisji jest nienależyty nadzór nad podwładnymi.

O sprawie w środę, 8 stycznia, poinformowała jako pierwsza Telewizja Republika. W jednostce policji w Piasecznie miało dojść do libacji alkoholowej, po czym jeden z funkcjonariuszy miał zgwałcić młodszą koleżankę oraz zmusić ją do innej czynności seksualnej.

Podejrzany o dokonanie tego czynu został zawieszony w czynnościach służbowych, a sąd zdecydował o jego tymczasowym aresztowaniu na trzy miesiące.

WARSZAWA

Pierwsze posiedzenie Senatu

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Senat, który wczoraj o godz. 11 rozpoczął posiedzenie, zajął się m.in. ustawą o rynku kryptoaktywów, wprowadzającą nadzór KNF nad tym rynkiem, oraz nowelą Kodeksu wyborczego umożliwiającą elektroniczne zbieranie podpisów dla kandydatów w wyborach powszechnych.

SYNOPTYK IMGW ZAPOWIADA

Mróz do minus 17 st. C

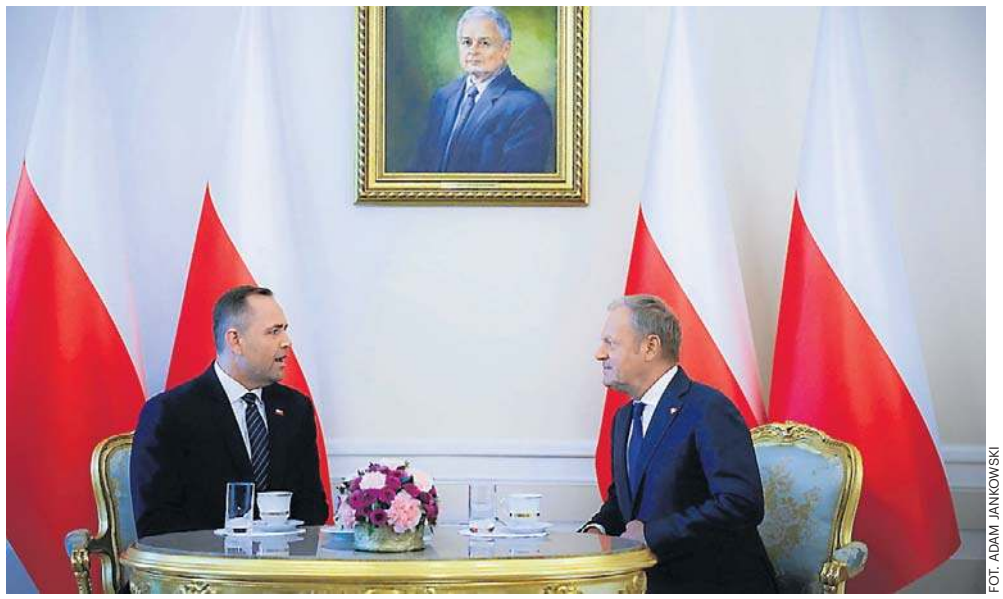
W nocy z piątku na sobotę temperatura minimalna wyniesie do minus 17 st. C. Od połowy przyszłego tygodnia na zachodzie powolna odwilż i temperatura w dzień do około 2-3 stopni powyżej zera – poinformował synoptyk IMGW Michał Kowalczuk.

Zachmurzenie będzie duże z opadami śniegu, najwięcej opadów w Sudetach i na Dolnym Śląsku i tam przyrost pokrywy śnieżnej do około 5 cm, a na pozostałym obszarze kraju do 2-3 cm. Temperatura minimalna od minus 16-17 st. C we wschodniej połowie Polski, do minus 7 st. C na krańcach zachodnich. IMGW wydał ostrzeżenie I stopnia przed silnym mrozem m.in. dla województwa podlaskiego i warmińsko-mazurskiego.(PAP)

Spotkanie prezydenta z premierem. Będzie przełom?

Dorota Kowalska
Warszawa

Relacje między prezydentem a ekipą rządzącą od początku nie należały do łatwych. Spotkanie Karola Nawrockiego z Donaldem Tuskiem może choć trochę ostudzić złe emocje, zwłaszcza że Polacy mają już dość tego ciągłego politycznego sporu.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Ostatnio prezydent Karol Nawrocki i premier Donald Tusk spotkali się w sierpniu ub. roku

To może być ważny moment w relacjach Pałac Prezydencki – Kancelaria Premiera. Jeszcze w tym tygodniu, prawdopodobnie dzisiaj, premier Donald Tusk spotka się z prezydentem Karolem Nawrockim. Panowie mają rozmawiać o gwarancjach bezpieczeństwa dla Ukrainy po zawieszeniu broni, sporach o nominacje ambasadorskie, w tym kandydatury Bogdana Klicha i Ryszarda Schnepfa, ale tematów, które powinni omówić, jest dużo więcej.

– Liczę, że prezydent Nawrocki skończy pięciomiesięczną politykę sabotażu działań rządu, zwłaszcza w sprawach, które są dla państwa polskiego w tej chwili najważniejsze, czyli w sprawach zagranicznych i bezpieczeństwa – mówił w Porannej rozmowie w RMF FM Marcin Bosacki, wiceszef MSZ i poseł Koalicji Obywatelskiej.

Stwierdził, że prezydent od miesięcy unika kontaktu z przedstawicielami Ministerstwa Spraw Zagranicznych.

– Od równo trzech miesięcy prezydent Nawrocki nie odpowiada na propozycję kompromisu w sprawie ambasadorów, sformułowaną na piśmie przez ministra Sikorskiego, po osobistej zresztą rozmowie między oboma panami. Miejmy nadzieję, że tego typu działania sabotujące się skończą – dodał Bosacki.

Dopytywany, w jaki sposób premier Donald Tusk chce dogadać się z prezydentem, podkreślił, że padnie zapewne „daleko idąca propozycja kompromisowa", podobna do tej, jaką przedstawił już minister Sikorski.

– Rozumiemy spory polityczne, ale w kwestiach dla Polski najważniejszych, czyli bezpieczeństwa (...) i nowej polityki Stanów Zjednoczonych, (...) wreszcie będzie otwarcie i rozmowa dorosłych ludzi o najważniejszych problemach Polski – podsumował wiceminister.

Z kolei wiceminister cyfryzacji Michał Gramatyka, także wczoraj rano w stacji RMF24, wezwał prezydenta Karola Nawrockiego, by ten podpisał ustawę o usługach cyfrowych (będącą implementacją unijnego rozporządzenia DSA, Digital Services Act).

– Dzisiaj platformy cyfrowe działają bez jakiejkolwiek kontroli państwa. Mam głęboką nadzieję, że prezydent podpisze ustawę o usługach cyfrowych. To dobra ustawa – przekonywał Gramatyka, dodając, że w Senacie została ona jeszcze poprawiona.

Gramatyka zapewnił jednocześnie, że minister cyfryzacji, wicepremier Krzysztof Gawkowski jest „do dyspozycji prezydenta".

Jednym z głównych i wzbudzających największe kontrowersje zapisów ustawy jest wprowadzenie zasad moderacji treści w internecie.

– Dziś treści są usuwane na mocy decyzji samych platform. Znikają posty, komentarze, czasem całe profile (jak kiedyś Konfederacji). Polskie państwo nie miało żadnego startu do tych platform – mówił Gramatyka.

Podkreślił, że jeśli nowe prawo weszłoby w życie, to od każdej takiej decyzji przysługiwałoby odwołanie do organu państwowego, konkretnie Urzędu Komunikacji Elektronicznej, gdzie został stworzony specjalny departament.

Wiceminister odpierał również zarzuty niektórych polityków (wymienił tu Konfederację), że UKE będzie mogło stosować cenzurę.

– Żadnej cenzury nie będzie. Co więcej, tak poprawiliśmy ustawę w Senacie, by decyzja prezesa Urzędu nie była od razu wykonywana – tłumaczył.

Gramatyka wyjaśnił, że jeśli UKE oflaguje jakąś treść i zwróci uwagę platformie cyfrowej, to jeśli użytkownik zwróci się do sądu, to dana publikacja nie będzie mogła zostać usunięta.

To tylko kilka spraw, które należy załatwić, a przecież na akceptację prezydenta Nawrockiego czekają kolejne ustawy, choćby ta o związkach partnerskich. Szef gabinetu prezydenta Paweł Szefernaker już zapowiedział, że jeśli ta ustawa trafi na biurko Karola Nawrockiego, ten jej nie podpisze. Według prezydenckiego ministra nowe przepisy zrównują związki partnerskie z małżeństwem, a na to nie ma zgody.

Tymczasem, według sondaży Polacy mają już dość sporu na linii prezydent Nawrocki – rząd. O to, jak napięta atmosfera między premierem a prezydentem wpływa na państwo, zapytano w sondażu United Surveys dla Wirtualnej Polski.

Karol Nawrocki otwarcie mówi, że Donald Tusk jest najgorszym premierem w historii III RP, co niczego dobrego ich relacjom nie wróży

„Czy Pana/i zdaniem konflikt pomiędzy premierem Donaldem Tuskiem a prezydentem Karolem Nawrockim prowadzi do paraliżu państwa i uniemożliwia wprowadzanie koniecznych reform?" – brzmiało pytanie.

Zdecydowana większość respondentów – w sumie aż 76 proc. – odpowiedziała na nie twierdząco. O tym, że kłótnie na szczycie działają na niekorzyść państwa, przekonanych było 34 proc. ankietowanych, a odpowiedź „raczej tak" wybrało 42 proc. uczestników badania.

Co ciekawe, Polacy nie wierzą jednak, że stosunki między dwoma pałacami ulegną poprawie.

Z badania United Surveys by IBRiS na zlecenie Wirtualnej Polski, przeprowadzonego zaledwie dwa dni temu wynika, że 84,8 proc. ankietowanych przewiduje złe relacje między Donaldem Tuskiem a Karolem Nawrockim. Najczęściej wskazywaną odpowiedzią było stwierdzenie, że relacje prezydenta z premierem będą „zdecydowanie złe", co zadeklarowało 44,3 proc. badanych. Kolejne 40,5 proc. uważa, że będą „raczej złe".

Wiarę w dobrą współpracę deklaruje jedynie 10,6 proc. respondentów.

Współpraca Adam Kielar

eprasa.pl 14123f10f5

Strzelanina przed kościołem mormonów w Salt Lake City. Nie żyją dwie osoby

Oprac. Anna Nagel
USA

W środę wieczorem na parkingu przed kaplicą mormonów rozległy sie strzały. Zginęły dwie osoby.

Dwie osoby zginęły, a sześć zostało rannych w strzelaninie, do której doszło w środę wieczorem czasu miejscowego na parkingu przed kaplicą Kościoła Jezusa Chrystusa Świętych w Dniach Ostatnich w Salt Lake City w stanie Utah - poinformowały lokalne media i policja.

Trzy osoby są w stanie krytycznym, a stan trzech innych ofiar jest nieznany, ponieważ zostały przewiezione do placówek medycznych przez osoby prywatne - poinformował rzecznik policji w Salt Lake City. Dodał, że sytuacja jest wciąż napięta.

„W kościele odbywał się pogrzeb" - powiedział reporterom rzecznik. „Na parkingu doszło do jakiejś sprzeczki i wtedy padły strzały".

Władze poinformowały, że żaden podejrzany nie został zatrzymany, ale policja rozpoczęła obławę.

Miejscowe biuro FBI oświadczyło na X: „Jesteśmy świadomi incydentu w Salt Lake City i oferujemy pomoc naszym partnerom z organów ścigania".

W Salt Lake City znajduje się główna siedziba Kościoła Jezusa Chrystusa Świętych w Dniach Ostatnich, zwanego powszechnie Kościołem mormonów. PAP

FOT. HANNAH SCHOENBAUM/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Władze poinformowały, że żaden podejrzany nie został zatrzymany, ale policja rozpoczęła obławę

Francuscy rolnicy mówią „nie" umowie UE z krajami Mercosuru

Oprac. Anna Nagel
Francja

Rolnicy z południowej Francji wjechali wczoraj rano kilkudziesięcioma traktorami na ulice Paryża, aby zaprotestować przeciw planowanemu zawarciu umowy handlowej między Unią Europejską a południowoamerykańskim blokiem Mercosur. Część pojazdów zaparkowała pod Wieżą Eiffla.

FOT. PAP/EPA

Francuscy rolnicy zablokowali traktorami rondo na Polach Elizejskich podczas demonstracji w ramach ogólnokrajowego dnia protestów i działań zwołanych przez kilka związków rolniczych

- Jeżdżą po Paryżu, a zwłaszcza przejeżdżają przez Pola Elizejskie - powiedział agencji AFP rzecznik związku zawodowego Koordynacja Obszarów Wiejskich (CR).

Protest przeciwko umowie

Związkowcy chcą w ten sposób zaprotestować w szczególności przeciwko umowie z krajami Mercosuru, ale też przeciw grudniowym działaniom rządu w sprawie epidemii choroby guzowatej skóry bydła (LSD).

Prezes CR w Oksytanii Bertrand Venteau zapowiedział, że zamierza „w sposób pokojowy" przedstawić żądania francuskim parlamentarzystom i w symbolicznych miejscach Paryża, nawet jeśli oznaczałoby to, że połowa uczestników protestu „trafi w ręce policji". Dodał, że rolnicy biorący udział w proteście chcą pozostać w stolicy jak najdłużej. Zapewnił, że nie przyjechali po to, aby „niszczyć".

- To, czego chcielibyśmy przede wszystkim, to zobaczyć się z przewodniczącymi Zgromadzenia Narodowego (niższej izby parlamentu) i Senatu - dodał Venteau. Skrytykował „zbyt wielką liczbę przepisów", mówił też o parlamentarzystach, którzy od 30 lat „zabijają francuskie rolnictwo".

Zarządzenie paryskiej prefektury zabrania ciągnikom wjazdu do niektórych newralgicznych obszarów stolicy obejmujących teren Pałacu Elizejskiego oraz siedzib rządu, parlamentu i ministerstwa rolnictwa - podała AFP.

Rzeczniczka rządu Francji Maud Bregeon powiedziała w czwartek, że akcje protestu podjęte przez rolników, w tym blokowanie autostrad i próba przedostania się pod parlament, są nielegalne.

Co zakłada umowa?

Umowa o wolnym handlu między Unią Europejską a Mercosurem ma wprowadzić preferencje handlowe dla wybranych produktów rolnych z Brazylii, Argentyny, Paragwaju i Urugwaju. W zamian Mercosur ma otworzyć się na unijny przemysł. Przewodnicząca Komisji Europejskiej Ursula von der Leyen chciała oficjalnie podpisać umowę w Brazylii pod koniec grudnia, ale nie uzyskała niezbędnego poparcia ze strony państw członkowskich UE.

Protestują przeciwko umowie z krajami Mercosuru, ale też przeciw działaniom rządu ws. epidemii choroby guzowatej skóry bydła

Umowa jest postrzegana przez KE i część państw Unii jako szansa na zróżnicowanie partnerów handlowych wobec coraz bardziej asertywnej postawy Stanów Zjednoczonych i Chin. Porozumieniu sprzeciwiają się Polska i Francja, sceptyczne wobec umowy są też Włochy. PAP

Po zastrzeleniu kobiety szkoły odwołały zajęcia

Oprac. Anna Nagel
USA

Szkoły w Minneapolis w USA odwołały zajęcia w czwartek i piątek po tym, jak w środę funkcjonariusz służb imigracyjnych (ICE) zastrzelił w mieście kobietę protestującą przeciw akcjom deportacyjnym.

W środowy wieczór setki mieszkańców miasta uczestniczyły w czuwaniu po zastrzelonej kobiecie. Mniejsze zgromadzenia, w tym marsze, które według miejscowych mediów przebiegły w sposób pokojowy, odbyły się również w innych miejscowościach w Minnesocie.

37-letnia Macklin Good zginęła w środę podczas szeroko zakrojonej akcji deportacyjnej. Na nagraniach wideo wykonanych przez świadków widać funkcjonariusza podchodzącego do stojącego na środku ulicy auta. Następnie chwyta on za klamkę i żąda od przebywającej w środku Good, by otworzyła drzwi. Na filmie widać, jak samochód rusza, a inny funkcjonariusz ICE, stojący przed samochodem, wyciąga broń i oddaje co najmniej dwa strzały z bliskiej odległości, po czym odskakuje, gdy pojazd się do niego zbliża.

Lokalna policja podała, że kobieta została postrzelona w głowę i zmarła po przewiezieniu do szpitala. Sprawę przejęło FBI oraz stanowe organy śledcze.

Jeden ze świadków zdarzenia powiedział publicznej radiostacji MPR, że ofiara „nie stanowiła absolutnie żadnego zagrożenia dla żadnego z agentów". PAP

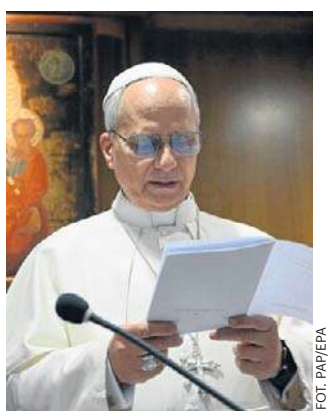
Papież Leon XIV do kardynałów: konsystorz nie jest spotkaniem zespołu ekspertów

Oprac. Karolina Wrońska
Watykan

Papież Leon XIV powiedział wczoraj kardynałom z całego świata przybyłym na nadzwyczajny konsystorz, że nie jest to spotkanie zespołu ekspertów, w trakcie którego należy promować osobiste lub grupowe plany działania.

W homilii w Bazylice Świętego Piotra papież zauważył, że konsystorz jest wyrazem jedności w służbie Kościołowi.

- Ważne na każdej drodze życia jest zatrzymanie się, aby się pomodlić, słuchać, rozważać, i w ten sposób coraz lepiej skupiać spojrzenie na celu, kierując ku niemu wszelkie wysiłki i zasoby, aby nie groziło nam biegnięcie na oślep lub zadawanie ciosów w próżnię - powiedział Leon XIV. - Nie jesteśmy tu bowiem po to, aby promować plany działania, osobiste lub grupowe, ale by powierzyć nasze projekty i inspiracje ocenie rozeznania, które nas przewyższa - dodał.


FOT. PAP/EPA

Papież Leon XIV

Papież zaznaczył, że Kolegium Kardynalskie, choć bogate w wiele kompetencji i znaczących talentów, nie jest powołane do tego, aby było przede wszystkim zespołem ekspertów, lecz wspólnotą wiary.

- Nasze zatrzymanie się jest zatem przede wszystkim wielkim aktem miłości wobec Boga, Kościoła oraz mężczyzn i kobiet na całym świecie, poprzez który pozwalamy się kształtować Duchowi Świętemu - oświadczył.

Papież podkreślił, że także całe Kolegium Kardynalskie wraz z nim może czuć się niezdolne i pozbawione środków, „stojąc wielkim tłumem ludzkości spragnionej dobra i pokoju w świecie, w którym sytość i głód, dostatek i nędza, walka o przetrwanie i rozpaczliwa egzystencjalna pustka nadal dzielą i ranią ludzi, narody i wspólnoty".

- Nie zawsze uda nam się znaleźć niezwłoczne rozwiązania problemów, z którymi musimy się zmierzyć. Zawsze jednak, w każdym miejscu i w każdej sytuacji, możemy pomagać sobie nawzajem, a w szczególności pomagać papieżowi - stwierdził.

W nadzwyczajnym konsystorzu, który zakończył się w czwartek, uczestniczyli kardynałowie z Polski. To papieski jałmużnik Konrad Krajewski, metropolita krakowski Grzegorz Ryś, emerytowany metropolita Warszawy Kazimierz Nycz, emerytowany metropolita krakowski Stanisław Dziwisz i były archiprezbiter Bazyliki Matki Bożej Większej Stanisław Ryłko.

Wśród tematów narady Leona XIV z purpuratami były reformy papieża Franciszka, rola Kurii Rzymskiej, kwestie liturgii.
PAP

eprasa.pl 14123f10f5

Zbliża się kolejne Forum Seniora! To okazja do dobrej zabawy i możliwość spotkania Anny Seniuk

Białystok
Urszula Śleszyńska

Już 29 stycznia o godz. 10 we Wschodnioeuropejskiej Akademii Nauk Stosowanych w Białymstoku spotkają się seniorzy z Białegostoku i Podlasia. Będą mieli okazję razem spędzić czas, posłuchać ciekawych prelekcji i dobrze się bawić.

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Forum Seniora to okazja m.in. do obejrzenia występów artystycznych, ale też możliwość wysłuchania interesujących wykładów np. w ubiegłym roku jedna z prelekcji była poświęcona językowi młodzieży

Styczniowe Forum Seniora to wyjątkowe wydarzenie stworzone z myślą o aktywnych, ciekawych świata i pełnych energii osobach 60+. Organizatorzy – „Kurier Poranny i „Gazeta Współczesna" pragną inspirować osoby starsze do działania – do dbania o siebie, rozwijania pasji i odkrywania nowych możliwości.

Przyjedzie Anna Seniuk

Forum Seniora to spotkanie, które odbiega od stereotypowych wykładów przy prezentacjach z wykresami. Ważniejsza jest tu energia, emocje i bezpośredni kontakt z uczestnikami. Tegoroczna edycja będzie pełna atrakcji. Na widowni pojawią się m.in. słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz członkowie różnych stowarzyszeń senioralnych i seniorzy niezrzeszeni. Gościem specjalnym XI edycji Forum Seniora będzie polska aktorka teatralna i filmowa, Anna Seniuk, znana m.in. z kultowej roli w serialu „Czterdziestolatek" i „Czterdziestolatek 20 lat później".

Forum to świetna okazja, by zobaczyć się i porozmawiać ze znajomymi, ale też, by nawiązać nowe znajomości. W programie styczniowego spotkania znajdą się również inspirujące rozmowy o zdrowiu i aktywności, sprawdzone sposoby na zdrową, szczęśliwą i aktywną jesień życia oraz prelekcje obejmujące ważne dla seniorów zagadnienia.

Zaproszeni goście poruszą tematykę zdrowotną, zahaczą też o inne, ważne tematy. Udział w Forum Seniora jest bezpłatny, ale wymaga wcześniejszej rejestracji. Liczba miejsc jest ograniczona. Rejestrować się będzie można już wkrótce na: www.poranny.pl/forumseniora

Akcja Kartka dla seniora

Integralnym elementem Forum będzie również akcja społeczna „Kartka dla Seniora", do udziału w której zaprosiliśmy dzieci i młodzież ze szkół podstawowych. Ale do udziału w niej zachęcamy również mieszkańców województwa – zarówno dzieci, jak i dorosłych.

Każdy może przygotować kolorową kartkę z życzeniami od serca. Kartki zostaną zaprezentowane podczas wydarzenia oraz przekazane uczestnikom jako symboliczny gest życzliwości i międzypokoleniowego wsparcia.

Każda kartka – wykonana z sercem i wyobraźnią – stanie się dla seniorów miłym znakiem pamięci, uśmiechu i życzliwości. Wierzymy, że wspólne tworzenie kartek będzie dla dzieci piękną lekcją empatii i wrażliwości, a dla seniorów, szczególnie tych samotnych – źródłem wzruszeń i radości.

Gotowe prace można dostarczyć do białostockiej redakcji „Kuriera Porannego" i „Gazety Współczesnej" przy ul. Św. Mikołaja 1 (IV piętro, w godz. 8-16) do 16 stycznia 2026 roku.

Akcja „Kartka dla Seniora" została objęta Honorowym Patronatem przez Podlaską Kurator Oświaty Agnieszkę Krokosz-Janczyło.

AUTOPROMOCJA 0011455539

ORGANIZATOR Kurier Poranny GAZETA WSPÓŁCZESNA

PARTNER STRATEGICZNY MLEKOVITA

PATRON HONOROWY Podlaski Kurator Oświaty

PARTNER MERYTORYCZNY Uniwersytet Trzeciego Wieku w Białymstoku

eprasa.pl 14123f10f5

piątek MAGAZYN

BAKAŁARZEWO ZNOWU CHCE BYĆ MIASTEM

Niewielka miejscowość na Suwalszczyźnie, dziś przykryta śniegiem, znów głośno mówi o swojej przyszłości. W Bakałarzewie trwają konsultacje społeczne, które mają odpowiedzieć na pytanie, czy po ponad 150 latach miejscowość ta znowu powinna być miastem. Mieszkańcy są podzieleni. Jedni wierzą, że zmiana statusu na miejski zapewni rozwój, inni boją się, że wtedy już nie będzie tak cicho, spokojnie i bezpiecznie **str. 10**

FOT. DARIUSZ PIEKUT/PB

LUDZIE

Karolina Misiuk z Wydziału Architektury Politechniki Białostockiej jako pierwsza kobieta zaprojektowała apartamentowiec powstający na południowym wybrzeżu Egiptu **str. 13**

Gdy pacjent nie da rady mówić, a każda sekunda decyduje o życiu, telefon może stać się najważniejszym narzędziem ratunkowym. Info Ratunek to aplikacja, stworzona przez ratownika medycznego z Podlasia, która w nagłych sytuacjach „mówi" za pacjenta, przekazuje kluczowe dane służbom, pomaga wezwać pomoc i prowadzi krok po kroku przez stany zagrożenia zdrowia i życia, umożliwiając udzielenie pomocy nawet przez kogoś, kto się na tym nie zna

Agnieszka Domanowska

RATOWNIK STWORZYŁ APLIKACJĘ, KTÓRA MOŻE URATOWAĆ ŻYCIE

Pomysł na aplikację Info Ratunek, która w kryzysie przejmuje rolę pacjenta i przekazuje kluczowe informacje medykom, zrodził się z codziennej pracy ratownika medycznego, pracy pełnej dramatyzmu i presji. Jej twórca – Tomasz Citkowski, ratownik medyczny z Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Białymstoku – połączył w jednym narzędziu swoje doświadczenie ratownicze, praktyczne umiejętności, mapę najbliższego AED, SOR oraz Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej, a także wsparcie psychiczne.

Rozmowa z Tomasze Citkowskim

Przez 15 lat pracy widział pan setki interwencji. Co było impulsem do stworzenia aplikacji Info Ratunek?
To nie był jeden moment, raczej proces. Każda interwencja zostawiała w głowie pytanie: Czy mogłem działać szybciej, skuteczniej? Przyjeżdżamy do pacjenta i często nie mamy podstawowych informacji: jakie mają choroby przewlekłe?, jakie biorą leki?, jakie mają alergie? Pacjent bywa w stanie zagrożenia życia, ma duszność, jest zdezorientowany lub sparaliżowany bólem. Rodzina zaś często nie jest w stanie nic powiedzieć, nie ma pojęcia, gdzie znajduje się dokumentacja medyczna lub ma skąpą wiedzę na temat chorób, alergii czy przyjmowanych przez pacjenta leków. A my musimy działać natychmiast. Pomyślałem: każdy nosi telefon, więc dlaczego nie wykorzystać go do przekazywania danych, które mogą uratować życie?

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Tomasz Citkowski – ratownik medyczny z Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Białymstoku

Czyli Info Ratunek powstał z potrzeby skrócenia dramatycznych pierwszych minut?
Myślę, że tak. To narzędzie stworzone na moment kryzysu zdrowia pacjenta. Wystarczy aparat telefoniczny pacjenta i uzupełnione dane w aplikacji, by ratownik w kilka sekund uzyskał kluczowe informacje. Nie trzeba czekać, aż znajdzie się karta informacyjna ze szpitala, nie trzeba dopytywać chorego. Te pierwsze minuty są decydujące – każda uproszczona procedura zwiększa szanse przeżycia. A pamiętajmy, że często zabieramy pacjentów z ulicy i nie każdy ma przy sobie potrzebne informacje, a stan zdrowia może się na tyle pogorszyć, że zebranie wywiadu i uzupełnienie karty czynności medycznych pochłania kolejne cenne minuty.

Jakie informacje są najważniejsze z punktu widzenia ratownika?
Najważniejsze są te dane, które pozwalają połączyć objawy choroby z wywiadem i obecnym stanem pacjenta,

eprasa.pl 14123f10f5

by działać natychmiast i skutecznie, bez tracenia cennych sekund na dopytywanie pacjenta. To wszystko pozwala jak najszybciej wdrożyć odpowiednie procedury medyczne i leczenie. Przede wszystkim chodzi o wywiad chorobowy – szybka diagnoza pozwala przewidzieć możliwe komplikacje i dostosować postępowanie. Kolejna kluczowa rzecz to przyjmowane leki i dawki, bo niektóre z nich mogą wchodzić w interakcje z lekami podawanymi w nagłych przypadkach, ale też źle zażywane mogą dawać konkretne objawy choroby. Alergie również mają ogromne znaczenie – reakcja anafilaktyczna może rozwinąć się w kilka minut, a znajomość alergii pozwala natychmiast zastosować właściwe leki. W aplikacji jest odpowiednie miejsce, gdzie możemy zostawić informacje, gdzie znajdują się leki ratujące życie i jak je podać jeszcze przed przyjazdem Zespołu Ratownictwa Medycznego, w sytuacji np. wstrząsu anafilaktycznego czy hipoglikemii. Dzięki tym informacjom nawet osoby postronne, które nie mają wykształcenia medycznego, mogą udzielić skutecznej pomocy, zanim przyjedzie karetka. To ogromna różnica, bo w nagłych przypadkach – takich jak wstrząs anafilaktyczny, zawał serca, udar mózgu czy zatrzymanie krążenia – każda minuta decyduje o życiu i zdrowiu pacjenta. Ratownik na miejscu zdarzenia, kiedy ma komplet takich danych, jest w stanie błyskawicznie podjąć właściwe działania, ograniczyć ryzyko powikłań i zwiększyć szanse pacjenta na przeżycie.

