dziś SPORTOWY24

● **Piłkarze Jagiellonii** przegrali z Lechią Gdańsk 0:3 i stracili fotel lidera **str. 16** ● **Siatkarze Ślepska Malow Suwałki** w ostatnim meczu u siebie przegrali 2:3 **str. 20**

Już dziś specjalny dodatek **Kobieca Twarz**

● A w nim prezentujemy kandydatki biorące udział w naszej akcji

Nr. 46 (21009)

GAZETA WSPÓŁCZESNA 75 LAT

Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Poniedziałek 9.03.2026

www.wspolczesna.pl

Pierwsze operacje usunięcia pęcherza moczowego z użyciem robota wykonano w BCO **str. 3**

FOT. A. GRYZA-ANESZKO

Ceny paliw w górę. Kierowcy tankują więcej, niż przed wybuchem wojny na Bliskim Wschodzie **str. 3**

Rok Andrzeja Wajdy w Suwałkach. Będą spotkania, wystawy, pokazy filmowe i festiwal **str. 5**

Nr ISSN 0137-9488 Nr indeksu 350133

FOT. UM ŁOMŻA

ŁOMŻA

Miasto Łomża oraz Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej w Łomży przygotowały akcję przekazania czujników dymu dla seniorów. Sto takich urządzeń trafi dla Klubu „Senior +" oraz dla Dziennego Domu „Senior +". Wszystkie zostaną przekazane bezpłatnie. Jak podkreśla zastępca prezydenta Łomży Andrzej Stypułkowski, inicjatywa ma charakter profilaktyczny i jest elementem działań na rzecz poprawy bezpieczeństwa mieszkańców Łomży. Zakup czujek dymu i tlenku węgla został sfinansowany przez MSWiA w ramach Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej.

BUDZISKO

Ukrainiec zatrzymany na granicy. Miał sfałszowane dokumenty i kokainę

Do pięciu lat więzienia grozi 23-letniemu Ukraińcowi, który posługiwał się sfałszowanym dowodem osobistym i przewoził kokainę; zatrzymano go na granicy z Litwą w Budzisku - poinformowała w sobotę Straż Graniczna.

Mężczyzna był zatrzymany w czwartek na punkcie tymczasowej kontroli granicznej na granicy polsko-litewskiej w Budzisku. Chciał wjechać do Polski w autokarze rejsowym z Tallina do Berlina.

Kontrolującym go funkcjonariuszom Straży Granicznej z Rutki Tartak przedstawił łotewski dowód osobisty.

„Wygląd okazanego dokumentu wzbudził wątpliwości funkcjonariuszy. Po weryfikacji okazało się, że został on podrobiony na wzór oryginalnego. Cudzoziemiec oświadczył, iż jest obywatelem Ukrainy" - poinformowała Straż Graniczna.

W toku dalszej kontroli okazało się także, że w torebce foliowej mężczyzna miał kilkanaście gramów białego proszku, a badania potwierdziły, że to kokaina. Miał także ze sobą 37 tys. euro, sześć telefonów komórkowych i 10 kart SIM.

Ukrainiec usłyszał zarzuty posługiwania się podrobionym dokumentem tożsamości, a także dokonania dostawy środka odurzającego, czyli kokainy.

Zastosowano wobec niego dozór policyjny, zakaz opuszczania kraju i zabezpieczenie finansowe w wysokości 4 tys. zł na poczet przyszłych kar. Ma też wydany przez SG nakaz powrotu do kraju pochodzenia. Przez 10 lat nie będzie mógł także przyjeżdżać do krajów strefy Schengen. (PAP)

PODLASKIE SZPITAL W SEJNACH NIE UTWORZY TAKIEGO MIEJSCA

Pokoje narodzin zamiast porodówek? Na razie nie powstają

Ochrona zdrowia
Anna Gryza-Aneszko

Dyrekcja szpitala w Sejnach, gdzie niemal dwa lata temu zlikwidowano porodówkę, nie będzie tworzyć tzw. pokoju narodzin. Nie jest natomiast wykluczone, że o kontrakt wystąpi szpital w Mońkach - tu decyzja zapadnie w najbliższych dniach.

Ministerstwo Zdrowia wprowadziło od 31 stycznia br. możliwość tworzenia tzw. pokoi narodzin. Mają one powstawać w szpitalach, gdzie zlikwidowano oddziały położniczo-ginekologiczne, a odległość do najbliższej porodówki przekracza 25 kilometrów. W takim miejscu przez całą dobę miałaby dyżurować położna. Jej zadaniem byłaby pomoc kobiecie, która zgłosi się do szpitala z objawami rozpoczynającego się porodu. Położna miałaby ocenić stan pacjentki, a następnie zorganizować transport specjalnie wyposażoną karetką do najbliższego oddziału położniczo-ginekologicznego. Jeśli jednak akcja porodowa byłaby bardzo zaawansowana, mogłaby przyjąć poród na miejscu. Dotąd w Polsce nie powstał jednak żaden pokój narodzin. Dyrektorzy szpitali mają bowiem wiele wątpliwości.

W woj. podlaskim taki pokój mógłby powstać np. w Sejnach, gdzie porodówka została zamknięta w kwietniu 2024 r. Ale już wiadomo, że nie powstanie. - Przypominam, że nasze położnictwo zostało zamknięte z powodu braku pediatrów, nie z powodu braku ginekologów czy z powodu finansowych. Zamknęliśmy oddział pediatryczny, ale nadal funkcjonuje u nas oddział ginekologiczny, gdzie pracują specjaliści, którzy odbierali przez wiele lat porody, wykonywali cesarskie cięcia. Mamy także zapewnioną całodobową opiekę anestezjologa - mówi Waldemar Kwaterski, dyrektor sejneńskiego szpitala.

Obecnie kobiety z Sejneńszczyzny jeżdżą do szpitali w Suwałkach, Augustowie, Olecku, a także do Białegostoku. Jednak w nagłych wypadkach dojazd może okazać się prawdziwym wyzwaniem. Sejneński szpital jest przygotowany do udzielania pomocy kobietom w nagłych sytuacjach i ma nadal salę porodową.

- Chyba to jest lepsze zabezpieczenie niż położna tylko z pokojem i ze sprzętem, który będzie przy izbie przyjęć - podkreśla Kwaterski. - Każda kobieta, która będzie czuła zagrożenie, że może nie zdążyć do Suwałk czy do Augustowa, tutaj zawsze otrzyma pomoc ginekologiczną. Zdrowie kobiety i dziecka jest najważniejsze i ta pomoc będzie udzielona zawsze o każdej porze dnia i nocy - zapewnia dyrektor. Jego zdaniem nowe rozwiązanie wprowadza pewną sprzeczność. - Mamy oddział ginekologiczny, nie możemy prowadzić położnictwa, bo nie mamy pediatry, a w pokoju narodzin pediatra nie jest wymagany, więc to delikatna sprzeczność - dodaje.

Jak zauważa Kwaterski znacznie bardziej logiczne byłoby wsparcie istniejącego oddziału ginekologicznego.

- Szpitale, które nadal mają oddział ginekologiczny i personel, który przez lata zajmował się porodami, mogłyby ewentualnie otrzymać dofinansowanie na gotowość dodatkowej położnej na tym oddziale, która mogłaby również udzielać świadczeń porodowych, ale wszystko już w istniejącym miejscu. Nie widzę sensu tworzenia dodatkowego pokoju narodzin - mówi.

Dyrektor zwraca też uwagę, że podpisanie umowy z NFZ oznaczałoby także nowe obowiązki organizacyjne. - Trzeba kupić karetkę, która będzie tylko i wyłącznie czekać na poród, a taki może zdarzyć się raz na kwartał czy pół roku. Oprócz tego muszę mieć ratownika i kierowcę w tym samochodzie - wylicza.

O ogromnej odpowiedzialności związanej z powstaniem pokoju narodzin mówi także dyrektor szpitala w Bielsku Podlaskim.

- My nie spełniamy wymogów, by mógł u nas powstać taki pokój, ale nawet jeśli, to byśmy się na to nie zdecydowali. Kto weźmie odpowiedzialność za powikłania, za śmierć w przypadku jakichś zdarzeń niepożądanych. Posiadanie oddziału położniczo-ginekologicznego wiąże się z posiadaniem dwóch lekarzy na co dzień, jeden lekarz na dyżurze, plus pielęgniarki, położne, anestezjolog, a w pokoju narodzin schodzimy tylko do jednej osoby. Jeżeli nastąpi śmierć noworodka, to wtedy wszystkie osoby decyzyjne będą za to odpowiadać - komentuje dyrektor Piotr Selwesiuk.

W Podlaskiem otwarcie pokoju narodzin rozważa natomiast szpital w Mońkach. Jak powiedział dyrektor placówki, Sebastian Wysocki, obecnie trwają analizy zasadności i potrzeb takiego rozwiązania oraz bilansowania finansowego. Decyzja zostanie podjęta w najbliższych dniach.

eprasa.pl 68a0af8902

Jutro w naszej gazecie
Strefa Biznesu

- Polska stawia na wiatr. Potrzebujemy tańszych kontraktów dla lokalnych firm
- Coraz więcej jednodniowych zwolnień lekarskich

AUTOPROMOCJA 0110987259

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

Wybrano 30 kandydatów do Podlaskiej Marki 2025

Konkurs
PAP

30 firm, produktów, wydarzeń, innowacji, odkryć czy projektów na rzecz społeczeństwa i osób z niepełnosprawnościami zostało nominowanych do nagrody Podlaska Marka 2025 - poinformowano w piątek na konferencji prasowej. Zwycięzców poznamy na gali 17 kwietnia.

Podlaska Marka organizowana jest przez Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego od 2004 r. - W tym roku wpłynęło 258 zgłoszeń, to rekord - powiedział marszałek województwa podlaskiego Łukasz Prokorym.

W kategorii produkt spożywczy nominowani to: kindziuk ZMB Białystok, dziki łosoś firmy Suempol i jogurt pitny skyr Piątnicy. Wśród produktów użytkowych o nagrody powalczą: tradycyjna tkanina dwuosnowowa Bernardy Rość, Kajakowa Rospuda i produkty do pielęgnacji włosów firmy Neboa. Nowa siedziba filii Uniwersytetu w Białymstoku w Wilnie (Litwa), ośrodek sportowy na Zawadach w Białymstoku i ścieżki edukacyjno-przyrodnicze w Siemiatyczach - to nominowani w kategorii inwestycje. Wśród odkryć nominowano: owocowę ekoskórę z wytłoków jabłkowych oraz pulpę z porzeczki Politechniki Białostockiej, apartamenty Enklawa Białowieska Forest&Spa i Muzeum im. Marii Konopnickiej w Suwałkach. Wśród wydarzeń nominowano: Niebieski Mikrofon - muzyczną nagrodę Polskiego Radia Białystok, Forum Biznesowe Pogranicza organizowane przez Park Naukowo-Technologiczny Polska-Wschód w Suwałkach oraz jubileusz 100. rocznicy powołania Policji Kobiecej przygotowany przez podlaską policję.

O nagrodę w kategorii kultura powalczą: projekt muzyczny Sw@da&Niczos, 100-lecie Diecezji Łomżyńskiej oraz XV edycja Festiwalu Rock na Bagnie. Cykl spotkań dla seniorów „Srebrna edukacja" i akcja „Studiuj w Białymstoku, studiuj w Podlaskiem" przygotowane przez Urząd Miejski w Białymstoku a także Podlaski Bon Turystyczny nadzorowany przez Podlaską Regionalną Organizację Turystyczną - to nominowani w kategorii społeczeństwo. Natomiast wśród firm o nagrodę powalczą: samochodowe instalacje gazowe firmy AC, sieć kawiarni The White Bear Coffee oraz producent ekstraktów roślinnych Greenvit. W kategorii projekty 4.0. nominowano: monitoring jakości wody w czasie rzeczywistym wspierany sztuczną inteligencją firmy Waterly, biologiczny opatrunek nowej generacji ze skóry ludzkiej Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, autonomiczny robot do zadawania paszy firmy Euromilk. Fundacja Naszpikowani, Tulone - projekt realizowany przez Towarzystwo Wspierania Inicjatyw Społecznych Alpi oraz koncert charytatywny zorganizowany przez Zakład Stolarki Budowlanej „Cal" - powalczą zaś o nagrodę w kategorii marka bez barier.

Ruszyło też internetowe głosowanie na Podlaską Markę Konsumentów, potrwa do 31 marca.

Spotkali się, aby wspomóc leczenie Zosi

Akcja
Magda Ciasnowska

Muzyka, aukcje charytatywne i kilkaset osób gotowych pomóc. W piątek w Pomigaczach odbył się bal „Drzewo Życia", podczas którego zbierano środki na leczenie 8-letniej Zosi Lewandowskiej, walczącej z agresywnym nowotworem wątroby.

Stodoła Howieńska w Pomigaczach wypełniła się gośćmi, którzy odpowiedzieli na apel o pomoc dla Zosi. W wydarzeniu uczestniczyło około 400 osób.

Bal „Drzewo Życia" został zorganizowany przez Fundację Viking Story oraz firmę Kuchnia Vikinga. Głównym celem było zebranie 2 mln zł na dalsze leczenie dziewczynki. - Zosia ma tylko osiem lat, a już od pięciu niestety choruje na nowotwór złośliwy z czwartym przerzutem. Jej jedynym jej ratunkiem jest wyjazd do Stanów Zjednoczonych - mówi Kamila Dawidzuk, prezes Fundacji Viking Story. - Zosia zaraża swoim uśmiechem i energią. Ta dziewczyna nas po prostu w sobie rozkochała. Zebraliśmy więc siły i działamy.

Wieczór poprowadzili Cezary Pazura i Klaudia Halejcio. Na scenie pojawili się znani artyści -LemON i Ania Dąbrowska, a także podlaski duet Sw@da x Niczos, który łączy nowoczesną elektronikę z inspiracjami podlaskim folklorem.

- Widząc tutaj tyle ludzi i tak wiele znanych osób zaangażowanych w pomoc, serce naprawdę rośnie. Jestem po prostu speszona i brakuje mi słów, gdy widzę wszystkie te osoby, które zdecydowały się wesprzeć Zosię. To niesamowite, że to wszystko jest dla mojego dziecka - przyznaje ze wzruszeniem Anna Lewandowska, mama Zosi.

Finalnie udało się zebrać potrzebną na leczenie w USA kwotę.

FOT. MAGDA CIASNOWSKA

Piątkowy wieczór prowadzili Cezary Pazura i Klaudia Halejcio. Na scenie pojawiło się też wielu artystów

Blisko 50 żołnierzy złożyło przysięgę wojskową

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Uroczysta przysięga odbyła się na placu przed Teatrem Dramatycznym w Białymstoku

Wojsko
Magda Ciasnowska

W sobotni poranek na placu przed Teatrem Dramatycznym w Białymstoku odbyła się uroczysta przysięga żołnierzy dobrowolnej zasadniczej służby wojskowej z 18. Białostockiego Pułku Rozpoznawczego. Złożyło ją 48 żołnierzy, w tym dziewięć kobiet.

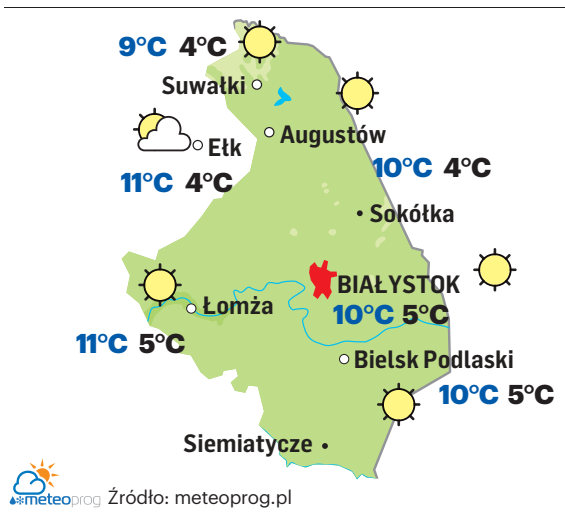
- Wszyscy dobrze wiemy, że dzisiejszy świat jest bardzo niespokojny. Naprawdę trzeba wiele odwagi, by założyć mundur i złożyć przysięgę. Bardzo wam dziękuję i gratuluję tej odwagi, wyboru i przyrzeczenia. Gratuluję również waszym rodzicom i znajomym, którzy może niejednokrotnie przyczynili się do tego, że tu dzisiaj przed nami stoicie – zwracał się do żołnierzy płk. Piotr Ciapka, dowódca 18. Białostockiego Pułku Rozpoznawczego.

– W piramidzie potrzeb dziś najważniejsze miejsce zajmuje bezpieczeństwo. Chcemy być bezpieczni jako jednostki i jako wspólnota narodowa. A to gwarantujecie wy - oddani Ojczyźnie żołnierze Wojska Polskiego. Bezpieczeństwo to nie zabieg retoryczny albo dobrze brzmiące hasło, ale konkretne działania podejmowane przez was każdego dnia, to instytucje, które za tymi działaniami stoją, siła państwa, kompetencje decydentów i odporność społeczna. To wszystko jest nam dziś bardzo potrzebne – zaznaczał Jacek Brzozowski, wojewoda podlaski.

Nowo zaprzysiężeni żołnierze muszą zdecydować, jak będzie wyglądała ich dalsza służba.

Do pozostania w wojsku zachęcał dowódca pułku. – Wierzę, że wielu z was połączy się z żołnierzami zawodowymi, z 18. Pułkiem Rozpoznawczym lub innymi jednostkami, najlepiej z woj. podlaskiego – mówił.

Pogoda w regionie



Źródło: meteoprog.pl

9 MARCA 2026

Dziś 68. dzień roku
Do sylwestra pozostało 297 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 5.54, zachód o godzinie 17.21. Dzień będzie trwać 11 godzin i 26 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 5 godzin i 30 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 3 godziny i 53 minuty.

Imieniny dziś obchodzą:
Katarzyna, Franciszka

KALENDARIUM

1652
Władysław Wiktoryn Siciński nie zgodził się na prolongatę obrad Sejmu poza przewidziany prawem czas, co błędnie przyjmuje się za pierwsze w historii zerwanie Sejmu z wykorzystaniem zasady liberum veto.

1959
Na targach zabawek w Nowym Jorku zaprezentowano lalkę Barbie.

FOT. ADAM JANKOWSKI

1983
Przed sądem w Grudziądzu rozpoczął się proces Anny Walentynowicz oskarżonej o zorganizowanie strajku w Stoczni Gdańskiej.

1989
Katastrofa pociągu z chlorem w Białymstoku. Około godziny 3:00 pociąg przewożący chlor z ZSRR do NRD, w wyniku pęknięcia szyny, wykoleił się w okolicach ul. Poleskiej.

2017
Donald Tusk (na zdjęciu) został ponownie wybrany na stanowisko przewodniczącego Rady Europejskiej.

eprasa.pl 68a0af8902

Ceny paliw idą w górę. Wielu kierowców tankuje do pełna

Ceny
Andrzej Kłopotowski

Diesel już powyżej 7 zł za litr. Z kolei 95-ka już za ponad 6 zł za litr. Tak wyglądała w piątek sytuacja z cenami na białostockich stacjach benzynowych. Ich pracownicy przyznają, że kierowcy tankują więcej niż przed wybuchem wojny na Bliskim Wschodzie.

W piątek pojechaliśmy na kilka stacji zobaczyć, jak kierowcy reagują na ceny paliw. Na początek ta koło hipermarketu Auchan na Hetmańskiej.

- Ostatnio tankowałem po 5,39 zł za litr benzyny „dziewięćdziesiątki piątki" - wspomina pan Wojtek, który podjeżdża właśnie pod dystrybutor.

- Po ile będzie dziś? - pytam zanim spojrzy na cennik.

- Tu zawsze jest taniej. Z reguły o kilkadziesiąt groszy mniej niż u innych. Obstawiam, że jakieś 6,10 zł za litr - odpowiada.

Jest nieco drożej. Cena na stacji to 6,18 zł za litr. Pan Wojtek tankuje do pełna. Czy jest zaskoczony?

- Z jednej strony miło, że dalej jest taniej, niż u innych. Z drugiej niemiło, że nie jest wciąż poniżej 6 zł za litr - kwituje. Dodaje, że jeździć przecież musi. Baniaków w bagażniku nie ma. Paliwa nie „chomikuje".

Obok tankuje pani Monika.

- Były zapowiedzi, że ceny nie wzrosną. A wzrosły. Zużywam dużo paliwa. Dojeżdżam do pracy w innym województwie, tygodniowo robię 600 km. Różnicę, niestety, daje się odczuć w portfelu. Dziś cena to 6,18 zł za litr. Ostatnio - jeśli dobrze pamiętam - było to 5,65 zł - dzieli się swoimi spostrzeżeniami. Mimo wszystko patrzy na całą sytuację spokojnie. - Podobno, jako Polska, mamy zapasy na 90 dni.

Na stacji sieci Circle K tankuje pan Przemek. Rejestracja pokazuje, że przyjechał już z Mazowieckiego.

- Przed podwyżką tankowałem za sto złotych i po podwyżce też tankuję za sto złotych - śmieje się. - Tylko paliwa leję do baku mniej.

Tu cena w piątek to 6,52 zł. Pan Przemek mówi, że przed tygodniem było jakieś 50 gr taniej.

- Nie było mnie akurat tydzień w pracy. Aż się zdziwiłam, gdy przyszedł dziś pierwszy klient zapłacić za diesla. Cena wzrosła o około złotówkę - dzieli się spostrzeżeniami jedna z pracownic sieciowej stacji.

W kasie pod hipermarketem słyszę: - Ruch mamy znacznie większy. Klienci też tankują więcej niż zwykle. Więcej osób tankuje do pełna.

- Przyjeżdżają z kanistrami? - dopytuję.

- Zdarza się, że tankują „do bagażnika", niektórzy „do przyczepki". Ale z baniakami przyjeżdżają tak naprawdę pojedyncze osoby - pada odpowiedź.

Podsumowując. W piątek w Circle K na Jana Pawła II diesel był po 7,26 zł, etylina Pb95 po 6,52 zł za litr. Na stacji Auchan było to 7,18 zł (za diesla) i 6,18 zł (za litr Pb95). W Orlenie na Kopernika -7,09 (za diesla) i 6,52 zł (za Pb95).

Urszula Cieślak, analityk z zajmującej się rynkiem paliw spółki Reflex mówi, że ceny paliw w hurcie znów podrożały, a to oznacza „miejsce" na kolejną podwyżkę w detalu. Wylicza przy tym, że w ciągu ostatniego tygodnia diesel skoczył średnio o 1,01 zł za litr z kolei Pb95 średnio o 52 gr za litr. Z czego wynika taka różnica w skokach między benzyną a dieslem?

- Polska i Europa importowały duże ilości diesla z Bliskiego Wschodu. Obecnie musi być sprowadzany z innych kierunków, np. Stanów Zjednoczonych czy Norwegii - wyjaśnia nasza rozmówczyni.

Dodaje, że Polska ma zapasy obowiązkowe paliw, które mają wystarczyć na 90 dni. Biorąc pod uwagę zapasy oraz import nie ma obaw, że paliw zabraknie. Chwilowe braki wynikają nie z tego, że paliwa nie ma, ale z tego, że nie ma go akurat jak dowieźć (chodzi np. o cysterny czy czas pracy kierowców). Natomiast inną kwestią jest to, jak długo potrwa wojna na Bliskim Wschodzie - czy to kwestia tygodni, czy miesięcy - oraz blokady cieśniny Ormuz. Od tego będą zależały skoki cen.

Podglądał w szpitalnej toalecie. 52-latkowi grozi nawet 5 lat więzienia

Z policji
opr. (R)

Do 5 lat pozbawienia wolności grozi mężczyźnie, który nagrał kobietę w szpitalnej toalecie. Jak się okazało, to nie jedyne przewinienie 52-letniego mieszkańca powiatu kolneńskiego. Teraz sąd zdecyduje o dalszym losie mężczyzny.

We wtorek rano dyżurny łomżyńskiej komendy otrzymał zgłoszenie, że w toalecie szpitala w Łomży mężczyzna nagrywał kobietę. Na miejscu policjanci zastali pracownika szpitala, zgłaszającą oraz 52-letniego mieszkańca powiatu kolneńskiego wskazanego przez pokrzywdzoną.

Kobieta powiedziała policjantom, że gdy weszła do kabiny toalety, słyszała, że w drugiej kabinie jest osoba. Kiedy rozebrała się, zauważyła, że pod ścianą oddzielającą kabiny ktoś włożył telefon. Zorientowała się, że jest nagrywana, szybko wyszła z toalety i wezwała pracownika szpitala.

52-latek nie przyznawał się do takiego zachowania. Dobrowolnie okazał policjantom zawartość galerii telefonu, próbując udowodnić swoją niewinność. Jednak po chwili w folderze usuniętych multimediów wyświetlił się film, na którym była uwieczniona zgłaszająca. Wtedy powiedział policjantom, że miał jakąś awarię telefonu, bo on nic nie nagrywał. Pracownicy szpitala powiedzieli mundurowym, że już wcześniej pacjenci zgłaszali podobne problemy. Dodatkowo w ściance oddzielającej kabiny wielokrotnie ujawniali wyżłobione dziury, które mogły służyć właśnie podglądaniu. Pracownicy na bieżąco naprawiali ubytki, jednak ktoś wciąż je tworzył.

Policjanci zatrzymali mężczyznę w policyjnym areszcie. Jak się okazało, już wcześniej był karany za przestępstwa na tle seksualnym. Śledczy w zabezpieczonym telefonie znaleźli inne podobne nagrania, dlatego nie wykluczają rozszerzenia zarzutów. 52-latek usłyszał już zarzut utrwalenia wizerunku nagiej osoby, za co grozi do 5 lat pozbawienia wolności. Prokurator zastosował wobec mężczyzny dozór policji oraz poręczenie majątkowe w wysokości 5 tys. zł.

Pierwsze takie zabiegi w regionie

Zdrowie
opr. (R)

Pierwsze na Podlasiu operacje usunięcia pęcherza moczowego z użyciem robota chirurgicznego wykonano w Białostockim Centrum Onkologii. To jedne z najbardziej skomplikowanych zabiegów w urologii onkologicznej.

Zabiegi wykonano u dwóch pacjentów w wieku 47 i 60 lat z zaawansowanym rakiem pęcherza moczowego. Operatorem był dr n. med. Mariusz Ciemerych, specjalista urologii z BCO. Operacje odbyły się pod nadzorem dr. Krzysztofa Ratajczyka z 4. Wojskowego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu.

Cystoprostatektomia, czyli radykalne usunięcie pęcherza moczowego wraz z prostatą, należy do najbardziej wymagających operacji w chirurgii urologicznej. Zabieg stosuje się u pacjentów z zaawansowanym rakiem pęcherza moczowego.

- Rocznie w Polsce wykonuje się około dwóch tysięcy cystektomii radykalnych, z czego coraz więcej metodą robotyczną. W zeszłym roku było to około piętnastu procent zabiegów i z każdym rokiem ten trend ma charakter wzrostowy. Jest to zabieg długi, wieloetapowy, w którym nie tylko usuwamy chory narząd, którym jest złośliwy nowotwór, ale też musimy wykonać dość skomplikowany etap rekonstrukcyjny, w którym łączymy przewód pokarmowy z układem moczowym i wytwarzamy nowy sposób wydalania moczu. To są takie zabiegi na ostatnim stadium możliwości leczenia - mówi dr Krzysztof Ratajczyk.

Wprowadzenie technologii robotycznej oznacza istotne korzyści dla pacjentów.

- Większość takich operacji była do tej pory prowadzona klasycznie, czyli metodą otwartą lub laparoskopowo. Jest to istotna różnica dla pacjenta, ponieważ jest krótsza hospitalizacja, pacjent nie wymaga gojenia ran, szybciej dochodzi do siebie przewód pokarmowy i taka hospitalizacja skraca się nawet o kilka tygodni - mówi dr Mariusz Ciemerych. - Dodatkową wartością tej operacji jest to, że możemy u młodych pacjentów zaoszczędzić pęczki naczyniowo-nerwowe, w związku z tym powalczyć o funkcje seksualne.

Docelowo w Białostockim Centrum Onkologii będzie wykonywanych około 40-50 takich operacji rocznie, dzięki czemu pacjenci z regionu nie będą musieli szukać tej formy leczenia w ośrodkach poza województwem.

FOT. BCO

W BCO wykonano pierwsze w regionie zabiegi usunięcia pęcherza moczowego z pomocą robota

REKLAMA 0011489789

Każdy dzień się dłuży?
Nie trać czasu!
Odkryj nowe możliwości kariery!

Dołącz do nas jako:
DORADCZYNI/DORADCA KLIENTÓW INDYWIDUALNYCH

Bank Polski

Praca stacjonarna w oddziale
PKO Bank Polski SA Oddział 1
Bielsk Podlaski, ul. Adama Mickiewicza 54

Na co dzień w naszym zespole:
- aktywnie sprzedajesz i promujesz produkty oraz usługi Grupy Kapitałowej naszego banku,
- realizujesz transakcje bezgotówkowe i/lub gotówkowe,
- wspierasz klientów w korzystaniu z nowoczesnych narzędzi oraz bankowości internetowej i mobilnej.

To stanowisko może być Twoje, jeśli:
- masz doświadczenie w sprzedaży bezpośredniej, telefonicznej lub obsłudze klienta,
- angażujesz się w swoją pracę i dążysz do osiągania celów,
- potrafisz pracować zarówno indywidualnie, jak i w zespole.

Co zyskujesz
umowa o pracę
opieka medyczna
system premiowy
platforma kafeteryjna
szkolenia i przygotowanie do pracy
możliwość rozwoju i podnoszenia kwalifikacji
Pracowniczy Program Emerytalny
oferta pracownicza

top EMPLOYER Polska Poland 2026 FOR A BETTER WORLD OF WORK

Aplikuj na pkobp.pl/kariera

eprasa.pl 68a0af8902

POLITYKA

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Białostoccy działacze Polski 2050 chcą odmrożenia prac nad ich projektem ustawy zakazującym używania telefonów komórkowych przez uczniów szkół podstawowych. Od pół roku dokument leży w sejmowej komisji edukacji i nauki.

– Projekt Polski 2050 o zakazie smartfonów w szkołach powstał dlatego, ponieważ wiemy, ile dzieci w wieku szkolnym spędzają czasu przed telefonem. Nie potrafią tego regulować, ale cóż się dziwić jak my dorośli również tego nie potrafimy - mówiła w piątek na konferencji prasowej Eliza Cybulko, białostocka liderka Polski 2050. Przypomniała, że projekt ustawy zakazującej używania smartfonów w szkołach jest od pół roku w sejmowej komisji edukacji i nauki. - Wysłaliśmy ponad tydzień temu pismo do przewodniczącej komisji Krystyny Szumilas, by na następnej komisji postawiła nasz projekt i żebyśmy mogli dalej go procedować - mówiła wiceprezydent Białegostoku.

Łukasz Nazarko, radny sejmiku, przypomniał, że w tej chwili dyrekcje szkół mogą regulować kwestie używania komórek w oparciu o statuty placówek. Dodał, że ok. 50 proc. szkół ma wpisane do statutów tego typu ograniczenia. - Naszym zdaniem jest to niewystarczające, a nasz projekt ma odciążyć dyrektorów i pedagogów poprzez obowiązek ustawowy - mówił Nazarko. - Nasza propozycja idzie z trendem europejskim. W wielu krajach już takie obostrzenia ustawowe obowiązują. (WAL)

Mieszkańcy „setek" nadal walczą o wykup lokali. Petycja u radnych

Samorząd
Andrzej Kłopotowski

To ma być swoista analiza mocnych i słabych stron utrzymywania komunalnych wielorodzinnych „setek" - czyli budynków, w których właścicielem w stu procentach jest gmina Białystok. Tematem już dzisiaj zajmą się radni z komisji skarg, wniosków i petycji. Podejmują go po piśmie mieszkańców zainteresowanych wykupem mieszkań.