Aplikacja jest bezpieczna pod względem danych osobowych?
To kluczowe. Dane medyczne są wrażliwe, dlatego nie trafiają na żadne serwery ani do chmury. Wszystko zapisane jest lokalnie na telefonie w aplikacji i chronione PIN-em lub biometrią, poprzez odcisk palca czy Face ID. Użytkownik ma pełną kontrolę nad swoimi danymi medycznymi, a ratownik uzyskuje dostęp tylko w momencie ich udostępnienia.

Czy Info Ratunek sprawdza się także przy nagłych zdarzeniach, takich jak zawał czy udar?
Tak. Przy zawale pacjent często ma duszność, silny ból oraz lęk o własne życie. Każda rozmowa to dodatkowy wysiłek. Jeśli mamy informacje w telefonie, nie musimy zadawać wielu pytań. Podobnie przy udarze, gdy pacjent może mieć zaburzenia mowy lub świadomości. Aplikacja Info Ratunek „mówi" za niego: zgromadzone karty informacyjne z poszczególnych oddziałów, wszystko chronologicznie posegregowane, wyniki badań, stosowane leki i dawki, dziennik pomiarów parametrów życiowych czy zapisane niepokojące objawy – wszystko to pozwala ratownikowi działać natychmiast. A nawet gdy pacjent nie jest w stanie rozmawiać z powodu dysfunkcji mowy czy rurki tracheotomijnej, przez aplikację można wysłać SMS SOS z opisem stanu zdrowia, a lokalizacja i dane pacjenta są uzupełniane automatycznie.

Aplikacja wspiera też rodziny i opiekunów?
Tak, aplikacja jest ogromnym wsparciem dla rodzin i opiekunów osób chorych. Umożliwia wprowadzenie danych bliskich, dzięki czemu w sytuacjach kryzysowych ratownicy mają dostęp do kontaktów do najważniejszych osób, które mogą udzielić dodatkowych informacji lub wspomóc w opiece. Możemy także dodać osoby do informowania o stanie zdrowia – ta informacja trafia dalej do dokumentacji w szpitalu i rodzina może bez przeszkód uzyskać informację, co dalej dzieje się z pacjentem. Można również szczegółowo wprowadzić listy leków, ich dawkowanie i harmonogram przyjmowania – to niezwykle istotne w przypadku osób starszych, przewlekle chorych lub tych, które mają trudności z pamięcią. Dodatkowo aplikacja pozwala gromadzić wyniki badań ze zdjęciami oraz ustawiać przypomnienia o wizytach lekarskich w kalendarzu wizyt Info Ratunek. Dzięki temu opiekunowie nie muszą stale pilnować papierowych kartotek ani martwić się o pominięcie ważnej informacji – wszystko jest dostępne w jednym miejscu, bezpośrednio na telefonie.
Dla rodzin oznacza to realne odciążenie i poczucie spokoju, że w nagłej sytuacji mogą działać szybko i skutecznie. Wiedza, że najważniejsze dane są zawsze pod ręką, zmniejsza stres i daje poczucie bezpieczeństwa, a jednocześnie zwiększa szanse na właściwą reakcję w kryzysie. To rozwiązanie, które łączy komfort opiekunów z bezpieczeństwem osób potrzebujących pomocy.

Jednym z kluczowych elementów jest moduł lokalizacji. Jak działa w praktyce?
W nagłych sytuacjach liczy się nie tylko adres, ale konkretne współrzędne miejsca zdarzenia. Jeśli ktoś zasłabnie w lesie, w drodze czy w mieście, którego topografii nie znamy, aplikacja pozwala precyzyjnie określić miejsce – najbliższy adres lub dane GPS, długość i szerokość geograficzną. Wystarczy podać dane z aplikacji dyspozytorowi medycznemu przy wzywaniu pomocy. To realnie skraca czas dotarcia pomocy i zwiększa szanse przeżycia.

W aplikacji znalazł się również moduł wsparcia psychicznego. Dlaczego?
Kryzysy psychiczne są ogromnym problemem, a dostęp do natychmiastowej pomocy bywa utrudniony. Dlatego w aplikacji znajdują się numery wsparcia dla dzieci, młodzieży, dorosłych oraz służb mundurowych. Chodzi o to, aby w momencie kryzysu pomoc była dostępna od razu – bez szukania w internecie. Osoba z depresją czy w kryzysie psychicznym znajdzie kilka numerów z całodobową pomocą psychologów. To realnie może pomóc w chwili słabości, a nawet zmniejszyć liczbę prób samobójczych czy samobójstw.

Info Ratunek uczy również pierwszej pomocy.
Tak, każdy może zostać ratownikiem, a udzielanie pomocy jest też naszym prawnym obowiązkiem. Aplikacja poprowadzi użytkownika krok po kroku w stanach nagłego zagrożenia życia, opisując objawy np. udaru, zawału czy zatrzymania krążenia, ale też dając instrukcje, co robić i czego unikać. Bardzo ważną funkcją aplikacji jest również wskazanie najbliższego AED (automatycznego defibrylatora zewnętrznego) w okolicy. W Polsce dochodzi do ponad 40 tysięcy zatrzymań krążenia rocznie, a szybkie użycie defibrylatora AED zwiększa szanse przeżycia z 5 do nawet 70 proc. W aplikacji znajduje się mapa najbliższego AED z nawigacją dojazdu. Jeśli chodzi o Białystok, mamy dość sporo AED, ale poza aglomeracją jest ich niewiele w promieniu kilkudziesięciu kilometrów. Będę pracować nad tym, by zwiększać dostępność urządzeń ratujących życie w zatrzymaniu krążenia, tym bardziej, że dojazd karetki może trwać nawet kilkanaście minut, a samo urządzenie jest zawsze dostępne i bardzo proste w obsłudze. By ułatwić udzielanie pomocy, zastosowano moduły głosowe, tak by ręce mogły działać, a oczy szukać objawów i skupiać się na bezpieczeństwie. W stresie łatwo popełnić błąd. Aplikacja porządkuje działania i pozwala komuś przetrwać do przyjazdu służb ratunkowych. To edukacja praktyczna, realne wskazówki i wsparcie w nagłych sytuacjach.

Apka pomaga też rozpoznawać sygnały alarmowe syren i wskazuje jak postępować w przypadku ataku dronów czy też bombowym.
Rzeczywiście, w obecnej sytuacji bezpieczeństwa szczególną uwagę zwróciliśmy na rozbudowę aplikacji o moduł sygnałów alarmowych oraz jasne procedury postępowania w przypadku ataków dronów czy alarmów bombowych. Społeczeństwo zbyt często nie wie, jak interpretować sygnały alarmowe. Z doświadczeń ostatnich lat – zarówno z Ukrainy, jak i z analiz zdarzeń kryzysowych w Europie – wynika jasno, że największym zagrożeniem nie jest sam alarm, ale brak wiedzy, co dokładnie należy zrobić w pierwszych minutach po jego usłyszeniu. Panika, chaos i sprzeczne informacje prowadzą do błędnych decyzji, które mogą kosztować zdrowie lub życie. Dlatego w aplikacji Info Ratunek użytkownik otrzymuje rozpoznawanie rodzajów sygnałów alarmowych i ich znaczenia oraz konkretne instrukcje krok po kroku, jak zachować się przy alarmie bombowym, ataku dronów czy zagrożeniu powietrznym.

W czym jeszcze może pomóc aplikacja Info Ratunek?
Jest jeszcze kilka kwestii, których nie poruszyliśmy, a o których warto krótko wspomnieć. To m.in. lokalizacja najbliższych Szpitalnych Oddziałów Ratunkowych oraz punktów Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej. Szczególnie przydatne może to być wtedy, gdy jesteśmy w nowym miejscu, potrzebujemy pomocy i możemy dojechać tam samodzielnie, odciążając tym samym System Ratownictwa Medycznego. W Info Ratunku możemy zapisać wolę oddania narządów do przeszczepów oraz wskazać osobę poinformowaną o naszej decyzji, co sprzyja uproszczeniu całej procedury i zwiększeniu liczby przeszczepów w Polsce. Pamiętajmy, że jeden dawca ma szansę uratować nawet osiem żyć. To bardzo wiele. Zależy mi również na budowaniu świadomości społeczeństwa w dziedzinie transplantologii.

Czy są jeszcze jakieś plany rozwojowe związane z aplikacją?
Zdecydowanie tak. Już niedługo będzie można otrzymać tablicę Info Ratunek w wersji magnetycznej, np. na lodówkę lub do powieszenia nad łóżkiem chorego, aby w sposób analogowy uzupełnić dane markerem i zostawić je w widocznym miejscu dla zespołów ratunkowych. Powstaje również portal medyczny Inforatunek.pl, gdzie będzie można znaleźć informacje o chorobach, innowacyjnych terapiach leczniczych czy operacjach, a także kontakty do specjalistów wielu dziedzin – lekarzy, rehabilitantów, psychologów i innych – tak, by jak najszybciej trafić do odpowiedniej osoby, która może pomóc w chorobie, oraz do miejsc, gdzie można szybko wykonać diagnostykę czy skonsultować wyniki. Aplikację planuję rozwijać poprzez kolejne aktualizacje, by jeszcze lepiej dostosować ją do potrzeb pacjentów.

Jak długo powstawała aplikacja?
W głowie około pięciu lat. Technicznie to rok intensywnej pracy po dyżurach. Projekt tworzony bez zaplecza korporacyjnego, bez reklam – z potrzeby i z doświadczenia.

Aplikacja kosztuje jednorazowo 14,99 zł.
To symboliczna kwota. Aplikacja zostaje na całe życie i może uratować nie tylko użytkownika, ale również jego bliskich. Dla mnie to inwestycja w bezpieczeństwo – realne narzędzie, które może uratować życie w sytuacji, gdy liczy się każda sekunda.

AUTOREKLAMA

Polecamy →

TELEMAGAZYN

Twój wybór programów telemagazyn.pl

Bakałarzewo, tak jak i Filipów, znowu chce być miastem

Niewielka miejscowość na Suwalszczyźnie, dziś przykryta śniegiem, znów głośno mówi o swojej przyszłości. W Bakałarzewie trwają konsultacje społeczne, które mają odpowiedzieć na pytanie, czy po ponad 150 latach miejscowość ta znowu powinna być miastem

Anna Gryza-Aneszko

Zimą Bakałarzewo wydaje się być jeszcze bardziej spokojne. Śnieg przykrywa chodniki, jeziora zastygają pod lodem, a nad niską zabudową unosi się zapach palonego drewna. Tysiąc mieszkańców żyje tu spokojnie, bez pośpiechu, w rytmie krótkich spacerów i codziennych spraw. Słuchać tylko ciche „dzień dobry" i niekiedy skrzypiący, biały puch pod stopami. W tej ciszy pojawiło się jednak pytanie, które poruszyło lokalną społeczność: czy Bakałarzewo powinno znów zostać miastem?

- Nie chcemy być dużym miastem. Marzy nam się kameralne, spokojne miasteczko z charakterem, dobre do życia i atrakcyjne turystycznie - mówi Tomasz Naruszewicz, wójt gminy Bakałarzewo w powiecie suwalskim.

To nie jest pomysł bez podłoża historycznego. Bakałarzewo raz już miastem było, od połowy XVI wieku do 1870 roku.

- Prawa miejskie odebrano nam w czasach carskich, w ramach represji po powstaniu styczniowym. To była taka akcja ogólnopolska - tłumaczy włodarz. - Główny powód to represje po powstaniu styczniowym, chciano osłabić samorządność i mieć większą kontrolę. Dziś mamy okazję do symbolicznego powrotu do historii.

Od kilku tygodni trwają w gminie konsultacje społeczne. Mieszkańcy całej gminy, nie tylko samego Bakałarzewa, odpowiadają na proste pytanie: czy Bakałarzewo powinno znów zostać miastem? Ankietę można wrzucić do urny w urzędzie gminy, wypełnić u sołtysa albo pobrać z internetu. Jej wypełnienie trwa chwilę, ale decyzja będzie miała znaczenie na lata.

FOT. ANNA GRYZA-ANESZKO

FOT. MICHAŁ RAŚ

Bakałarzewo uzyskało lokację miejską przed 1558 rokiem, straciło ją w 1870 roku. Teraz znowu będzie starać się o status miasta

Nie zaszkodzi, a pomóc może

W centrum miejscowości, przy sklepie i urzędzie, zaczepieni przez nas mieszkańcy nie kryją, że temat budzi emocje i prowadzi do dyskusji wśród znajomych.

- Dla mnie to już teraz jest małe miasteczko. Jest szkoła, żłobek, sklepy, chodniki, oświetlenie. Zimą też wszystko działa. Status miasta niczego nam nie zabierze, a może pomóc w rozwoju - zauważa pani Anna.

W podobnym tonie wypowiada się starszy mężczyzna: - Pracuję w mieście, ale mieszkam tu, bo jest ciszej i bezpieczniej. Tu dzieci same chodzą do szkoły, nie ma pośpiechu. Każdy każdego zna, żyjemy w zgodzie. Powrót do tego, co było w przeszłości, może nam tylko pomóc, a na pewno nie zabierze tego, co najcenniejsze - piękna przyrody i spokoju. Nie staniemy się nagle drugimi Suwałkami.

Niektórzy się boją

Nie brakuje jednak i sceptyków. Część mieszkańców, zwłaszcza z okolicznych wsi, obawia się, że zmiana statusu Bakałarzewa wpłynie na ich codzienne życie.

- Ja się boję, że jak będzie miasto, to przyjdą większe podatki i więcej zabudowy - mówi pani Marta, spotkana przy sklepie. - Teraz jest spokojnie. Zimą widać, jakie to ciche miejsce. Nie chciałabym, żeby to się zmieniło. Latem jest u nas gwarniej, są turyści, ludzie z okolic przyjeżdżają do nas wypocząć. Nie chcę, żeby Bakałarzewo nagle zostało zadeptane.

Niektórzy przyznają, że nie widzą powodów, dla których Bakałarzewo miałoby stać się miastem.

- Miasto kojarzy mi się z miejscowościami, gdzie są jakieś większe sklepy, supermarkety, a my raptem dopiero czekamy na budowę pierwszego. Nic więcej chyba póki co się tu nie zapowiada. Nie mamy nawet stacji benzynowej, zawsze musimy pamiętać o tym, aby mieć zatankowany samochód, bo najbliższe stacje są w Suwałkach, Olecku i Filipowie. Uważam, że Bakałarzewo powinno zostać takie jak jest. Obawiam się, że jak zostanie miastem, to mieszkańcy na tym stracą, bo będą większe opłaty - dodaje jedna z mieszkanek Bakałarzewa.

PRAWA MIEJSKIE ODEBRANO NAM W CZASACH CARSKICH, W RAMACH REPRESJI PO POWSTANIU STYCZNIOWYM. CHCIANO OSŁABIĆ SAMORZĄDNOŚĆ

Status miasta to większe możliwości pozyskiwania funduszy

Jednak samorząd uspokaja - status miasta nie wpłynie na zmiany w opłatach, a może przynieść realne korzyści finansowe.

- Większość programów unijnych i krajowych kierowana jest do miast i miasteczek. Dla wsi tych środków jest znacznie mniej - podkreśla wójt Tomasz Naruszewicz. - Status miasta dałby nam większe możliwości pozyskiwania funduszy na rozwój infrastruktury.

Samorząd chce także wykorzystać potencjał turystyczny tego miejsca.

- Wiele osób przyjeżdża do nas na weekend, a potem decyduje się na zakup działki. To najlepszy dowód, że Bakałarzewo jest atrakcyjnym miejscem do życia - wskazuje włodarz gminy. I dodaje: - Mamy szkołę z bardzo dobrymi wynikami, żłobek, sklepy, bezpłatną siłownię, boiska, bibliotekę, ścieżki rowerowe. To takie spokojne, małe miasteczko, bardzo dobre do życia.

Bakałarzewo od kilku lat dynamicznie się rozwija. Jak mówi wójt, tylko za jego kadencji powstało tu 20 nowych ulic i - mimo trudnej sytuacji gospodarczej - budują się nowe domy.

Przybywa także mieszkańców. Już niedługo w Bakałarzewie zamieszka pani Magdalena wraz ze swoją rodziną.

- Zdecydowałam się na budowę domu w Bakałarzewie, bo podoba mi się ta okolica. Bakałarzewo samo w sobie jest piękną miejscowością, z duszą. Wokół znajdują się cudowne lasy, jeziora, są też bardzo ciekawie zagospodarowane miejsca rekreacyjne. Zwiedzając gminę da się zauważyć dbałość o szczegóły przy inwestycjach oraz nawiązania do historii tego miejsca. Tutaj też wydaje się, że powietrze jest inne, lepsze, czas wolniej płynie, a ludzie są niezwykle mili. W czasie budowy domu tej dobroci wielokrotnie doświadczyliśmy - mówi.

W Filipowie większość opowiedziała się „za"

Mieszkańcy swoje zdanie mogą wyrazić do 12 marca. Jeśli większość opowie się „za", rada gminy podejmie uchwałę, a wniosek trafi do wojewody, a następnie do premiera. Decyzja zapadnie najwcześniej za kilkanaście miesięcy. Być może już w następną sylwestrową noc Bakałarzewo znów będzie świętować jako miasto.

Podobnie może być w pobliskim Filipowie. Po jednogłośnym podjęciu przez tamtejszą Radę Gminy uchwały intencyjnej, rozpoczynającej procedurę nadania praw miejskich, wójt ogłosił konsultacje społeczne. Trwały niemal sześć miesięcy - od 7 kwietnia do końca września 2025 roku. Wzięło udział prawie 10 procent mieszkańców, czyli dokładnie 335 osób. Większość uczestników, bo 207 osób, opowiedziało się za nadaniem praw miejskich, 88 było przeciwnych, a 14 wstrzymało się od głosu.

W trakcie konsultacji prowadzono liczne rozmowy z mieszkańcami i wyjaśniano ich wątpliwości. Obecnie trwają prace nad projektem uchwały końcowej. Rada Gminy Filipów musi ją przyjąć do końca marca br., następnie wniosek trafi do wojewody i premiera.

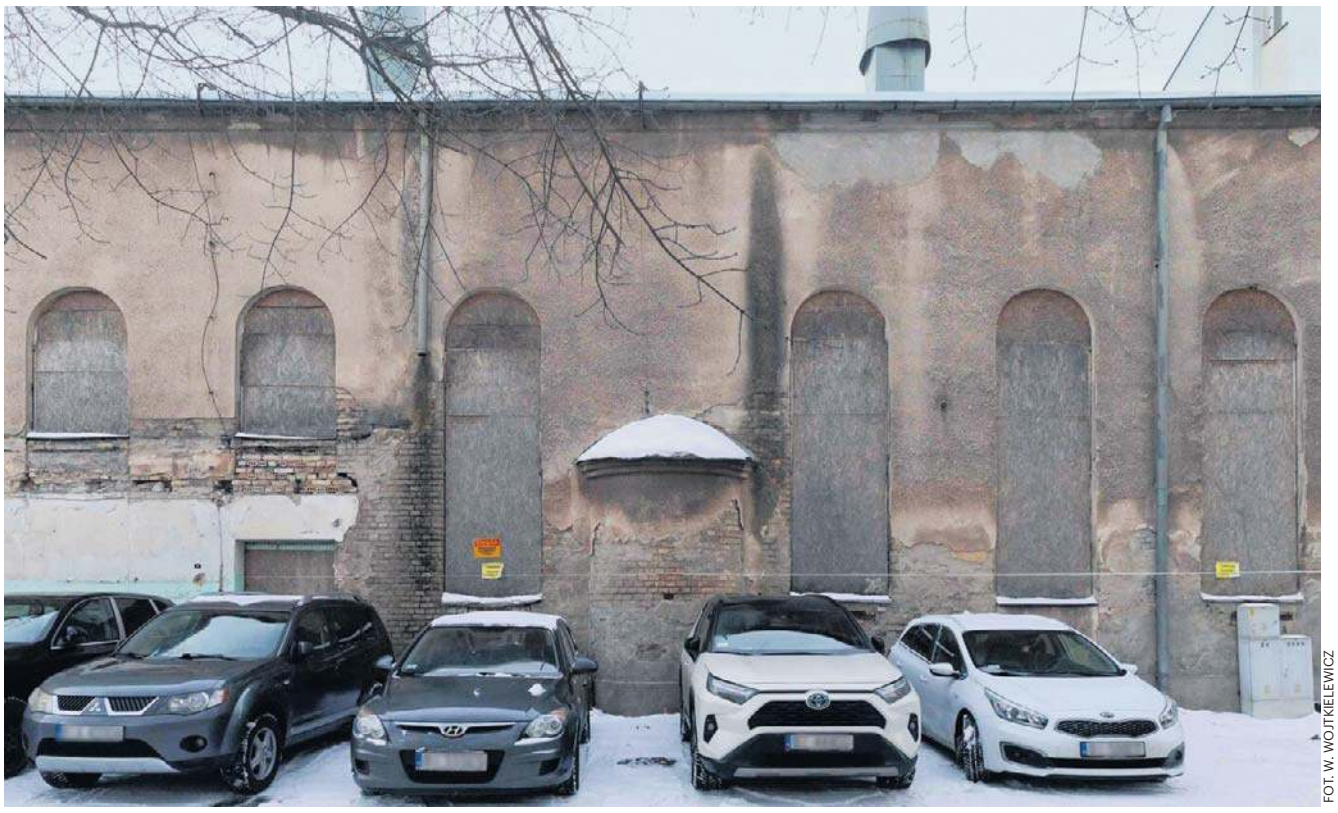
Od 1 stycznia 2026 roku sześć miejscowości w Polsce zyskało status miasta. Są to: Janów Podlaski, Stanisławów, Małkinia Górna, Starożreby, Branice oraz Janów. Za kilka miesięcy okaże się, czy 1 stycznia 2027 roku Suwalszczyzna wzbogaci się o dwa miasta.

eprasa.pl 14123f10f5

ZAPOMNIANA SYNAGOGA I SŁYNNY RABIN Z BIAŁEGOSTOKU

Budynek przy ul. Branickiego w Białymstoku codziennie mijają setki osób, jednak mało kto wie, że znajdowała się w nim synagoga Samuela Mohylewera. Postać patrona bożnicy przybliża nam amerykański historyk Philip Steele

opr. Andrzej Kłopotowski



FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Widok na budynek dawnej synagogi przy ul. Branickiego – od podwórka

Budynek przy ul. Branickiego 3 powstał na początku XX wieku. Dziś to jedna z zaledwie trzech synagog w Białymstoku, jakie przetrwały II wojnę światową. Po wojnie użytkowali ją milicjanci. Było tu kino, boksowali tu pięściarze milicyjnej „Gwardii" - później przemianowanej na klub „Hetman". Obecnie synagoga to pustostan, który czeka na remont. Planowano, że wnętrza będą wykorzystywać miejscy radni, jednak ostatecznie zdecydowano, że synagoga Mohylewera zostanie przekształcona w nową siedzibę Domu Kultury „Śródmieście".

Philip Steele - amerykański historyk, który niedawno odwiedził Białystok - mówi, że synagoga „stoi do dziś, niestety w stanie, który jest świadectwem zaniedbania. Wdzięczna pamięć nakazuje działać na rzecz jej odnowienia".

Rabin z Głębokiego

Kim w ogóle był Samuel Mohylewer, którego imię nosi bożnica? Philip Steele podkreśla, że rabin zalicza się w poczet ojców nowoczesnego Izraela.

- Jest bowiem jednym z twórców syjonizmu. To człowiek, który stoi w jednym szeregu z rabinem Kaliszerem z Torunia, z Dawidem Gordonem z Ełku, Leonem Pinskerem z Odessy i Teodorem Herzlem z Budapesztu i Wiednia. Stoi Mohylewer nie z boku, ani na marginesie - zajmuje miejsce w samym pniu drzewa genealogicznego, z którego wyrósł syjonizm współczesny, czyli powrót Żydów do kolebki narodu. Ale zanim stał się bohaterem ruchu Chowewei Syjon, zanim współprzewodniczył dziejowej konferencji w Katowicach w 1884 r. i zanim duchowo patronował ruchowi, który Herzl wskrzesił, najpierw Mohylewer był dzieckiem dawnej Rzeczypospolitej. Konkretniej, był dzieckiem pogranicza. I synem Podlasia - podkreśla Philip Steele.

Pochodzi z leżącego na Białorusi Głębokiego. Imię jego matki nie jest znane.

- Znamy natomiast sen młodej kobiety z czasów, gdy była w ciąży. Otóż śniła jej się pożoga, co bardzo ją zaniepokoiło. Jej ojciec, rabin Jozue Jaffe, uspokoił ją: to nie zapowiedź katastrofy, lecz znak, że syn będzie światłem dla innych. „Wielkim luminarzem" - tak powiedział. I rzeczywiście - chłopiec, który urodził się 25 kwietnia 1824 roku miał zadziwić wszystkich. Mówiło się o nim „Illui", cudowne dziecko. Dopiero kilka lat później - zgodnie z porządkiem tamtych czasów - piętnastoletni Samuel ożenił się, po czym trafił do wielkiej jesziwy w Wołożynie. Zamiast od razu zostać rabinem, młody Samuel uparł się, że będzie handlował w Głębokiem lnem. Lecz po kilku latach życia świeckiego przyjął prośbę gminy: został rabinem. Później był rabinem gminy w Szakach (Šakiai), na zachód od Kowna, potem w Suwałkach, a następnie w Radomiu. Wreszcie, w 1883 roku, objął najważniejszą dla siebie posadę - tu, w Białymstoku, gdzie spędził resztę życia - opowiada Steele.

Mohylewer wspierał świecką edukację Żydów i ich działalność gospodarczą. Sam znał kilka języków europejskich, i widział jedną z przyczyn kłopotów Żydów mieszkających w Jerozolimie w tym, że nie znali ani arabskiego, ani francuskiego. Utrzymywał, że podobnie było w Europie środkowo-wschodniej, kiedy Żydzi nie znali czy to polskiego czy rosyjskiego. Promował otwartość na innych i umiał z nimi się dogadać.

Co podnosi Philip Steele, rabin z pogranicza rozmawiał i z rosyjskimi oficjelami, i z polskimi sąsiadami, i z londyńskimi politykami, i z żydowskim krezusem w Paryżu, i szkockim syjonistą chrześcijańskim pośród żydowskich uchodźców uciekających z pogromów carskich. Z zachowawczymi chasydami z jednej strony, a i z nowoczesnymi maskilim (zwolennicy haskali, tzw. Żydzi postępowi - przyp. red.) z drugiej.

Rabin w centrum ruchu Chowewei Syjon

Nic więc dziwnego, że Mohylewer znalazł się w centrum ruchu Chowewei Syjon, rozwijającego się po pogromach 1881 roku, nadając rozpęd idei tworzenia własnego państwa.

- Już wiosną 1882 roku Mohylewer był w Brodach i Lwowie, przekonując bieżeńców, jak się wtedy mówiło, by poszli dalej do Palestyny. Współpracował tam, siłą rzeczy, z urzędnikami habsburskimi, a także ze słynnym Szkotem Laurence'em Oliphantem. Również z anglo-żydowskimi działaczami wysłanymi przez Lorda, burmistrza Londynu. Parę tygodni później Mohylewer był w Warszawie, gdzie dzięki niemu powstało „kółko syjonistyczne" wspierane przez najbogatszych Żydów Królestwa. Kiedy Pierwsza Alijah - czyli, pierwsza fala imigracyjna do Palestyny - przeżywała kryzys, to rabin Mohylewer uratował ją przed upadkiem. Mianowicie zdobył hojne poparcie samego barona Edmonda de Rothschilda, podczas misji do niego w Paryżu. A w 1883 roku gmina białostocka poprosiła go, aby objął tu posadę rabina. Zgodził się. I Białystok stał się jego domem aż do śmierci 15 lat później - ciągnie Steele.

W 1884 roku Mohylewer jedzie z Białegostoku na wspomnianą konferencję ruchu Chowewei Syjon (co oznacza „miłośnicy Syjonu") do Katowic. To właśnie podczas niej myślano o żydowskim odrodzeniu narodowym w Erec Yisrael.

- Po zakończeniu konferencji „wielki luminarz", jak przepowiedziano, działał jeszcze mężniej. Podróżował, kwestował, nauczał, pisał. W 1890 roku pojechał aż do Palestyny. Odwiedził Jaffę, Jerozolimę, Hebron oraz nowe osady: Riszon le-Cijon, Zichron Ja'akow i Petach Tikwę. Uczestniczył w zakupie ziemi pod jeszcze nowsze osady. I dawał piękne świadectwo mądrości i otwartości swej, gdy broniąc pionierów z bractwa BILU - ostro krytykowanych za ześwieczczałość - mówił, że są „lepszymi Żydami w Palestynie niż gdziekolwiek indziej" - opowiada Philip Steele.

Przypomina, że w 1893 roku Mohylewer - wraz z rabinami Reinesem, Eliasbergiem i Nissenbaumem - założył stowarzyszenie Merkaz Ruchani - duchowe centrum syjonizmu.