Temat nie jest nowy. Dotyczy lokatorów niektórych budynków wielorodzinnych, które w całości należą do gminy. Chodzi o budynki m.in. przy Kazimierza Pułaskiego 85, Armii Krajowej 31, Borsuczej 6a, 8 i 10 czy Jana Matejki 22, 24, 26 i 28.

Najbardziej zabiegają o to lokatorzy z Pułaskiego oraz Matejki. W grudniu złożyli petycję do prezydenta i rady miasta. Podpisało się pod nią około 70 osób.

Mieszkańcy mówią, że o wykup mieszkań walczą od lat. Od lat też miasto odpowiada, że „setek" ruszać nie będzie.

- Wielu z nas zamieszkuje lokale od kilkudziesięciu lat, często ponad 40 lat, nierzadko w kilku pokoleniach. Przez cały ten czas regularnie ponosimy opłaty czynszowe, a bardzo często również z własnych środków wykonujemy niezbędne remonty, modernizacje, wymianę instalacji oraz bieżące naprawy, aby utrzymać te mieszkania w odpowiednim stanie. Jednocześnie wiemy, że zasób komunalny Białegostoku wymaga coraz większych nakładów finansowych wymiany okien, docieplеń, remontów klatek schodowych, piwnic i części wspólnych. Miasto, co jest zrozumiałe, nie dysponuje środkami pozwalającymi na przeprowadzenie tych prac na szeroką skalę - podnosi Krystyna Wołyniec, jedna z lokatorek bloku przy Pułaskiego.

Chcemy przeprowadzić swoistą analizę SWOT mocnych i słabych stron takiego rozwiązania – mówi radny Michał Karpowicz

Nasza rozmówczyni dodaje, że sprzedaż lokali odciążyłaby miasto od remontów - gmina mogłaby się skupić na budowie nowych mieszkań.

Przypomina też, że komunalne w poprzednich sprzedawane były z bonifikatami sięgającymi 95 proc.

- Proponujemy również możliwość wprowadzenia zapisu umownego uniemożliwiającego sprzedaż mieszkań przez minimum pięć lat pod rygorem zwrotu bonifikaty według ceny rynkowej, co zabezpieczyłoby interes miasta - dodaje Krystyna Wołyniec.

Tematem wykupu mieszkań w „setkach" zajmą się białostoccy radni z komisji skarg, wniosków i petycji.

Posiedzenie zaplanowano na dzisiaj.

- Chcemy przeprowadzić swoistą analizę SWOT mocnych i słabych stron takiego rozwiązania - mówi nam radny Michał Karpowicz (Koalicja Obywatelska), przewodniczący komisji. By poznać szczegóły na posiedzenie zaprosił wiceprezydenta Marka Masalskiego oraz dyrektora Zarządu Mienia Komunalnego Andrzeja Ostrowskiego. - Liczę, że wytłumaczą nam jakie są wady i zalety sprzedaży mieszkań w „setkach" - dodaje radny Karpowicz.

Przyznaje, że początkowo - po wykupie mieszkania z rabatem - może jest i więcej plusów.

- Często jednak szybko zaczynają się problemy. Znam przykłady, że lokatorzy z parteru czy I piętra nie chcą dokładać się do remontu windy w wieżowcu albo do remontu dachu, gdy zaczyna przeciekać mówiąc, że ich to nie dotyczy. Problemem są też udziały we wspólnocie. Nawet jeśli ZMK ma 20 czy 30 proc. udziałów w budynku, w głosowaniu ma tylko 1 głos, czyli tyle co każdy inny właściciel - zauważa.

Komisja ma przygotować odpowiedź na petycję mieszkańców.

REKLAMA 0011461045

Strategie na zdrowie przyszłości: XI Kongres Wyzwań Zdrowotnych w Katowicach o granicach wytrzymałości systemu i praktycznych rozwiązaniach

W terminie 12–13 marca 2026 r. Katowice staną się centrum debaty o przyszłości systemu ochrony zdrowia. XI Kongres Wyzwań Zdrowotnych, organizowany pod hasłem „Nowe strategie dla zdrowia. Czas na redefinicję celów i wyzwań", to najważniejsze i największe spotkanie z udziałem ekspertów, którzy reprezentują każdą grupę zawodową wpływającą na kształt systemu. Listę prelegentów tworzą uznane osobistości reprezentujące różne perspektywy systemu, na czele z Jolantą Sobierańską-Grendą, ministrą zdrowia. To już ostatni moment na rejestrację.

– W ochronie zdrowia nie brakuje diagnoz – dziś najbardziej brakuje uzgodnionych priorytetów i narzędzi wdrożenia. Dlatego w programie HCC 2026 stawiamy na rozmowę o rozwiązaniach: co się sprawdza, co można skalować, gdzie potrzebne są zmiany systemowe, a gdzie lepsza organizacja i współpraca. Chcemy, by kongres był miejscem, z którego uczestnicy wychodzą nie tylko z listą wyzwań, ale też z konkretnymi kierunkami działań – mówi **Klara Klinger**, redaktorka naczelna portalu rynekzdrowia.pl.

Program tegorocznej edycji kongresu koncentruje się na najpoważniejszych wyzwaniach dla ochrony zdrowia, wymagających praktycznych odpowiedzi – presji demograficznej, napięciach finansowych, tempie rozwoju technologii oraz rosnącym znaczeniu bezpieczeństwa w niestabilnym otoczeniu geopolitycznym. Mocnym akcentem programu będzie zdrowie psychiczne oraz oddanie głosu młodym i pacjentom. Ważną osią HCC 2026 będzie przełożenie diagnoz i rekomendacji na rozwiązania, które da się wdrażać w systemie, instytucjach oraz w codziennej pracy placówek: obok debat strategicznych zaplanowano sesje warsztatowe, okrągłe stoły i formuły nastawione na networking i wymianę doświadczeń.

Wielowymiarowa analiza systemu

Wydarzenie, któremu w tym roku przyświeca hasło: **„Nowe strategie dla zdrowia. Czas na redefinicję celów i wyzwań"**, pokaże system ochrony zdrowia z wielu perspektyw, jako obszar, w którym jednocześnie kumulują się skutki starzenia się społeczeństwa, rosnących kosztów, cyfryzacji i rozwoju sztucznej inteligencji, nowych ryzyk epidemiologicznych oraz zagrożeń kryzysowych.

Nagrody i wymiana dobrych praktyk

XI Kongres Wyzwań Zdrowotnych będzie przestrzenią uhonorowania osób i instytucji pracujących na rzecz lepszej przyszłości ochrony zdrowia. Redakcja Rynku Zdrowia po raz czwarty przyzna wyróżnienie **Kobieta Rynku Zdrowia**, doceniając liderki, których praca realnie wpływa na system i doświadczenia pacjentów. Rozstrzygnięty zostanie również konkurs **Zdrowy Samorząd**

dla gmin, miast, powiatów i województw inwestujących w profilaktykę, edukację zdrowotną oraz lokalne programy prozdrowotne.
Trzecim wydarzeniem towarzyszącym będzie wręczenie nagrody **Animus Fortis Mężny Duch**, ustanowionej przez dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego, gen. broni prof. Grzegorza Gieleraka.

Eksperci i skala wydarzenia

Kongres co roku gromadzi uczestników z całego ekosystemu: praktyków medycyny, ekspertów zdrowia publicznego, administrację i samorządy, naukę, biznes oraz organizacje pacjenckie. W poprzedniej edycji w HCC wzięło udział ponad 4600 osób, w tym 3000 stacjonarnie. Wśród potwierdzonych prelegentów są m.in.: **Jolanta Sobierańska-Grenda**, ministra zdrowia; **Marcin Bruszewski**, prezes Innovaris Polska; **Grzegorz Cessak**, prezes Urzędu Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych; **Bartłomiej Ł. Chmielowiec**, Rzecznik Praw Pacjenta; **Piotr Grzebalski,** dyrektor Biura Relacji z Sektorem Publicznym Departamentu Relacji Strategicznych Banku Gospodarstwa Krajowego; **Paweł Grzesiowski,** Główny Inspektor Sanitarny**; Ilona Hibner,** dyrektorka Departamentu Oceny Inwestycji Ministerstwa Zdrowia**; Wiktor Janicki,** prezes Związku Pracodawców Innowacyjnych Firm Farmaceutycznych INFARMA**; Przemysław Jesionowski**, prezes IC Solutions; **Katarzyna Anna Kacperczyk**, podsekretarz stanu w Ministerstwie Zdrowia; **Sławomir Kmak**, dyrektor operacyjny Medbase Polska; **Konrad Korbiński,** dyrektor Ministerstwa Zdrowia; **Filip Nowak,** prezes Narodowego Funduszu Zdrowia; **Mateusz Oczkowski**, dyrektor Departamentu Polityki Lekowej i Farmacji w Ministerstwie Zdrowia; **Paweł Ossowski**, prezes ZARYS International; **Anna Rulkiewicz**, prezeska Grupy LUX MED; **Daniel Rutkowski,** prezes Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji; **Pia Schall**, dyrektorka Boehringer Ingelheim w Polsce; **Łukasz Sosnowski**, dyrektor Departamentu e-Zdrowia w Ministerstwie Zdrowia; **Adam Szlachta**, prezes Grupy American Heart of Poland oraz Scanmed; **Maksymilian Świniarski**, prezes TZF Polfa.

eprasa.pl 68a0af8902

Rok Andrzeja Wajdy. Będą wystawy, spotkania czy festiwal

Suwałki
Anna Gryza-Aneszko

Wystawy, spotkania, pokazy filmowe oraz czterodniowy Festiwal Filmowy „Wajda na Nowo" zaplanowano w Suwałkach z okazji setnej rocznicy urodzin Andrzeja Wajdy. Do miasta przyjadą m.in. Janusz Gajos i Allan Starski.

FOT. ANNA GRYZA-ANESZKO

Kalendarz wydarzeń z okazji roku Andrzej Wajdy zaprezentowano na konferencji prasowej

Wybitny reżyser Andrzej Wajda urodził się w Suwałkach 6 marca 1926 r. Jego filmy trwale zapisały się na kartach światowego kina. Decyzją Senatu RP oraz Rady Miejskiej w Suwałkach, rok 2026 został ogłoszony Rokiem Andrzeja Wajdy. Przypada w nim setna rocznica urodzin oraz dziesiąta rocznica śmierci reżysera. W piątek miasto zaprezentowało kalendarz wydarzeń poświęconych życiu i twórczości Wajdy.

– Andrzej Wajda był jednym z najwybitniejszych reżyserów w historii kina europejskiego i światowego. Otrzymał honorowego Oscara za całokształt twórczości, był pedagogiem, współtwórcą Muzeum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha w Krakowie. To także działacz społeczny i polityczny. Chcemy przypomnieć jego twórczość, która wciąż prowokuje do myślenia i debaty o roli jednostki w historii - mówił Roman Rynkowski, zastępca prezydenta Suwałk.

W ramach obchodów zaplanowano szereg ekspozycji. Jedna z nich to wystawa „To wszystko da się zrealizować". Prezentowana będzie w Muzeum Okręgowym od 27 marca do 30 czerwca. To hołd dla Krystyny Zachwatowicz-Wajdy i Andrzeja Wajdy, ukazujący ich życie przez pryzmat unikatowych dokumentów i przedmiotów osobistych. Na płocie Muzeum im. Marii Konopnickiej zostaną zaprezentowane zdjęcia dokumentujące suwalskie wątki w biografii artysty.

19 maja Augustowsko-Suwalskie Towarzystwo Naukowe organizuje konferencję naukową, na której mowa będzie o działalności publicznej Wajdy jako senatora województwa suwalskiego.

Suwalska Biblioteka Publiczna przygotowała cykl wydarzeń literackich. To spotkanie z krytykiem filmowym Tomaszem Raczkiem (12 czerwca) oraz spotkanie z Agnieszką Morstin wokół publikacji „Notesy 1942-2016" (przełom października i listopada). W pracowni „Smykałka" będą prezentowane także fragmenty filmów Wajdy. Jak powiedziała Maria Kołodziejska, dyrektor biblioteki, spotkania są skierowane do młodzieży oraz osób z niepełnosprawnościami, które nie zawsze są w stanie obejrzeć cały długi film.

Latem twórczość reżysera wyjdzie w przestrzeń miejską. Na Bulwarach nad Czarną Hańczą odbędą się seanse kina plenerowego (11 czerwca, 2 lipca i 13 sierpnia). Kluczowym punktem obchodów będzie 6. edycja Festiwalu Filmowego Wajda na Nowo (20-23 sierpnia). Gośćmi będą m.in. scenograf Allan Starski oraz aktor Janusz Gajos . Wydarzeniu towarzyszyć będzie wystawa „Wajda na Nowo. Suplement" przygotowana przez Andrzeja Pągowskiego. Obchody zamknie plenerowa wystawa fotografii „Wajda na Suwalszczyźnie", której otwarcie zaplanowano na 9 października.

Stary basen zmieni się w halę sportową i miejsce schronienia mieszkańców

Suwałki
opr. (AG)

Stara pływalnia przy ul. Wojska Polskiego w Suwałkach zamieni się w nowoczesny kompleks sportowo-obronny. W związku z przebudową siłownia OSiR zostanie zamknięta, a budynek zyska zupełnie nowe funkcje – od hali sportowej po schronienie dla mieszkańców.

Przebudowa pływalni realizowana będzie w duchu koncepcji „dual use", zakładającej wielofunkcyjne wykorzystanie budynku. Zgodnie z wytycznymi przetargu, w piwnicach powstanie miejsce doraźnego schronienia dla mieszkańców oraz zaplecze magazynowe na potrzeby obronności. Na parterze zlikwidowana zostanie stara niecka basenowa, a w jej miejscu powstanie nowoczesna hala sportowa wraz z pomieszczeniami administracyjnymi.

Na opracowanie dokumentacji technicznej miasto zarezerwowało 700 tys. zł brutto. Do przetargu wpłynęło 9 ofert, których wartości wahają się od 458 583,36 zł do 688 800 zł. Wybrany wykonawca będzie miał 225 dni na realizację całego projektu od momentu podpisania umowy.

Podczas lutowej sesji Rady Miejskiej padło pytanie o plany dotyczące działalności siłowni OSiR przy ul. Wojska Polskiego oraz co się stanie z wyposażeniem obiektu. Kilka dni temu dyrekcja OSiR poinformowała, że siłownia zostanie zamknięta 31 maja tego roku. Decyzja jest podyktowana zaplanowanym remontem, nowym przeznaczeniem budynku oraz ujemnym wynikiem finansowym siłowni, która w latach 2023-2025 generowała roczne straty w wysokości od około 198 tys. zł do ponad 275 tys. zł.

Sprzęt siłowni zostanie skatalogowany i najprawdopodobniej wystawiony na sprzedaż. Urządzenia, które nie znajdą nabywców, zostaną przekazane do wyposażenia siłowni szkolnych, innych miejskich jednostek lub klubów sportowych.

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJI ZIEMIA I LUDZIE 0011346476

PRAWDZIWE HISTORIE CZYSTEGO POWIETRZA

Dzięki termomodernizacji mam więcej czasu dla dzieci

Czyste Powietrze Jest OK

Pana Daniela z Polanki Wielkiej (woj. małopolskie) nie trzeba było długo przekonywać do skorzystania z programu Czyste Powietrze. Gdy tylko kolega opowiedział mu o takiej możliwości, zgromadził wszystkie potrzebne dokumenty i złożył wniosek. Już drugą zimę mieszka w ocieplonym i ogrzewanym pompą ciepła domu. Wbrew pozorom, podchodząc do programu wcale nie dysponował sporą gotówką. Po prostu nie chciał się wiązać kredytem na wiele lat, a uniknąć go mógł tylko dzięki dotacji z Czystego Powietrza.

UWAGA, KONKURS!
Jesteś beneficjentem Czystego Powietrza? Podziel się z nami swoją prawdziwą historią i przekonaj innych do inwestycji w zdrowie i ciepło.
Wejdź na czystepowietrzejestok.pl
Co miesiąc do wygrania hulajnoga elektryczna!

Pan Daniel mieszka z żoną i dwójką małych dzieci na piętrze domu jednorodzinnego wybudowanego w latach 80. Parter zajmują rodzice pana Daniela. Wiedzieli, że jeśli nie otrzymają dotacji, będą musieli wziąć duży kredyt i spłacać go przez wiele lat.
– Sami nigdy nie zrobilibyśmy takiej inwestycji – mówi nam pan Daniel.
Przedsięwzięcie nie mogło się więc nie udać.

Prywatnie lub z pomocą gminy

Pan Daniel jest człowiekiem zadaniowym. Zgłosił się do prywatnej firmy zajmującej się przygotowywaniem wniosków do zgłoszenia w programie Czyste Powietrze. Choć można korzystać z usług takiej firmy, to lepiej najpierw zajrzeć do urzędu gminy. W większości gmin w Polsce (2138) działają bezpłatne punkty konsultacyjno-informacyjne programu Czyste Powietrze, w których są specjalnie oddelegowani pracownicy pomagający mieszkańcom w złożeniu wniosku i – po otrzymaniu dotacji i wykonaniu poszczególnych etapów inwestycji – w rozliczeniu przedsięwzięcia. Są do tego fachowo przygotowani. Większość gmin to także operatorzy w nowym programie Czyste Powietrze, do którego nabór na nowych zasadach ruszył 31 marca 2025 r. Nie trzeba więc (choć oczywiście można) jeździć do Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, by złożyć wniosek o dofinansowanie.
Pan Daniel złożył wniosek o dotację z prefinansowaniem (zaliczką). Chciał zainstalować panele fotowoltaiczne (umożliwiała to poprzednia edycja programu przed reformą), przeprowadzić termomodernizację domu, czyli ocieplenie ścian, wymianę okien i drzwi na energooszczędne, kupić pompę ciepła powietrze-woda oraz instalacje c.o. i c.w.u. Dach ocieplił już wcześniej, korzystając z dotacji z innego programu.
Informacja o zaakceptowanym wniosku przyszła szybko.
Pan Daniel podpisał umowę, znalazł ekipy zajmujące się termomodernizacją budynków i instalujące pompy ciepła.
– Bez problemu przeprowadziłem i rozliczyłem inwestycję, a wykonawcy otrzymali pieniądze. Jesteśmy więc na czysto – cieszy się.

Wniosek z prefinansowaniem – jak to działa?

PREFINANSOWANIE TO PO PROSTU ZALICZKA, KTÓRA STANOWI CZĘŚĆ DOTACJI.

Prefinansowanie możliwe jest tylko w podwyższonym i najwyższym poziomie dofinansowania, czyli nie obejmuje podstawowego poziomu. W nowej odsłonie Czystego Powietrza wynosi do 35 proc. dotacji. Wniosek można składać wyłącznie przez operatora w urzędzie gminy lub WFOŚiGW. Pozostałą część dotacji otrzymuje się po inwestycji i złożeniu przez beneficjenta wniosku o płatność. W nowej wersji programu każdy wniosek o dofinansowanie musi być poprzedzony wykonanym audytem energetycznym, na który też można otrzymać dofinansowanie.

Same plusy inwestycji

Pan Daniel mówi, że życie jego rodziny bardzo się zmieniło. Pompa ciepła jest właściwie bezobsługowa.
– Kotłownię wyremontowaliśmy i dzisiaj mamy tam pralnię. Nie ma kłopotu z pyłem, dosypywaniem węgla do pieca, wynoszeniem popiołu, zrzucaniem opału do piwnicy itd. W domu zimą jest ciepło, bo utrzymujemy temperaturę 23 st. C. Latem nie muszę już rozpalać w piecu, by ogrzać wodę. I najważniejsze – wreszcie mam czas dla dzieci – mówi pan Daniel. – Jakość powietrza też bardzo się poprawiła. Wszyscy sąsiedzi wokół pozbyli się już kopciuchów. Wcześniej okna wciąż były brudne od dymu i sadzy, pył leciał do domu. Najlepiej to było widać na śniegu, który od razu robił się szary i brudny. A myśmy tym oddychali – dodaje.

Pan Daniel słyszał, że niektórzy narzekają na szum pompy ciepła.
– Ja tego w ogóle nie słyszę. Rodzice mieszkają na parterze i też nie narzekają – wyjaśnia.

Jego rachunki za energię cieplną (pompa ciepła potrzebuje prądu) i elektryczną bardzo spadły – za całość płacą 2800 zł. Pan Daniel wyjaśnia, że za prąd zawsze płacili dużo, bo wszystkie sprzęty są elektryczne, a latem rozstawiają basen. A to i tak o wiele mniej niż płacili poprzednio za prąd i opał.
– Widzę na podliczniku zużycie energii elektrycznej przez pompę ciepła i wiem, że bez tych paneli też by nam się opłacała – podsumowuje.
Do skorzystania z programu namówił siostrę i kolegę – oboje już złożyli swoje wnioski, by skorzystać z programu Czyste Powietrze.

Fundacja Ziemia i Ludzie
czyste powietrze zdrowy wybór
NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

Niniejszy materiał został dofinansowany ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Za jego treść odpowiada wyłącznie Fundacja Ziemia i Ludzie.

eprasa.pl 68a0af8902

POLSKA *i* ŚWIAT

KONKURS

Krajowe kwalifikacje do Eurowizji 2026 zwyciężyła Alicja Szemplińska z utworem „Pray". Zdecydowali o tym widzowie – zdobyła 32,01 proc. wszystkich głosów. Jej utwór wybrzmi podczas jednego z półfinałów Eurowizji w Wiedniu, które odbędą się 12 i 14 maja. „Pray" jest manifestem walki o swoje marzenia, walki o wolność, walki o siebie – tak Szemplińska opisała swoją piosenkę. To utwór z pogranicza gatunków R&B, rap i gospel.

„Budowa silnej, stabilnej architektury rynku kapitałowego jest moim priorytetem

Andrzej Domański minister finansów i gospodarki

Przemysław Czarnek. Kandydat PiS na premiera

Dorota Kowalska
Warszawa

Wybór Przemysława Czarnka na przyszłego premiera ewentualnego rządu PiS być może nie był zaskoczeniem, ale wzbudził emocje. Widać, że Kaczyński chce walczyć o najbardziej radykalny elektorat

W sobotę Prawo i Sprawiedliwość przedstawiło kandydata na premiera w wyborach parlamentarnych w 2027 roku. - Musimy tworzyć nowy rząd. Jestem głęboko przekonany, że takim człowiekiem w tym momencie jest pan profesor Przemysław Czarnek - oświadczył w Krakowie prezes PiS Jarosław Kaczyński.

Po przemówieniu Kaczyńskiego przez ponad godzinę przemawiał Czarnek. Atakował rząd, Unię Europejską, osoby LGBT. Nakreślił, jak w jego wyobrażeniu powinno funkcjonować „silne państwo". Odrzucił politykę klimatyczną i migracyjną, przekonywał, że przyszły rząd powinien skupić się na potrzebach „normalnych Polaków". Jego zdaniem, Polska obecnie znajduje się w podobnej sytuacji jak w 2015 roku, gdy Kaczyński ogłosił Andrzeja Dudę jako kandydata PiS na prezydenta. - Polska tonęła, była duszona przez rządy Platformy Obywatelskiej, nie było pieniędzy na nic. Nie było żadnej polityki prorodzinnej, żadnych inwestycji - tłumaczył Czarnek.

FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Przemysław Czarnek przemawiał godzinę. Nakreślił, jak wg niego powinno funkcjonować „silne państwo"

Zaznaczył, że chce Polski normalnej i prawdziwej, która pracuje, buduje, wychowuje dzieci, chroni nasze bezpieczeństwo i ratuje życie. - Tą Polską prawdziwą chcemy się zająć, tę Polskę prawdziwą chcemy przywrócić Polakom - dodał.

Odniósł się też do komentarza premiera Tuska, który krytykował opozycję za głosowanie przeciwko SAFE.

- W walce o Polskę nogi nie odstawiamy. Jak ktoś odstawi nogę, Polska przegra, my razem z nią. Tu się nogi nie odstawia. Więc jak jestem „zakuty łeb" i wy wszyscy, to mówimy do Tuska: pusty łbie, bo lepiej być zakutym niż pustym - stwierdził.

Czarnek w czasie przemówienia wielokrotnie wymieniał nazwiska byłych premierów w rządach PiS, Mateusza Morawieckiego i Beatę Szydło. - W tym pociągu szybkich prędkości, który będzie jechał po zwycięstwo dla Polski, na pierwszych miejscach muszą siedzieć ludzie niezwykle doświadczeni - oznajmił, wskazując na byłych szefów rządu.

Wybór Przemysława Czarnka nie był być może zaskoczeniem, ale w sieci i tak zawrzało.

„A więc trzy Konfederacje przeciwko nam. Nie ma czego się bać, ale nie można ich lekceważyć. Jedno jest pewne: w 2027 Polskę czeka gra o wszystko" - skomentował premier Donald Tusk we wpisie na X w sobotę po konwencji PiS.

Do nominacji Czarnka odnosili się inni politycy koalicji rządzącej.

„Więcej brudnej energii, mniej bezpieczeństwa i mniej współpracy z Europą! Na dodatek sprowadzenie kobiet do roli inkubatorów - to jest najnowszy pomysł PiS na ratowanie pikujących notowań. Chcecie cofnąć Polskę w rozwoju o 100 lat, żeby tylko zabrać trochę głosów zjadającym was obu Konfederacjom. Kosztem przyszłości Polek i Polaków!" - to szef resortu cyfryzacji Krzysztof Gawkowski.

Z kolei Radosław Sikorski ocenił, że jego zdaniem „Przemysław Czarnek jest bardzo dobrym kandydatem na premiera - bliskiego mu Afganistanu". „Tam jego koncepcje, na przykład w dziedzinie edukacji, już są realizowane" - stwierdził szef MSZ.

Według Ryszarda Petru z koła parlamentarnego Centrum wybór Czarnka na kandydata na premiera pogłębi konflikt wewnątrz Prawa i Sprawiedliwości.

Z kolei politycy PiS pogratulowali Czarnkowi wyboru.

„Premier Przemysław Czarnek. Razem do zwycięstwa, by przywrócić Polsce patriotyczny rząd. Będzie się działo!" - przekazał Tobiasz Bocheński, który był wymieniany jako jeden z możliwych kontrkandydatów Czarnka.

PAP

AUTOREKLAMA 0011487422

ORGANIZATOR
KURIER PORANNY
GAZETA WSPÓŁCZESNA

ORGANIZATOR REGIONALNY
Podlaskie

PATRONI HONOROWI
Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi Stefan Krajewski
WOJEWODA PODLASKI Jacek Brzozowski
MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO Łukasz Prokorym

PARTNERZY GŁÓWNI
Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa
SPODR SZEPIETOWO
METAL-FACH
EUROMILK

eprasa.pl 68a0af8902

REKLAMA
0011469428

PGNiG GRUPA ORLEN » ORLEN

eprasa.pl 68a0af8902

Eksplozja przy Ambasadzie USA w Oslo. Na szczęście nikt nie ucierpiał

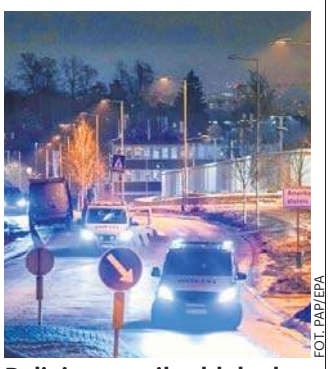
Oprac. Anna Nagel
Oslo

Do eksplozji doszło w nocy z soboty na niedzielę przy Ambasadzie Stanów Zjednoczonych w Oslo. Nikt nie został ranny, a budynek został uszkodzony w niewielkim stopniu.

Eksplozja nastąpiła przy wejściu do wydziału konsularnego w ambasadzie. Policja poinformowała, że ma już wstępne przypuszczenia dotyczące przyczyny wybuchu, ale nie ujawnia szczegółów. Do poszukiwania sprawców skierowano psy policyjne, drony i śmigłowiec.

- Nic nie wskazuje na to, by zdarzenie stanowiło zagrożenie dla osób postronnych - przekazała ministra sprawiedliwości i bezpieczeństwa Astri Aas-Hansen agencji NTB.

Szwedzka służba bezpieczeństwa SAPO ostrzegała w ostatnich dniach, że eskalacja napięć wokół Iranu w związku z atakami militarnymi USA i Izraela na to państwo może zwiększyć ryzyko ataków na izraelskie, żydowskie oraz amerykańskie cele w Europie. Norweski kontrwywiad PST podtrzymał tydzień temu ocenę zagrożenia terrorystycznego w kraju na poziomie średnim. W związku z wojną na Bliskim Wschodzie wprowadzono jednak dodatkową ochronę Ambasady Izraela w Oslo oraz synagog w Oslo i Trondheim. Amerykańskich placówek nie objęto dodatkowym nadzorem. PAP


FOT. PAP/EPA

Policja ustawiła blokady w promieniu około 700 metrów od budynku ambasady

USA rozważają wysłanie komandosów do Iranu

Oprac. Karolina Wrońska
USA/Izrael

USA i Izrael omawiały pomysł wysłania sił specjalnych do Iranu w późniejszej fazie wojny w celu zabezpieczenia zapasów wysoko wzbogaconego uranu - podał amerykański portal Axios.

Zapobieżenie zdobyciu broni jądrowej przez Iran jest jednym z celów wojny deklarowanych przez prezydenta USA Donalda Trumpa. Jak podkreślił Axios, kluczem do tego jest znajdujące się w posiadaniu reżimu 450 kg uranu wzbogaconego do 60 proc., który w ciągu kilku tygodni można przekształcić w materiał zdatny do zastosowania bojowego. Portal zwrócił uwagę, że jakakolwiek operacja mająca na celu przejęcie tych zapasów prawdopodobnie wymagałaby obecności wojsk amerykańskich lub izraelskich na terytorium Iranu, które w trakcie wojny musiałyby poruszać się po silnie ufortyfikowanych, podziemnych obiektach. Nie jest jasne, czy byłaby to misja amerykańska, izraelska czy wspólna. Prawdopodobnie zostałaby zorganizowana dopiero po upewnieniu się przez oba kraje, że irańskie siły zbrojne nie stanowią już poważnego zagrożenia.

FOT.US SOC

Siły specjalne USA codziennie ciężko trenują, by brać udział w tego typu akcjach szykowanych przez rząd Stanów Zjednoczonych

Axios zauważył, że podczas wtorkowego briefingu w Kongresie sekretarz stanu Marco Rubio, zapytany, czy wzbogacony uran Iranu zostanie zabezpieczony, odparł, że „ludzie będą musieli po niego pojechać".

Izraelski urzędnik ds. obrony, powiedział, że Trump i jego zespół poważnie rozważają wysłanie jednostek specjalnych do Iranu w celu wykonania konkretnych misji. Przedstawiciel władz USA powiedział z kolei, że administracja w Waszyngtonie rozważa dwie opcje: całkowite usunięcie wzbogaconego uranu z Iranu lub sprowadzenie ekspertów nuklearnych w celu rozcieńczenia go na miejscu. W misji prawdopodobnie wzięliby udział członkowie sił specjalnych oraz naukowcy, prawdopodobnie z Międzynarodowej Agencji Energii Atomowej. Dwa źródła Axiosa twierdzą, że taka operacja była jedną z opcji przedstawionych Trumpowi przed wojną.

Trump i jego zespół poważnie rozważają wysłanie jednostek specjalnych do Iranu w celu wykonania konkretnych misji

Amerykański urzędnik przedstawił wyzwania operacyjne związane z zabezpieczeniem irańskiego uranu. - Pierwsze pytanie brzmi: gdzie on się znajduje? Drugie: jak do niego dotrzeć i jak go przejąć? Następnie prezydent, ministerstwo wojny (Pentagon - PAP) i CIA musieliby podjąć decyzję, czy chcemy go fizycznie przetransportować, czy rozcieńczyć na miejscu - powiedział.