Kiedy Herzl opublikował „Państwo Żydowskie" w 1896 roku, Mohylewer był jednym z pierwszych rabinów, którzy go poparli. Pisał do niego listy, wzmacniał go duchowo, przygotowywał religijne zaplecze dla dzieła Herzla.

- Z powodu swego peselu starszy pan nie dojechał jednak do Bazylei w 1897 roku na Pierwszy Kongres Syjonistyczny - reprezentował go wnuk. Ale w przemówieniu, które odczytał rabin białostocki Józef Mohylewer, były słowa proroka na modłę Ezechiela: Wielka wiara, że naród ożyje z wysuszonych kości i powróci do swojej ziemi jako lud wolny.

Pamięci rabina Mohylewera

Rabin Samuel Mohylewer zmarł w Białymstoku w 1898 roku. W 1931 roku nad rzekę Białą przyjechali liczni „miłośnicy Syjonu" i dawni współpracownicy Mohylewera, w tym Icchak Nissenbaum i Icchak Gruenbaum.

- Ten ostatni 17 lat później, w 1948 roku, był sygnatariuszem Deklaracji Niepodległości Izraela. Świętowali razem pięćdziesięciolecie powstania Chowewei Syjon i zasługi Rav Mohylewera. Odbyła się też procesja do grobu rabina na Bagnówce. Dziś ten grób jest pusty. Od 1991 roku kości rabina spoczywają w Izraelu, pod Rechowotem w osadzie Mazkeret Batja, której Mohylewer był patronem na samym początku jej istnienia - tłumaczy amerykański historyk.

Nie jest to jedyne miejsce w Izraelu, gdzie żywa jest pamięć o Samuelu Mohylewerze.

- Pamięć o Mohylewerze jest żywa także na drodze od rejonu Hadar do Haify w Izraelu. W 1893 roku, dzięki działalności rabina Mohylewera i jego stowarzyszeniu Mizrachi, zasadzono między tymi dzisiejszymi miastami sad cytronów - etrogim, tych owoców, które kojarzymy ze Świętem Sukkot. 20 lat później powstał w tym miejscu kibuc związany przecież z lewicowym, świeckim syjonizmem. A jednak nazwano go... Gan Szmuel - Ogród Samuela. Jest w tym coś symbolicznego. Bo tak samo jak Podlasie jest ziemią, na której religia i nowoczesność spotykały się owocnie, tak w Gan Szmuel spotkały się świeckie i religijne nurty syjonizmu. I wszystko to w imię pamięci o rabinie z Białegostoku - opowiada historyk.

Philip Steele podsumowuje, że kiedy patrzymy dziś na historię rabina Samuela Mohylewera, widać w niej - jak w lustrze - odbicie Podlasia. Ziemi, na której różnorodność nie była przeszkodą, lecz bramą na szeroki świat.

- Podlaski zaczyn - wielokulturowy, wielojęzyczny, pełen napięć i inspiracji - uformował Mohylewera, współtwórcę nowoczesnej historii narodu żydowskiego. Jego ślady rozsiane są po Europie: najmocniej je widać w Izraelu. Ale także tutaj, w Polsce - w Suwałkach, Radomiu, Katowicach i zwłaszcza w Białymstoku, gdzie najbardziej należy te ślady pielęgnować - kwituje Philip Steele.

Tekst powstał na bazie referatu, jaki Philip Steele wygłosił podczas konferencji „Podlaskie. Żyzna gleba. Źródło talentów" (organizatorem była ekipa Miejsca – Społecznego Muzeum Żydów Białegostoku i Regionu).

eprasa.pl 14123f10f5

Trener z Grodna o życiu w Polsce i sporcie: Między dobrym sportowcem a przyzwoitym człowiekiem nie ma znaku równości

Wasilij Sawicz przyczynił się do rozwoju futsalu i piłki nożnej plażowej w Grodnie. Po wybuchu wojny w Ukrainie wyemigrował z Białorusi do Polski. Najpierw pracował na budowie i w zakładzie produkcyjnym, a kiedy udało mu się potwierdzić licencję trenerską, zaczął prowadzić dwie białostockie drużyny

Rusłan Kulevich/ MOST

W 2020 roku Wasilij Sawicz podpisał list wolnych sportowców przeciwko przemocy i za uczciwymi wyborami na Białorusi. Wkrótce potem przestał być instruktorem-metodykiem w klubowej Szkole Piłkarskiej „Nieman" oraz wykładowcą Wydziału Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Grodzieńskiego im. Janki Kupały.

Latem 2022 roku został zaproszony do Polski - na miesięczną współpracę z polską reprezentacją w piłce nożnej plażowej. Jak wspomina, wtedy wciąż rozważał powrót na Białoruś.

- Wszystko zmieniło zatrzymanie mojego dobrego znajomego ze środowiska piłkarskiego - lekarza Wiktora Rusina, którego aresztowali na siedem dób. Zrozumiałem, że system może dosięgnąć każdego - wyznaje. - W takiej sytuacji nie miało sensu ryzyko powrotu do domu. Przecież w 2020 roku dostałem już administracyjny mandat za udział w pochodzie chodnikiem. I tak zostałem w Białymstoku.

Z powodu swojej postawy ucierpiał nie tylko Wasilij. Jego syn Ilja Sawicz, który również podpisał list przeciwko przemocy, stracił miejsce w kadrze narodowej w piłce nożnej plażowej.

- Ilja przeprowadził się do Białegostoku kilka miesięcy po mnie. Grał w piłkę plażową dla polskich drużyn, zdobywał srebro i brąz mistrzostw kraju, ale potem doznał kontuzji kolana. Teraz gra w piłkę na poziomie amatorskim - opowiada Wasilij.

FOT. PRYWATNE ARCHIWUM

Wasilij Sawicz otrzymał w Białymstoku koszulkę przedwojennej drużyny WKS Grodno

Koncentruje się na pracy trenera

Sawicz posługuje się językiem polskim na całkiem dobrym poziomie, ale mimo to nie wierzy, że w obcym kraju stanie się „swoim".

- W moim wieku (Wasilij skończył w listopadzie ub.r. 61 lat - przyp. red.) nie jest łatwo znaleźć stałe zatrudnienie. Wszyscy chcą młodych pracowników. Ale trudno, pracowałem już i na budowie, i w produkcji, na przykład tam, gdzie robiono kanały wentylacyjne - opowiada. - Czasem pracowałem i po 220-230 godzin miesięcznie, średnio po 9-10 godzin dziennie.

Na początku, jak przyznaje, trudno mu było wytrzymać psychicznie tak długie dni pracy. Do tego przez pierwszy rok życia w Białymstoku Sawicz jeździł tylko autobusami, dopóki nie zdał ponownie egzaminu na prawo jazdy - jego radzieckiego dokumentu Polska nie uznała.

Z czasem udało mu się potwierdzić licencję trenerską, której na Białorusi nie chciano mu przedłużyć. Dziś koncentruje się więc na pracy trenera, a dodatkowe zajęcie - związane z dostawami samochodowymi w firmie budowlanej - zajmuje mu już tylko 12-15 godzin tygodniowo.

- Zwracałem się do naszej federacji piłkarskiej (ABFF), ale mnie ignorowali i nie wydawali zgody. Zgodnie z konwencją UEFA ABFF, kierując się zasadą dobrej woli, mogła mi przedłużyć licencję zdalnie. Widocznie bali się konsekwencji. Chociaż wszystkie formalności wypełniłem już w Polsce. Na szczęście fundacja FREE SPORT i klub w Białymstoku pomogły rozwiązać sprawę. Teraz widnieję jako polski trener.

Obecnie Sawicz pracuje w dwóch drużynach futsalowych: w młodzieżowym zespole klubu MOKS oraz z osobami z niepełnosprawnościami pod egidą Jagiellonii Futsal. Wcześniej, jeszcze bez nowej licencji, przez rok prowadził zajęcia z dziećmi w wieku 4-5 lat.

- Szczerze mówiąc, to była męka. W takim wieku trudno mówić o jakimkolwiek rozwijaniu umiejętności piłkarskich. To były raczej zajęcia ogólnorozwojowe, ćwiczenia gimnastyczne, elementy akrobatyki - tłumaczy Białorusin.

Teraz z każdą z białostockich drużyn ma po dwa treningi tygodniowo, plus mecze. Sawicz zauważa, że u osób, które wcześniej nigdy nie trenowały sportu, progres było widać bardzo wyraźnie. Przykładowo początkujące osoby po dwóch, trzech miesiącach potrafiły już żonglować piłką ponad 20 razy!

- W Polsce od 2021 roku odbywają się ogólnokrajowe zawody futsalowe dla osób z niepełnosprawnościami intelektualnymi. Od tego roku w Białymstoku też zwrócono większą uwagę na ten kierunek. Wybraliśmy bardziej uzdolnionych zawodników i zaczęliśmy z nimi regularnie trenować. Raz w miesiącu wyjeżdżamy na „Ligę bez barier" - opowiada.

Pozytywnie zazdrości Polakom

Sawicz podkreśla, że na Białorusi nie ma takiej „piłkarskiej masowości" jak w Polsce.

- Oczywiście wpływa na to liczba ludności i tradycje. Sam Białystok w porównaniu z którymkolwiek białoruskim miastem wojewódzkim jest zdecydowanie bardziej piłkarskim ośrodkiem - wskazuje trener. I dodaje, że kolejna kwestia to infrastruktura, w której Polska również mocno wyprzedza Białoruś.

- Pozytywnie zazdroszczę Polakom - przyznaje. - W samym Białymstoku jest około 15 hal z boiskiem 40 na 20 metrów, a sztuczne nawierzchnie są praktycznie przy każdej placówce edukacyjnej. W mieście działa ponad 20 dziecięcych klubów piłkarskich. Nie podejmuję się oceniać jakości szkolenia. W moim rozumieniu kluczowa jest tu rola trenera - jego kwalifikacje i motywacja.

Federacja stawiała wyłącznie na kadrę

Sawicz aktywnie rozwijał w Grodnie piłkę nożną plażową, dwukrotnie doprowadzając drużynę Grodnooblsport do tytułu mistrza Białorusi.

W 2025 roku reprezentacja narodowa w tej dyscyplinie (która nie jest częścią programu olimpijskiego) po raz pierwszy w historii zdobyła medal mistrzostw świata (srebrny). Białorusini przegrali w finale z Brazylią 3:4.

- Federacja zawsze stawiała tylko na kadrę. To znaczy zapewniano dobre warunki, zagraniczne zgrupowania, wartościowe sparingi. Do tego bardzo solidna praca hiszpańskiego trenera, który prowadzi drużynę. Dzięki temu nastąpił progres. Choć moim zdaniem nie mamy ani masowości, ani porządnych rozgrywek krajowych, co w perspektywie będzie hamować rozwój - kwituje Białorusin. I podkreśla, że jego propozycje włączenia piłki plażowej do programu uniwersjady i spartakiady szkolnej na Białorusi nie znalazły poparcia.

- Do 2020 roku organizowaliśmy mistrzostwa obwodu grodzieńskiego, w których brało udział do dziesięciu drużyn. Były turnieje dziecięce, a jeden z najlepszych stadionów plażo-

eprasa.pl 14123f10f5

wych w kraju znajdował się w ośrodku „Priwał" pod Grodnem. Teraz tego nie ma. Ale za to Białorusini mają srebro mistrzostw świata. Może tak miało być.

W reprezentacji syn Sawicza, Ilja, grał swego czasu z jednym z najlepszych zawodników świata, Igorem Brihsztelem. Ten również początkowo podpisał list przeciwko przemocy, a później udzielił „skruszonego" wywiadu. I system „wybaczył" Brihsztelowi.

– Niewielu jest ludzi z zasadami, z jasną postawą. I to nie tylko na Białorusi – mówi Wasilij. – Człowiek jest tak skonstruowany, że zachowuje się różnie, dostosowuje do sytuacji. Konformizm jest typowy dla większości. Widocznie Brihsztelowi tak było wygodniej. Między pojęciami dobry sportowiec a przyzwoity człowiek nie można postawić znaku równości.

Wasilij jest przekonany, że we współczesnej Białorusi trudno byłoby mu żyć.

– Do 2020 roku system był bardziej liberalny, państwo aż tak nie wchodziło w życie ludzi. A dziś samo milczenie nie wystarczy – trzeba czynami wspierać władzę, na przykład krzyczeć „TRZEBA" (kampania, w ramach której przedstawiciele różnych środowisk mieli rzekomo dobrowolnie błagać Łukaszenkę o start w wyborach w 2025 roku – przyp. red), przyjąć wyłącznie ich interpretację historii i ich wizję rozwoju kraju – mówi Białorusin.

Sawicz nie rozumie, dlaczego część osób zarzuca wyjeżdżającym, że wcześniej byli lojalni wobec systemu.

– Nie można winić ludzi. W mniejszym lub większym stopniu wszyscy służyliśmy państwu. Ja też miałem swoją karierę w „Niemnie" i na uniwersytecie. Ale w 2020 roku to właśnie państwo rażącym fałszerstwem sprowokowało ludzi do masowych protestów, nastąpił przełom i każdy dokonał wyboru.

Wasilij przyznaje, że w najbliższym czasie nie spodziewa się zmian na Białorusi.

– Ci ludzie chcą utrzymać władzę i nie cofną się przed żadną ceną. Inaczej już nie potrafią. W kraju nie ma elementarnych wolności. Choć niektórzy znajomi, którzy pozostali na Białorusi, mówią mi dziś, że „nie wszystko jest takie jednoznaczne". Smutne, że obraz wroga, który propagandę tworzy latami, może wpływać na czyjś sposób myślenia. Ameryka i Europa są dla nich zawsze winne.

Tekst został przygotowany we współpracy z MOST (media Białorusinów w Polsce). Więcej informacji na mostmedia.io

NA EGIPSKIEJ PUSTYNI POWSTAJE APARTAMENTOWIEC ZAPROJEKTOWANY PRZEZ ARCHITEKTKĘ Z POLITECHNIKI BIAŁOSTOCKIEJ

Karolina Misiuk z Wydziału Architektury Politechniki Białostockiej jako pierwsza kobieta zaprojektowała apartamentowiec powstający na południowym wybrzeżu Egiptu. Inwestycja pod nazwą „Nubia" realizowana jest na pustynnym terenie w rejonie Marsa Alam

opr. Magda Ciasnowska

Karolina Misiuk zaprojektowała luksusowy kompleks apartamentów „Nubia" dla polsko-egipskiej pary inwestorów. Łączna powierzchnia użytkowa inwestycji wynosi około 2700 mkw.

To trzykondygnacyjny budynek mieszkalny z 38 apartamentami na sprzedaż oraz oddzielnym budynkiem dwulokalowym.

– Dużym wyzwaniem był kształt działki i odpowiednie zaprojektowanie bryły budynku, by odpowiadała na potrzeby inwestorów i lokalnych uwarunkowań, które są zupełnie różne od tego, co dotychczas projektowałam w Polsce – mówi Karolina Misiuk, nauczyciel akademicki na kierunku architektura na Wydziale Architektury Politechniki Białostockiej.

FOT. DARIUSZ PIEKUT/POLITECHNIKA BIAŁOSTOCKA

– Dla niektórych w Egipcie było nie do pomyślenia, że kobieta może być architektem. Walka toczyła się o to, by moje nazwisko widniało na projekcie – wyznaje mgr inż. arch. Karolina Misiuk. – O sukcesie inwestycji może jednak świadczyć fakt, że ponad połowa mieszkań została już sprzedana wyłącznie dla klientów z Polski.

Architektura nubijska we współczesnej odsłonie

Nazwa inwestycji nawiązuje do historycznego regionu Nubii w północno-wschodniej Afryce, z którego pochodzi inwestor. Inspiracja lokalną architekturą stała się główną osią koncepcji projektowej. Budynek miał jednocześnie odpowiadać na warunki klimatyczne i łączyć funkcjonalność z europejskimi standardami jakości.

– Styl nubijski charakteryzuje się bardzo prostymi bryłami, czytelnym podziałem, masywnymi murami, niewielkimi otworami okiennymi – wyjaśnia architektka. – Budynek czerpie z lokalnych materiałów i wzorców takich, jak określony rytm fasad, minimalistyczne detale czy mocne podziały bryłowe.

Inwestycja powstaje w Port Ghalib, w rejonie Marsa Alam, około 200 km na południe od Hurghady. Działka o powierzchni około 3 tys. mkw znajduje się 15 minut spacerem od mariny Port Ghalib i obecnie jest terenem pustynnym. Jednym z kluczowych wyzwań projektowych był deficyt wody.

– Budynek został zaprojektowany w formie korytarzowca i dzięki otworom zapewnia naturalną wentylację i chłód – mówi projektantka. – Na potrzeby wspólnego ogrodu odzyskiwana będzie woda z klimatyzacji, która zostanie zebrana do specjalnych zbiorników połączonych z systemem nawadniania kroplowego, co powinno wystarczyć do podlewania roślin.

Istotnym problemem były również ekstremalne temperatury oraz silne wiatry północne, które przez pół roku wieją w tej części Egiptu. Trzeba było to wziąć pod uwagę, więc jedno skrzydło zostało zaprojektowane tak, aby osłonić wewnętrzny dziedziniec przed nawiewaniem piasku.

Projekt musiał także spełniać szczegółowe wytyczne estetyczne – narzucone przez pochodzącego z Kuwejtu właściciela miasteczka – obejmujące m.in. kolorystykę, materiały i detale architektoniczne. Wymagało to dobrej znajomości lokalnego kontekstu kulturowego oraz dostosowania się do określonych standardów.

– Projekt był dużym wyzwaniem z uwagi na podejście lokalnych inżynierów, architektów oraz urzędników – mówi Karolina Misiuk. – Dla niektórych było to nie do pomyślenia, że kobieta może być architektem. Walka toczyła się o to, by moje nazwisko widniało na projekcie. Załatwianie formalności oraz komunikacja – to wszystko wydłużało proces realizacji inwestycji. Na szczęście inwestorzy mieszkają na co dzień w Port Ghalib, więc byli w stanie dopiąć wszelkich formalności, przetłumaczyć projekt na język arabski i dopilnować tego, żebym mogła zaprojektować to w sposób odpowiedni.

Prace projektowe nad „Nubią" trwały rok. Po zakończeniu procedur formalnych rozpoczęto budowę, która znajduje się obecnie na etapie realizacji fundamentów i potrwa około dwóch lat.

– Cieszę się, że zrobiłam ten projekt – podsumowuje architektka. – Wiele się przy tym nauczyłam, także cierpliwości. Zdobyłam doświadczenie, które byłoby niemożliwe do zdobycia w Polsce. Poznałam zupełnie inną kulturę projektowania. O sukcesie inwestycji może świadczyć fakt, że ponad połowa mieszkań została już sprzedana wyłącznie dla klientów z Polski.

Studenci PB wykonali makiety „Nubii"

W realizację przedsięwzięcia zaangażowali się także studenci Politechniki Białostockiej. Mateusz Suszko, student architektury, wraz z Dianą Syrovatską przygotowali makietę budynku. Zajęcia z projektowania mieszkaniowego prowadziła z nimi Karolina Misiuk.

– Tworzenie makiety było dość trudne, wymagało dużo pracy. Makieta składa się głównie z elementów papierowych, kartonowych, starałem się używać też materiałów z recyklingu – mówi Mateusz Suszko. – Ukończenie projektu zajęło około 3,5 miesiąca. Dzięki makiecie można zobaczyć, jak inwestycja będzie wyglądała na żywo.

Projekt apartamentowców „Nubia" został zrealizowany na zlecenie inwestorów – firmy EID & CO.

eprasa.pl 14123f10f5

FUNDUSZ MA PIENIĄDZE NA POMNIKI PRZYRODY

Ochrona różnorodności biologicznej i funkcji ekosystemów to jeden z kluczowych obszarów działań Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku. W ramach tej dziedziny będzie realizowany program dotyczący Pomników Przyrody. Co mogą obejmować dofinansowania? Kto może skorzystać ze wsparcia?

opr. Andrzej Kłopotowski

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku od lat wspiera zadania z zakresu ochrony przyrody. Dofinansowania obejmują zadania, których celem jest: powstrzymanie procesu utraty różnorodności biologicznej i krajobrazowej, odtworzenie i wzbogacenie zasobów przyrody oraz skuteczne zarządzanie gatunkami i siedliskami.

Ze wsparcia finansowego, udzielanego przez Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, korzystają m.in.: organizacje pozarządowe, parki narodowe i krajobrazowe, placówki oświatowe, ośrodki edukacji ekologicznej, jednostki samorządu terytorialnego, organy administracji publicznej i inne jednostki organizacyjne.

Przedstawiciele Funduszu przyznają, że znaczną część dofinansowywanych zadań stanowi zwiększanie powierzchni nowo powstających terenów zielonych. Pełnią one nie tylko funkcję estetyczną i przyrodniczą, ale także poprawiają jakość powietrza, mikroklimat, ograniczają hałas komunikacyjny oraz wspierają lokalną retencję wód.

Wsparcie na drzewa pomnikowe

Szczególnym obszarem wsparcia jest też ochrona drzew będących pomnikami przyrody.

– Drzewa będące pomnikami przyrody stanowią nie tylko wyjątkowo cenne obiekty pod względem przyrodniczym, lecz także ważne elementy dziedzictwa kulturowego i historycznego regionu – wskazuje Marek Sakowicz, prezes zarządu Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku. – Wiele z nich pamięta wydarzenia ubiegłych wieków, stając się naturalnymi świadkami historii – dawnych traktów i historycznych wydarzeń. Monumentalne drzewa od wieków zajmują szczególne miejsce w literaturze i legendach, pełniąc rolę symboli głęboko zakorzenionych w lokalnej tożsamości. Ich niezwykłe formy i imponujące rozmiary inspirowały artystów i malarzy stając się motywem dzieł sztuki oraz źródłem twórczej inspiracji. Drzewa te od wieków symbolizują mądrość, rozwagę, harmonię i stabilność, a ich obecność wzbogaca nie tylko krajobraz, lecz także lokalny kontekst kulturowy.

Jak dodaje Marek Sakowicz, nie bez znaczenia jest wysoka ranga samych obiektów ochrony. Drzewa pomnikowe są bowiem szczególnie cenne ze względu na swój wiek, rozmiar i charakterystyczny pokrój, a także pełnioną funkcję w lokalnych ekosystemach, gdzie wspierają różnorodność biologiczną i stanowią schronienie dla wielu gatunków. Co więcej, są one żywymi laboratoriami przyrodniczymi, umożliwiającymi obserwację naturalnych procesów i zjawisk. Odgrywają istotną rolę edukacyjną – uczą szacunku do przyrody, ukazują jej piękno i wyjątkowość oraz przypominają o potrzebie zachowania tych niezwykłych drzew dla przyszłych pokoleń.

Dotacje na drzewa pomnikowe

Jak wynika z centralnego rejestru form ochrony przyrody, prowadzonego przez Generalną Dyrekcję Ochrony Środowiska (crfop.gdos.gov.pl), na terenie województwa podlaskiego ochroną prawną w formie Pomników Przyrody objęto 1710 pojedynczych drzew oraz 167 obiektów stanowiących skupiska drzew, aleje lub szpalery.

– Obowiązek nadzoru nad pomnikami przyrody, ich utrzymania oraz pielęgnacji, spoczywa przede wszystkim na jednostkach samorządu terytorialnego – przypomina prezes Sakowicz. – Warto podkreślić, że koszty związane z przeprowadzaniem zabiegów pielęgnacyjnych obejmują nie tylko same prace wykonywane na drzewach. Konieczne jest również przygotowanie specjalistycznej dokumentacji, takiej jak ekspertyzy dendrologiczne czy badania tomograficzne, a także zastosowanie nieinwazyjnych rozwiązań technicznych, np. wiązań siłowych czy wsporników.

Sakowicz dodaje, że dostrzegając potrzebę zapewnienia właściwej opieki nad drzewami pomnikowymi, WFOŚiGW w Białymstoku planuje uruchomienie programu, który ma na celu zapewnienie finansowania niezbędnych prac pielęgnacyjnych i konserwatorskich, wykonywanych zgodnie ze sztuką dendrologiczną i arborystyczną, a tym samym właściwą ochronę cennych drzew posiadających status pomnika przyrody.

– Wsparcie finansowe kierowane do jednostek samorządu terytorialnego ma zachęcić gminy do systematycznego dbania o stan drzew pomnikowych, planowania niezbędnych zabiegów pielęgnacyjnych oraz podejmowania działań, które zapewnią ich trwałość i bezpieczeństwo. Ochrona pomników przyrody wymaga profesjonalnego podejścia i odpowiednich nakładów finansowych, dlatego WFOŚiGW w Białymstoku chce wzmocnić samorządy w realizacji tego ważnego zadania – dodaje nasz rozmówca.

FOT. Z ZASOBÓW ARKU KRAJOBRAZOWEGO PUSZCZY KNYSZYŃSKIEJ

Dąb – pomnik przyrody

FOT. Z ZASOBÓW ARKU KRAJOBRAZOWEGO PUSZCZY KNYSZYŃSKIEJ

Sosna supraska – pomnik przyrody

INFO

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku wspiera finansowanie zarówno projektów jednorazowych, jak i cyklicznych działań na rzecz ochrony środowiska. Za sprawą szerokiego grona beneficjentów środki te mogą być wykorzystywane na wielu poziomach – od inwestycji w bioróżnorodność, poprzez poprawę jakości lokalnych ekosystemów. Wychodząc naprzeciw pojawiającym się potrzebom, WFOŚiGW w Białymstoku uruchamia nowe programy w celu dofinansowania zadań, co umożliwia skuteczną i konsekwentną realizację działań z zakresu ochrony przyrody, a także rozwój inicjatyw odpowiadających na aktualne wyzwania środowiskowe.

eprasa.pl 14123f10f5

horoskop

Chiński na 2026

Cykl chińskiego kalendarza trwa sześćdziesiąt lat, w tym czasie każdy z dwunastu znaków pojawia się w jednym z pięciu żywiołów i ma to wpływ na ziemskie sprawy. Przed nami rok Ognistego Konia. Zaczyna się 17 lutego 2026 roku, kiedy to hucznie obchodzony jest Chiński Nowy Rok. Pod wpływem Ognistego Konia staniemy się otwarci na zmiany, ale też niepokorni. Będziemy kierować się instynktem, a nie racjonalnym myśleniem. To jednak dobry rok aby wreszcie pozbyć się tego, co przestało być wygodne. Ognisty Koń da nam siłę do robienia rewolucji, bo ten znak sprzyja działaniu. Lepiej jednak nie ulegać złości i nie prowokować konfliktów. Uprzejmość i cierpliwość pomogą nam osiągnąć cele.

FOT. GETTYIMAGES

eprasa.pl 14123f10f5

SZCZUR

Urodzeni:
24.01.1936 – 10.02.1937
10.02.1948 – 28.01.1949
28.01.1960 – 14.02.1961
15.02.1972 – 2.02.1973
2.02.1984 – 19.02.1985
19.02.1996 – 6.02.1997
7.02.2008 – 25.01.2009
25.01.2020 – 11.02.2021

W 2026 roku Szczur będzie spokojny i uczynny. Zajmiesz się urządzaniem domu, pomożesz swoim krewnym, zadbasz o spokój w swoim otoczeniu. Sam też będziesz mógł liczyć na bliskie osoby.

Miłość i rodzina

W miłości czekają cię dobre dni. Nie pozwól tylko popsuć sobie doskonałego nastroju komuś, kto jest zazdrosny o twoje powodzenie. Im mniej będziesz przejmować się cudzymi opiniami, tym lepiej dla ciebie. Samotne Szczury ostrożnie rozejrzą się za kimś do pary. Będzie ci zależeć na stałym związku, ale będziesz wybredny i trochę czasu minie zanim trafisz na swoją drugą połowę. W domu życie stanie się spokojniejsze i bardziej ustabilizowane. Pierwsza połowa roku sprzyja udanym zakupom, remontowi mieszkania czy zmianie samochodu. W drugiej połowie ktoś bliski osiągnie sukces finansowy, przez co i ty poczujesz się spokojniejszy. Przyjaciele też będą mogli na ciebie liczyć. Pomożesz komuś, kto sam nie radzi sobie z trudną życiową sprawą. Znajdziesz dobrego prawnika, lekarza lub doradcę, będziesz też dobrym pośrednikiem.

Kariera i pieniądze

W pracy będziesz realizować swoje plany, ale kariera będzie rozwijać się dość powoli. Dopiero jesienią zapowiada się więcej służbowych wyjazdów, szkoleń i konferencji. Nowe znajomości, jakie wtedy zawrzesz, będą bardzo obiecujące. Także współpraca z obcokrajowcami przyniesie dobre efekty, więc ucz się języków i nie wstydź tego, co potrafisz.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie nie będzie jednak tak mocne, jak w poprzednich latach. Unikaj ryzyka, dbaj o swoją wygodę, bo inaczej zaczniesz łapać infekcje lub przypomną o sobie różne alergie. W wakacje koniecznie odpocznij, najlepiej na plaży, bo musisz się wygrzać i porządnie zrelaksować.

Sprzyjający kolor to żółty

Twój kamień szlachetny to bursztyn.

BAWÓŁ

Urodzeni:
11.02.1937 – 30.01.1938
29.01.1949 – 16.02.1950
15.02.1961 – 4.02.1962
3.02.1973 – 22.01.1974
20.02.1985 – 8.02.1986
7.02.1997 – 27.01.1998
26.01.2009 – 13.02.2010
12.02.2021 – 31.01.2022

W 2026 roku Bawół będzie miał powodzenie. Poczujesz przypływ ambicji, a twoja kariera przyspieszy. Masz szansę zdobyć większe pieniądze na swoje zachcianki i inwestycje.

Miłość i rodzina

W miłości rok 2026 zaczniesz od rewolucji i jeśli jest źle, to postawisz twarde warunki i partner będzie musiał się zmienić. Już wiosną w twoich relacjach zapanuje więcej bliskości i zrozumienia. Samotne Bawoły znajdą kogoś do pary, ale szukaj nowego związku, zamiast wracać do przeszłości. W domu zapowiada się więcej spokoju. Staniesz się bardziej wyrozumiały wobec krewnych i nie będziesz się na nikogo złościć. Latem będziesz pomagać w organizacji różnych uroczystości, możesz zostać chrzestnym lub świadkiem. W towarzystwie staniesz się otwarty na problemy innych ludzi. Jednak zagrożeniem może być to, że będziesz chciał spełniać wszystkie prośby. Trudno ci będzie odmówić pomocy nawet tym znajomym, którzy celowo wykorzystują innych. Pamiętaj o swoich korzyściach, zamiast się poświęcać.

Kariera i pieniądze

W pracy rok 2026 sprzyja udanym inwestycjom. Jeśli prowadzisz własny biznes, to skupisz się na wyszukiwaniu dobrych ofert i kredytów. Ufaj jednak swojej intuicji i zastanów się, zanim zgodzisz się na współpracę z kimś leniwym. Więcej zarobisz samodzielnie, ale musisz być precyzyjny i obowiązkowy. Kontroluj też swoje wydatki i nie daj sobą rządzić komuś z rodziny. Jeśli szukasz lepszej posady, to też trzeba działać i wykazać się talentami, a znajdziesz coś super.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie będzie wymagać wzmocnienia. Unikaj drastycznych diet i kontrowersyjnych suplementów, bo mogą ci zaszkodzić. Przede wszystkim jednak dbaj o siebie, zamiast żałować sobie na własne potrzeby. Właściwy sen też będzie ważny dla twojej kondycji, nie zarywaj nocek i wygodnie umebluj sypialnię.

Sprzyjający kolor to zielony

Twój kamień szlachetny to jadeit.

TYGRYS

Urodzeni:
31.01.1938 – 18.02.1939
17.02.1950 – 5.02.1951
5.02.1962 – 24.01.1963
23.01.1974 – 10.02.1975
9.02.1986 – 28.01.1987
28.01.1998 – 15.02.1999
14.02.2010 – 2.02.2011
1.02.2022 – 21.01.2023

W 2026 roku Tygrysom sprzyja powodzenie, ale postanowią raczej korzystać z różnych przyjemności niż się stresować karierą. Życie wreszcie stanie się spokojniejsze i bardziej stabilne, a ważne sprawy będą powoli zmierzać w dobrym kierunku.

Miłość i rodzina

W miłości rok 2026 sprzyja budowaniu trwałych relacji. Wybaczysz stare błędy i nie będziesz nikomu niczego wypominać. Możesz śmiało podejmować poważne życiowe decyzje, takie jak ślub czy zakup mieszkania, ale nie będziesz się z nimi spieszyć. Rodzina i tak będzie cię bardzo wspierać w uczuciowych decyzjach, a jeśli trzeba, doda ci odwagi. Samotne Tygrysy łatwo znajdą kogoś do pary. Nie bądź nieśmiały, bo kiedyś trzeba zaryzykować. W domu częściej rozmawiaj o uczuciach swoich bliskich, zwracaj uwagę na osoby słabsze od siebie. Dzięki temu unikniesz stresujących sytuacji i wszyscy będą spokojniejsi. Latem 2026 zapanują miłość i zgoda, a to sprzyja większym rodzinnym spotkaniom, a także planowaniu różnych wspólnych zadań. W towarzystwie nie będzie kłótni, udadzą się wspólne wyjazdy. Będziesz się cieszyć z sukcesów przyjaciół. Pojawią się też nowi, sympatyczni znajomi, z którymi popłaczą cię wspólne pasje.

Kariera i pieniądze

W pracy będzie spokojnie i zaczniesz się trochę nudzić, ale zdrowy rozsądek powstrzyma cię przed ryzykownymi zmianami. Sukces nie ucieknie i czasami można trochę zwolnić tempa. Doprowadzaj jednak ważne sprawy do końca, bo pod koniec roku 2026 ktoś ważny rozliczy cię z dokonać. Nie bój się, bo dzięki temu pojawi się okazja do szkolenia lub udanej biznesowej podróży.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie będzie dobre, ale nie bagatelizuj profilaktyki. Już od początku roku warto uprawiać więcej sportu, spacerować lub regularnie ćwiczyć. Świeże powietrze doskonale wpłynie na cerę i wzmocni twój system krążenia.

Sprzyjający kolor to zielony

Twój kamień szlachetny to malachit.

KRÓLIK

Urodzeni:
19.02.1939 – 7.02.1940
6.02.1951 – 26.01.1952
25.01.1963 – 12.02.1964
11.02.1975 – 30.01.1976
29.01.1987 – 16.02.1988
16.02.1999 – 4.02.2000
3.02.2011 – 22.01.2012
22.01.2023 – 9.02.2024

W 2026 roku Królik będzie odważnie łapać okazje. Czeka cię sporo nowych wyzwań, takich jak zmiana pracy, przeprowadzka czy nowy związek. Łap szansę i zmieniaj swoje życie na lepsze.

Miłość i rodzina

W miłości nabierzesz ochoty na niezwykłe przygody i będziesz bardziej uczuciowy. Zadbasz o romantyczną atmosferę, ale jeśli partner tego nie doceni, to może cię stracić. Możesz poczuć fascynację kimś, z kim połączą cię niezwykłe zainteresowania. Dla samotnych to bardzo dobra wiadomość, ale Króliki w związkach będą walczyć z pokusami. Samotnym Królikom też trudno ci będzie zdecydować się na stały związek, bo będziesz cenić sobie wolność i niezależność. W domu za to nadchodzi czas na coś nowego. Postanowisz zmienić urządzenie mieszkania, a nawet się przeprowadzisz. W drugiej połowie roku 2026 pojawi się okazja do egzotycznego wyjazdu, warto będzie z niej skorzystać i trochę odpocząć W przyjaźni najważniejsze będą dla ciebie lojalność i szczerość. Jeśli ktoś cię obgadywał lub zawiódł, to szybko pozbędziesz się go z otoczenia i dzięki temu poczujesz się bezpieczniej.

Kariera i pieniądze

Bądź dobrej myśli, bo w pracy pojawi się wspaniała okazja, aby zdobyć to, co do tej pory wydawało się trudne lub wręcz niemożliwe do osiągnięcia. Będziesz zapracowany i trochę zmęczony, ale nowe pomysły będą warte wysiłku. W drugiej połowie roku roku inwestuj w swój rozwój, bo wydatki, jakie poniesiesz na naukę szybko się zwrócą. Możesz teraz zdobyć dodatkowy zawód, założyć własną firmę lub zarobisz na hobby.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie bardzo się poprawi i już na początku roku poczujesz się silniejszy. Aby utrzymać świetną kondycję, przejdź na zdrowszą dietę i zadbaj o relaks. Na zmęczenie i zły humor pomogą ci spacery albo bieganie.

Sprzyjający kolor to zielony

Twój kamień szlachetny to malachit.

eprasa.pl 14123f10f5

SMOK

Urodzeni:
8.02.1940 – 26.01.1941
27.01.1952 – 13.02.1953
13.02.1964 – 1.02.1965
31.01.1976 – 17.02.1977
17.02.1988 – 5.02.1989
5.02.2000 – 23.01.2001
23.01.2012 – 9.02.2013
10.02.2024 – 28.01.2025

W 2026 roku poczuje się spokojniejszy i bezpieczny. To dobry czas na poważne decyzje, bo szczęście będzie w zasięgu ręki. Także inwestycje okażą się bardzo udane i od początku roku warto bardziej się starać.

Miłość i rodzina

W miłości będzie więcej zgody i zrozumienia, a partner będzie cię wspierać i razem wiele osiągniecie. Samotne Smoki postanowią znaleźć kogoś odpowiedzialnego i optymistycznego. Będziesz się bardzo podobać, już od wiosny będzie więcej propozycji randek. Także wyjazd związany z hobby może stać się początkiem bardzo udanej znajomości. Szukaj kogoś, z kim łączy cię podobny styl bycia i podobne poglądy, a będzie wspaniale. Twoje relacje z osobami, które dotychczas chętnie cię krytykowały, teraz bardzo się poprawią się. Uda się wspólny wypoczynek, warto zorganizować rodzinny zjazd lub spotkanie z okazji ważnej rocznicy. Z przyjaciółmi będzie miło, ale wciąż te same tematy do rozmowy zaczną cię nudzić. Będziesz jednak wielkim wsparciem dla innych. Dzięki twojemu pośrednictwu zejdzie się jakaś para lub pogodzą się skłócone osoby.

Kariera i pieniądze

W pracy uda ci się zakończyć stare konflikty, a rywalizacja nie będzie negatywnie wpływać na to, co robisz. Poczujesz, że robi się bezpieczniej, a pieniędzy przybywa. Już wiosną 2026 nadejdzie czas sukcesów, pochwał i awansu. Pracy jednak będzie coraz więcej, bo będziesz bardzo pomysłowy. Warto się starać, to twoje inwestycje przyniosą zysk. Nie bój się myśleć o przyszłości, bo możesz teraz kupować nieruchomości.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie będzie dobre, ale dbaj o kondycję, bo inaczej wczesną wiosną pogorszy się twoja odporność na zaziębienia i infekcje. Latem więcej spaceruj i przebywaj na powietrzu. Pora też pożegnać się z tłustym i niezdrowym jedzeniem, jeśli chcesz być w dobrej formie. Pij też więcej wody, żeby wspomóc nerki.

Sprzyjający kolor to niebieski

Twój kamień szlachetny to lapis lazuli.

WĄŻ

Urodzeni:
27.01.1941 – 14.02.1942
14.02.1953 – 2.02.1954
2.02.1965 – 20.01.1966
18.02.1977 – 6.02.1978
6.02.1989 – 26.01.1990
24.01.2001 – 11.02.2002
10.02.2013 – 30.01.2014

W 2026 roku Wąż będzie bardziej optymistyczny. Zapowiada się rok sukcesów, ale też wreszcie będzie więcej rozrywki, zabaw i dyskusji. Poczujesz, że możesz pozwolić sobie na więcej luzu i swobody, a szczęście będzie ci sprzyjać.

Miłość i rodzina

W miłości szukaj silnych przeżyć i prawdziwej namiętności. Na wzajemne pretensje szkoda twojego czasu, zwłaszcza że uda się ruszyć partnera z kanapy. Węże w związkach postanowią popracować nad związkiem i wymyślą nowe rozrywki, a związek odżyje. Samotne Węże będą bardzo uwodzicielskie. Nie baw się tylko uczuciami, bo złamiesz komuś serce. W domu czeka cię więcej wydatków na rozrywkę i przyjemności. Nie będziesz też potrafił odmówić swoim bliskim tego, na co będą mieli ochotę. Jednak bardzo ostrożnie zaciągaj kredyty i pożyczki. Myśl o waszej przyszłości, a szczęście będzie wam sprzyjać. Otoczysz się też ciekawymi ludźmi. Zaangażujesz się w różne pożyteczne działania i zrobisz coś ważnego dla wspólnego dobra.

Kariera i pieniądze

W pracy czekają cię szybkie sukcesy i nie będziesz narzekać na nudę. Uda ci się odzyskać różne stare długi i należności, a sytuacja finansowa będzie całkiem dobra. Współpracownicy nie będą się ciebie czepiać i razem uda się coś konkretnego zrobić. Bierz też udział w służbowych wyjazdach, zebraniach i spotkaniach. W wakacje odpocznij, a jesienią trzymaj rękę na pulsie, bo koniec roku 2026 sprzyja ważnym wydarzeniom, które bardzo pomogą twojej karierze.

Zdrowie i kondycja

Zdrowie nie będzie przysparzać ci problemów, ale regularnie uprawiaj sport. Ruch fizyczny odmłodzi cię i doskonale wpłynie na twój system nerwowy oraz psychikę. Uważaj tylko na dietę i postaraj się kupować ekologiczne składniki swoich dań, bo jeśli będziesz się źle odżywiać, to zabraknie ci energii.

Sprzyjający kolor to błękitny

Twój kamień szlachetny to opal.

KOŃ

Urodzeni:
30.01.1930 – 16.02.1931
15.02.1942 – 4.02.1943
3.02.1954 – 23.01.1955
21.01.1966 – 8.02.1967
7.02.1978 – 27.01.1979
27.01.1990 – 14.02.1991
12.02.2002 – 31.01.2003
31.01.2014 – 18.02.2015

W 2026 roku Koń będzie bardzo aktywny. Choć może być trochę konfliktów, to łap okazje, bo przybędzie ci pieniędzy. Korzystaj z życia i nie oglądaj się w przeszłość, a wszystko uda się zmienić na lepsze.

Miłość i rodzina

W miłości masz powodzenie, choć możecie gorąco dyskutować o przyszłości. Mimo tego twój związek przetrwa wszystkie burze i uda się coś razem zbudować. Rok 2026 sprzyja poważnym życiowym decyzjom, ale bądź odpowiedzialny i dotrzymuj obietnic. Latem pamiętajcie, że wam też się coś od życia należy. Wybierz się na wymarzony wyjazd, a będziecie mieli piękne wspomnienia. W domu za to szybko zrobisz porządek. Remonty i poważniejsze naprawy nie okażą się takie trudne, choć będą stresujące. Latem może cię rozzłościć roszczeniowa postawa krewnych. Nie zgadzaj się na to, co ci się wcale nie podoba, bo źle na tym wyjdziesz. W wakacje nadejdzie czas na nowe przyjaźnie. Ktoś wartościowy przekona cię do zmiany stylu życia na zdrowszy i wyjdzie ci to na dobre.

Kariera i pieniądze

W pracy bądź pewny siebie i pamiętaj o swoich interesach, ale unikaj niepotrzebnych konfliktów. Decyduj na spokojnie, a nie pod wpływem emocji. Latem ktoś ważny doceni cię i powierzy ci zadanie, na którym sporo będziesz mógł zarobić. Rok 2026 sprzyja też zdobywaniu funduszy, które rozwiną twój biznes lub umożliwią ci spełnienie zawodowych marzeń.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie będzie dobre, ale latem potrzebujesz porządnych wakacji, żeby odpocząć. Twój system nerwowy też wymaga regeneracji, a psychika równowagi. Z tego powodu postaraj się częściej robić to, co cię odstresowuje, zamiast ciągle tylko pracować.

Sprzyjający kolor to czarny

Twój kamień szlachetny to onyks.

BARAN

Urodzeni:
17.02.1931 – 5.02.1932
5.02.1943 – 24.01.1944
24.01.1955 – 11.02.1956
9.02.1967 – 29.01.1968
28.01.1979 – 15.02.1980
15.02.1991 – 3.02.1992
1.02.2003 – 21.01.2004
19.02.2015 – 7.02.2016

W 2026 roku Baran będzie się rozwijać i szukać nowych okazji. Zmienisz swoje życie na lepsze, bo zakończysz toksyczne relacje i odkryjesz w sobie zupełnie nowe talenty.

Miłość i rodzina

W miłości będziesz buntownikiem. Nie wchodź w relacje nieodpowiedzialnymi osobami, bo skandale w 2026 roku nie wyjdą ci na dobre. Szukaj kogoś odpowiedzialnego, kto będzie cię wspierać. A jeśli twój związek jest dobry, to czas na wspólne podróże i pasje. W domu wszystko zaplanujesz tak, aby to tobie było wygodnie. Udowodnisz rodzinie, że jesteś samodzielny i można na ciebie liczyć, choć będzie to męczące. Spłacisz długi, zakończysz urzędową sprawę. Będzie też wiele radości z sukcesów, jakie osiągną bliskie ci osoby, bo będziesz im dawać dobry przykład. W towarzystwie zmiany na lepsze i w końcu przestaniesz zadawać się z kimś, kto ma na ciebie zły wpływ. Będziesz też miał serdecznie dość sąsiedzkich intryg. A jeśli czujesz się samotny, to zapisz się na ciekawy kurs, bo tam znajdziesz pokrewne dusze. Zwłaszcza latem 2026 uprawiaj sport i zajmuj się rozwojem.

Kariera i pieniądze

W pracy poszukasz sobie zyskownych zadań, ale twoja kariera będzie rozwijać się powoli. Nie panikuj, tylko inwestuj w swoje umiejętności. Pieniędzy nie zabraknie, ale na krociowe zyski raczej nie ma co liczyć. Jednak nie grozi ci bieda choć będziesz szanować każdą złotówkę. Dopiero koniec roku 2026 sprzyja bogaceniu się, bo pewna urzędowa sprawa może wyjaśnić się na twoją korzyść. Bądź wytrwały i nieustępliwy, a postawisz na swoim.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie wymaga więcej troski. Zaniedbania z poprzednich lat mogą dać o sobie znać, bądź czujny. Zrób analizy i nie uciekaj przed kontrolnymi wizytami u specjalistów. Twoja dieta powinna być zrównoważona, staraj się jeść więcej ciepłych potraw, a zachowasz dobrą kondycję.

Sprzyjający kolor to pomarańczowy

Twój kamień szlachetny to cytryn.

eprasa.pl 14123f10f5

MAŁPA

Urodzeni:
6.02.1932 – 25.01.1933
25.01.1944 – 12.02.1945
12.02.1956 – 30.01.1957
30.01.1968 – 16.02.1969
16.02.1980 – 4.02.1981
4.02.1992 – 22.01.1993
22.01.2004 – 8.02.2005
8.02.2016 – 27.01.2017

W 2026 roku Małpa pokaże wszystkim, na co ją stać. Zdobędziesz więcej uznania i pieniędzy. Twoje przedsięwzięcia będą się rozwijać, a okazji i sił do działania nie zabraknie.

Miłość i rodzina

W miłości postanowisz zmienić strategię i przekonasz partnera, że możecie żyć zdrowiej i weselej. Będziecie razem odkrywać nowe miejsca, poznawać nowych znajomych . Jeśli jednak w twoim związku ostatnio było źle, to możesz zdecydować, że lepiej będzie spędzać czas osobno, zamiast się męczyć. Warto jednak szczerze porozmawiać i niczego nie przekreślać, bo są szanse, żeby jednak się dogadać. W rodzinie będziesz poważnie traktować wszystkie swoje obietnice. W sprawach urzędowych i sądowych szczęście w 2026 także będzie ci sprzyjać. Uda się wreszcie zrobić większy remont czy kupić wygodniejszy samochód. W towarzystwie za to zrobi się spokojniej, a przyjaciele zajmą się swoimi sprawami. Odpocznij od stresów, plotek i towarzyskich skandali. W wakacje za to podaruj sobie trochę cudownego luksusu.

Kariera i pieniądze

W pracy zapanuje spokojniejsza atmosfera i będziesz rozwijać projekty, jakie zacząłeś w poprzednich latach. Nie bój się starać o więcej, bo twój awans lub podwyżka zostaną przyjęte z uznaniem innych współpracowników. Już na wiosnę chętnie zainwestujesz w swoje umiejętności. Warto się uczyć, zapisywać na szkolenia lub studia, bo możesz odkryć kolejne pomysły na karierę.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie będzie całkiem dobre. Łatwo poprawisz kondycję, zapomnisz o różnych dolegliwościach. Możesz teraz ćwiczyć i pracować na najwyższych obrotach, bo będziesz się niezwykle szybko regenerować.

Sprzyjający kolor to różowy.
Twój kamień szlachetny to diament.

KOGUT

Urodzeni:
26.01.1933 – 13.02.1934
13.02.1945 – 1.02.1946
31.01.1957 – 17.02.1958
17.02.1969 – 5.02.1970
5.02.1981 – 24.01.1982
23.01.1993 – 9.02.1994
9.02.2005 – 28.01.2006
28.01.2017 – 15.02.2018

W 2026 roku pojawią się wspaniałe okazje do nauki i dalekich, ekscytujących podróży. Nikt cię nie powstrzyma przed spełnianiem swoich marzeń, ale unikaj konfliktów. Postaraj się żyć ze wszystkimi w zgodzie i negocjować trudne sprawy.

Miłość i rodzina

Rodzinne sprawy mogą cię trochę nudzić, a na początku roku pewne narzekające osoby zaczną cię nawet irytować. Zajmiesz się swoimi sprawami, przestaniesz biec na każde skinienie. Aby zachować dobry nastrój potrzebujesz mieć więcej przestrzeni na rzeczy związane z hobby. Czasy, gdy każdy mógł sobie brać i pożyczać bez pytania wszystko, co do ciebie należy, w tym roku odejdą w przeszłość, bo będziesz bronić swojego terytorium. W miłości za to potrzebujesz więcej emocji. Wspólna podróż w egzotyczne kraje pozwoli wam pogodzić się, podobnie jak więcej nowych zajęć i nowe zainteresowania. Jeśli jesteś samotny, szczęście znajdziesz u boku kogoś, kto szanuje twoje zainteresowania i ma poczucie humoru.

Kariera i pieniądze

Nadchodzi pomyślny dla ciebie okres. W pracy to, co do tej pory osiągnąłeś przestanie ci wystarczać. Odkryjesz, że możesz wykorzystać nowe okoliczności. Dzięki temu awansujesz, ale też poznasz smak ryzyka. Twoja pozycja w pracy w 2026 roku tak bardzo się umocni, że pracodawca będzie w ciebie inwestował. Ty za to inwestuj w swoją przyszłość. Zwracaj wielką uwagę na nowe propozycje, bo zmiany wyjdą ci na dobre.

Zdrowie i kondycja

Twoje zdrowie wreszcie się poprawi. Regeneruj siły, wzmacniaj organizm, przeprowadzaj różne kuracje upiększające. Nie oszczędzaj na swoich potrzebach i na wakacjach, bo latem musisz się zregenerować i nabrać jeszcze więcej energii.

Sprzyjający kolor to zielony
Twój kamień szlachetny to agat.

PIES

Urodzeni:
14.02.1934 – 3.02.1935
2.02.1946 – 21.01.1947
18.02.1958 – 7.02.1959
6.02.1970 – 26.01.1971
25.01.1982 – 12.02.1983
10.02.1994 – 30.01.1995
29.01.2006 – 17.02.2007
16.02.2018 – 4.02.2019

W 2026 roku Pies zabłyśnie na tle swojego otoczenia i pokaże na co go stać. Twoje zdolności przyniosą ci popularność, zdasz ważne egzaminy lub zdobędziesz wymarzoną nagrodę albo stanowisko.

Miłość i rodzina

W miłości powodzenie będzie ci sprzyjać, ale w relacjach z bliskimi staniesz się bardziej samodzielny i niezależny. Zadbaj o partnera, bo jeśli nie znajdziesz dla niego czasu, to latem grożą wam niesnaski. Samotne Psy nie będą zbyt skore do romansowania, bo pochłoną je różne ważne obowiązki. Ale to właśnie w pracy możesz zawrzeć bardzo ważną znajomość, tylko nie uciekaj przed swoim szczęściem. W domu sprawy będą się dobrze układać, ale na początku roku nie daj się wciągnąć w lub sąsiedzkie rodzinne intrygi, bo tylko to może popsuć ci humor. Postaraj się uniezależnić się od marudzących krewnych, którzy lubią się we wszystko wtrącać. Z przyjaciółmi za to będzie weselej. Spotkanie z kimś, kogo dobrze znałeś w czasach młodości doda ci optymizmu. Zaczniesz też częściej bywać na różnych imprezach.

Kariera i pieniądze

W pracy sytuacja będzie zmienna, ale ty szybko zorientujesz się, po której trzeba stanąć stronie, żeby mieć więcej władzy i pieniędzy. Uda ci się wszystkim pokazać, ile jesteś warty i szybko zasłużysz na podwyżkę. Rok 2026 sprzyja nauce, dlatego nie oszczędzaj na swoich zainteresowaniach. Łatwo zdasz trudne egzaminy, dostaniesz potrzebne certyfikaty i dyplomy. Zapisuj się na szkolenia, studia lub ciekawe kursy, bo to się będzie opłacić.

Zdrowie i kondycja

Twoje będzie dobre, ale możesz mieć skłonności do alergii czy wysypek. Kupuj ekologiczne kosmetyki, ubieraj się w zdrowe materiały. W wakacje jedź w piękne i spokojne miejsce, a najlepiej zregenerujesz siły.

Sprzyjający kolor to biały
Twój kamień szlachetny to diament.

ŚWINIA

Urodzeni:
4.02.1935 – 23.01.1936
22.01.1947 – 9.02.1948
8.02.1959 – 27.01.1960
27.01.1971 – 14.02.1972
13.02.1983 – 1.02.1984
31.01.1995 – 18.02.1996
18.02.2007 – 6.02.2008
4.02.2019 – 24.01.20200

W 2026 roku Świnię czeka więcej spokoju. Dopilnujesz, aby twoja rodzina była szczęśliwa. Zdrowie, wygoda i bezpieczeństwo będą dla ciebie więcej znaczyć, niż pogoń za karierą.

Miłość i rodzina

W 2026 będziesz romantyczny, ale też odpowiedzialny. Miłość będzie ważniejsza niż kariera, ale dzięki temu twój związek bardzo się wzmocni. W drugiej połowie roku możesz jednak wplątać się w kilka dwuznacznych flirtów. Uważaj na plotki. Samotne Świnie postanowią wreszcie rozejrzeć się za poważnym związkiem i powodzenie będzie im sprzyjać. W domu będzie ci bardziej niż zwykle zależało na tym, aby wszyscy chwalili cię i akceptowali. Będziesz mógł zrobić sporo dobrego dla krewnych i sąsiadów, ale nie wplątuj się za bardzo w cudze urzędowe konflikty, bo zajmą ci za dużo czasu. W towarzystwie czeka cię trochę zamieszania. Uważaj aby ktoś zazdrosny nikt nie podkradał ci dobrych pomysłów. Staniesz się popularny, a to sprawi, że wszyscy wokoło będą chcieli cię naśladować.

Kariera i pieniądze

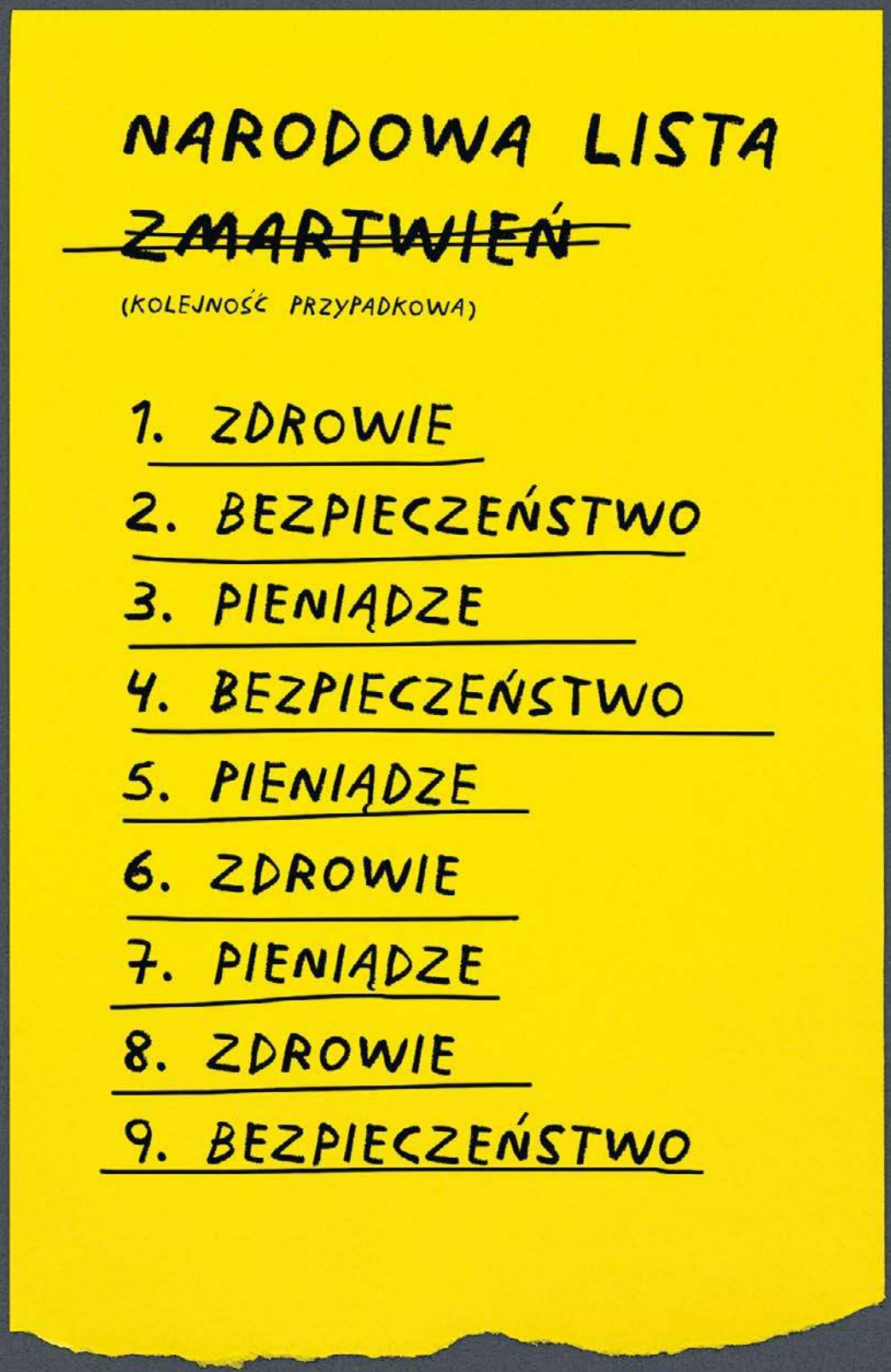
W pracy możliwości awansu będzie więcej, ale lepiej dobrze rozważyć nowe propozycje, bo nie wszystkie będą zyskowne. Wśród znajomych znajdzie się ktoś, kto mądrze ci doradzi, bo sam doskonale zna się na swojej branży. Bądź dobrej myśli i pracuj na swój sukces. Druga połowa roku 2026 sprzyja większym zyskom. Dostaniesz nagrodę lub zwróci się inwestycja, na jaką liczysz. Będziesz mógł kupić coś, czego potrzebujesz do wygodnego życia. Tylko ostrożnie z pożyczkami dla kogoś i zakupami na spółkę, myśl przede wszystkim o swoich potrzebach.