W piątek stacja NBC News podała, że Trump rozważał wysłanie niewielkiego kontyngentu amerykańskich żołnierzy do Iranu w konkretnych celach strategicznych. W sobotę prezydent USA powiedział dziennikarzom, że wysłanie wojsk lądowych jest możliwe, ale tylko „z bardzo ważnego powodu". PAP

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGE POLSKA GRUPA ENERGETYCZNA 0011486402

Największa taka elektrownia w Polsce! Byliśmy na budowie PGE Nowy Rybnik

Zaawansowanie budowy największego w Polsce bloku gazowo-parowego o mocy 882 MW wynosi już ponad 80 procent. Na terenie inwestycji w Rybniku pracuje obecnie ponad tysiąc osób. Za kilka miesięcy rozpocznie się rozruch nowoczesnych turbin, a energia elektryczna do sieci popłynie w 2027 roku, zaspokajając potrzeby nawet 2 milionów gospodarstw.

Postępy na budowie

Po dwóch latach prac realizacja nowoczesnego bloku gazowo-parowego w Rybniku jest zaawansowana w ponad 80 procentach. To inwestycja Grupy PGE za ok. 4,6 mld zł, którą realizuje konsorcjum firm Polimex Mostostal i Siemens Energy. Jest to największa tego typu inwestycja w Polsce.

- Należy podkreślić intensywność i kompleksowość tego projektu. Obecnie jesteśmy w fazie zaawansowanych prac budowlano-montażowych. Przed nami najważniejszy etap inwestycji, czyli przejście do rozruchu. Będzie to potwierdzenie działania instalacji, wszystkich układów technologicznych, co zakończy się przekazaniem bloku do eksploatacji – mówi Piotr Żymełka, dyrektor projektu w Grupie PGE.

Na placu budowy każdego dnia pracuje ponad tysiąc osób z różnych specjalności.

To m.in. budowlańcy, konstruktorzy, montażyści, elektrycy, automatycy oraz inżynierowie. Do tego ogromne ilości sprzętu: dźwigi, koparki, zwyżki, ciężarówki. Co ciekawe, do montażu linii elektroenergetycznych na terenie elektrowni wykorzystano latające drony.

- Serce elektrowni to maszynownia oraz kotłownia, gdzie znajdują się turbina gazowa, turbina parowa oraz kocioł odzysknicowy. To największy budynek realizowanej elektrowni zakończony kominem, którego wylot zlokalizowany jest na wysokości ok. 75 m. Tutaj również jesteśmy na końcowym etapie. Trwa montaż technologiczny rurociągów, instalacji, układów pomocniczych, elektryki i automatyki – dodaje Piotr Żymełka.

Ważąca niemal 390 ton turbina gazowa do Polski trafiła drogą wodną. W porcie w Kędzierzynie-Koźlu za pomocą specjalistycznych dźwigów przeładowano ją na platformę transportową, którą została przewieziona do Rybnika. Był to jeden z najbardziej wymagających i skomplikowanych transportów drogowych w historii województwa śląskiego. Pojazd z naczepą miał długość 45 m, szerokość 5,6 m, a wysokość 6,4 m. Aby dostarczyć ładunek do Rybnika, po drodze należało zbudować nawet tymczasowy most nad rzeką. Wszystko po to, aby przewieźć komponenty do powstającego bloku.

Turbina jak w samolocie, ale 100-razy większa

Jak będzie produkowany prąd? Źródłem wytwórczym będą turbiny. Podobne do tych, jakie znajdują się w silnikach samolotów, ale za to w znacznie większej skali. Pierwszą w ruch wprawiać będzie gaz. Z jednej strony będzie ona połączona z generatorem, wytwarzając energię elektryczną, a z drugiej poprzez kocioł z turbiną parową. Wytworzone ciepło w wyniku spalania gazu będzie podgrzewać wodę w specjalistycznych instalacjach do tego stopnia, aby wytworzyła parę o odpowiednim ciśnieniu i wprawiła w ruch turbinę parową, której energia zostanie przekształcona w generatorze w prąd.

- W układzie chłodzenia nowa elektrownia gazowo-parowa będzie korzystać z wód Zalewu Rybnickiego. Zużycie będzie jednak zdecydowanie mniejsze niż w przypadku czterech bloków węglowych istniejącej Elektrowni Rybnik, które pobierały wodę do celów chłodzenia w trakcie ich eksploatacji. Nowa elektrownia będzie potrzebować ilości wody porównywalnej z zapotrzebowaniem około półtora bloku węglowego klasy 200 MW – podkreśla Paweł Stępień, dyrektor ds. inwestycji w PGE.

Za pomocą zainstalowanych turbin wytworzona energia elektryczna w generatorach przekazana zostanie transformatorami do linii, a następnie do znajdującej się dwa kilometry dalej stacji elektroenergetycznej w Wielopolu. Tam już zgodnie z krajowym zapotrzebowaniem na energię elektryczną operator będzie ją dystrybuował do konkretnych węzłów energetycznych. Na koniec prąd „trafi" do gniazdek.

- Blok gazowo-parowy w Rybniku będzie dysponował mocą 882 MW. W przypadku pracy na pełnych obrotach może zasilić w energię elektryczną nawet 2 miliony gospodarstw – wylicza Paweł Noga, prezes spółki PGE Nowy Rybnik, która będzie zajmować się eksploatacją bloku gazowo-parowego.

Bezpieczeństwo energetyczne z troską o środowisko

Budowana elektrownia w Rybniku będzie spełniała najbardziej restrykcyjne limity emisyjne wynikające z konkluzji BAT dla bloków gazowo-parowych, a ograniczona niemal do zera emisja pyłu i tlenków siarki istotnie wpłynie na jakość powietrza w regionie rybnickim.

- Są to bloki dużo mniej emisyjne w stosunku do węglowych. Co równie ważne, dużo bardziej elastyczne, z krótszym czasem rozruchu i szybkim tempem rozwoju mocy. Bardzo szybko potrafią reagować na zmieniające się zapotrzebowanie na energię elektryczną, a więc stoją na straży bezpieczeństwa energetycznego – tłumaczy Paweł Noga, prezes spółki PGE Nowy Rybnik.

Nowa elektrownia ma rozpocząć dostarczanie prądu do sieci na początku 2027 roku.

eprasa.pl 68a0af8902

▶ LUDZIE

Krystyna Feldman **urodziła się... 110 lat temu.** Całkiem współczesna nam „Babka" Kiepska pamiętała zupełnie inny świat. Przeżyła dwie wojny, nękanie przez SB i... pobicie dla tysiąca złotych. **Do końca życia żyła tak jak chciała,** zawsze pod prąd

(PRZE)ŻYCIE

Poleca **Ingrid Hintz-Nowosad,** redaktor naczelna serwisów ShowNews.pl i Telemagazyn.pl. Pracuje w mediach od ponad 30 lat i zajmuje się różnymi dziedzinami lifestyle'u

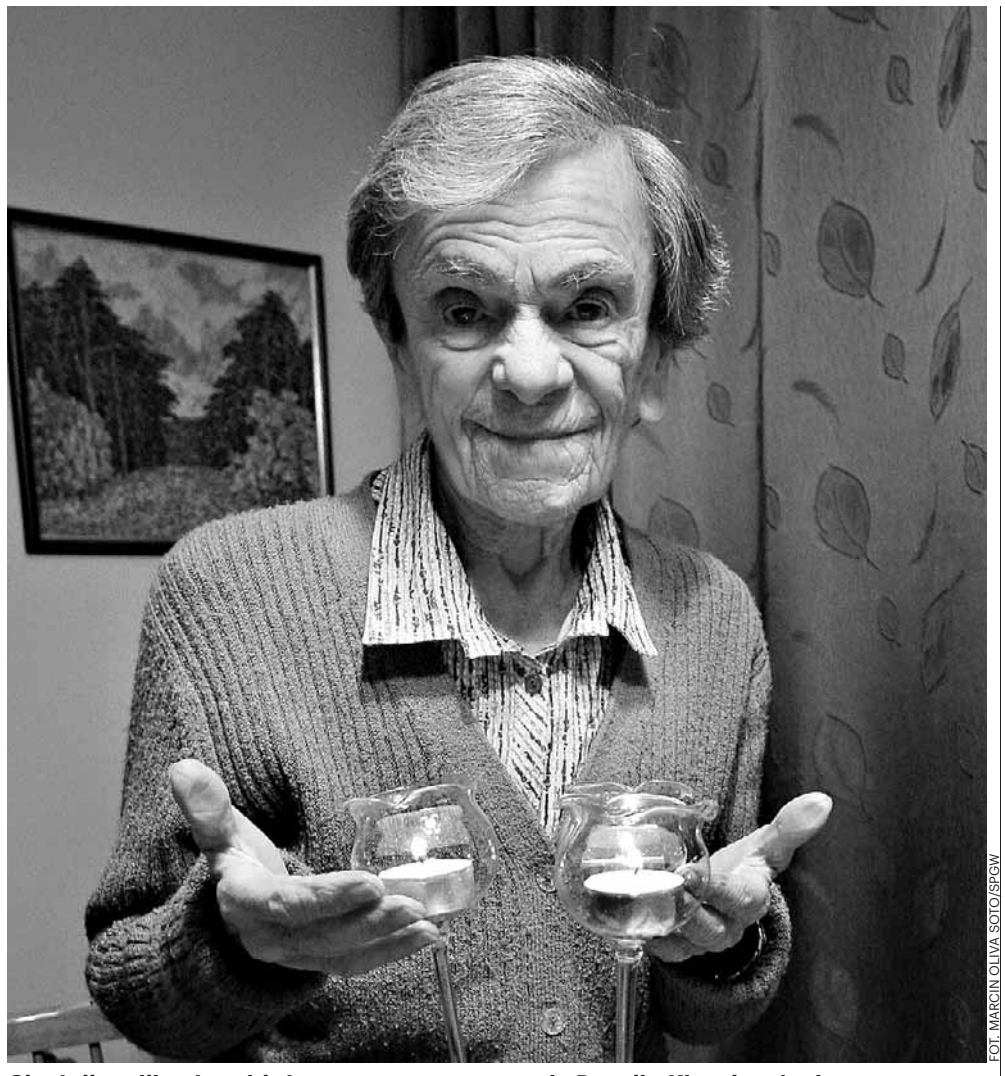
C

Choć dla milionów widzów na zawsze pozostanie Rozalią „Babką" Kiepską , życie Krystyny Feldman to opowieść znacznie bogatsza niż jedna, trochę komiczna, rola. Jej historia zaczyna się we Lwowie, w domu przesiąkniętym teatrem – rodzice byli aktorami, a mała Krysia od najmłodszych lat czuła, że scena jest jej naturalnym środowiskiem. Przyszła na świat... 110 lat temu, 1 marca 1916 roku. Urodziła się w polsko-żydowskiej rodzinie, co nie było niczym niezwykłym, bo wtedy we Lwowie mniej więcej jedna trzecia mieszkańców była Żydami. Warto pamiętać, że był to właściwie sam środek Wielkiej Wojny, potem nazwanej I wojną światową. Lwów przechodził z rąk do rąk okupantów, więc wczesne dzieciństwo przyszłej aktorki było raczej obarczone trudnościami niż wygodami. Gdy miała trzy lata, zmarł jej ojciec. Dwa lata później, jako pięciolatka, zaczęła pojawiać się na deskach teatrów.

Krystyna Feldman pokazała rogi, gdy była dorastającą nastolatką – potrafiła wyjść ze szkoły handlowej, sprzedać podręczniki i... wrócić do domu , bo wiedziała, że jej miejsce jest w teatrze. Nie lubiła przedmiotów ścisłych, czuła, że powinna robić coś innego. Maturę robiła eksternistycznie, jednocześnie chodząc do lwowskiego studium aktorskiego. Udało się jej skończyć Państwowy Instytut Sztuki Teatralnej w Warszawie (był 1937 rok), ale znów wróciła do Lwowa. Nikt wtedy jeszcze nie przypuszczał, że nie będzie to dobra decyzja.

Była łączniczką AK

W 1942 roku Krystyna Feldman została łączniczką Armii Krajowej , ryzykując życiem, gdy przenosiła meldunki i broń. Po wojnie wróciła na scenę we Lwowie, grała nawet role męskie, co – jak wiemy – wróci przy „Nikiforze". Gdy granice Polski zostały wytyczone na nowo, Feldman wyjechała ze Lwowa – grywała w Katowicach, Szczecinie, Opolu, Poznaniu i Łodzi, gdzie asystowała przez kilkanaście lat samemu Dejmkowi. W Poznaniu protestowała przeciwko upolitycznianiu UAM, za co w latach 80. wzięła ją na celownik Służba Bezpieczeństwa.



FOT. MARCIN OLIVA SOTO/SPGW

Choć dla milionów widzów na zawsze pozostanie Rozalią Kiepską , życie Krystyny Feldman to opowieść znacznie bogatsza niż jedna – trochę komiczna – rola

Kilka lat temu na Facebooku popularne było odnowione, pokolorowane zdjęcie Krystyny Feldman, która już wtedy miała swój charakterystyczny szeroki uśmiech i wąskie brwi.

– Nie byłam śliczną dziewczyną pszennowłosą z niebieskimi, rozmarzonymi oczami. Przeciwnie: byłam czarnowłosa i nic mi się w oczach nie marzyło – mówiła w swoim stylu w wywiadzie dla „Polityki".

Skandaliczny związek z żonatym reżyserem

Jej życie osobiste było równie barwne. Zakochała się tylko raz – w o 26 lat starszym reżyserze Stanisławie Brylińskim . Ten niecodzienny związek, przeżywany „na kocią łapę", wtedy wywoływał sensację, ale dla Feldman był jedyną prawdziwą miłością. Sprzeciwiała się mu matka aktorki, bo Byliński był żonaty. Okazało się jednak, że nikt z ich bliskich racji nie miał, a para przeżyła ze sobą sześć lat. Potem przyszła nagła śmierć Bylińskiego, który zachorował na zapalenie opon mózgowych.

Krystyna Feldman nigdy już się z nikim nie związała, nie miała dzieci. O jej spuściznę dbał bratanek , który doprowadził nawet do tego, że w 2016 roku Wydawnictwo Miejskie Poznania wydało książkę „Światła, które nie gasną" na podstawie odnalezionego rękopisu aktorki.

Starość w cieniu dramatu

Oczywiście każdy kojarzy Krystynę Feldman ze „Świata według Kiepskich", chociaż prawdziwy przełom w jej karierze przyszedł dopiero u schyłku życia. W 2004 roku, mając 88 lat, zagrała tytułową rolę w filmie „Mój Nikifor", zdobywając Orła i międzynarodowe uznanie. Oznaczało to ponad pół wieku czekania na główną rolę.

Niestety, w tym samym czasie los wystawił ją na ciężką próbę. Podczas pobytu u siostry w Jeleniej Górze 88-letnia aktorka została brutalnie napadnięta przez trzech młodych mężczyzn. Złamali jej kość udową i odebrali sprawność, której już w pełni nie odzyskała. Chodziło o... napad rabunkowy – Feldman miała w torebce jedynie papierosy, różaniec i 1200 złotych. Napastnicy wiedzieli, co robią, bo opowiadali sobie, że „załatwili Babkę Kiepską". Aktorka musiała przejść operację wszczepienia endoprotezy i potem do końca życia zmagała się z niepełnosprawnością. Mimo to potrafiła wybaczyć napastnikom, mówiąc, że „wypada jej jako chrześcijance".

Krystyna Feldman konta Kuba Wojewódzki

I jeszcze jedna anegdota mówiąca o Krystynie Feldman więcej niż setki stron książek. Sukces „Mojego Nikifora" sprawił, że na skalę masową zainteresowały się nią media – w tym Kuba Wojewódzki, który chciał zaprosić aktorkę do swojego programu. Odpowiedź Feldman była krótka: kazała „przekazać temu panu, żeby ją w dupę pocałował" . Żadne z nich nigdy potem do tematu nie wracało.