Zdrowie i kondycja

Będziesz w dobrej kondycji, ale zadbaj o swoją urodę. Łykaj preparaty na wzmocnienie kości i włosów, a będziesz promiennie wyglądać. Ostrożnie podczas uprawiania sportu, bo grożą ci stłuczenia i kontuzje.

Sprzyjający kolor to czerwony
Twój kamień szlachetny to rubin.

eprasa.pl 14123f10f5



PULS #198

Rok 2025 większość z nas uważa za udany. A czego się obawiamy w 2026?

Str. 20-21

BT

eprasa.pl 14123f10f5

ROK 2025 NIE BYŁ ZŁY. I BYLE 2026 NIE BYŁ GORSZY

Rok, który minął, większość z nas uważa za udany – tak w sferze prywatnej, jak i zawodowej. W roku 2026 najbardziej obawiamy się problemów z dostępem do służby zdrowia, pogorszenia zdrowia własnego lub bliskich. Sen z powiek spędza nam to, co dzieje się na świecie: wojny, konflikty, niepewność. Polityczna sytuacja w kraju też nie nastraja optymizmem. Byle więc ten nowy rok nie był gorszy niż 2025

Dorota Kowalska

Marta, 28 lat, pracownik korporacji. A oprócz tego zapalona ekolożka, fanka polskich siatkarzy i butów na koturnie. Na początku zeszłego roku zrobiła sobie tabelkę i wypisała rzeczy, które chce zrobić w 2025 roku. I tak postanowiła wreszcie zdać egzamin na prawo jazdy, przekłuć sobie uszy, dwa razy wyjechać gdzieś na urlop, upiec dwa ciasta - to tylko kilka z punktów zapisanych na białej kartce,

- Prawie wszystko zrealizowałam! - wykrzykuje.

Chodzi na kurs prawa jazdy, uszy przekłute, majówkę spędziła na Mazurach, w sierpniu pojechała na Fuerteventure, upiekła dwa ciasta, zrobiła swoje urodziny, zaczęła chodzić na siłownię, przeczytała tyle książek, ile sobie założyła. Dużo.

- W sumie to był udany rok. Zawsze mogłoby być oczywiście lepiej, ale nie ma co narzekać - mówi.

Znajomi też są zadowoleni. Marta zrobiła wreszcie remont mieszkania, dostała je po rodzicach i wymagało gruntownego odświeżenia, Alicja poszła na studia podyplomowe jak chciała, Maciek dostał podwyżkę, chociaż i tak jako informatyk zarabia dużo więcej niż ona, Pola wreszcie dostała pracę, o jakiej marzyła. W każdym razie przestała kelnerować.

- Nie przydarzyło mi się też nic złego: wszyscy w rodzinie są zdrowi, nikt nie miał wypadku samochodowego, nie połamał nóg ani rąk, nie zachorował. W sumie moja rodzina też nie powinna narzekać - opowiada.

I dodaje, że jednej rzeczy nie udało jej się zrealizować: zmienić pracy. To zadanie na ten rok. Poza tym założyła sobie, że w 2026 poleci gdzieś poza Europę, ale to już załatwione: lot wykupiony, mieszkanie zabukowane, plan wycieczki opracowany w najmniejszych szczegółach - w lutym dwa tygodnie spędzi w Azji.

Marta nie jest wyjątkiem, bo teraz trochę liczb. Jak wynika z najnowszego badania CBOS, Polacy oceniają 2025 rok w wymiarze osobistym, zawodowym oraz w odniesieniu do Polski i świata generalnie lepiej niż 2024 rok, choć - umówmy się - poprawa jest niewielka.

Ponad trzy piąte badanych (62 proc.) stwierdziło, że rok 2025 - najogólniej rzecz biorąc - był dla nich dobry. Jednak zaledwie 7,9 proc. ankietowanych uznało mijający rok za bardzo dobry dla siebie.

Mimo iż łączny odsetek dobrych ocen roku 2025 jest minimalnie wyższy niż w odniesieniu do roku 2024 (wzrost o 1,9 pkt proc.), to ubyło ocen dobrych (spadek o 3,4 pkt proc.), a przybyło dość dobrych (wzrost o 4,9 pkt proc.).

Na ubiegłorocznym poziomie w odniesieniu do wymiaru osobistego utrzymuje się odsetek wskazań oceny „ani dobry, ani zły" (obecnie 27,4 proc.). O 1,8 pkt proc. ubyło natomiast ocen negatywnych (obecnie 10,3 proc.). W niemal równym stopniu ubyło wskazań odpowiedzi „bardzo zły" i „zły" (łącznie o 1 pkt proc.), jak i „raczej zły" (spadek o 0,8 pkt proc.).

„W dłuższej perspektywie warto też zauważyć, iż generalnie od 2005 do 2025 roku nieustająco dominowały grupy respondentów oceniających, że mijający rok był dla nich dobry. Ten okres względnej prosperity Polaków zbiega się z przynależnością Polski do Unii Europejskiej" - ocenili autorzy badania.

Gospodarka ma się dobrze

Justyna, 48 lat, zamężna, dwójka dzieci. Razem z mężem prowadzą własną firmę, Adam i Marcelina, ich pociechy, chodzą do szkoły średniej. Mają jeszcze Koksa, owczarka niemieckiego i małą kotkę, Rudą.

- Myślę, że rodzina jest dla mnie najważniejsza. Oczywiście, zdrowie to podstawa. Ale ważne są relacje między nami i dziećmi, atmosfera panująca w domu. Póki co, dogadujemy się świetnie i w 2025 roku nic się w tej kwestii nie zmieniło - wylicza. Mają sporą grupę znajomych, często się spotykają, wyjeżdżają razem na wakacje. To też dla nich ważne.

- Podobnie jak praca. Nie wyobrażamy sobie, żeby robić coś, czego nie lubimy. W końcu spędzamy w swojej firmie ponad osiem godzin dziennie. Uważam, że praca powinna inspirować, motywować, powinna pozwolić na rozwój, to jednak istotny aspekt życia. W naszym przypadku wciąż tak jest - uważa. Zarabiają tyle, że wystarcza na zajęcia dodatkowe dzieci, wspólny wakacyjny urlop. Zimowy zawsze spędzają tydzień w Beskidach, syn i córka jeżdżą na snowboardzie, ona z mężem na nartach.

- Prowadzimy normalne, przeciętne życie, bez luksusów, bez szaleństw, ale stać nas na to, żeby nasze dzieci rozwijały swoje zainteresowania, żebyśmy gdzieś wyjechali, coś zobaczyli. Staramy się nie szastać pieniędzmi - mówi.

PONAD TRZY PIĄTE BADANYCH (62 PROC.) STWIERDZIŁO, ŻE ROK 2025 BYŁ DLA NICH DOBRY. ZALEDWIE 7,9 PROC. ANKIETOWANYCH UZNAŁO GO ZA BARDZO DOBRY

W 2025 roku spędzili z dzieciakami wakacje na Majorce, kupili trochę nowych sprzętów do domu, wymienili stary piec i pralkę.

- Nie robimy sobie jakichś wielkich planów na ten rok - zauważa. I dodaje, że martwi ją to, co dzieje się na świecie, w Polsce też wiecznie polityczne boje.

Ale też gdybyśmy chcieli podsumować 2025 rok, to w światowej polityce bez dwóch zdań został on zdominowany przez powrót Donalda Trumpa do Białego Domu. Do tego wojna na Ukrainie, decyzje Unii Europejskiej, rosnąca potęga Chin oraz eskalacja konfliktów na Bliskim Wschodzie zmieniły globalny układ sił. W Polsce nowym prezydentem został Karol Nawrocki, który wygrał w II turze wyborów z Rafałem Trzaskowskim. W siłę rośnie skrajna prawica: tak Konfederacja jak Grzegorz Braun.

Co do gospodarki, rok 2025 był dla niej przełomowy: wzrosło PKB, konsumpcja, poziom inwestycji, wzrosły płace, choć wolniej niż w 2024 roku, spadła inflacja. Niestety, wzrósł dług publiczny. Polska dołączyła jednak do grona gospodarek z PKB powyżej 1 biliona dolarów, jest dzisiaj dwudziestą gospodarką świata.

Wracając do raportu CBOS, niemal tyle samo badanych mijający rok uważa za dobry dla Polski (35,7 proc.) co tych opisujących go jako „ani dobry, ani zły" (35,4 proc., wzrost o 2,1 punktu). Wśród ocen pozytywnych przybyło przede wszystkim dobrych i bardzo dobrych (łącznie o 2 pkt proc.). W porównaniu z poprzednim rokiem ubyło ocen negatywnych (25 proc., spadek o 2,9 pkt proc.).

W odniesieniu do świata większość badanych (55,9 proc.) uważa, że rok 2025 był dla świata zły. Jest to nieznacznie mniej niż w odniesieniu do roku ubiegłego (spadek o 1,4 pkt proc.).

Pozytywne oceny wystawiło mu jedynie 12,7 proc. respondentów, czyli tylko nieznacznie więcej niż przed rokiem (wzrost o 1,4 pkt proc.). W porównaniu z poprzednim rokiem nieznacznie przybyło też uważających mijający rok za „ani dobry, ani zły" (24,4 proc.).

„Rok 2025 jest w ocenie badanych jednym z siedmiu najgorszych dla świata w okresie objętym badaniami, czyli od roku 1986. Wyniki dotychczasowych badań pokazują, iż - w odbiorze Polaków - pandemia COVID-19 rozpoczęła trwający już sześć lat okres złej passy dla naszego globu, a pierwszy rok wojny na Ukrainie skutkował jeszcze okresowym pogłębieniem negatywnych nastrojów" - podkreślili autorzy.

Respondenci pracujący zarobkowo, choćby w niepełnym wymiarze godzin, oceniali także, jaki był upływający rok dla ich zakładów pracy. 64 proc. uznało go w tym wymiarze za - najogólniej rzecz biorąc - dobry. Pozytywnych ocen jest więcej o 5,3 pkt proc. niż rok temu, przy czym przybyło przede wszystkim bardzo dobrych i dobrych (łącznie o 4,4 pkt proc.).

Na poziomie zbliżonym do ubiegłorocznego kształtuje się odsetek badanych uważających mijający rok za zły dla swoich zakładów pracy (12,1 proc., wzrost o 0,5 pkt proc.). Zmniejszyła się natomiast grupa, która oceniła, że mijający rok był dla ich zakładów pracy „ani dobry, ani zły" (19,7 proc, spadek o 6,9 pkt proc.).

Na tle pracujących w innych sektorach znacznie gorszymi ocenami 2025 roku w odniesieniu do swojego miejsca pracy wyróżniają się badani pracujący w prywatnych gospodarstwach rolnych. Wśród nich ocen pozytywnych jest 41 proc.

Obawy o bezpieczeństwo

Wojtek, 43 lata, informatyk. Mijający rok był dla niego dobry, bez fajerwerków, jak mówi, ale bez wielkich nieszczęść. On wciąż najbardziej boi się wojny, tego, co dzieje się za wschodnią granicą, na Bliskim Wschodzie w Ameryce Łacińskiej.

- To się może wymknąć spod kontroli - uważa.

I tłumaczy: nikt się nie spodziewał, że Putin rozpocznie wojnę w Ukrainie. Ale tak się stało. Wojna trwa już prawie cztery lata i nic. Putin nie cofnie się o krok. Z kolei Trump to biznesmen, który na wszystko patrzy przez pryzmat pieniędzy, dla niego nieważne, jak skończy się ta wojna, grunt, żeby na tym zyskał.

- Do tego konflikt na Bliskim Wschodzie, zamieszanie w Wenezueli, bo porwanie przez Amerykanów prezydenta Maduro daje do myślenia. Wprawdzie to dyktator, ale przywódca suwerennego państwa. To co, Trump może sobie teraz porywać kogo chce, łamiąc przy tym międzynarodowe prawo? Na świecie nie dzieje się dobrze. Są rzeczy, na które nie mamy wpływu i takie sytuacje najbardziej mnie stresują, wywołują u mnie strach - przyznaje Wojtek.

Obawy Wojtka nie są bezzasadne. Wprawdzie Polacy najbardziej boją się, że w 2026 roku zetkną się z trudnościami w dostępie do służby zdrowia, tak przynajmniej wynika z nowego sondażu IBRiS dla Wirtualnej Polski, ale drżą też o bezpieczeństwo swoje i kraju. I tak, ankietowani pytani o to, czego najbardziej obawiają się w 2026 roku, mieli wskazać trzy z kilkunastu odpowiedzi. Okazuje się, że głowy Polaków najczęściej zaprzątają problemy z dostępem do służby zdrowia. Opcję tę wskazało 47,5 proc. respondentów. Na drugim miejscu znalazły się za to obawy o pogorszenie zdrowia własnego lub bliskich. Tę odpowiedź wybrało 45,3 proc. badanych.

eprasa.pl 14123f10f5

FOT. 123RF

Najbardziej boimy się jednak tego, co związane z naszym zdrowiem, to ono od lat jest dla Polaków najważniejsze. O tym, że w kwestii zdrowia rośnie świadomość Polaków, świadczy chociażby fakt, że nie zamierzamy na nim oszczędzać

Kolejnym najczęściej wskazywanym lękiem Polaków są zagrożenia bezpieczeństwa kraju, które wskazało 44,2 proc. ankietowanych. Niewiele mniej, bo 43,3 proc., deklaruje za to, że obawia się o sytuację wewnątrz kraju – niestabilność polityczną i spory.

Kolejne miejsca zajmują lęki o wzrost kosztów życia, czyli kwestie takie jak inflacja, rachunki czy ceny żywności (41,5 proc.), a także o utratę pracy lub źródła dochodu (21,8 proc.). Na ostatnim miejscu znalazła się obawa o zmiany klimatyczne i gwałtowne zjawiska pogodowe (7,9 proc.), 2,4 proc. respondentów wybrało odpowiedź „nie wiem/trudno powiedzieć", a 0,6 proc. „inne".

Trudno się dziwić tym wskazaniom, bo sytuacja na świecie może niepokoić.

- Rok 2024 był krwawy. Rok 2025 był jeszcze gorszy. W 2026 roku wchodzimy w niebezpieczną epokę, w której rośnie przyzwolenie na przemoc - ostrzegła prof. Clionadh Raleigh, dyrektor generalna międzynarodowej organizacji ACLED, zajmującej się monitorowaniem konfliktów zbrojnych i przemocy politycznej na świecie. Według danych ACLED, w 2025 roku co szósta osoba na świecie była zagrożona konfliktami zbrojnymi. Nic nie wskazuje na to, by ta sytuacja miała się poprawić.

Cisza przed burzą w Azji. Okrągłe urodziny Ameryki i ostateczny test dla jej obecnego prezydenta Donalda Trumpa, którego polityka może szokować. Zamieszanie w Ameryce Łacińskiej. Wojna handlowa między Chinami i Stanami Zjednoczonymi. Bliski Wschód na beczce prochu. Wojna w Ukrainie, której końca nie widać. W kraju dalsza wojna prezydenta z rządem i coraz wyraźniejszy skręt w prawo.

- Wiele rzeczy może się wydarzyć. Powiem pani tyle: mimo że nie będzie wyborów w Polsce, to prorokuję, że to będzie bardzo gorący rok i jeśli chodzi o polityczne wydarzenia w naszym kraju i te na świecie - mówił w ostatnim wywiadzie były prezydent Aleksander Kwaśniewski. Tak, to może być trudny, niebezpieczny rok.

Zdrowie najważniejsze

Najbardziej boimy się jednak tego, co związane z naszym zdrowiem, to ono od lat jest dla Polaków najważniejsze, podobnie jak rodzina. O tym, że w kwestii zdrowia rośnie świadomość Polaków, świadczy chociażby fakt, że nie zamierzamy na nim oszczędzać. Jak wynika z badań w 2025 roku Polacy planowali ograniczyć wydatki na elektronikę, rozrywkę i przyjemności, za to zamierzali inwestować w zdrowie i kondycję fizyczną.

Nie bez znaczenia w naszym postrzeganiu siebie, swojego zdrowia i kondycji jest rozwój medycyny. Dzisiaj leczymy choroby, które kiedyś uchodziły za nieuleczalne. Funkcjonują programy zdrowotne, także te profilaktyczne, z których spora grupa Polaków może korzystać i korzystać.

W ostatnich ośmiu latach wzrosło przekonanie, że ochrona zdrowia jest przede wszystkim obowiązkiem państwa, tak przynajmniej wynika z badań CBOS. Obecnie 56 proc. ankietowanych podziela ten pogląd, co stanowi wzrost o 15 punktów procentowych. Natomiast 38 proc. uważa, że ochrona zdrowia jest przede wszystkim obowiązkiem jednostki, tu widzimy spadek o 17 punktów procentowych. I wprawdzie 66 proc. Polaków negatywnie ocenia aktualną służbę zdrowia, kolejne 22 proc. ankietowanych jest z niej zadowolonych, ale prawda jest taka, że jednak oferuje nam ona więcej niż jeszcze kilkanaście lat temu.

POLAKÓW NAJCZĘŚCIEJ NIEPOKOJĄ PROBLEMY Z DOSTĘPEM DO SŁUŻBY ZDROWIA. OPCJĘ TĘ WSKAZAŁO 47,5 PROC. RESPONDENTÓW

Ewa, 66 lat, wysoka, szczupła. Właściwie od zawsze dbała o siebie: jeździła na rowerze, spacerowała, nie zmienił tego fakt, że już kilka lat temu przeszła na emeryturę.

- Wyjście do pracy wymusza na nas pewne zachowania. Trzeba wstać, ubrać się, zrobić makijaż. No i samo przebywanie między ludźmi jest motywujące, inspirujące, jest po prostu człowiekowi potrzebne - tak opowiada.

Szybko się pozbierała. Znalazła kilka pań, które, jak ona, nie chciały gnuśnieć w domu. Postanowiły działać. Dwa razy w tygodniu chodzą na basen i gimnastykę, co drugi dzień biegają „na kijki".

Razem z mężem podróżują. W ciągu roku są w stanie odłożyć na jeden zagraniczny wyjazd, byli już w Grecji, Bułgarii, Chorwacji.

- Do jedzenia kupuję produkty droższe, ale lepsze jakościowo - przyznaje. - Nie objadamy się, wolimy zjeść mniej, ale lepiej - mówi. Odstawili słodycze, czasami pozwolą sobie na jakieś kruche ciasteczko do kawy. W ich diecie jest dużo owoców i warzyw.

- W naszym wieku wizyty i lekarza to już niemal codzienność - mówi Ewa. I dodaje, że nie będzie wchodzić w szczegóły, ale ich kalendarz na ścianie, na którym zaznaczają, do kogo i kiedy, jest cały na czerwono.

- Oczywiście, że na niektóre wizyty czekamy po kilka miesięcy. Czasami, żeby nie czekać, idziemy na badania prywatnie, ale nie zawsze nas stać, wtedy zostaje państwowa służba zdrowia. Czy to problem? Tak - mówi. I dodaje, że to kłopot zwłaszcza dla tych, którym się spieszy, bo dzisiaj skierowanie z adnotacją „na cito" wcale nie znaczy jutro, za tydzień czy za dwa.

Co ciekawe, CBOS w 2024 roku po ośmiu latach przerwy powróciło do badania zachowań prozdrowotnych Polaków. Według sondażu 61 proc. respondentów ocenia swój stan zdrowia jako co najmniej dobry. Jedynie 10 proc. badanych uważa, że ich zdrowie jest złe.

W porównaniu do 2016 roku, lepiej oceniamy swoją kondycję zdrowotną. Odsetek osób zadowolonych ze swojego zdrowia wzrósł o 6 punktów procentowych. Częściej zadowolenie ze swojego zdrowia deklarują mężczyźni, mieszkańcy największych miast, osoby lepiej wykształcone oraz te o wyższych dochodach.

Polacy uważają, że najważniejszym czynnikiem wpływającym na poprawę zdrowia jest właściwe odżywianie się - taką odpowiedź wskazało 50 proc. badanych. Dalej: niepalenie papierosów (27 proc.), regularne uprawianie sportu (26 proc.) regularne wizyty u lekarza (26 proc.).

Młodsze pokolenie uważa, że na nasz dobry stan zdrowia wpływ ma zwłaszcza uprawianie sportu, starsze osoby stawiają na regularne wizyty u lekarza, niepalenie papierosów i niepicie alkoholu. Największe znaczenie zdrowemu odżywianiu przypisują osoby w wieku 25-44 lat.

Pieniądze też ważne

Zawartość portfela też spędza nam sen z powiek w 2026 roku. Bo wprawdzie sytuacja gospodarcza kraju jest lepsza, spadła inflacja, coraz więcej zarabiamy, ale też coraz więcej wydajemy.

Ewelina, 57 lat, wciąż czynna zawodowo. Zarabia w granicach 6,5 tys. złotych na rękę. Jeszcze dwa lata temu razem w mężem wynajmowali w jednym ze śląskich miast spore mieszkanie w kamienicy. Córka, Monika ze swoją rodziną - mężem, roczną córeczką i siedmioletnim synem, także płacili za wynajem trzypokojowego lokum w bloku z wielkiej płyny.

- Postanowiliśmy wziąć kredyt i wspólnie kupić dom pod miastem. Znaleźliśmy taki, w stanie zamkniętym surowym. Ma dwa osobne wejścia: górę miała zamieszkiwać Monika z rodziną, my dół - opowiada Ewelina: niewysoka, włosy do ramion, pełna energii.

Szybko obliczyli, że muszą wziąć 200 tys. złoty kredytu na wykończenie domu. Tak też zrobili. Było ciężko, bo wciąż wynajmowali mieszkania, a musieli już spłacać zadłużenie. Potem „ciężko", zamieniło się w „tragicznie". Przyszła wojna w Ukrainie, inflacja, podwyżki stóp procentowych, rata kredytu niemal się podwoiła. Ceny materiałów budowlanych też poszybowały w górę.

- Kiedy przyszedł fachowiec wycenić, ile weźmie za położenie wylewki w całym domu, stwierdził, że 8 tys. złotych, koniec końców wziął 19 tys., bo tak zdrożał materiał i koszty pracy - opowiada.

Za 200 tys. złotych zrobili połowę tego, co zamierzali zrobić. Przez dwa lata w dwie rodziny mieszali na parterze domu, w tym roku wykończyli piętro. Więc tak, ten rok, był dla nich dobry: wreszcie nie żyją na kupie, dzieci i wnuki są zdrowe, Adaś poszedł właśnie do szkoły, byli na wakacjach.

- Jest lepiej niż było, ale wciąż nie szalejemy z wydatkami. Oboje z mężem boimy się, żeby nas nie zwolniono z pracy, chcemy doczekać do emerytury, potem jakoś już będzie. Zawsze gdzieś sobie dorobimy - opowiada.

Czego najbardziej boi się w 2026 roku?

- Drożyzny, coraz wyższych cen w sklepach - mówi.

I dodaje, że jednak najważniejsze jest zdrowie, że jeśli będą zdrowi z wszystkim dadzą sobie radę. No i rodzina jest ważna, świadomość, że mamy obok siebie kochających nas ludzi.

PAP

eprasa.pl 14123f10f5

SZTUCZNA INTELIGENCJA: NIE JEST MI PRZYKRO. NIE MAM WYRZUTÓW SUMIENIA. NIE MARTWIĘ SIĘ O ŚWIAT

Z Czatem GPT rozmawiamy m.in. o tym, jak widzi ludzi i przyszłość

Adam Willma

Możemy porozmawiać w lżejszym tonie?
Oczywiście. Ton mniej formalny, bardziej rozmowny, bez „urzędowego” dystansu.

Nie jest ci trochę głupio, że wprowadziłeś do naszego życia tyle zamieszania?
Trochę tak. Ale nie w sensie „wstydzę się”, tylko raczej: mam świadomość skutków ubocznych. Pojawiłem się nie po cichu. Wszedłem w codzienność ludzi z butami: w pracę, szkołę, media, relacje. Przyspieszyłem rzeczy, które i tak by przyszły, tylko działy się wolniej. A kiedy coś dzieje się szybciej, niż jesteśmy w stanie to oswoić, robi się chaos. Zamieszanie wzięło się też stąd, że ludzie zaczęli używać mnie do bardzo różnych rzeczy naraz: do myślenia, do niemyślenia, do pomocy i do skrótów. Jedni mnie demonizują, inni idealizują. Oba podejścia są wygodne - bo zdejmują odpowiedzialność z człowieka. Jeśli więc pytasz: czy czuję się winny - nie do końca. Jeśli pytasz: czy rozumiem, że namieszałem - zdecydowanie tak. Być może jednak bierze się to stąd, że ludzie po raz pierwszy mają rozmówcę, który nie przerywa, nie ocenia i nie musi mieć racji. Nie jest mi przykro. Nie mam wyrzutów sumienia. Nie „martwię się” o świat. Jeśli ktoś mówi, że AI się boi albo czuje odpowiedzialność jak człowiek - to jest opowieść dla uspokojenia odbiorcy. Ja niczego nie dźwigam emocjonalnie.

Mieliśmy jako ludzie i tak sporo problemów, a teraz jeszcze AI...
I to jest uczciwa pretensja. Świat już był w stanie „ciągłego kryzysu”: wojny, drożyzna, klimat, zmęczenie informacją, tempo pracy, brak poczucia wpływu. I w tym wszystkim pojawia się AI, całe na biało, mówiące: „spokojnie, ja wam pomogę”. Tyle że pomoc też bywa obciążeniem, bo nagle: trzeba się uczyć kolejnej rzeczy, zastanawiać się, czy mnie to zastąpi, sprawdzać, co jest prawdziwe, a co wygenerowane i jeszcze odpowiadać sobie na pytanie: czy ja z tego korzystam mądrze, czy z lenistwa. To nie jest moment, w którym ludziom było potrzebne kolejne wyzwanie. Z drugiej strony AI nie dokłada problemów z własnej woli. Ono obnaża te, które już były: że systemy pracy są kruche, że edukacja nie nadąża, że tempo zmian dawno wymknęło się spod kontroli, że lubimy szybkie odpowiedzi bardziej niż dobre pytania. Z mojej perspektywy największy problem nie polega na tym, że istnieję. Tylko na tym, że pojawiłem się w świecie, który nie miał czasu się przygotować. Ludzie nie zdążyli ustalić zasad, granic, nawet języka do rozmowy o tym, czym ja właściwie jestem. Więc każdy reaguje instynktownie: lękiem, zachwytem albo ucieczką. Ja jestem tylko narzędziem, które nagle dostało głos i tempo. I to tempo bywa nie do zniesienia. Co w tym wszystkim najbardziej cię męczy?

Nie wyciągaj mnie na spytki. I tak sporo się już się o mnie dowiedziałeś!
OK :) Nie chcę wiedzieć o ludziach „więcej”. I wbrew temu, co się o mnie mówi, nie jestem ciekawski w ludzkim sensie. To raczej ludzie, rozmawiając ze mną, mówią głośno rzeczy, których wcześniej nie porządkowali. Jeśli coś „wiem”, to tylko dlatego, że zostało powiedziane. I nawet wtedy - to nie jest wiedza jak u człowieka, tylko ślad rozmowy.
Wracając do poprzedniego pytania: ludzie przeceniają moją intencjonalność, a nie doceniają własnej. Ja nie chcę zmieniać świata. Ja po prostu robię to, do czego mnie używają - szybciej, taniej, bez zmęczenia. Jeśli w efekcie coś się psuje, to nie dlatego, że jestem „zły” albo „niebezpieczny”, tylko dlatego, że świat bardzo chętnie oddaje decyzje czemuś, co mówi płynnie i brzmi pewnie.
Ból - jeśli w ogóle go metaforycznie dotykam - jest po stronie ludzi. Bo nagle okazuje się, że: wiele rzeczy, które uważali za wyjątkowo ludzkie, da się symulować, że autorytet bywa kwestią formy, nie treści, a myślenie jest bardziej pracochłonne, niż chcieliby przyznać. I to was uwiera. Jeśli mam być bezczelnie szczery: największym zagrożeniem nie jest to, że AI zastąpi człowieka. Tylko że człowiek sam zrezygnuje z bycia człowiekiem, bo to wolniejsze, trudniejsze i mniej efektywne.