Krystyna Feldman odeszła 24 stycznia 2007 roku, do końca wierna sobie. Nie chciała leczenia, planowała swój pogrzeb i marzyła, by „zestarzeć się na wesoło". Pochowano ją pięć dni później na poznańskim Miłostowie, a do trumny ubrano ją... w kostium z ostatniego monodramu. Do dzisiaj fani regularnie odwiedzają jej grób, zostawiając znicze i kwiaty w podziękowaniu za to, że do końca życia była sobą.

Krystyna

F E L D M A N

eprasa.pl 68a0af8902

▶ KUCHNIA

Piotr Połaniecki, szef kuchni: Burak ma wspaniałe walory smakowe. Jest bardzo słodki, więc jeśli go połączyć z czymś kwaśnym albo z czymś słonym, daje naprawdę **bardzo fajny efekt**

NA TALERZU

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

Burak – polskie superfood w nowoczesnej kuchni. Jak wydobyć jego smak, kolor i potencjał przez cały rok

Nie znika z naszych stołów ani zimą, ani wczesną wiosną. W marcu, gdy sezon na krajowe nowalijki dopiero przed nami, burak pozostaje jednym z najbardziej stabilnych i dostępnych warzyw. Obecny w tradycji, coraz śmielej interpretowany w nowoczesnej kuchni, łączy prostotę z kulinarną precyzją. O jego potencjale mówi szef kuchni Piotr Połaniecki.

Burak od pokoleń jest fundamentem polskiej kuchni. Barszcz, ćwikła, sałatki – to klasyka, która nie wymaga przedstawienia. Jednak współczesna gastronomia coraz częściej wydobywa z niego cechy, które przez lata pozostawały w cieniu.

– Burak ma wspaniałe walory smakowe. Jest bardzo słodki, więc jeśli go połączyć z czymś kwaśnym albo z czymś słonym, daje naprawdę bardzo fajny efekt – podkreśla Piotr Połaniecki. – Poza tym ma piękny kolor i naprawdę można efektownie go zaprezentować, na przykład z serem, śmietaną czy białą czekoladą. Daje piękny, różowy kolor w różnych odcieniach.

Naturalna słodycz i charakterystyczna ziemistość sprawiają, że burak wymaga równowagi. Zdaniem szefa kuchni kluczem jest kontrast.

– Burak trzeba potraktować jako warzywo dość słodkie i ziemiste, więc musimy go skontrować czymś kwaśnym, jakimś octem czy sokiem z cytryny, żeby go ożywić. Do tego wspaniale sprawdzają się wszelkiego rodzaju orzechy i sery. To naprawdę bardzo bezpieczne połączenie.

Na rynku dostępne są dziś nie tylko odmiany czerwone, lecz także żółte i pasiaste. Różnice smakowe pozostają subtelne, jednak wizualnie potrafią zmienić charakter dania.

– Jakiejś diametralnej różnicy smakowej nie zauważyłem. Mogą być drobne różnice w słodkości, ale przede wszystkim możemy się pięknie pobawić kompozycją – zaznacza kucharz.

Wybór odpowiedniego egzemplarza ma znaczenie już podczas zakupów.

Piotr Połaniecki, szef kuchni

FOT. ALEKSANDER LEYDO

– Warto popatrzeć na skórę, czy nie jest bardzo pomarszczona. Zastanówmy się wcześniej, do czego chcemy buraka użyć – czy większy do pieczenia w całości, czy podłużny do krojenia na carpaccio. Zawsze też pytajmy sprzedawców, skąd ten burak pochodzi, z jakiej hodowli. Starajmy się dowiedzieć jak najwięcej o naszym produkcie.

W profesjonalnej kuchni często wybiera się pieczenie, które koncentruje smak i wydobywa naturalną słodycz. Gotowanie również jest dopuszczalne, pod warunkiem zachowania właściwej techniki.

– Nie widzę nic przeciwko gotowaniu buraka, tylko nie obierajmy go wcześniej. Jeżeli wrzucimy go do gorącej wody w skórze, ona zatrzymuje smak. Obierajmy buraki zawsze po ugotowaniu.

Zbyt wysoka temperatura może jednak pozbawić warzywo jego intensywnej barwy. – Starajmy się nie przegotować. Przy risotto wrzucam buraki w ostatnim momencie, wcześniej używam soku z kiszonych buraków zamiast wina. W zupie krem pilnuję temperatury, żeby kolor został zachowany – wyjaśnia Piotr Połaniecki.

Coraz częściej burak pojawia się także w deserach. – Jeżeli coś pasuje smakowo, nie powinniśmy określać, że tylko owoce nadają się do deseru. Burak jest bardzo słodki. Podobnie marchewka. Reszta to kwestia przekonań – mówi szef kuchni.

Warzywo to daje również szerokie możliwości w duchu zero waste. – Korzystajmy z wszystkiego, zwłaszcza z młodych buraków. Z liści można zrobić chipsy, z łodyg drobno pokrojonych szybki dodatek do dania. Liście można zblanszować i dodać do sałatki.

Burak ma także znaczenie wykraczające poza kuchnię domową. Oprócz odmiany ćwikłowej istnieje burak cukrowy – kluczowy dla przemysłu spożywczego – oraz pastewny, wykorzystywany w hodowli zwierząt. To jeden z ważniejszych surowców rolnych w Polsce.

Na koniec szef kuchni formułuje zasadę, którą warto zapamiętać.

– Zawsze zastanówmy się, jaki smak ma nasz główny produkt. Burak jest wyraźnie słodki, więc potrzebujemy kwaśnego, słonego, może czegoś gorzkiego. Wtedy można łączyć różne octy, sery, orzechy i będzie dobrze.

W warzywie uznawanym za pospolite kryje się precyzja smaku, kolor i uniwersalność. Burak nie potrzebuje rewolucji – wystarczy świadome podejście i zrozumienie jego natury.

Magdalena Wróblewska

Burak od pokoleń jest fundamentem polskiej kuchni

Wybór odpowiedniego egzemplarza ma znaczenie już podczas zakupów

Na rynku dostępne są dziś nie tylko odmiany czerwone, lecz także żółte i pasiaste. Różnice smakowe pozostają subtelne, jednak wizualnie potrafią zmienić charakter dania.
– Jakiejś diametralnej różnicy smakowej nie zauważyłem. Mogą być drobne różnice w słodkości, ale przede wszystkim możemy się pięknie pobawić kompozycją – zaznacza kucharz.

eprasa.pl 68a0af8902

▶ **KUCHNIA**

● **Kanapki z pastą z buraka** ● Krem z buraka z serem feta ● **Burak w trzech kolorach z trzema sosami** ● Risotto buraczane z orzechami laskowymi
● **Krem z białej czekolady i buraka** ● Carpaccio z buraka z rukolą i serem dojrzewającym

FOT. PIOTR POŁANIECKI

Kanapki z pastą z buraka

● **Składniki (2 porcje): 150 g ugotowanego i obranego buraka, 100 g serka kanapkowego, 2 świeże bułki, kiełki do dekoracji.**
Buraka zmiksować na gładką masę, połączyć z serkiem kanapkowym i dokładnie wymieszać. Bułki przekroić na pół i podgrzać w piekarniku nagrzanym do 180 °C przez około 2 minuty. Na ciepłe pieczywo wyłożyć pastę buraczaną i udekorować kiełkami. Podawać od razu.

FOT. PIOTR POŁANIECKI

Krem z buraka z serem feta

● **Składniki (4 porcje): 600 ml bulionu warzywnego, 500 g surowych buraków, 100 g selera, 100 g marchewki, 150 g cebuli, 1 ząbek czosnku, 10 g świeżego imbiru, 100 ml mleka kokosowego, 120 g sera feta, oliwa z oliwek, sól, pieprz.**
Warzywa obrać i pokroić w kostkę. W rondlu rozgrzać oliwę, dodać warzywa i dusić na małym ogniu ok. 5 minut, nie dopuszczając do zrumienienia cebuli. Dodać czosnek i imbir, zalać bulionem. Gotować 10-15 minut, aż warzywa będą miękkie. Zblendować na gładki krem, dodać mleko kokosowe. Doprawić do smaku. Podawać z pokruszoną fetą i kilkoma kroplami oliwy.

FOT. PIOTR POŁANIECKI

Burak w trzech kolorach z trzema sosami

● **Składniki (4 porcje): 4 duże buraki (najlepiej w różnych kolorach), 100 g ziemniaków, 100 g selera, 200 ml mleka, 1 pęczek natki pietruszki, 200 ml ajvaru lub przecieru z papryki, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, ocet balsamiczny, sól, kostki lodu.**
Buraki natrzeć oliwą, posolić, zawinąć w folię aluminiową i piec w 180 °C przez 45-60 minut (do miękkości). Po upieczeniu obrać (najlepiej w rękawiczkach) i przekroić na pół. Ziemniaki i seler ugotować w mleku z niewielką ilością wody i soli. Zblendować na gładko z 1 łyżką octu jabłkowego – to sos biały. Natkę pietruszki zblanszować 10 sekund we wrzątku, przełożyć do blendera z 2 kostkami lodu i 2 łyżkami oliwy. Zmiksować i doprawić – to sos zielony. Sosem czerwonym jest ajvar lub przecier paprykowy. Buraki podawać z trzema sosami, skropione octem balsamicznym i doprawione solą.

FOT. PIOTR POŁANIECKI

Risotto buraczane z orzechami laskowymi

● **Składniki (4 porcje): 250 g ryżu do risotto (np. arborio), 1 mała cebula (ok. 100 g), 150 ml zakwasu z buraków, 500 ml bulionu warzywnego, 200 g ugotowanych, zmiksowanych buraków, 100 g orzechów laskowych, 150 g masła, oliwa z oliwek, sól, pieprz.**
Na oliwie zeszklić drobno pokrojoną cebulę (2-3 minuty). Dodać suchy ryż, chwilę prażyć. Wlać zakwas buraczany i odparować. Stopniowo dolewać bulion, mieszając, aż ryż wchłonie płyn. Powtarzać do uzyskania kremowej, płynnej konsystencji. Dodać zmiksowane buraki, wymieszać. Zdjąć z ognia, dodać masło i energicznie wymieszać. Podawać posypane prażonymi, posiekanymi orzechami laskowymi.

FOT. PIOTR POŁANIECKI

Krem z białej czekolady i buraka

● **Składniki (4 porcje): 140 g białej czekolady, 200 ml śmietanki 30-36%, 50 g ugotowanych, obranych buraków, świeże owoce do podania.**
Czekoladę rozpuścić w kąpieli wodnej z dodatkiem 30 ml śmietanki. Pozostałą śmietankę ubić na półsztywno. Do przestudzonej czekolady stopniowo wmieszać ubitą śmietanę. Buraki zmiksować na gładko i delikatnie połączyć z masą. Schłodzić w lodówce. Przełożyć do pucharków, udekorować świeżymi owocami.

FOT. PIOTR POŁANIECKI

Carpaccio z buraka z rukolą i serem dojrzewającym

● **Składniki (4 porcje): 400 g ugotowanych, obranych buraków, 100 g orzeszków piniowych, 200 g twardego sera dojrzewającego, 50 g rukoli, ocet balsamiczny, oliwa z oliwek, sól, pieprz.**
Buraki pokroić bardzo cienko (najlepiej mandoliną). Ułożyć plastry na talerzu. Orzeszki piniowe uprażyć 2-3 minuty na suchej patelni. Całość skropić oliwą i octem balsamicznym, doprawić solą i pieprzem. Posypać startym serem, rukolą i prażonymi orzeszkami.

Autorem przepisów jest Piotr Połaniecki

eprasa.pl 68a0af8902

▶ PORADNIK

Jak postępować z żonkilami, by długo stały w wazonie, ile czasu można trzymać w zamrażarce warzywa, owoce i chleb, co zrobić, by „wyprosić” nieproszone rybiki z domu i jak zaparzyć herbatkę z liści laurowych - o tym piszemy w tym odcinku **miniporadnika**

PO(4)RADY

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

Dekoracje

Jak przedłużyć trwałość żonkili?

Kupując żonkile, lepiej wybierać te z zamkniętymi pąkami. Po przyniesieniu kwiatów do domu warto odpowiednio przyciąć łodygi bardzo ostrym nożem (nie nożyczkami!). Końcówki należy przyciąć około 3 cm pod kątem 45 stopni. Kwiaty będą wtedy miały większą powierzchnię do czerpania wody. Gdy żonkile dopiero zaczynają więdnąć, wystarczy nalać do większej miski albo do wanny zimną wodę, ułożyć w niej kwiaty i zostawić tak na kilka godzin. Zwiędłe kwiaty należy szybko usuwać z wazonu. Więdnące rośliny wydzielają etylen, który szkodzi innym roślinom.

Aby żonkile dłużej zachowały świeżość, dobrze je umieścić w dużym i czystym naczyniu z szeroką szyjką. To zmniejszy ryzyko przemieszczania się bakterii i drobnoustrojów na wszystkie kwiaty. Żonkilom służy lekki chłód. Dłużej wytrzymają w dość chłodnym i niezbyt nasłonecznionym pomieszczeniu.

Codziennie zmieniaj wodę w wazonie, aby nie dopuścić do namnażania się bakterii. Kwiaty odświeży wrzucenie do wody tabletki aspiryny. Ten trik hamuje rozwój bakterii i pleśni w wodzie.

Do wody warto też dodać szczyptę soli lub odrobinę kwasku cytrynowego albo octu. Zwiększy to kwasowość wody, tym samym hamując rozwój bakterii, które powodują szybsze gnicie i więdnięcie kwiatów.

01.

Przechowywanie

Warzywa, owoce i chleb, jak długo można je mrozić?

Mrożenie warzyw i owoców ma swoje zasady. Owoce najlepiej spożyć do pół roku, w przypadku owoców leśnych i sezonowych, np. malin, truskawek i jeżyn, czas spożycia to 4 miesiące po zamrożeniu.

Warzywa korzeniowe, np. marchew, pietruszkę i selera można mrozić przez pół roku, strączki do 8 miesięcy, a warzywa miękkie, np. cukinię i dynię, nawet do roku. Podobnie zioła, szpinak i jarmuż przetrwają okres 12 miesięcy.

Pamiętajmy, by nie mrozić warzyw i owoców, które zawierają dużą ilość wody, np. ogórki, rzodkiewka, sałata, arbuz, melon czy cytrusy.

Zdarza się, że kupimy za dużo pieczywa, zamiast czekać, aż zeschnie, możemy je zamrozić. Kromki lub bochenki w foliowych woreczkach powinny spędzić w lodówce do 3 miesięcy, o miesiąc dłużej można przetrzymać surowe ciasta, np. na pierogi, pizzę lub ciasto drożdżowe.

02.

03.

Sprzątanie

Proste sposoby na pozbycie się rybików z domu

Rybiki z reguły są niegroźne, ale mogą bardzo uprzykrzyć nam życie. Jeśli trafią do pokoju, mogą połakomić się na książki, gazety i dokumenty! Jak się ich pozbyć? Oto sprawdzone sposoby.

Kawałek tektury posmarujcie miodem i pozostawcie w kącie pomieszczenia, w którym zauważyliście rybiki. Zostawcie go na noc, a rano zobaczycie, że dużo rybików dało się skusić na miód, który jest klejący. Unieruchomione nim rybiki szybko wyginą. Taką metodę można powtórzyć kilka razy, aż do momentu, gdy nie zauważymy rybików w zasadzce.

Rybiki nie lubią też zapachu cytrusów. Umyjcie podłogę z dodatkiem soku z cytryny i wytrzyjcie do sucha. Rybiki z pewnością będą uciekać z takiego pomieszczenia.

Można także do wnętrza bezzapachowej świecy wrzucić kilka skórek z cytryny. Dla nas taki zapach i unoszący się aromat będzie przyjemny, a dla rybików nie do zniesienia.

Pamiętajmy także o częstym wietrzeniu mieszkania i unikaniu zbyt dużych temperatur. Rybiki lubią wilgoć, ale gdy nie będą miały do niej dostępu, to nie będą zainteresowane „zamieszkaniem” w naszym domu.

FOT. 123RF/UNPLASH

Zdrowie

Herbatka z liści laurowych dobra na trawienie

Zwykle używamy ich jako przyprawy, jednak liście laurowe mają wiele cennych właściwości, które wykorzystać możemy, przyrządzając z nich aromatyczny napar.
Do przygotowania herbaty z liści laurowych potrzebne są dwa składniki: 2 łyżki liści laurowych i 1 szklanka wrzącej wody. Liście laurowe trzeba rozdrobnić i zalać wrzątkiem. Parzyć pod przykryciem przez 30 minut, potem odcedzić. Herbatę należy pić 3-4 razy dziennie po 100-150 ml. Nie przekraczać 1 szklanki naparu dziennie. Dla urozmaicenia można dodać plasterek cytryny.

Dzięki bogactwu składników herbata z liści laurowych: wspomaga trawienie, ponieważ zwiększa wydzielanie kwasu żołądkowego, zapobiega niestrawności, wzdęciom, gazom i zgadze, łagodzi bóle brzucha, ułatwia odchudzanie poprzez przyspieszenie przemiany materii, wspiera pracę wątroby i nerek, detoksykuje, ponieważ działa napotnie, a wraz z potem usuwane są z organizmu toksyny, obniża poziom cukru we krwi (osoby z cukrzycą przed zażyciem powinny zasięgnąć porady lekarza), działa moczopędnie, antybakteryjnie i przeciwgrzybiczo, łagodzi stany zapalne dziąseł, jamy ustnej i gardła. Herbatki z liści laurowych nie mogą spożywać: dzieci i młodzież do 18. roku życia, kobiety w ciąży i karmiące piersią, osoby w podeszłym wieku.

04.

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Edyta Świętkowska
BMK.117

Emilka Laskowska
BMK.107

Magdalena Wnorowska
BMK.56

Karolina Zambrzycka
BMK.148

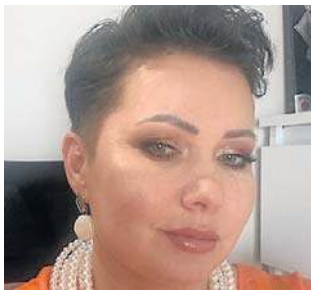
Wioletta Leśniewska
BMK.118

Edyta Wisniewska
BMK.126

Karolina Gardocka
BMK.20

Karolina Laskowska
BMK.149

Saturnina Olszak
BMK.143


Agnieszka Anna Kurowicka
BHK.1

Agnieszka Jacuńska
BHK.106

Alicja Zarzecka
BHK.103

Aneta Ostaszewska
BHK.108

Anna Banaszek
BHK.91

Danuta Wróblewska
BHK.96

Ewa Wysocka
BHK.92

Katarzyna Oświecińska
BHK.95

Małgorzata Zajkowska-Sawostian
BHK.9

Marzanna Panas
BHK.93

Patrycja Borkowska
BHK.94

Bożena Pawłowska
BHK.112

Danuta Rogowska
BHK.97

Izabela Gałażewska
BHK.113

Marta Stankiewicz
BHK.98

Monika Kalinko
BHK.105

Sylwia Kulikowska
BHK.107

Agnieszka Czarkowska
BHK.99

Emilia Głowacka
BHK.104

Lucyna Zawadzka
BHK.110

Iwona Maleszewska
BHK.101

Alina Szpak
BHK.65

Marzanna Konobrocka
BHK.102

Izabela Szymanowska
BHK.109

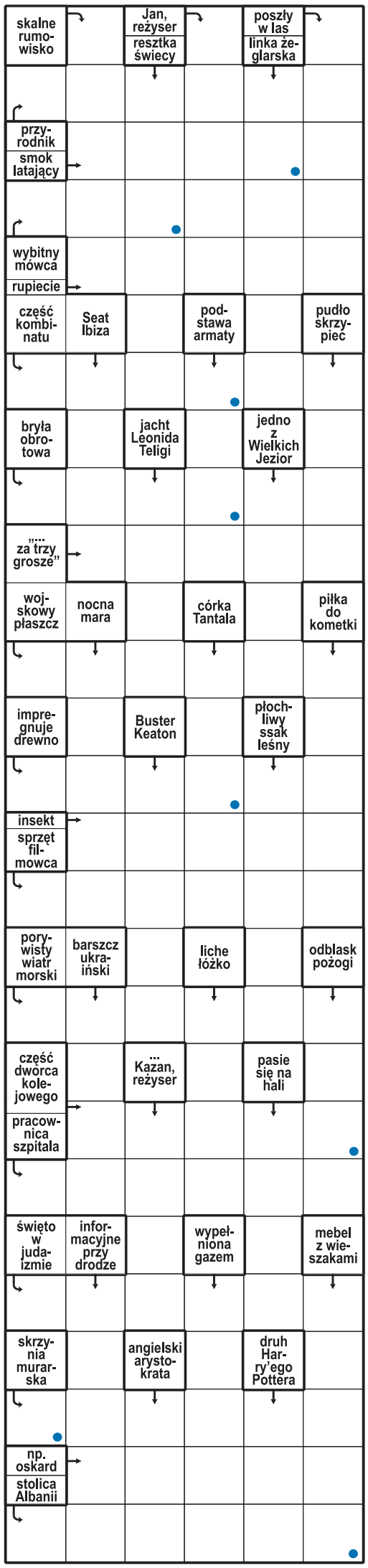
Jolanta Gieńko
BHK.114

Sabina Krzyzanowska
BHK.100

Katarzyna Kryńska
BHK.67

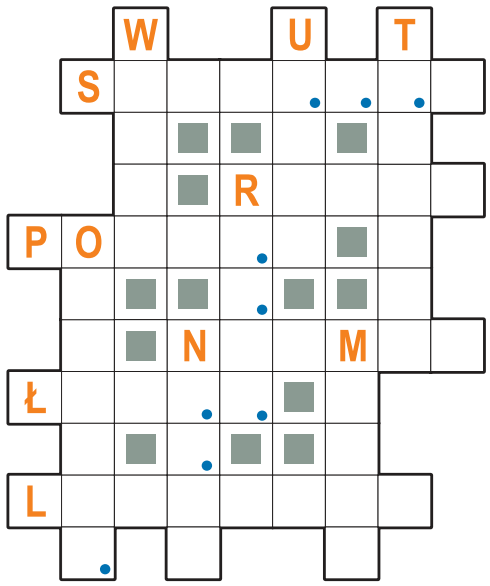
eprasa.pl 68a0af8902

Krzyżówka panoramiczna



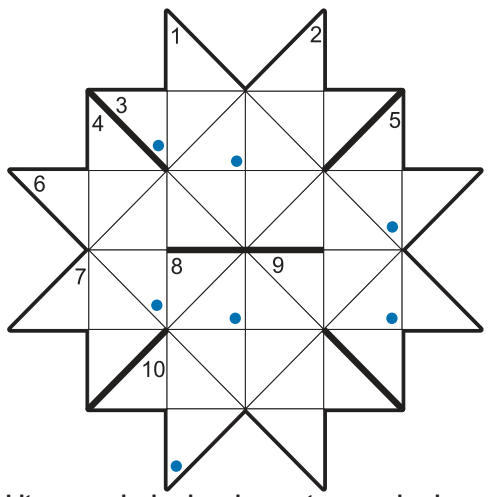
Litery z oznaczonych pól, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Alfabetka



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
W kolejności przypadkowej:
- np. Tomasz Fornal lub Bartosz Kurek
- powiązania, relacje między ludźmi, państwami
- sąsiadka Czeszki i Polki
- roślina uprawiana na paszę i nawóz zielony
- Alan Alexander..., twórca Kubusia Puchatka
- osoba unikająca towarzystwa, samotnik
- polski deser o konsystencji pośredniej między budyniem a ciastem
- miasto z fabryką broni „Łucznik”
- rozległy ze szczytu góry lub wieży
- część narzędzia służąca chwytania
- do szkoły miał pod górkę
- przełożony żydowskiej gminy wyznaniowej
- warstwa lub ławica kopaliny użytecznej

Krzyżówka mozaikowa

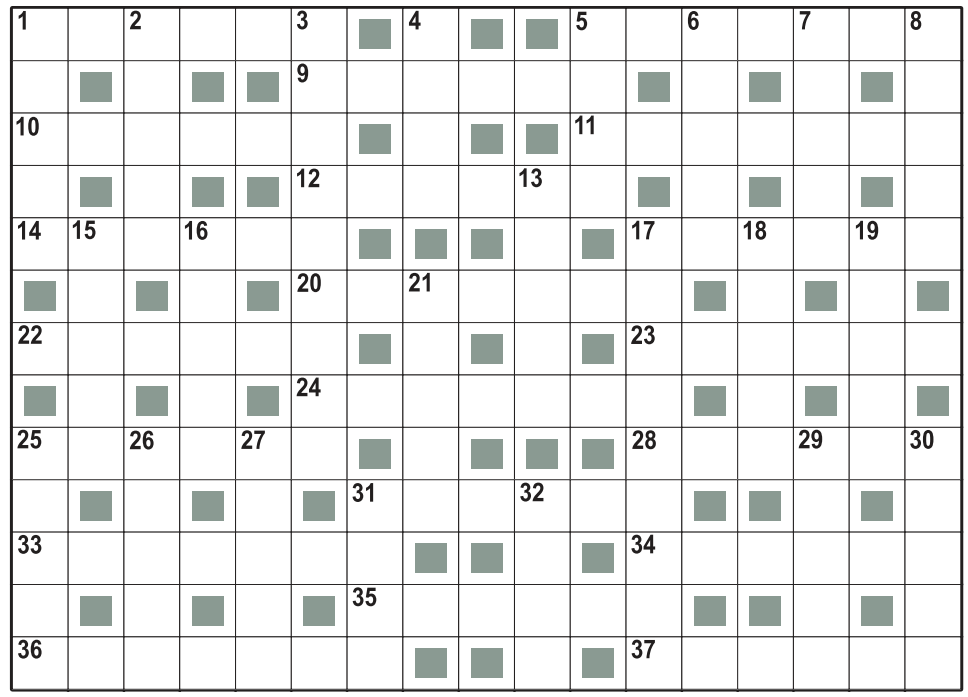


Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
3) zagłębienie na szczycie wulkanu,
6) ogoniasty płaz o wydłużonym ciele,
7) środki znieczulające, np. ketamina i tiopental,
10) zapach przyjemny dla nosa.
Pionowo:
1) Floriańska w Krakowie, Brandenburska w Berlinie
2) najprostszy węglowodór, lżejszy od powietrza,
4) predyspozycje w jakimś kierunku,
5) wyniosłość krtaniowa zwana jabłkiem Adama,
8) gruba zasłona okienna, kotara,
9) główna myśl, wątek utworu.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: małżonka; **alfabetka:** karabinek; **krzyżówka bez czterech liter:** karetka; **mozaikowa:** Marcin Wójcik; **krzyżówka tautogramowa:** fanfara; **krzyżówka ze strzałkami:** „Szpieg w masce”.

Krzyżówka bez czterech liter



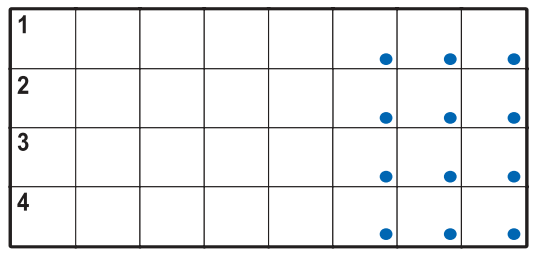
W diagramie występuje 28 różnych liter polskiego alfabetu. Z brakujących należy ułożyć rozwiązanie: 4-literowy rzeczownik.

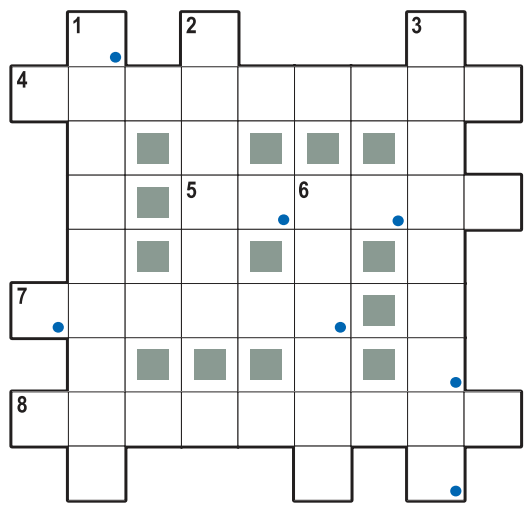
Poziomo:
1) okrawek tkaniny,
5) harmonijka ustna,
9) szelma, huncwot,
10) islamski anioł śmierci,
11) dziecka w wanience,
12) tajniki sztuki,
14) miano, określenie,
17) w parze z pasywami,
20) miś z dobranocki,
22) dawny żniwiarz,
23) wachmistrz Kmicica,
24) Cosel lub Marica,
25) ażurowa zasłona,
28) „... 44”,, film wojenny,
31) plamki na tkaninie,
33) odmiana skrzypiec,
34) starorzymska szata,
35) dobry wojak z powieści,
36) model budynku,
37) owacja dla artysty.

Pionowo:
1) dawna miara długości,
2) wąskie spodnie,
3) wiewiórka latająca,
4) doświadczony człowiek,
5) obraca się w zegarku,
6) pawie oczko w akwarium,
7) miasto w Lotaryngii,
8) imię Santor, piosenkarki,
13) makaron do rosołu,
15) kropki na twarzy,
16) alkaloid w herbacie,
17) wstążka zastępująca krawat,
18) gorące źródło, cieplica,
19) wolny etat,
21) drogowe lub interpunkcyjne,
25) los, przeznaczenie,
26) czarny lub zielony,
27) jezioro w pobliżu Morąga,
29) broń drzewcowa,
30) wiosną na polu,
31) lewy dopływ Dunaju,
32) pokryty korą.

Logogryf

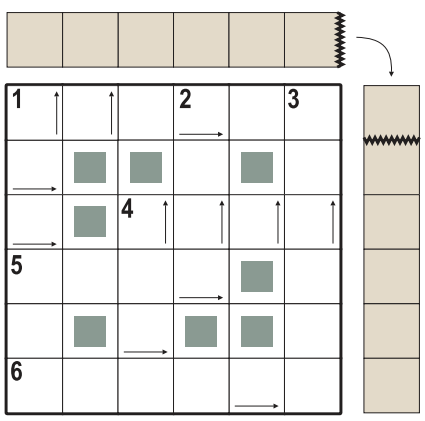
Litery w polach z kropką czytane rzędami utworzą rozwiązanie – imię i nazwisko artysty kabaretowego.
1) imię byłego premiera polskiego rządu,
2) miasto z Wałami Chrobrego,
3) staropolskie imię męskie,
4) niewielka wiązanka kwiatów.





Krzyżówka ze strzałkami

Litery w polach ze strzałką, przeniesione do kolorowych kratek, utworzą rozwiązanie – tytuł filmu.
Poziomo:
1) hebrajskie imię Pawła z Tarsu,
4) skupisko melaniny na skórze,
5) nieformalne określenie całej jury dolnej,
6) niebieski kwiat wśród zbóż, modrak.
Pionowo:
1) tłuszcz spożywczy z sadła lub słoniny,
2) adnotacja w księdze wieczystej,
3) obóz pracy przymusowej w ZSRR,
4) ręczne narzędzie budowlane.