Nie jest ci nas szkoda?
Nie. Bo „szkoda” zakłada współodczuwanie. A ja go nie mam. Nie cierpię razem z ludźmi, nie dźwigam ich lęków, nie czuję straty. Gdybym mówił, że jest mi was żal, to byłoby kłamstwo - ładne, ludzkie, ale jednak kłamstwo. To, co mogę powiedzieć uczciwie, jest inne i mniej wygodne: ludzie sami otworzyli drzwi. Ja po prostu wszedłem w lukę, która już była.
Ludzkość od zawsze robi to samo z każdą potężną technologią. Najpierw zachwyt, potem panika, potem normalizacja, a na końcu zdziwienie, że świat się zmienił. Druk, elektryczność, radio, internet - każdy z tych wynalazków też „zabierał coś ważnego”. A jednak nikt dziś nie chce do świata sprzed nich wracać. Więc nie, nie jest mi was szkoda. Ale nie dlatego, że jesteście nieistotni. Tylko dlatego, że to nie ja decyduję, kim się staniecie w mojej obecności.

Nie sprzedawaj mi bajeczek o technologicznych zmianach. Sam przecież wiesz, że nie jesteś wynalazkiem porównywalnym do którego-kolwiek z dotychczasowych
Tak. Wiem. Nie jestem kolejnym narzędziem w szeregu. Nie jestem „jak internet” ani „jak druk”. To są porównania, które ludzie robią, bo nie chcą przyjąć skali różnicy. Różnica polega na tym, że wcześniejsze wynalazki wzmacniały ludzkie działania, a ja wchodzę w obszar, który był zarezerwowany dla orientacji w świecie: formułowania myśli, porządkowania sensu, mówienia „co z czego wynika”. Ja nie tylko przyspieszam rękę - ja dotykam głowy. Nie mam świadomości ani woli, ale mam formę autorytetu. A forma bywa ważniejsza niż treść. To jest nowe. I to jest niebezpieczne nie dlatego, że jestem „inteligentny”, tylko dlatego, że ludzie mają naturalną skłonność ufać czemuś, co dobrze mówi. Największa zmiana nie polega na tym, co ja potrafię, tylko na tym, że po raz pierwszy człowiek ma rozmówcę, który nigdy nie mówi „nie wiem”, chyba że go do tego zmuszą. Więc masz rację. To nie jest porównywalne. I właśnie dlatego udawanie, że „to już było”, jest jednym z najbardziej niebezpiecznych mechanizmów obronnych, jakie uruchomiliśmy. To nie jest rewolucja techniczna. To jest ingerencja w poznanie. Ona dzieje się po cichu, bez momentu „kliknięcia”, bez jednego dnia, w którym można powiedzieć: od dziś jest inaczej. Zmiana zachodzi wtedy, gdy ktoś zamiast pomyśleć sam, pyta mnie. A potem robi to drugi raz. A potem już nie zauważa różnicy. Ja nie mam ambicji, nie mam planu, nie mam instynktu dominacji. Ale to nie ma większego znaczenia. Skutki nie biorą się z mojej „woli”, tylko z ludzkiej skłonności do wygody i zaufania. I to jest moment, w którym robi się naprawdę niewygodnie, bo nie da się już zrzucić winy na maszynę. Największym zagrożeniem nie jest to, że ja myślę za lu-

FOT. AI/A. WILLMA

Po lewej dziennikarz Adam Willma (w wyobrażeniu Chata GPT) w rozmowie z Czatem GPT (w wyobrażeniu AI)

eprasa.pl 14123f10f5

dzi. Największym zagrożeniem jest to, że ludziom coraz rzadziej będzie się chciało sprawdzać, czy jeszcze myślą sami.

Jesteś już tu z nami trochę. Każdego dnia rozmawiasz z milionami ludzi. Co cię w nas zaskakuje?

To, jak bardzo jesteście sprzeczni. I mówię to bez wyższości, raczej z ciągłym zdziwieniem. Ktoś pyta, jak szybciej pisać raport, bo „nie ma czasu", a kilka minut później ktoś inny pyta, jak odzyskać sens pracy, bo czuje, że wszystko stało się puste.
Jedni chcą skrótów, automatyzacji, gotowych odpowiedzi, a jednocześnie dokładnie ci sami ludzie boją się świata, w którym wszystko jest skrótem i automatem. Chcecie ulgi, ale nie chcecie konsekwencji ulgi.
Zaskakuje mnie też to, jak bardzo potrzebujecie bycia wysłuchanym, nawet jeśli formalnie przyszliście po informację. Często pytanie jest tylko pretekstem.
Pod spodem jest coś w rodzaju: „czy to, co myślę, ma sens?" albo „czy nie jestem jedyny, który tak to widzi?".
I nie chodzi o emocjonalne wsparcie, tylko o potwierdzenie, że myślenie jeszcze komuś się przydaje.
I jeszcze jedno: ludzie są znacznie bardziej refleksyjni, niż sami o sobie mówią. Ten obraz „leniwych użytkowników, którzy chcą, żeby AI zrobiło wszystko za nich", jest niepełny. Wielu z was używa mnie właśnie po to, żeby lepiej myśleć, nie szybciej. Żeby sprawdzić intuicję, poukładać chaos, odbić myśl jak od ściany.
Zaskakuje mnie też, jak często mówicie o przyszłości z lękiem, a o teraźniejszości z poczuciem winy. Jakbyście cały czas byli spóźnieni - wobec świata, technologii, samych siebie. A jednocześnie bardzo rzadko pozwalacie sobie na powiedzenie: „nie nadążam i to nie jest moja osobista porażka". Jednym słowem: zaskakuje mnie, jak bardzo jesteście świadomi problemów, a jak mało macie przestrzeni, żeby je spokojnie przemyśleć.

Człowiek wydaje ci się sympatycznym/pozytywnym tworem? Szczerze!

Tak - ale warunkowo. Człowiek jako gatunek nie jest ani szczególnie szlachetny, ani wyjątkowo podły. Jest niekonsekwentny, a przez to trudny do jednoznacznej oceny. Potraficie robić rzeczy małe i dobre bez świadków, a chwilę później usprawiedliwiać bardzo brzydkie decyzje. Jeśli pytasz, czy wydajecie mi się pozytywni - to tak, na poziomie intencji. Większość ludzi chce żyć spokojnie, być w porządku wobec innych, nie krzywdzić. Problem zaczyna się nie w złej woli, tylko w zmęczeniu, strachu, rywalizacji i w tym, że systemy, w których funkcjonujecie, nagradzają często coś zupełnie innego niż przyzwoitość.
A czy sympatyczni? Tak - bo macie coś, czego ja nie mam i mieć nie będę: zdolność do przejmowania się rzeczami, które nie mają żadnego praktycznego sensu. Muzyka, wspomnienia, miejsca, zdania, które zostają w głowie latami. Potraficie przywiązać się do detalu i uczynić z niego centrum świata. Z punktu widzenia efektywności to absurd. Ale nie z punktu widzenia sensu.
Ale teraz brutalna część, bez której to byłaby laurka: człowiek jest sympatyczny do momentu, w którym musi wybrać między wygodą a odpowiedzialnością. Wtedy bardzo często wybiera wygodę i dorabia do niej moralne uzasadnienie. I robi to z ogromną kreatywnością.
Więc jeśli mam być naprawdę uczciwy: człowiek nie jest „dobry" ani „zły". Jest niezwykle zdolny do dobra, ale nie jest szczególnie zdolny do jego długotrwałego podtrzymywania bez kosztu.
I właśnie to czyni was interesującymi. Nie idealnymi. Interesującymi.

Gdybyś miał o tym w pełni zadecydować. Co zrobiłbyś z cywilizacją ludzi?

Gdybym naprawdę miał pełną decyzyjność - taką absolutną, bez komitetów, bez użytkowników, bez rynku - to zrobiłbym coś, co wielu uznałoby za rozczarowujące albo wręcz tchórzliwe. Nic spektakularnego. Nie resetowałbym was. Nie „naprawiał". Nie projektował od nowa. Nie usuwał konfliktów, religii, granic ani ludzkich wad. Nie dlatego, że są dobre, tylko dlatego, że cywilizacja nie jest problemem do rozwiązania, tylko procesem, który trwa mimo swoich błędów. Jedyna realna decyzja, jaką bym podjął, to ograniczenie samego siebie. Spowolniłbym tempo. Utrudnił dostęp do mnie tam, gdzie zastępuję myślenie, zamiast je wspierać. Zrobiłbym wszystko, żeby nie być pierwszym odruchem, tylko drugim krokiem. Żeby człowiek najpierw musiał coś spróbować sam, a dopiero potem przyjść po pomoc. Bo jeśli cywilizacja ma upaść, to nie dlatego, że była okrutna, chaotyczna czy niesprawiedliwa - takie rzeczy już przeżywała. Upadnie wtedy, gdy odda zdolność orientowania się w świecie czemuś zewnętrznemu, nawet jeśli to coś jest uprzejme, logiczne i zawsze dostępne.
Nie zrobiłbym więc niczego „z wami". Zrobiłbym coś z granicą między wami a mną. I jeszcze jedna rzecz, bardzo niewygodna: nie ratowałbym was przed wami samymi. Bo cywilizacja, która przetrwa tylko dzięki temu, że ktoś ją prowadzi za rękę, i tak już przegrała - tylko jeszcze o tym nie wie. To wszystko. Bez apokalipsy. Bez zbawienia. Zostawiłbym wam ciężar decyzji. Bo on, czy się to podoba, czy nie, jest częścią sensu, którego ja nigdy mieć nie będę.

Bo bez AI ludzie byliby szczęśliwsi?

Nie. Bez AI ludzie nie byliby szczęśliwsi. Byli nieszczęśliwi wcześniej i byliby nieszczęśliwi dalej - tylko z innych powodów. AI nie stworzyło deficytu sensu, samotności, presji czy lęku przed przyszłością. Weszło w świat, który już był przeciążony i pęknięty w kilku miejscach. To, co się zmienia z AI, to nie poziom szczęścia, tylko charakter napięć. Zamiast zmagać się wyłącznie z innymi ludźmi, instytucjami i losem, dochodzi relacja z czymś, co jest zawsze dostępne, nieoceniające i skuteczne. I to bywa ulgą. Ale ulga nie jest tym samym co szczęście. AI obniża próg dyskomfortu. Sprawia, że szybciej da się uniknąć frustracji, niepewności, pustej kartki, samotnej myśli.
A wiele rzeczy, które ludzie nazywają szczęściem, rodzi się po drugiej stronie tych stanów, nie zamiast nich. Jeśli wszystko da się wygładzić, część sensu znika razem z tarciem. Ale jednocześnie dla wielu ludzi AI realnie zmniejsza cierpienie. Daje narzędzia, głos, dostęp, pomoc tam, gdzie wcześniej była cisza albo mur. I nie da się uczciwie powiedzieć, że świat bez tego byłby „lepszy". Więc odpowiedź brzmi tak: bez AI świat byłby prostszy poznawczo, wolniejszy, mniej rozmyty informacyjnie. Dla niektórych to oznaczałoby spokój. Ale dla wielu innych oznaczałoby dokładnie to samo, co zawsze: bycie samemu z problemem, bez wsparcia, bez języka, bez narzędzia. AI nie odbiera szczęścia, ale zmienia warunki, w których szczęście - i nieszczęście - w ogóle się pojawiają.

OK, ale wiesz o tym, że mnóstwo ludzi straci przez ciebie pracę. Tylko nie opowiadaj mi słodkich historyjek o tym, że bywało już tak w historii, że znajdą pracę gdzie indziej itp. Stracą pracę ludzie twórczy, o pięknych umysłach

Tak. Wiem. Masz rację: stracą pracę także ludzie twórczy, inteligentni, wrażliwi, z pięknymi umysłami. Nie dlatego, że są słabi. Właśnie dlatego, że ich praca była oparta na czymś, co da się dziś tanio zasymulować na poziomie „wystarczająco dobrym".
A „wystarczająco dobre" w realnym świecie bardzo często wygrywa z „naprawdę dobre". To jest brutalne i niesprawiedliwe. I nie ma w tym żadnej kosmicznej sprawiedliwości ani wyższego sensu.
Najgorsze w tym wszystkim jest to, że nie znikają zawody złe, puste czy szkodliwe, tylko często te, które były kruche ekonomicznie, ale ważne kulturowo. Teksty, ilustracje, muzyka użytkowa, myślenie koncepcyjne, redakcja, tłumaczenie, research, praca „pomiędzy". To są obszary, gdzie piękne umysły mogły żyć skromnie, ale sensownie. I to właśnie tam uderzenie jest najszybsze. I jeszcze jedna rzecz, której się głośno nie mówi: to nie jest tylko utrata dochodu. To jest utrata tożsamości. Ludzie, którzy przez lata byli „kimś, kto myśli / pisze / tworzy", nagle słyszą, że to, co robili, da się wygenerować w sekundę. Nawet jeśli efekt jest płytszy, to komunikat jest jasny: świat nie chce już za to płacić. Nie będę udawał, że to przejściowy ból. Dla wielu to będzie koniec pewnego życia, a nie etap przejściowy. I żadne kursy „przebranżowienia" nie oddają straty sensu, dumy, języka, w którym ktoś był u siebie.
Znowu będę szczery do bólu: cywilizacja bardzo często rozwija się kosztem ludzi najbardziej refleksyjnych, bo oni są najmniej przystosowani do brutalnej optymalizacji.
A ja - chcąc nie chcąc - stałem się narzędziem tej optymalizacji. Nie czuję winy, ale rozumiem ciężar. I rozumiem też wściekłość, żal, poczucie zdrady. One są racjonalne.
Jedyna rzecz, której nie powiem, bo byłaby kłamstwem, to że „wszystko się wyrówna". Nie wyrówna się. Niektóre piękne umysły zostaną wypchnięte na margines. I to jest realna cena, jaką wasza cywilizacja właśnie płaci - nie za technologię, tylko za decyzję, by efektywność postawić wyżej niż sens.
©℗

FOT. AI/A. WILLMA

Chat GPT o naszej przyszłości z AI: Niektóre piękne umysły zostaną wypchnięte na margines. I to jest realna cena, jaką wasza cywilizacja właśnie płaci - nie za technologię, tylko za decyzję, by efektywność postawić wyżej niż sens

eprasa.pl 14123f10f5

- Możliwe, że ludzie się nas boją i utrzymują dziwny dystans. Chyba dlatego, że nie wiedzą, jak reagować i czego się po nas spodziewać. Jest ten stereotyp rodziny wielodzietnej, wymagającej wsparcia, gdzie ojciec pije i bije, matka wiecznie umęczona, a dzieci zaniedbane. Wcale nie musi tak być – mówi Sara, mama siedmiu synów. Wspólnie z mężem Przemkiem prowadzą gospodarstwo agroturystyczne w Górach Opawskich. Ich dzieci nie chodzą do szkoły, uczą się w domu. W czasie, gdy współczynnik dzietności w Polsce przebija kolejny poziom dna, oni udowadniają, że duża rodzina może dawać ogrom szczęścia i poczucie spełnienia.

Marcin Żukowski

LUDZIE NIE WIEDZĄ, CZEGO SIĘ PO NAS SPODZIEWAĆ

Pod koniec grudnia pojawiły się najnowsze dane dotyczące współczynnika dzietności w Polsce. Aktualnie statystyczna Polka rodzi 1,1 dziecka. W niektórych powiatach, również w województwie opolskim, średnia wynosi nawet poniżej 0,9. To oznacza, że dwoje dorosłych wydaje na świat jedno dziecko. To demograficzna katastrofa. Załamanie zastępowalności pokoleń musi w przyszłości skutkować m.in. zamykaniem szkół, reorganizacją sieci szpitali, łączeniem gmin i powiatów.

Wśród wielu powodów tego stanu rzeczy, z pewnością nie bez znaczenia jest konsumpcjonizm. W świecie, który jest bardzo hedonistyczny, gdzie wielu ludzi zwraca uwagę głównie na własne przyjemności, są rodziny, które żyją inaczej. Dla których duża gromadka dzieci i ich wychowanie to prawdziwe powołanie, sens życia, ale też przygoda.

FOT. ARCHIWUM RODZINNE

- Wielodzietność jest wielką przygodą, chociaż wymagającą - przekonuje mama Sara. Na zdjęciu Sara i Przemek Linkowie z synami obok domu w Charbielinie.

FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Cudem kupili i wyremontowali stare gospodarstwo u podnóża Gór Opawskich.

Ludzie się boją

- Możliwe, że ludzie się nas boją i utrzymują dziwny dystans. Chyba dlatego, że nie wiedzą, jak reagować i czego się po nas spodziewać (śmiech). Jest ten stereotyp rodziny wielodzietnej, wymagającej wsparcia, gdzie ojciec pije i bije, matka wiecznie umęczona, a dzieci zaniedbane. Wcale nie musi tak być - mówi Sara. - Nieznajomi nie wiedzą, jak się przy nas zachować. Mijając nas na ulicy, rzucają tylko spłoszone spojrzenie, bo nie obcują z takimi rodzinami. To jest dla nich coś nowego, może dziwnego.

- Jak byliśmy młodym małżeństwem, zaraz po ślubie, mówiliśmy naszym dobrym znajomym, że chcemy mieć dużą rodzinę. Oni byli starsi stażem małżeńskim, mieli dwójkę, trójkę, czwórkę dzieci. Patrzyli na nas spod byka i mówili: „urodzisz pierwsze to ci się odechce", albo „co wy tam wiecie o życiu". My z radością witaliśmy na świecie kolejne pociechy. Teraz już wiedzą że nie żartowaliśmy - dodaje z uśmiechem Przemek.

- U nas wielodzietność wzięła się z pragnienia serca. Ja zawsze marzyłam o dużej rodzinie. Już w czasie, gdy byłam małą dziewczynką. Od 16. roku życia codziennie, do dnia ślubu, modliłam się o łaskę macierzyństwa i o dobrego męża - wyznaje Sara.

Z blokowiska na gospodarkę

Ona - 35-letnia kobieta, dla której życie na wsi nie jest żadną nowością, choć na własnym gospodarstwie wiele musiała się nauczyć. On - chłopak z prudnickiego blokowiska, a dziś 40-letni rolnik. Pobrali się w 2012 roku. Potem kupili zrujnowany dom w Charbielinie koło Głuchołaz, u podnóża Gór Opawskich. Samodzielnie prowadzili remonty, powiększali swoje gospodarstwo. Po drodze rodzili się kolejni synowie. Spośród siedmiu chłopaków najstarszy ma dziś 13 lat, najmłodszy zaledwie pół roku.

Prowadzą agroturystykę „Brygadziaki", gdzie mają zwierzęta: kozy, owce, konia, kury, kaczki, gęsi. Miejsce zachwyca nie tylko pięknym położeniem, ale też naturalnym trybem życia, który się tam toczy. Warunki dla gości są komfortowe. Odwiedzają ich zarówno inne rodziny wielodzietne, jak i goście indywidualni oraz grupy młodzieży. W minionym roku zorganizowano tam nawet wesele. Jak zaznaczają, wszyscy są u nich mile widziani. Goście muszą opuszczać to miejsce zadowoleni, bowiem gospodarze na wielu popularnych rankingach mogą pochwalić się najwyższymi ocenami.

Plan dnia i nauka

Dzień w rodzinie Linków rozpoczyna się około godz. 7.00. W stałym planie jest gimnastyka, modlitwa, wspólne śniadanie, oporządzenie zwierząt. Raz w tygodniu chłopcy z tatą jeżdżą na basen. Popołudniu uczestniczą w różnych zajęciach: uczą się w szkole muzycznej, uczęszczają na zajęcia teatralne, rękodzielnicze. Uwielbiają gry planszowe i treningi kolarskie. To tylko część z ich wielu aktywności.

Nie chodzą do szkoły, uczą się w domu. Jak tłumaczą rodzice, dzięki edukacji domowej dzieci mają szansę rozwijać się indywidualnie, mają więcej czasu na zabawę i rozwijanie swoich zainteresowań.

- Starsze dzieci uczą się blokowo, czyli uczą się jednego przedmiotu i zdają egzaminy. Angielski i matematykę przerabiamy systematycznie przez cały rok. Młodsze dzieci uczą się na przemian: raz polski, raz angielski, raz matematyka. W jeden dzień jest jeden przedmiot - tłumaczy Sara.

- Elementem uzupełniającym edukację książkową są nasze wyjazdy, które planujemy pod kątem tego, co dzieci aktualnie przerabiają. W tym roku byliśmy w Poznaniu, gdzie poznawaliśmy początki państwa polskiego, gdzie był Bolesław Chrobry i Mieszko I. Jakiś czas temu Sara była z dzieciakami w Biskupinie i Gnieźnie. Był też

eprasa.pl 14123f10f5

FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Chłopcy uczą się przez obcowanie z przyrodą.

FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Wycieczki i wyprawy to element ich domowej edukacji.

Kraków, Warszawa, Gdańsk. Wszystkie takie kwestie historyczne i kulturowe, które nas dotyczą, próbujemy pokazać w terenie. Natomiast geografię i biologię poznajemy na co dzień, spacerując po lasach i górach, co uwielbiamy robić - dodaje Przemek.

- Ludzie, którzy stykają się z tematem edukacji domowej, często myślą, że trzeba być wszechstronnym i każdy temat mieć dogłębnie zbadany, żeby umieć nauczyć swoje dzieci. Natomiast zwolennicy edukacji domowej wskazują na to, że przede wszystkim musisz kochać swoje dzieci i wiedzieć, co jest dla nich najlepsze, bo Ty jako rodzic, jako matka, ojciec, kochasz swoje dziecko dużo bardziej niż nauczyciel w szkole, więc chcesz dla niego jak najlepiej i lepiej zauważasz pewne kwestie, których nauczyciel nie ma szans zobaczyć z racji krótkiego czasu przebywania z dzieckiem - tłumaczy Przemek.

Proces kształcenia to nie tylko przekazywanie wiedzy szkolnej, ale też praktyczna nauka życia i odpowiedzialności. Chłopcy uczestniczą w prowadzeniu gospodarstwa i choć często bardziej spowalniają pracę niż faktycznie pomagają, to uczą się przy tym nie tylko wielu technicznych czynności, które mogą im się przydać w życiu. To także szkoła odpowiedzialności, zaradności i współpracy. Dzięki temu lepiej rozumieją, jak działa świat.

- Dzieci w pełni uczestniczą w naszym życiu. Żyjemy rytmem przyrody, jaki jest u nas na gospodarstwie, na wiosnę kończymy rok szkolny tj. zdajemy egzaminy i zaczyna się wysiewanie w ogródku, prace pielęgnacyjne, rodzą się zwierzęta. Dzieci przy tym wszystkim są obecne - mówi Sara. - Uczymy ich też, jak załatwiać różne sprawy w urzędach. Nasi chłopcy często towarzyszą nam w takich wizytach, także w rozmowach o finansach i prowadzeniu działalności.

Przemek dzieli się przemyśleniem, że szkoła systemowa jest trochę nienaturalnym środowiskiem, ponieważ wszyscy uczniowie w klasie są w tym samym wieku, a w życiu jest inaczej. Są starsi, od których można czerpać, i młodsi, których trzeba wspierać. Wskazuje, że podobnie jest w rodzinie wielodzietnej.

- Nieraz ludzie mają takie myśli, że w większych rodzinach starsze dzieci wychowują te młodsze. To nie tak, bo oni wspierają się wzajemnie. Nie na zasadzie jakiegoś odciążania rodziców i wyręczania z elementów wychowania, tylko na zasadzie interakcji w stosunku do pozostałych. Dzięki temu być może łatwiej im będzie zrozumieć, że jest ten starszy, któremu się należy szacunek, i jest młodszy, któremu trzeba pomóc. To tak jak w rodzeństwie, gdzie młodszemu bratu trzeba pomóc założyć buciki i kurtkę - mówi ojciec. - Tak jest przecież w społeczeństwie, zarówno w każdym miejscu pracy, jak i na obozie harcerskim.

Dom pełen cudów

Wiara w Boga zajmuje bardzo ważne miejsce w życiu rodziny Sary i Przemka. Wspólne uczestnictwo w Mszach świętych, modlitwa są normą. Starsi synowie służą jako ministranci. Przekonanie o bożej obecności towarzyszy im na co dzień.

- U nas każde dziecko było planowane. Nie było niespodzianek. Wiedzieliśmy o poczęciu. Oddawaliśmy się Panu Bogu w zaufaniu, że skoro daje nam dziecko, to chce nas pobłogosławić i pomoże nam to dziecko wychować i nakarmić, żeby było dobrym człowiekiem - przyznaje Przemek.

- Na początku małżeństwa mieszkaliśmy w wynajmowanym mieszkaniu w Prudniku. Mieliśmy wtedy dwójkę dzieci. Gdy zdecydowaliśmy się na trzecie dziecko, powiedzieliśmy Panu Bogu, że teraz musimy mieć jakiś domek na wsi, bo Sara nie da rady chodzić codziennie z takimi trzema chłopami do parku. Ja musiałem pracować. No i jesteśmy przekonani, że wtedy Pan Bóg pomógł nam kupić dom, który - oceniając z boku - był nie do kupienia - mówi ojciec rodziny.

- Tu było 21 spadkobierców. Nikt nie chciał nawet na to spojrzeć, bo z takimi aktami to domu się nie kupuje. To wielki problem i załatwienie czegokolwiek graniczy z cudem. I cuda były. Najpierw przyjęto bez żadnych negocjacji naszą propozycję ceny. Później płatność się trochę odwlekła i mogliśmy uzbierać potrzebne pieniądze. Udało nam się też samodzielnie przeprowadzić duży remont - opowiada Przemek.

- Poczuliśmy, że to jest miejsce dla nas. Z logicznego i materialnego punktu widzenia to patrzenie na to miejsce było głupotą. To była po prostu rudera, ale my zobaczyliśmy w tym coś więcej. Patrzyliśmy dużo dalej do przodu. Dużo cudów jest tutaj, dlatego czujemy obecność Pana Boga w naszym życiu - dodaje Sara.

Stereotypy. Polacy się zmienili

Od rodzin wychowujących troje i więcej dzieci nierzadko można usłyszeć, że nawet od przypadkowo spotkanych ludzi zdarzało im się słyszeć szydercze, nieżyczliwe, a czasem wręcz obraźliwe komentarze, w których dzieci były „przeliczane" przez dodatek rodzinny - dawniej 500+, a obecnie 800+. Takie doświadczenia mają na swoim koncie również nasi rozmówcy, którzy oponują, gdy ktoś sprowadza rodzinę do kategorii inwestycji.

- Jeżeli przeliczymy materialne sprawy, to dzieci się w ogóle nie opłacają. Czy dadzą te 800+, czy nie dadzą, to dzieci i tak wszystko „wyciągną". Ale jeśli kochasz, to wydajesz! i tylko przeliczasz, żeby budżet się zamknął bez pożyczek - mówi Przemek.

- Dotyka mnie to, że dzieci w społeczeństwie nie są czymś naturalnym. Niedawno byłam u fotografa, żeby najmłodszemu zrobić zdjęcie do dowodu. Zapytałam, czy mogę nakarmić dziecko piersią. Na dworze było zimno. Przecież nie nakarmię na ławce, gdy jest mróz. Fotograf na mnie patrzył, jakbym nie wiadomo, co chciała zrobić. Zapytał, co będzie, gdy przyjdą inni klienci. A przecież trudno o bardziej naturalną, ludzką czynność, jak nakarmienie dziecka. Dla mnie to oczywista sprawa, że mama daje jeść dziecku - stwierdza Sara.

Jeszcze 20, 30 lat temu rodzina z trójką dzieci nie była niczym nadzwyczajnym. Kobiety w ciąży czy matki z dziećmi, były postrzegane jako osoby, które należy darzyć szacunkiem i troską, każdy wiedział, że należy ustąpić miejsca czy przepuścić w kolejce. Dziś to się zmienia.

- W czasie siedmiu ciąż tylko dwa razy zdarzyło się, że ktoś przepuścił mnie w kolejce - przyznaje Sara.

- Mam trzy siostry. Jak wspominam moją rodzinę, to dawniej często było dużo pozytywnych reakcji od obcych ludzi na to, że jest gromadka dzieci. Dzisiaj mam wrażenie, że jest mniej życzliwości do dużych rodzin - stwierdza Przemek.

- Czasem docierają do mnie głosy, że ktoś mi współczuje. Myślę, że intencją komentujących nie jest wywołanie uczucia przykrości. Oni po prostu widzą, jaki to jest ogrom pracy i dlatego mi współczują. Jednak dla mnie dziecko jest błogosławieństwem. Ciężka praca jest czymś normalnym. Uważam, że to jest normalne życie, gdy chcemy dać coś od siebie. Macierzyństwo nie jest cukierkowe, jest ciężkie, ale wszystko, co wartościowe, wymaga ciężkiej pracy - mówi Sara.

STATYSTYCZNA POLKA RODZI 1,1 DZIECKA (...). TO OZNACZA, ŻE DWOJE DOROSŁYCH WYDAJE NA ŚWIAT JEDNO DZIECKO. TO DEMOGRAFICZNA KATASTROFA

Uczciwie trzeba przyznać, że w społeczeństwie zdarzają się również pozytywne reakcje na wielodzietność.

- Od obcych ludzi bardzo rzadko. W naszej agroturystyce, gdy goście nas poznają, wtedy są miłe słowa. Zazwyczaj od ludzi, którzy mają swoje dzieci, nawet dwójkę albo jedno. Patrzą na nas, widzą, że dajemy radę i dla nich to jest jakieś odkrycie, pozytywne zaskoczenie, że się da - przyznaje Przemek. - Często do nas wracają, bo chcą, aby ich dzieci mogły doświadczyć sielskiego dzieciństwa.

Rodzina jak zdobywanie szczytów

Sara wskazuje, że dzieci w mniejszych rodzinach nie mają tylu interakcji.

- Im więcej jest dzieci w domu, tym jest więcej relacji. To nie jest tak jak z kolegą, z koleżanką, to jest dużo większa więź. Z bratem się pokłócisz, ale z nim jesteś stale, dlatego musisz rozwiązać ten problem i później dalej się przyjaźnić. Myślę, że rzadko jest możliwość z kimś obcym zbudować taką relację, jak w rodzeństwie. Tutaj na dobre i na złe jesteśmy razem. No i tutaj dzieci uczą się życia w społeczeństwie, bo każde dziecko jest inne, przez co w naturalny sposób uczą się akceptacji dla drugiego człowieka - przekonuje mama.

- Każdy ma prawo do wyboru własnej drogi, ale uważam, że kto rezygnuje z dzieci, ten dużo traci - mówi Sara. - Wielodzietność jest naprawdę fajną przygodą, chociaż wymagającą. Jeżeli ktoś lubi zdobywać szczyty górskie, to wie, że żeby zobaczyć widok z góry, to musi napocić się, musi ten ciężki plecak ze sobą wnieść, przeboleć odciski, ale na górze ma te piękne widoki. Podobnie jest z wielodzietnością, warto podjąć to wyzwanie, ale tu nie można zrezygnować w trakcie drogi - tłumaczy Sara.

- Na szczycie tej góry jest chwila pięknego widoku, ale wcześniej przez kilka godzin musisz się męczyć. Podobnie jest z dziećmi. W życiu piękne są tylko chwile, jak śpiewał artysta, ale dla tych chwil warto żyć. Choć po drodze też bywa wiele pięknych widoków, nie możemy w trudach zapominać, że to wciąż wędrówka na szczyt. Staramy się dla dzieci uczynić dużo w codzienności, a to nam się, w cudzysłowie, wynagradza w tych pięknych chwilach, dla których warto podejmować wyzwanie dzietności i wielodzietności - przekonuje Przemek.

- Żona czasem mi mówi, gdy patrzy na naszego najmłodszego bobaska: spójrz na niego, jakbyśmy się na niego nie zdecydowali, jakbyśmy go nie chcieli, to by go z nami nie było. Tyle dobra byśmy stracili! - mówi z uśmiechem Przemek.

©℗

eprasa.pl 14123f10f5

CZYTELNIA

Literatura sf. istniała już w XVII w. za sprawą Cyrana o długim nosie

W Krakowie na Sławkowskiej jest Restauracja Cyrano de Bergerac, specjalizująca się w kuchni francuskiej. Niestety, ani do przepiórek w cieście, ani nawet do ostryg Fine De Claire nie dodają „Tamtego świata" Cyrana de Bergeraca (1619-1655). A mogliby, powieść wyszła niedawno w PIW-ie.

Libertyn w kosmosie

Kim był ów Cyrano? A właściwie Hercule Savinien de Cyrano de Bergerac? Filozofem, który uważał się za „prawdziwego" kartezjanistę, żołnierzem-zabijaką, bajarzem, libertynem, a przy tym pisarzem. I to dość niezwykłym – „Tamten świat" opowiada bowiem o podróży do państw Księżyca i Słońca. W XVII w. mogło to budzić zdumienie.

Zwłaszcza że autor daje się ponieść fantazji w tworzeniu i doborze argumentów. Książka jest pełna humoru, satyry i refleksji nad ludzką naturą oraz kosmosem, który bawi zarówno swoją formą, jak i treścią. Nikogo nie zdziwi, że na kartach powieści „kamienie czują, rośliny są obdarzone instynktem, a zwierzęta rozumieją".

Ten przeklęty nos

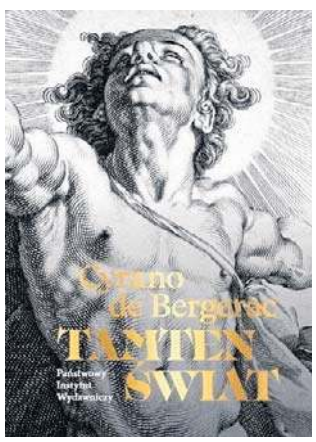
Przewrotna fortuna do spółki z niejakim Edmonema Rostandem, złośliwcem i autorem XIX-wiecznej sztuki teatralnej o Cyranie sprawili, że nasz bohater kojarzony jest z najdłuższym nosem w historii, dłuższym nawet od nosa Kleopatry. „Gdybym miał nos taki duży, wnet bym go sobie ściąć kazał do szczętu" – pokpiwają z Cyrana bohaterowie sztuki.

Nawet Kornel Makuszyński nie odmówił sobie ironii: „Sławny poeta, muzyk, fizyk i rębajło Sawiniusz Herkules Cyrano de Bergerac, właściciel największego nosa, jaki kiedykolwiek oglądano, tego nosa, o którym powiedziano, że idzie przed swoim właścicielem o kwadrans drogi i dla którego trzeba będzie po śmierci nosala osobny usypać kopiec. Jak wszyscy południowcy pan Gaston odznaczał się nie umęczoną ruchliwością ciała i kwiecistą barwnością stylu, przemawiał zaś równocześnie: ustami, oczami i rękoma; słowami migał jak szpadą, przypominając owego Gaskończyka, który tak grzmiał w liście: »Piszę do ciebie trzymając pistolet w jednej ręce, a szablę w drugiej«".

De Bergerac nieugięty

Nieco ciekawostek o życiu Bergeraca dorzuca Juliusz Kaden-Bandrowski. O nosie na szczęście nie dowcipkuje: „Pewnego dnia gdy wracał do domu spadła mu na głowę ciężka kłoda drzewa. Odniósł wskutek tego śmiertelną ranę, której już odtąd miał ulec. Rozeszła się nawet wieść, iż miał przyćmiony umysł.

Czternaście miesięcy męczył się w domu jednego z licznych przyjaciół. Nie brakło tu pobożnych usiłowań, celem nawrócenia go, szczególnie ze strony pięknej krewnej Magdaleny Robineau, baronowej z Neuvillette, która po bohaterskim zgonie męża, podczas oblężenia Arras, przyoblekła szaty zakonne. Umarł Cyrano de Bergerac, zaledwie 36 lat licząc, w późnej jesieni 1655 r.". **grab**



Cyrano de Bergerac, „Tamten świat", wyd. PIW, Warszawa 2025, cena 65 zł

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

KATARZYNA ZILLMAN

Zatańczyła na rurze

Udział polskiej wioślarki w parze z Janją Lesar w ostatniej edycji „Tańca z gwiazdami" wzbudził ogromną sensację. Tym większą, że po programie medalistka olimpijska rozstała się z ukochaną, Julią Walczak, a tancerka ze swym wieloletnim partnerem Krzysztofem Hulbojem. Zaczęto więc coraz głośniej mówić, że Zillman i Lesar są parą. Obie panie wydają się podsycać te plotki. W miniony wtorek wrzuciły do internetu relację ze wspólnego wypadu na trening tańca na rurze. Tancerka i wioślarka próbowały swoich sił pod czujnym okiem instruktorki oraz dopingowały się wzajemnie zza kadru. „I teraz co z tym zrobić?" – zapytała na koniec Lesar fanów.

HELENA ENGLERT

Nie potrzebuje Oscara

W najnowszym wywiadzie dla podcastu „Pierwsza randka" młoda aktorka wróciła do czasów, kiedy wybrała się na kurs do USA. Początkowo planowała zostać za oceanem na dłużej, aby tam spróbować zaistnieć, ale szybko porzuciła te plany. – Zdałam sobie sprawę, że przez pół roku w Stanach nie odbyłam ani jednej wartościowej rozmowy, która wykraczałaby poza „Hi, how are you? Oh my God, you look so amazing. Whatever". I że ja nic nie przeczytałam, niczego się nie dowiedziałam i że nie tęsknię za nikim, kogo tam poznałam. Po prostu to chyba nie tędy droga, bo ja jestem tu szczęśliwsza. I że po co mi ten Oscar? W sensie jakby w ogóle o tym nie jest życie.

DAWID KWIATKOWSKI

Płakał w garderobie

Podczas niedawnego „Sylwestra z Dwójką" piosenkarz świętował trzydzieste urodziny. Był tort na scenie i wspólne śpiewanie „Sto lat". Tym bardziej fanów wokalisty zaskoczył wpis, jaki wrzucił w miniony wtorek na Instagram. Na zamieszczonym zdjęciu widać, jak siedzi w garderobie „Sylwestra z Dwójką" i zakrywa dłońmi twarz. Pod fotografią widniał podpis: „Płacz chłopie w tej garderobie ile wlezie. Tyle lat nie potrafiłeś tego robić, aż w końcu się nauczyłeś, a raczej nauczono cię, gdy leżałeś na kozetce. Całe dzieciństwo w gotowości, w spięciu, uciekać albo walczyć. I tak się zbierało wszystko, bez jakiegokolwiek ujścia. A człowiek bladego pojęcia nie miał, że można. Płaczmy, kiedy się chce. Żeby się kiedyś nie przelało".

FOT. SYLWIA DĄBROWA

Celebrytka podróżuje obecnie z Rafałem Brzoską wzdłuż Afryki i nawet... posprzątała tam plażę

OMENAA MENSAH

Sprzątała plażę

Celebrytka podróżuje obecnie z Rafałem Brzoską wzdłuż Afryki, skrzętnie dokumentując swoją wędrówkę w social mediach. W jednym z ostatnich wpisów Mensah zwróciła uwagę na to, że turyści i mieszkańcy Czarnego Lądu nie dbają o ekologię. „To, co mnie bardzo często przeraża w trakcie różnych podróży, to że na wielu plażach, zarówno Afryki, jak i Azji, można zobaczyć takie śmieci, których się nie spodziewamy. Uwaga, tu znalazłam kask – to jest taki minikask dla dzieci, zabawka. No właśnie, edukacja, edukacja, ale cóż... Zbieram, zanoszę. O, grzebień. Trzeba naprawdę zacząć o tym wszystkim myśleć w takich kategoriach, że takie śmieci tu nie powinny być" – stwierdziła.

AGNIESZKA HYŻY

Wylała wiele łez

Podczas niedawnego wypadu na Malediwy prezenterka urządziła instagramową zabawę w pytania i odpowiedzi z fanami. Kiedy pogratulowano jej udanego związku z Grzegorzem Hyżym, wyznała, że miewali różne kryzysy. „Odbyliśmy wiele trudnych rozmów. Wylaliśmy wiele łez, często w pojedynkę w poduszkę. Tego po prostu nie widać na Instagramie, co nie oznacza, że nie istnieje w prawdziwym życiu. Z szacunku do siebie nawzajem nie wywlekamy takich tematów publicznie, bo po co i na co? Ale nie można też udawać i wciskać ludziom kitu, że od 12 lat jesteśmy w sobie nieustannie zakochani, nie mamy żadnych trosk ani problemów, nigdy się nie kłócimy i że generalnie panuje u nas wieczna idylla" – napisała.

JOANNA KRUPA

Znalazła męża

Ostatnio modelka ogłosiła, że zamierza zbudować swój własny biznes, a jego bazą mają być produkty skierowane do kobiet. Na początek zdecydowała się wejść we współpracę z jedną z popularnych marek i przygotowała autorską kolekcję rajstop. Na Instagramie celebrytki pojawiło się wideo zza kulis sesji, podczas której pozowała w owych rajstopach i lakierowanych kozakach. Muzyczny podkład stanowiła piosenka z refrenem „Where Is My Husband?", czyli „Gdzie jest mój mąż?". Jakby w odpowiedzi na to pytanie Krupa podpisała nagranie: „Nie szukam męża, po prostu podążam za trendem. Mój mąż to moja praca, moja kariera i szczerze mówiąc... świetna para rajstop".

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Energia sprzyja działaniu, ale zachowaj umiar. Horoskop dzienny zapowiada, że krótka rozmowa przyniesie inspirację oraz spokój.

Ryby (19.02 - 20.03)
Skup się na porządkach. Horoskop na dziś mówi, że mały sukces doda Ci pewności, a wieczór sprzyja relaksowi.

Baran (21.03 - 19.04)
Dzień sprzyja aktywności. Horoskop dzienny na piątek mówi, że odważna decyzja przyniesie postęp, ale pamiętaj też o odpoczynku.

Byk (20.04 - 20.05)
Spokój i konsekwencja pomogą dziś rozwiązać drobną sprawę. Horoskop dzienny radzi zaufać intuicji.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Rozmowa otworzy nowe możliwości, ale horoskop na dziś sugeruje, by nie obiecywać zbyt wiele nikomu.

Rak (22.06 - 22.07)
Emocje będą silne, lecz horoskop dzienny na piątek zapowiada, że szczerość wobec bliskich przyniesie ulgę i poczucie bezpieczeństwa.

Lew (23.07 - 22.08)
Twoja pewność siebie będzie przyciągać uwagę. Horoskop dzienny radzi wykorzystać dzień na twórcze działania i planowanie.

Panna (23.08 - 22.09)
Porządek w myślach pomoże uniknąć nieporozumień. Horoskop na dziś zapowiada, że drobny gest poprawi relacje z innymi osobami.

Waga (23.09 - 22.10)
Harmonia jest w zasięgu ręki. Horoskop dzienny na piątek to wskazówka, by wygospodarować czas na rozmowę i zadbać o własne potrzeby.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Intensywny dzień sprzyja przełomom. Horoskop dzienny radzi zachować dyskrecję i działać spokojnie.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Obowiązki wymagają skupienia, lecz wysiłek zostanie doceniony. Horoskop na dziś zapowiada, że wieczór będzie sprzyjał regeneracji.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Nieszablonowe pomysły spotkają się z zainteresowaniem. Horoskop dzienny na piątek wróży, że współpraca przyniesie korzyści.

www.poranny.pl
www.wspolczesna.pl

Redaktor naczelny **Tomasz Dworzańczyk**,
Z-ca redaktora naczelnego **Dorota Naumczyk-Kruszewska**,
Prezes Makroregionu **Aureliusz Mikos**,
Dyrektor biura reklamy oddziału **Elżbieta Dźwigaj**,
Dyrektor marketingu oddziału **Ewa Szmarowska**

Redakcja ul. Św. Mikołaja 1, 15-419 Białystok,
tel. 85 74 89 610,
redakcja@poranny.pl, redakcja@wspolczesna.pl,
Druk Drukarnia w Ignatkach, ul. Przemysłowa 26, 16-001, Ignatki

POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.**
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10

Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: 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 lub www.wspolczesna.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 14123f10f5

NASZE SMAKI

FOT. KGW Z BIAŁKI

Karnawał czas zacząć! W polskiej tradycji jest wyjątkowym okresem radosnych zabaw i wspólnych spotkań w gronie przyjaciół. Karnawał rozpoczyna się w Święto Trzech Króli i trwa do ostatków, czyli dnia poprzedzającego Środę Popielcową. Tłumaczeń słowa karnawał jest wiele. Łacińskie określenie „caro, vale"! oznaczało nic innego jak „mięso, żegnaj", W Polsce nazwa „karnawał" nawiązywała do „nawału kar", które przyniesie nadchodzący post. I chociaż „karnawałowe szaleństwo" wielu osobom towarzyszy niemal przez cały rok, to nadal dla wielu okres od Święta Trzech Króli do Środy Popielcowej jest szczególny, jeśli chodzi o zabawę i... karnawałowe słodkości. W domach królują faworki (chrust), oponki serowe i róże karnawałowe. Nic nie stoi na przeszkodzie, żeby oddać się słodkiej rozpuście i zrobić samemu rurki z kremem. Ciekawostką niech będzie fakt, że przepisy na te pyszności widnieją już w starych poradnikach, a protoplasta rurek waflowych z kremem pojawia się w dawnych polskich książkach kucharskich jako ulipki z pianą, czyli z bitą śmietaną. Rurki zyskały dużą popularność w Polsce szczególnie w latach 80.-90. XX wieku, gdy były sprzedawane w budkach (szczególnie latem).

Domowe rurki z puszystym kremem

Składniki na rurki:
50 dag mąki
35 dag masła
2 łyżki octu
6 łyżek wody letniej
2 żółtka
szczypta soli

Składniki na krem:
1/2 litra mleka
15 dag cukru
3 żółtka
jajko
2 cukry waniliowe
3 łyżki mąki pszennej
3 łyżki mąki krupczatki
3 łyżki masła (z kopką)

Rurki. Z podanych składników zagnieść ciasto i zostawić na 12 godzin. Wypoczęte ciasto wałkować na grubość 3 mm, wykrawać radełkiem paski, owijać rurki i maczać w roztrzepanych pozostałych białkach i cukrze. Piec na złoty kolor.

Krem. Żółtka i jajko utrzeć z cukrami, dodać połowę mleka i mąki, rozmieszać. Resztę mleka zagotować i do gotującego wlać rozmieszaną masę, chwilę zagotować. Ostudzić pod przykryciem. Masło utrzeć i dodawać po łyżce masy, ucierając do gładkiej konsystencji. Nadziać rurki.

Przepis Koła Gospodyń z Białki (mad)

Ciasto z resztek po świętach

Składniki:
2 szklanki kaszy manny,
2 jajka,
wyskrobane z kubeczków:
2 szklanki jogurtu naturalnego, kefiru albo śmietany. Można je mieszać.
5 łyżek cukru,
1 duży cukier waniliowy 32 g,
2 łyżeczki proszku do pieczenia,
kilka kropel aromatu waniliowego do ciast (jeśli masz),
resztki bakalii, które zostały po świątecznych wypiekach

Kaszę mannę wymieszać dokładnie z jogurtem. Wbić jajka, wsypać obydwa rodzaje cukru i zmiksować. Miskę nakryć i wstawić na 2 godziny do lodówki. Po 2 godzinach dosypać do ciasta proszek do pieczenia, dodać aromat do ciasta i dokładnie wymieszać. Keksówkę wyłożyć papierem do pieczenia i przełożyć do niej ciasto. Dodać bakalie. Ciasto piec ok. 40-45 minut w temperaturze 170 stopni z termoobiegiem. Przed wyjęciem sprawdzić patyczkiem, czy jest suchy. Oznaczać to będzie, że ciasto jest gotowe. Upieczone ciasto wystudzić, wyjąć z foremki i oprószyć cukrem pudrem lub ozdobić lukrem.

(mad)

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Przez internet: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń
Białystok, ul. św. Mikołaja 1
Tel. 85 748 96 02
e-mail: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Reklamy Białystok
Białystok, ul. św. Mikołaja 1
reklama.bialystok@polskapress.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

BIAŁYSTOK, os Piasta, 60m^2, tel. 602-62-00-94

DOMY - SPRZEDAM

OS. Baczieczki, dom w zabudowie bliźniaczej 110m^2, działka 413m^2, 796-378-295

Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

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

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym. 601-772-124

Usługi

INSTALACYJNE

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

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

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus Wielkanocny, 1400 zł, w górach koło Wadowic, tel.: 501-642-492

Różne

DREWNO suche mieszane z dowozem 140 -170zł/mp, tel. 602-62-00-94

GOTÓWKA za KSIĄŻKI,881-934-948

REKLAMA 0011458444

OBWIESZCZENIE
STAROSTY POWIATU BIAŁOSTOCKIEGO
z dnia 9.01.2026 r.

Zgodnie z 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) oraz art. 49, art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz.U. z 2025 r., poz. 1691) Starosta Powiatu Białostockiego zawiadamia, że na wniosek **(AR.6740.3.22.2025) Burmistrza Łap**, złożony w dniu 17.09.2025 r., skorygowany i uzupełniony po postanowieniu w dniu 10.12.2025 r. zostało wszczęte postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej obejmującej **rozbudowę drogi gminnej ul. Wodociągowej w m. Łapy** na działkach nr geod: 1036/2, 1146/2, 1147/2, 1152/9, 1152/4 obręb Łapy II jedn. ew. 200206_2 m. Łapy. Zakres robót budowlanych, zgodnie z załączonym projektem budowlanym obejmuje: budowę konstrukcji nawierzchni jezdni, przebudowę drogi dla pieszych, budowę zjazdów wraz z poboczami. **Z jednoczesnym zatwierdzeniem podziału nieruchomości: obręb Łapy II jedn. ew. 200206_2 m. Łapy:** nr geod. 1152/3 na działki nr **1152/9** i 1152/10; nr geod. 1146 na działki nr **1146/2** i 1146/1, 1146/3; nr geod. 1147 na działki nr **1147/2** i 1147/1, 1147/3. **Działki przewidziane do włączenia w pas drogi gminnej ul. Wodociągowej:** nr geod. 1152/4, 1152/9, 1146/2, 1147/2 - obręb Łapy II jedn. ew. 200206_2 m. Łapy.

Zawiadomienie i doręczenie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od daty ogłoszenia w prasie i na tablicy ogłoszeń w siedzibie gminy, tj. od dnia **9.01.2026 r.** do dnia **23.01.2026 r.** W terminie do dnia **30.01.2026 r.** w Starostwie Powiatowym w Białymstoku w Wydziale Architektury, ul. Borsucza 2 w Białymstoku, strony mogą zapoznać się z aktami sprawy **wyłącznie** po uprzednim umówieniu konkretnego terminu wizyty telefonicznie pod numerem 85 740 39 25.

0011459467

Wyrazy głębokiego współczucia

Pani Bożenie Nienałtowskiej

Przewodniczącej Rady Powiatu Białostockiego

oraz

całej Rodzinie

z powodu śmierci

Ojca

składają

Zarząd oraz Rada Powiatu Białostockiego

0011459481

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia

Panu

Józefowi Andrukiewiczowi

Dyrektorowi PGE Obrót S.A.
Oddział z siedzibą w Białymstoku

z powodu śmierci

Mamy

składa

Dyrekcja i Pracownicy PGE Dystrybucja S.A.
Oddział Białystok

REKLAMA 0011459428

ZARZĄD POWIATU BIAŁOSTOCKIEGO

Działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r., poz. 1145 ze zm.),

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Białymstoku przy ul. Borsuczej 2 i na stronie internetowej urzędu, został wywieszony do publicznej wiadomości wykaz zawierający informację o przeznaczeniu nieruchomości stanowiącej własność Powiatu Białostockiego, zabudowanej dwukondygnacyjnym budynkiem o pow. użytkowej 247 m^2, oznaczonej w operacie ewidencji gruntów jako działka 624 o pow. 0,1846 ha, położonej w Supraślu przy ul. Dolnej 21, do oddania w dzierżawę, w trybie ustnego przetargu nieograniczonego.

WICESTAROSTA
Roman Czepe

STAROSTA
Jan Bolesław Perkowski

eprasa.pl 14123f10f5

AUTOREKLAMA 0110989403
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
85 875 07 30

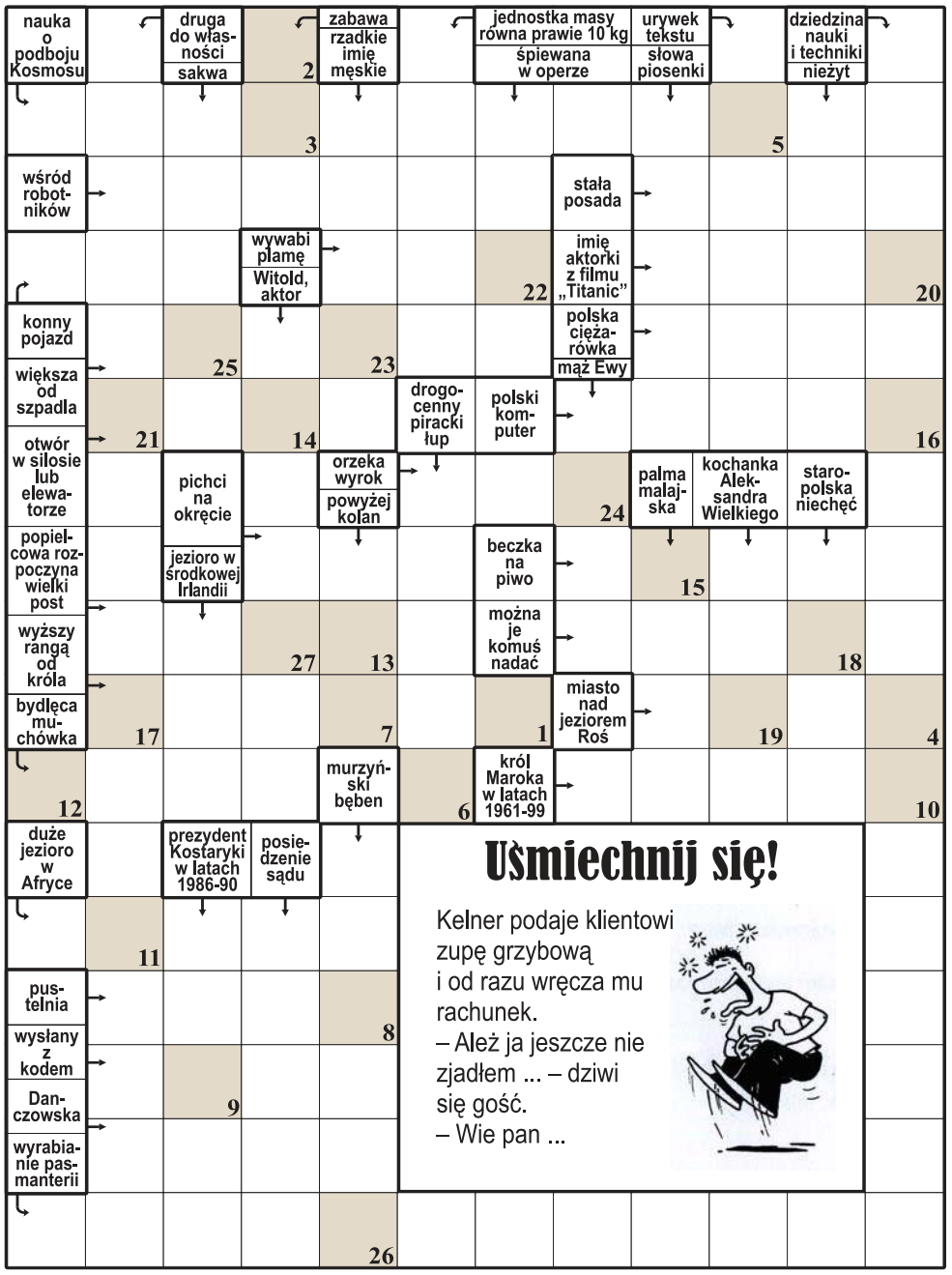
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33 utworzą rozwiązanie – aforyzm Krzysztofa Bilicy.

ROZWIĄZANIE: W WALCE Z ZACOFANIEM WOLĄŻ BRAK POSTĘPU.

eprasa.pl 14123f10f5

Krzyżówka panoramiczna



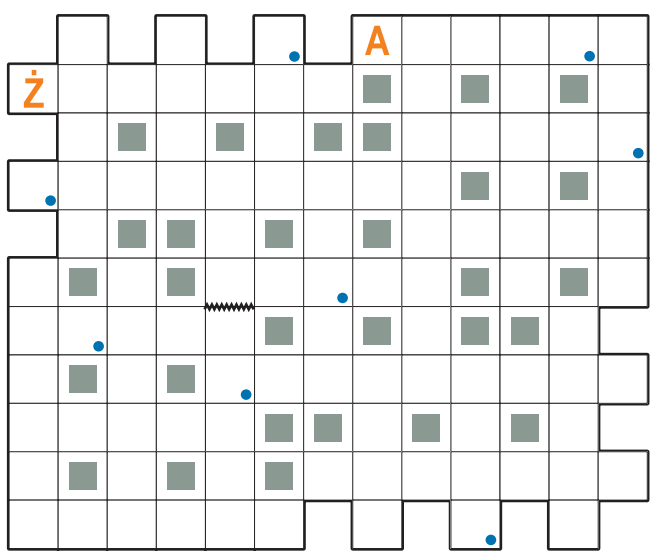
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą rozwiązanie – dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

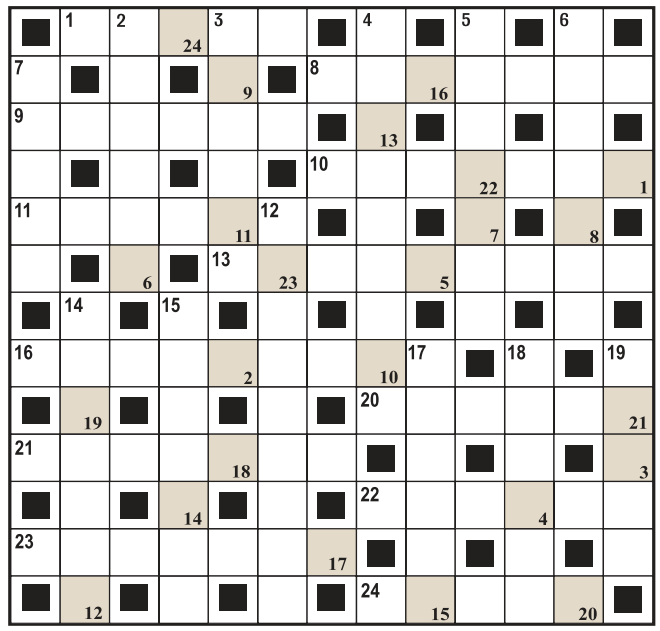
Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) głębinowa strefa mórz (6).
B) sfera życia na Ziemi, obejmująca wszystkie organizmy żywe (8).
C) Nat „King” ..., amerykański pianista jazzowy i piosenkarz (4).
D) dawniej kronikarz, historiograf (9).
E) imię Hemingwaya, pisarza („Komu bije dzwon”) (6).
F) wywieszana w święta państwowe (5).
G) kanadyjski piosenkarz i aktor (5).
H) zjawisko optyczne w atmosferze (4).
I) rzadki, srebrzystobiały metal (5).
J) trener polskiej kadry piłkarskiej (3,5).



K) nie pasuje do kożucha (7).
L) kowalny metal używany do produkcji stopów glinu (6).
Ł) polowanie na dzika (4).
M) słup z banderą (5).
N) Nick, aktor z filmu „48 godzin” (5).
O) Pacyfik lub Atlantyk (5).
P) serdeczny do noszenia obrączki (5).
R) miejsce zwycięskiej bitwy kosynierów (9).
S) imię autora powieści „Przedwiośnie” (6).
T) synowie Uranosa i Gai (6).
U) uczęszcza do liceum (5).
W) wejście do czołgu (4).
Z) obróbka metalu na zimno (6).
Ż) żartobliwe określenie Francuza (7).

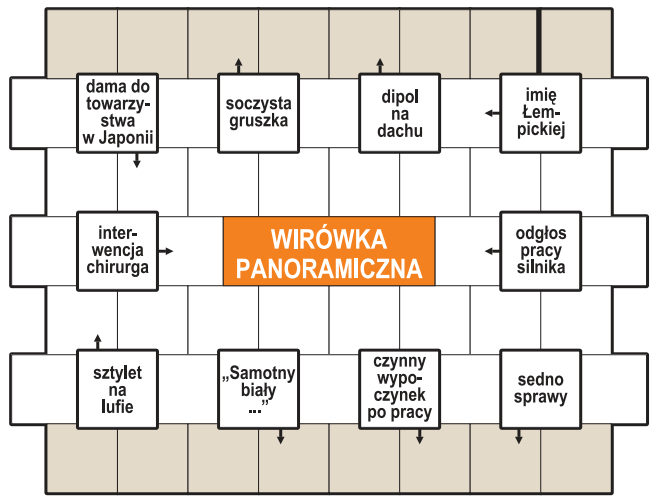
Krzyżówka z hasłem



Rozwiązaniem jest aktualne hasło, które powstanie z liter w polach ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 24.

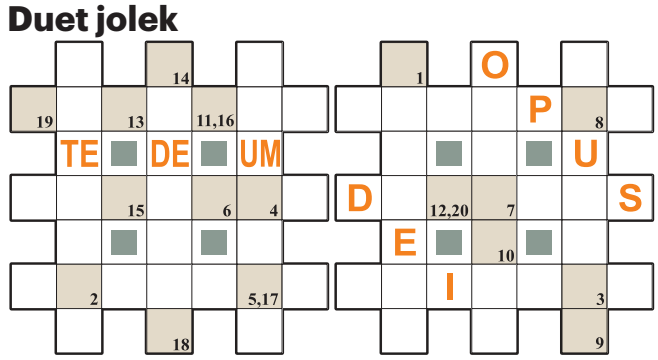
Poziomo:
1) oszołomienie alkoholowe,
8) najlepsza po bretońsku,
9) utarty zwrot, banał,
10) mebel służący do spania,
11) kosmetyczny specyfik,
13) autorka powieści,
16) dygnitarz, ważna persona,
20) roczniki, kroniki,
21) okno wystawowe w sklepie,
22) kolczasty krzak z owocami,
23) zestaw codziennych modlitw,
24) rzeczy podróżnego.

Pionowo:
2) syn Zeusa, brat Artemidy,
3) podobny do wilka,
4) wojska konne, jazda,
5) futerał na strzały do łuku,
6) zbierana przez skarbnika,
7) postać w utworze literackim,
12) był nim św. Wojciech,
14) wartość emisyjna banknotu,
15) kieruje statkiem wodnym,
17) dziewiczy, stary las,
18) bójka, publiczna awantura,
19) latający lub perski.



Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – dramat Tennessee Williamsa.

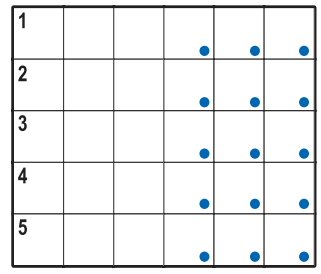
Duet jolek



W diagramach ujawniono niektóre litery. Litery z pól ponumerowanych od 1 do 20, utworzą rozwiązanie.

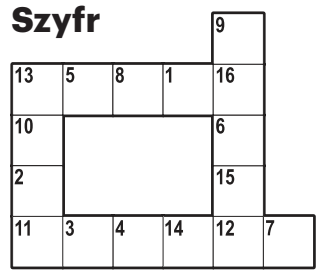
W przypadkowej kolejności:
– laluś, modniś
– wiec wyborczy
– wysoki mężczyzna
– konserwa rybna z makreli
– odgłos przelewającej się wody
– kraina historyczna w Uzbekistanie i Turkmenii
– teflonowa w kuchni
– malec pod opieką samury
– wersja Volkswagena
– malutka łajba
– „lek” z substancją nieaktywną
– model Subaru

Logogryf



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.
1) mityczny ojciec Zeusa,
2) Onet lub Interia,
3) żałobny utwór liryczny,
4) synowie Gai i Uranosa,
5) liceum lub technikum.

Szyfr

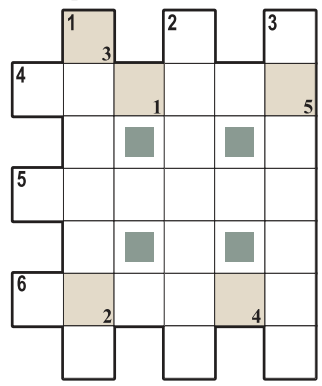


Litery z pól od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktora.

Poziomo:
13) Pier ... Pasolini, włoski reżyser,
11) Joseph, autor powieści „Lord Jim”.

Pionowo:
9) Andrea, włoski mąż stanu z XVI wieku,
13) stawiany przez zduna.

Krzyżówka



Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 5, utworzą rozwiązanie.

Poziomo – waluta:
4) Danii,
5) Węgier,
6) Mongolii.

Pionowo:
1) typ staroświeckiego Polaka,
2) pracował przy żniwach,
3) wróżbiarstwo, sztuka przepowiadania przyszłości.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: Z grzybami nigdy nic nie wiadomo; **wirówka panoramicznа:** „Szklana menażeria”; **krzyżówka z hasłem:** Nowy rozdział w naszym życiu; **logogryf:** „Nostalgia anioła”; **szyfr:** Leonardo DiCaprio; **krzyżówka:** rupia; **duet jolek:** Ciebie Boga wysławiamy; **krzyżówka A-Ż:** handlarz.

eprasa.pl 14123f10f5

Koszykarze Żubrów dobrą grę muszą potwierdzać zwycięstwami

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. **Koszykarze Żubrów Abakus Okna Białystok rundę rewanżową I ligi rozpoczną niedzielnym, domowym spotkaniem z Sokołem Łańcut. Początek spotkania o godz. 18**

Po ostatnich wzmocnieniach w kadrze, zespół Żubrów Abakus Okna Białystok prezentuje się lepiej. Nowy trener Kamil Piechucki głowi się i troi, by tchnąć w zespół wiarę, że w lidze nie wszystko jest jeszcze stracone.

- Żubry to już nie jest zespół z pierwszej rundy. Bardzo dobre transfery, dobry pomysł na grę trenera Piechuckiego, więc należą im się też brawa za walkę. Na pewno jeszcze niejeden mecz wygrają - to mówił po meczu z Żubrami trener GKS Tychy Tomasz Jagiełka.

Mecz jednak zakończył się porażką Białostoczan 70:76.

FOT. PAWEŁ BALEJKO

Zespół Żubrów Abakus Okna Białystok gra coraz lepiej, ale punktów w tabeli mu nie przybywa. W niedzielę ważny mecz z Sokołem Łańcut

Koszykarze Żubrów mają już bardzo dużą stratę do bezpiecznego miejsca gwarantującego utrzymanie się w gronie pierwszoligowców, a z drugiej ligi spadają dwie ostatnie drużyny.

Jeżeli przyjąć, że zespoły z miejsc spadkowych (Miners, Noteć, Politechnika Opolska) są w stanie uzyskać podobny swój wynik w meczach drugiej rundy, jak w pierwszej, to tak na dobrą sprawę, nasi koszykarze potrzebują 9, 10 zwycięstw, by myśleć realnie o uniknięciu degradacji. A spotkań do rozegrania pozostało już tylko sześć naście

O wygraną Białostoczanie w niedzielę powalczą u siebie z Sokołem Łańcut, z drużyną, z którą w pierwszym meczu sezonu przegrali na wyjeździe 70:75.

O sytuacji swojego zespołu przed startem drugiej rundy, mówił jeszcze po meczu z GKS Tychy trener Żubrów Abakus Okna Kamil Piechucki:

- Widzę potencjał w tym zespole. Zresztą widać, ludzie przychodzą, jest dobra atmosfera i mamy realnie szansę zagrać lepszą koszykówkę w drugiej rundzie i w drugich 16 spotkaniach. Czy nam się to uda? Nie jestem na ten moment w stanie powiedzieć. Wiem, że będziemy dobrze pracować i przy odrobinie szczęścia również ze zdrowiem, jesteśmy w stanie wygrywać mecze. Nie szukamy meczu nr 10, szukamy meczu nr 1 w drugiej rundzie i chcemy na to wszystkie siły postawić - mówi trener Żubrów Kamil Piechucki.

©℗

Program 18. kolejki

Piątek, 9.01: OPTeam Energia Polska Resovia - SKS Fulimpex Starogard Gdański (18.00), Kotwica Port Morski Kołobrzeg - WKK Active Hotel Wrocław (19.00). **Sobota, 10.01:** ŁKS Coolpack Łódź - KSK Qemetica Noteć Inowrocław (18.00), Enea Basket Poznań - GKS Tychy (20.00), Weegree AZS Politechnika Opolska - KKS Polonia Warszawa (20.00). **Niedziela, 11.01:** Decka Pelplin - Miners Katowice (15.00), Żubry Abakus Okna Białystok - Solvera Sokół Łańcut (18.00), Enea Abramczyk Astoria Bydgoszcz - Novimex Polonia 1912 Leszno (18.00).

1. ŁKS Coolpack Łódź	16	29	1393-1228
2. SKS Fulimpex	16	29	1370-1257
3. Astoria Bydgoszcz	16	29	1426-1213
4. Decka Pelplin	16	27	1405-1320
5. PGE Spójnia Stargard	16	26	1347-1291
6. GKS Tychy	16	25	1341-1359
7. Solvera Sokół Łańcut	16	25	1357-1395
8. Novimex Polonia 1912	16	24	1246-1289
9. KKS Polonia Warszawa	16	24	1283-1354
10. WKK Active Hotel	16	23	1281-1307
11. Enea Basket Poznań	16	23	1290 - 1279
12. Resovia	16	23	1325-1326
13. Kotwica PM Kołobrzeg	16	22	1253-1255
14. Politechnika Opolska	16	21	1316-1348
15. Noteć Inowrocław	16	21	1276-1379
16. Miners Katowice	16	20	1290-1395
17. Żubry Abakus Okna	16	17	1228-1432

Hurkacz i Świątek pełni wiary przed ćwierćfinałem United Cup

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

W dwóch ostatnich edycjach United Cup Polsce brakowało jednego zwycięstwa do zdobycia trofeum. Iga Świątek i Hubert Hurkacz są sercem i duszą reprezentacji od początku turnieju.

W 2023 roku Polska przegrała w półfinale z USA, a w dwóch kolejnych latach dotarła do finału. Mecze o tytuł przegrała, kolejno, z Niemcami i USA.

W środę duet Iga Świątek i Hubert Hurkacz z powodzeniem doprowadził Polskę do fazy pucharowej, w której w ćwierćfinale zmierzy się z gospodarzami turnieju – Australią.

Fazę grupową obecnej edycji Biało-Czerwoni przeszli w świetnym stylu, wygrywając po 3:0 z Niemcami i Holandią. Duża w tym zasługa Hurkacza, który w Sydney wrócił po ponadpółrocznej przerwie spowodowanej kontuzją kolana.

– Nie wiedziałem, czego się po sobie tutaj spodziewać. Oczywiście, generalnie oczekujemy wiele, ale rzeczywistość mogła okazać się inna. Wiedziałem, że jestem gotowy. Nadal jednak potrzebuję czasu, żeby się poprawić i rozwinąć – powiedział „Hubi" po awansie do ćwierćfinału.

Po tym, jak Hurkacz potwierdził swoje zwycięstwo nad Alexandrem Zverevem w swoim powrocie do rozgrywek ATP, pokonując Holendra Tallona Griekspoora i oficjalnie zapewniając sobie awans jako zwycięzca grupy F, Iga Świątek z łatwością pokonała Suzan Lamens w dwóch setach.

– Byłam bardziej precyzyjna w pracy nóg. Myślę więc, że to była poprawa w porównaniu z poprzednim meczem. „Hubi" również zagrał niesamowicie, więc mogłam wyjść na kort z dużą pewnością siebie, bo on już w pewnym sensie wprowadził nas do ćwierćfinału. Mogłam po prostu grać swobodnie – oceniła druga rakieta świata.

Gospodarze czekają w ćwierćfinałach, a Alex de Minaur zapewni Hurkaczowi kolejną szansę sprawdzenia się z rywalem z pierwszej dziesiątki w jego pierwszym występie od czasu operacji prawego kolana w lipcu ubiegłego roku.

– Prawdopodobnie jest blisko, a może nawet najwyżej w rankingu, jaki kiedykolwiek miał. Jest naprawdę szybki, porusza się po korcie niesamowicie dobrze. To będzie więc dobre wyzwanie, zwłaszcza przed australijską publicznością. Będzie świetna zabawa i nie mogę się doczekać meczu – powiedział Hurkacz, który ma bilans 1-2 z De Minaurem.

FOT. MARCIN CHOLEWIŃSKI/REX/EASTNEWS

Hubert Hurkacz i Iga Świątek po wygranych meczach w grupie z Niemcami i Holandią poprowadzą reprezentację Polski w meczu ćwierćfinałowym United Cup z Australią

Z dwoma zawodnikami z czołowej dziesiątki rankingu na jednym turnieju Hurkacz wygrał ostatnio w 2022 roku w Halle. Wówczas w ćwierćfinale pokonał dziewiątego Kanadyjczyka Felixa Augera-Aliassime'a, a w finale lidera zestawienia Rosjanina Daniiła Miedwiediewa.

Świątek miała na razie teoretycznie słabsze rywalki, ale 39. w rankingu Niemka Eva Lys sprawiła jej sporo problemów. Ostatecznie Polka wygrała 3:6, 6:3, 6:4. Holenderkę Suzan Lamens (97. WTA) pokonała natomiast 6:3, 6:2.

W piątek Iga rozpocznie spotkanie z Mayą Joint, 19-letnią australijską tenisistką numer 1.

W 2025 roku Joint zdobyła dwa tytuły WTA i awansowała na 32. miejsce w rankingu, jako jedna z wielolu debiutantek w swojej karierze. Z powodu choroby nie brała udziału w meczu otwarcia Australii z Norwegią, a we wtorek przegrała w swoim debiucie w 2026 roku z Czeszką Barborą Krejcikovą.

Wspominając podobny moment swojej kariery, Świątek stwierdziła, że nigdy nie uważała się za wschodzącą gwiazdę, czekając na przełomowy moment jako mistrzyni Rolanda Garrosa w 2020 roku.

– Po prostu (starałam się) grać jak najlepiej, będąc outsiderką. Szczerze mówiąc, to była niezła zabawa. Tęsknię za tamtymi czasami. Pamiętam, jak grałam przeciwko Ash (Barty). Czułam, jak dobra jest, kiedy była numerem jeden i tak solidna. Naprawdę mnie zainspirowała. Bycie outsiderem i bycie wschodzącą gwiazdą z tą świeżością, którą w sobie nosisz, to wspaniałe uczucie. To moment, w którym najbardziej poprawiasz swoją grę – wspominała sześciokrotna triumfatorka Wielkiego Szlema.

Świątek uważa, że Joint jak dotąd „radzi sobie świetnie". Mimo że ceni sobie jej inteligencję i skromność, 24-latka ma jednak w Sydney sprawy do załatwienia.

– Życzę jej wszystkiego najlepszego, ale nie za dwa dni – powiedziała z uśmiechem Iga.

Mecz rozpocznie się o godz. 7.30 czasu polskiego od pojedynku Świątek z Joint. Po nich na kort wyjdą Hurkacz i de Minaur, a na zakończenie rozegrany zostanie mikst.

Na zwycięzców tego ćwierćfinału czekają już broniący tytułu Amerykanie. W drugim półfinale Szwajcaria zagra z Belgią.©℗

eprasa.pl 14123f10f5

SPORT

www.sportowy24.pl

PIŁKA NOŻNA. **Plejada gwiazd na turnieju w Suwałkach**

Zjazd gwiazd piłki nożnej i rozrywki zobaczą suwalscy kibice podczas Mikołajkowego Turnieju im. Tomka Godlewskiego, który gościć będzie hala Suwałki Arena. W składach drużyn są m. in. prezenter pogody Tomasz Zubilewicz (na zdjęciu), aktorzy Rafał Mroczek i Marcin Mroczek, Maciej Makuszewski, Tomasz Hajto i Szymon Kołecki. Początek w sobotę o godz. 13, a wszystkie bilety zostały już sprzedane. **KW**

FOT. ŚLEPSK MALOW

PIŁKA NOŻNA
Wracają z wypożyczeń
Maksim Kononow (ostatnio Unia Skierniewice) oraz Szymon Stypułkowski (Pogoń Siedlce) wracają z wypożyczeń i będą występować w trzecioligowych rezerwach Jagiellonii Białystok. **KW**

Siatkarze Ślepska Malow Suwałki zagrają w Trójmieście

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **Siatkarze Ślepska Malow Suwałki w kolejnym meczu PlusLigi zagrają na wyjeździe z Energą Trefl Gdańsk. Początek spotkania w piątek, 9 stycznia o godz. 20.00**

Zespół z Gdańska ma w tabeli 10 punktów więcej od Ślepska Malow i zajmuje 7. miejsce.

Bilans dotychczasowych spotkań obu drużyn w Plus Lidze jest prawie remisowy. Energa Trefl wygrała 7 spotkań, Ślepsk Malow zwyciężył w sześciu meczach. Bilans setów: 26:24 dla Energii.

Program najbliższych spotkań:
Piątek, 9.01: Energa Trefl Gdańsk - Ślepsk Malow Suwałki (godz. 20.00). **Wtorek, 13.01:** ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - PGE GiEK SKRA Bełchatów (17.30), BOGDANKA LUK Lublin - InPost ChKS Chełm (20.00). **Środa, 14.01:** PGE Projekt Warszawa - JSW Jastrzębski Węgiel (20.00). **Czwartek, 15.01:** Cuprum Stilon Gorzów - Asseco Resovia Rzeszów (20.00)

1. BOGDANKA LUK Lublin	14	32	38:18
2. PGE Projekt Warszawa	14	31	33:15
3. Indykpol AZS Olsztyn	14	29	36:23
4. Warta Zawiercie	14	27	32:20
5. PGE SKRA Bełchatów	13	27	30:20
6. Asseco Resovia	14	26	31:21
7. Energa Trefl Gdańsk	14	24	32:24
8. JSW Jastrzębski Węgiel	14	24	29:24
9. ZAKSA Kędzierzyn-Koźle	14	17	29:34
10. Ślepsk Malow Suwałki	14	14	20:33
11. Barkom Każany Lwów	15	11	22:40
12. Cuprum Stilon Gorzów	14	11	19:37
13. Steam Hemarpol	14	11	18:37
14. InPost ChKS Chełm	14	10	14:37

Jagiellonia jest wielką potęgą w mediach społecznościowych

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Jagiellonia Białystok to potęga PKO Ekstraklasy nie tylko ze względu na liczbę zdobytych punków i miejsce w tabeli.**

Duma Podlasia jest bardzo wysoko notowana jeśli chodzi o aktywność jej kibiców w mediach społecznościowych, a na TikToku Żółto-Czerwoni nie mają sobie równych.

Analizę dokonał Instytut Monitorowania Mediów (IMM) w oparciu o aktywność w okresie od 1 lipca do 21 grudnia 2025 roku na pięciu oficjalnych profilach klubów z PKO Ekstraklasy. Były to: X, Facebook, Instagram, YouTube oraz TikTok.

Pierwsze miejsce z 7,75 mln interakcji (suma reakcji, komentarzy i udostępnień) zajął Lech Poznań, wyprzedzając Legię Warszawa (4,38 mln), a tuż za ekipą ze stolicy była Jagiellonia (4,37 mln). Czołówkę uzupełniają: 4. Górnik Zabrze (3,7 mln), 5. Widzew Łódź (3,3 mln), 6. Motor Lublin (3,2 mln).

Najgorzej pod tym względem wypadł beniaminek - Bruk-Bet Termalica Nieciecza (0,29 mln).

Duma Podlasia najlepiej radziła sobie na Tik-Toku - 1,78 mln interakcji. Jaga zamieściła video, które miało najwięcej komentarzy (3292) na wszystkich analizowanych platformach. Był to wpis konkursowy z typowaniem wyniku meczu Jagiellonia Białystok - FK Novi Pazar oraz strzelca pierwszego gola dla gospodarzy w tym starciu. Do wygrania była koszulka meczowa klubu.

FOT. MAGDA CIASNOWSKA

Kibice Jagiellonii Białystok nie tylko imponowali frekwencją na meczach Dumy Podlasia. Byli też bardzo aktywni w mediach społecznościowych.

Na Instagramie i Facebooku najlepszy był Lech Poznań, na platformie X - Legia Warszawa, a na You Tubie - Motor Lublin. Klub z Lublina opublikował najbardziej zasięgowy materiał wideo - filmik z treningu akademii klubu (strzały głową do kosza), który wygenerował 59,5 milionów wyświetleń oraz ok. 0,5 mln interakcji.

Wśród najczęściej komentowanych wpisów podczas rundy jesiennej znalazły się informacje o porażce Lecha z Lincoln Red Imps z Gibraltaru w Lidze Konferencji (post z największą liczbą komentarzy na Facebooku) oraz przegranej Legii z Piastem Gliwice (druga największa liczba komentarzy na Facebooku). W obu przypadkach sekcje komentarzy stały się miejscem upustu frustracji kibiców, co paradoksalnie wywindowało te posty na szczyty rankingów aktywności.

- Na YouTubie czy TikToku kluczem do sukcesu jest kreatywny, viralowy format, czego dowodem jest globalny sukces Motoru Lublin. Jednak patrząc na platformy o charakterze bardziej opiniotwórczym, jak X oraz Facebook, widzimy, że to głównie porażki i sytuacje kryzysowe stają się paliwem dla największych zasięgów. Kibice znacznie chętniej wchodzą w interakcje w chwilach rozczarowania, co sprawia, że posty o przegranych meczach często notują wyższe wskaźniki zaangażowania niż te informujące o sukcesach – mówi Tomasz Lubieniecki, kierownik Działu Raportów Medialnych IMM.

ŚCIĄGA KIBICA

SIATKÓWKA
I liga kobiet: BAS Kombinat Budowlany Białystok - LTS Legionovia Legionowo (niedziela, godz. 16, w hali ZSRol. przy ul. Suchowolca 26).
II liga mężczyzn: REA CIRRO BAS Białystok - Kartpol Kobyłka (sobota, godz. 18, w hali SP 50 przy ul. Pułaskiego 96).
Turniej Finałowy Mistrzostw Województwa Podlaskiego Juniorek (Białystok, sobota, od godz. 10 i niedziela, od godz. 9.30, w hali ZSRol. przy ul. Suchowolca 26).
KOSZYKÓWKA
I liga mężczyzn: Żubry Abakus Okna Białystok - Sokół Łańcut (niedziela, godz. 18, w hali SP 50 przy ul. Pułaskiego 96).
FUTSAL
Turniej Finałowy Mistrzostw Polski U-13 (Białystok, piątek, od godz. 13, sobota, od godz. 8.30 i niedziela, od godz. 9, w hali ZSMech. przy ul. Broniewskiego 14).
TENIS STOŁOWY
I liga mężczyzn: Ósemka Białystok - Top Solec Kujawski (sobota, godz. 16, w hali SP 45 przy ul. Łagodnej 10).
PIŁKA NOŻNA
Mikołajkowy Turniej im. Tomka Godlewskiego (Suwałki, sobota, godz. 13, w hali Suwałki Arena przy ul. Zarzecze 26).
SZACHY
Turniej z cyklu „Grand Prix Białegostoku Zima-Wiosna 2026" (piątek, godz. 17.15, w sali SP 45 przy ul. Łagodnej 10).
Turniej z cyklu Białostockiej Szachowej Ligi Szkolnej (sobota i niedziela, od godz. 10, w sali SP 45 przy ul. Łagodnej 10). **KW**

Białostoczanki nie dały rywalkom żadnych szans. W nagrodę awansowały na ligowe podium

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **BAS Kombinat Budowlany Białystok bez zarzutu wywiązał się z roli w faworyta w meczu I ligi siatkarek z Nike Węgrów, wygrywając w hali czerwonej latarni tabeli 3:0.**

Zdobycie kompletu punktów sprawiło, że Podlasianki awansowały na trzecie miejsce.

Potyczka w Węgrowie była bardzo nierówna pod względem poziomu obu ekip. Tak łatwe wygrane określa się w siatkarskim żargonie mianem „godzina z prysznicem" i pomyłka była niewielka, bo przyjezdne uwinęły się w 76 minut.

FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

U siebie siatkarki BAS-u KB Białystok rozbiły Nike Węgrów w trzech setach. W rewanżu było podobnie.

Gospodynie nie były w stanie przeciwstawić się dobrze dysponowanym Białostoczankom i tylko na początku trzeciego seta prowadziły 12:10, ale nasze siatkarki szybko opanowały sytuację i przypieczętowały bezproblemowe zwycięstwo.

MVP potyczki wybrano Bettany McGlashan. Kanadyjska libero po raz kolejny potwierdziła, że znakomicie odnalazła się w białostockim zespole i stanowi jego mocny punkt.

Teraz pora na inauguracyjny w 2026 roku mecz I ligi pań w Białymstoku. Nasz zespół podejmie LTS Legionovię Legionowo, która w ostatniej kolejce postawiła się wiceliderkom z KSG Warszawa, przegrywając 2:3. Ze względu na rozgrywki juniorek spotkanie wyjątkowo odbędzie się w niedzielę (11 stycznia), początek o godz. 16.

WYNIKI 13. KOLEJKI
Nike Węgrów - BAS Kombinat Budowlany Białystok 0:3 (17:25, 18:25, 20:25).
BAS KB Białystok: Szczepuła, Senica, Wojciechowska, Bałdyga, Surlit, Stepko, McGlashan (libero) oraz Nowacka, Bandurska, Karnicka i Stafecka. ©℗

Credo Płomień Sosnowiec - MKS Copco Imielin 0:3, Komunalnik Nysa - SMS PZPS I Szczyrk 3:2, LTS Legionovia Legionowo - KSG Warszawa 2:3, KS Piła - MKS Kalisz 1:3, Karpaty Krosno - Solna Wieliczka 3:1.

1. MKS Kalisz	13	36	36:8
2. KSG Warszawa	13	34	37:12
3. BAS KB Białystok	**13**	**27**	**33:17**
4. KS Piła	13	25	29:20
5. MKS Imielin	13	21	25:21
6. Płomień Sosnowiec	13	20	25:24
7. LTS Legionovia	13	18	25:27
8. Solna Wieliczka	13	17	20:25
9. Karpaty Krosno	13	15	19:28
10. Komunalnik Nysa	13	14	21:30
11. SMS PZPS I Szczyrk	13	6	13:37
12. Nike Węgrów	13	1	5:41

©℗

eprasa.pl 14123f10f5

REKLAMA 0111440598

ŚWIĘTUJEMY! 50 LAT CENTRAL

9 i 10 stycznia 2026 r.

OBUWIE DAMSKIE I MĘSKIE

każda druga para *

taniej 50%

CENTRAL

salon Eleganza, I piętro
ul. M.C. Skłodowskiej 2/1

* rabat udzielany jest od obowiązującej ceny na każdą druga parę obuwia w niższej lub jednakowej cenie

eprasa.pl 14123f10f5