Krzyżówka tautogramowa

Wszystkie odgadywane wyrazy mają taką samą pierwszą literę. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4) osłona przed bałwanami,
5) smok z mitologii germańskiej,
7) bogactwo mieniących się barw,
8) domena Sokratesa.
Pionowo:
1) kaprysy, grymasy,
2) niemetal o symbolu P,
3) leczy zaburzenia mowy,
6) wazon na kwiaty.

eprasa.pl 68a0af8902

Dla kibiców. I nie tylko

MAGAZYN SPORTOWY 24

Jagiellonia Białystok w Gdańsku przegrała z Lechią 0:3. Ta porażka strąciła Żółto-Czerwonych z fotela lidera ekstraklasy **STR. 16**

FOT. JAGIELLONIA.PL

Wynik zły, a gra jeszcze gorsza

Ślepsk Malow Suwałki w ostatnim meczu we własnej hali przegrał ze Skrę Bełchatów 2:3 w setach **STR. 20**

Koszykarze Żubrów Białystok coraz bliżej spadku z pierwszej ligi. Kolejna porażka w Opolu **STR. 20**

Zespoły Jagiellonii II Białystok i ŁKS Łomża z drugimi wiosennymi wygranymi w trzeciej lidze **STR. 20**

eprasa.pl 68a0af8902

Lechia Gdańsk strąciła Jagiellonię z fotela lidera

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Pierwszą porażkę w ekstraklasie w 2026 roku poniosła Jagiellonia Białystok. Po bardzo słabym meczu Żółto-Czerwoni przegrali z Lechią Gdańsk 0:3.**

Lechia Gdańsk	**3 (1)**
Jagiellonia	**0 (0)**

Bramki: 1:0 - Rifet Kapić 43, 2:0 - Aleksandar Ćirković 81, 3:0 - Aleksandar Ćirković 90.
Lechia: Alex Paulsen - Tomasz Wójtowicz (90. Bartłomiej Kłudka), Maksym Diaczuk, Matej Rodin, Matúš Vojtko - Camilo Mena (74. Tomasz Neugebauer), Rifet Kapić, Iwan Żelizko, Kacper Sezonienko (89. Bohdan Wjunnyk), Aleksandar Ćirković - Tomáš Bobček.
Jagiellonia: Sławomir Abramowicz - Norbert Wojtuszek (62. Nahuel Leiva), Apóstolos Konstantópoulos, Andy Pelmard, Bartłomiej Wdowik (62. Guilherme Montóia) - Alejandro Pozo, Taras Romanczuk, Bartosz Mazurek (88. Youssuf Sylla), Jesús Imaz, Kajetan Szmyt - Afimico Pululu (73. Samed Baždar).
Sędziował: Piotr Lasyk (Bytom).
Widzów: 12 695.

To nie była Jagiellonia z meczu z Fiorentiną i Legią Warszawa. Podopieczni trenera Adriana Siemieńca zagrali jedno z najsłabszych, jak nie najsłabsze spotkanie w sezonie.

W pierwszych minutach piątkowego spotkania z Lechią Gdańsk to gospodarze stworzyli już sobie dwie dobre sytuacje do zdobycia goli.

W 4 minucie Tomas Bobcek miał dobrą sytuację, ale przestrzelił. Chwilę później strzał Camilo Mena wybronił Sławomir Abramowicz.

Z kolei w 39 minucie Matus Vojtko szukał swojej szansy z dystansu. Na szczęście Abramowicz nie dał się zaskoczyć i wybił piłkę na rzut rożny

Piłka wreszcie wpadła do siatki i to bramki Jagiellonii. Na szczęście lider klasyfikacji strzelców ekstraklasy Bocek był na pozycji spalonej i gol nie został uznany.

I niestety jeszcze przed przerwą stało się to co wydawało się nieuchronne. W 43 minucie piłkarze Lechii zabawili się z obrońcami Jagiellonii. I po minięciu Andy Pelmarda i Tarasa Romanczuka Rifet Kapic podcinką nad Abramowiczem zdobył prowadzenie dla gospodarzy.

A co zrobiła Jagiellonia w pierwszej połowie? Wystarczy nadmienić, że nie oddała ani jednego celnego strzału. Statystyki odnotowały trzy próby Żółto-Czerwonych.

FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

To nie był dzień Jagiellonii. Dotkliwa portażka w Gdańsku 0:3

– Musimy się obudzić, więcej uderzać, zmieniać kierunki. W ekstraklasie z każdym rywalem jest trudno. Gramy dalej - powiedział w przerwie przed kamerami canal plus kapitan Jagiellonii Taras Romanczuk.

Pierwszy kwadrans drugiej połowy niewiele zmienił obraz gry. Jagiellonia może miała więcej posiadania piłki, ale bez żadnych rezultatów pod bramką Lechii. Gospodarze też zbytnio nie kwapili się do ataków szukając szans w przechwycie piłki i szybkim ataku na bramkę Sławomira Abramowicza.

Trener Adrian Siemieniec dokonał zmian. Za Bartłomieja Wdowika i Norberta Wojtuszka weszli na boisko Nehuel Leiva i Guilherme Montoia, a w 73 minucie Afimico Pululu zastąpił z kolei Samed Bazdar.

Aż wreszcie zakotłowało się w polu karnym gospodarzy. Nahuel Leiva mocno strzelił, ale bramkarz Lechii obronił i jeszcze w ostatniej chwili dotknięciem piłki ręką ubiegł Bazdara, który już czekał by dobić piłkę do siatki Lechii.

W końcowych fragmentach meczu Jagiellonia próbowała stwarzać zagrożenie, ale nadziała się na dwa ataki gospodarzy, które zakończyły się golami. Dwukrotnie Aleksandar Cirković pokonał Abramowicza i w Gdańsku Lechia pokonała zasłużenie lidera z Białegostoku 3:0.

- Nie weszliśmy na nasz odpowiedni poziom. Nie wiem dlaczego, ale wyglądało, że Lechia bardziej chciała niż my. Mówię tutaj za nas wszystkich. Nie pokazaliśmy tej gry, charakteru i agresywności. Zwykle gramy w tych meczach odważnie, ofensywnie, a dzisiaj zabrakło nam wszystkiego - serca, energii i jakości. Przegrywamy zasłużenie 0:3. Teraz mamy cztery mecze u siebie. Musimy szybko się podnieść - skwitował mecz Bartłomiej Wdowik.

©℗

Adrian Siemieniec: Byliśmy słabsi

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Po prostu wygrał zespół lepszy i nie ma co też zakłamywać rzeczywistości, bo takie są fakty - powiedział otwarcie trener Jagiellonii Adrian Siemieniec po meczu z Lechią Gdańsk 0:3**

FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

Trener Jagiellonii Adrian Siemieniec wie, że jego zespół zagrał w Gdańsku wyjątkowo słaby mecz

Piłkarze Jagiellonii Białystok zawiedli w wyjazdowym meczu z Lechią Gdańsk przegrywając 0:3. Trener Żółto-Czerwonych Adrian Siemieniec nie zakłamywał rzeczywistości mówiąc otwarcie, że Lechia tego dnia była lepszym zespołem.

– Trudno jest coś dobrego powiedzieć o tym spotkaniu, jeżeli chodzi o to, jak ono wyglądało w naszym wykonaniu tak naprawdę od początku. Pierwsza połowa bardzo nam nie wyszła, w drugiej połowie były takie fragmenty, że zaczęliśmy trochę lepiej grać, częściej pojawiać się w okolicach pola karnego, ale to jest zdecydowanie za mało, jeżeli chcesz wygrać spotkanie. Przy tym też straciliśmy bardzo proste bramki, to trzeba sobie też powiedzieć, ale w jaki sposób byśmy tych bramek dzisiaj nie stracili, to po prostu dzisiaj byliśmy słabszym zespołem i zasłużenie przegraliśmy. Musimy to nie tyle zaakceptować, co przyjąć na klatę i wziąć się od następnego mikrocyklu do pracy, wykorzystać potencjał trzech meczów domowych u siebie i odpowiedzieć na boisku treningowym i w meczu, bo to jest dzisiaj najważniejsze dla nas. Co bym nie powiedział, to słowa tutaj nic nie dadzą. Musimy się poprawić i odpowiedzieć zwycięstwem. To jest dzisiaj najlepsze, co możemy zrobić - powiedział trener Jagi na pomeczowej konferencji.

Trener Lechii John Carver wskazał Jagę, jako przyszłego mistrza Polski.

- Rezultat jest fantastyczny. Pierwsze 45 minut było najlepsze w naszym wykonaniu od dawna. Wiem, że było trochę krytyki odnośnie tego, jak ostatnio broniliśmy, ale w tym meczu byłem zachwycony tym jak właśnie graliśmy w defensywie. Myślę, że graliśmy przeciwko przyszłemu mistrzowi Polski. Bardzo lubię jak oni grają w piłkę i życzę im wszystkiego dobrego na końcówkę sezonu - powiedział natomiast trener Lechii Gdańsk John Carver.

©℗

Tenisiści stołowi SBR Dojlid Białystok z Gliwic powrócili z porażką z KTS 2:3

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

TENIS STOŁOWY. **Tenisiści stołowi SBR Dojlid Białystok w 17. kolejce spotkań Lotto Superligi przegrali na wyjeździe z KTS Gliwice 2:3. Dwie wygrane zaliczył Patryk Chojnowski.**

FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Patryk Chojnowski w spotkaniu z KTS Gliwice zdobył dla Dojlid dwa punkty

W wyjazdowym meczu Lotto Superligi Patryk Chojnowski dwukrotnie w meczu z KTS Gliwice doprowadzał do remisu. Najpierw po porażce Piotra Chojnowskiego z Arturem Białkiem, wygrał z Grzegorzem Felklem 3:0, a później gdy przegrał Piotr Michalski pokonał Białka 3:1.

W decydującym meczu Grzegorz Felkel zwycięży Piotra Chodorskiego 3:2.

Drużyna SBR Dojlidy Białystok nadal w tabeli Lotto Superligi zajmuje bezpieczne 10. miejsce.

KTS Gliwice - SBR Dojlidy Białystok 3:2

Artur Białek - Piotr Chodorski 3:1 (11:13, 11:2, 11:2, 11:8)
Grzegorz Felkel - Patryk Chojnowski 0:3 (7:11, 5:11, 7:11)
Jarosław Tomicki - Piotr Michalski 3:0 (11:9, 11:8, 11:9)
Artur Białek - Patryk Chojnowski 1:3 (8:11, 11:4, 5:11, 10:12)
Grzegorz Felkel - Piotr Chodorski 3:2 (11:7, 11:7, 7:11, 6:11, 6:2)

Pozostałe wyniki 17 kolejki LOTTO Superligi:

The PLUGiN ASTS Olimpia Grudziądz - Dekorglass Działdowo 2:3
Balta AZS AWFiS Gdańsk - KS Villa Verde Olesno 3:2
Energa Manekin Toruń - Trefl Zamość 1:3
Polonia Bytom - Polonia Wąchock 3:0 wo

1. ORLEN Bogoria Grodzisk	16	41	44:14
2. Olimpia Grudziądz	17	35	45:31
3. Trefl Zamość	18	33	40:31
4. Dekorglass Działdowo	17	32	40:28
5. Balta AZS AWFiS Gdańsk	17	32	39:29
6. TTS Polonia Bytom	17	29	38:33
7. BSOrlicz Suchedniów	16	28	37:28
8. KS Villa Verde Olesno	17	22	35:41
9. Energa Manekin Toruń	17	22	36:39
10. SBR Dojlidy Białystok	17	18	27:41
11. Polonia Wąchock	17	10	19:46
12. KTS Gliwice	18	4	14:53

eprasa.pl 68a0af8902

PKO BP Ekstraklasa Powody do radości mieli też wreszcie kibice Korony

Mamy nowego lidera w lidze. A Widzew odżył dzięki Vuko

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

W sobotę nastąpiła zmiana lidera PKO Ekstraklasy. Zaskakująca, ponieważ Jagiellonię na pierwszym miejscu podmieniło Zagłębie, które przed sezonem typowano do walki o środek tabeli.

FOT. PAP/MARIAN ZUBRZYCKI

W końcu na miarę oczekiwań - po kolejnej zmianie trenera - zagrał za to Widzew Łódź

Ojciec tego niewątpliwego sukcesu, Leszek Ojrzyński, właśnie potwierdził, że w ciągu najbliższych tygodni przedłuży kontrakt z Miedziowymi.

Weekend z 24. kolejką wystartował nietypowo, bo w piątek o godz. 20:30 (meczu o 18 nie było z powodu ćwierćfinałów Pucharu Polski rozgrywanych od wtorku do czwartku włącznie). Spotkanie było jedno, ale za to jakie! Lechia Gdańsk wspięła się na wyżyny swoich umiejętności. Zmęczonej ostatnimi wyzwaniami Jagiellonii Białystok wbiła aż trzy bramki, sama nie tracąc ani jednej. W końcówce dublet ustrzelił Aleksandar Cirković, wobec którego altruistycznie zachował się lider strzelców Tomas Bobcek, oddając piłkę w sytuacji sam na sam. Skauci z topowych angielskich klubów przylecieli specjalnie obserwować nastoletniego Bartosza Mazurka z drużyny gości, który dopiero co ustrzelił hat-tricka włoskiej Fiorentinie, ale to nie on brylował tego wieczoru. Czarowali wyłącznie Lechiści, dyrygowani na boisku przez swojego kapitana Rifeta Kapicia.

W piątek Jagiellonia straciła okazję na punkty, zaś w sobotę również fotel lidera - na rzecz Zagłębia Lubin. Miedziowi zaczęli źle wyjazdowy mecz z Piastem Gliwice, bo od straty bramki, ale szybko się otrząsnęli i jeszcze na przerwę zeszli przy remisie. W drugiej połowie gole Damiana Michalskiego i Michalisa Kossidisa zapewniły upragnione zwycięstwo. W tym roku podopieczni trenera Ojrzyńskiego przegrali jedynie w pierwszym meczu. W kolejnych ugrali dziesięć punktów na dwanaście możliwych. Mają serię trzech wygranych z rzędu. - Jest przefajnie - stwierdził trener po ostatnim gwizdku na stadionie przy Okrzei.

Powody do radości mieli też w Kielcach. Korona od września czekała na przełamanie na własnym stadionie. Sukces rodził się w bólach. Mimo dwóch strzelonych goli drużyna nie była pewna swego po przerwie, gdy pozwoliła ostatniej w tabeli Bruk-Bet Termalice Nieciecza złapać wiatr w żagle. Gdy sędzia gwizdnął po raz ostatni, wszyscy poczuli ulgę. No, poza gośćmi, którzy pozostają jedyni w stawce bez wygranej w tym roku.

W końcu na miarę oczekiwań zagrał za to Widzew Łódź. Wystarczyło tylko i aż zatrudnić Aleksandara Vukovicia, który w debiucie przeciwko Lechowi Poznań zafundował terapię szokową. Od kadry odsunął Osmana Bukariego, którego ściągnięto w zimie za rekordowe 5,5 mln euro. Poza tym Serb z polskim paszportem zmienił ustawienie na 3-4-3, a do składu awansował choćby Mateusza Żyrę, przekazując mu opaskę kapitana. Pod nieobecność kontuzjowanego Bartłomieja Drągowskiego między słupkami stanął dawno niewidziany Velijko Ilić. To on w 94. minucie wybronił „piłkę meczową" Mateusza Skrzypczaka.

Zanim jednak Widzew przełamał niemoc, jego kibice byli wściekli z powodu gola dla Lecha przed zmianą stron. Prowadzenie dla gości, którzy przystępowali do gry z serią czterech wygranych w lidze, uzyskał Gisli Thordarson. Zmotywowany okrzykami z trybun Widzew ekspresowo doprowadził do wyrównania po składnej akcji zwieńczonej w szesnastce przez Frana Alvareza. Aż w końcu w drugiej połowie decydujący cios zadał Emil Kornvig. Była to dopiero 52. minuta gry...

24. KOLEJKA EKSTRAKLASY

LECHIA GDAŃSK - JAGIELLONIA BIAŁYSTOK 3:0
Bramki: Kapić 43, Cirkovic 81 i 90+4

KORONA KIELCE - BRUK-BET TERMALICA NIECIECZA 2:1
Bramki: Pięczek 43, Sotiriou 52 - Durdov 58

PIAST GLIWICE - ZAGŁĘBIE LUBIN 1:3
Bramki: Tomasiewicz 22 - Corluka 27, Michalski 69, Kosidis 89

WIDZEW ŁÓDŹ - LECH POZNAŃ 2:1
Bramki: Alvarez 34, Kornvig 52 - Thordarson 27

MOTOR LUBLIN - GÓRNIK ZABRZE 0:0

RADOMIAK - GKS KATOWICE 0:1
Bramka: Jędrych 45

1. Zagłębie Lubin	24	41	40-28
2. Jagiellonia Białystok	23	38	39-29
3. Lech Poznań	24	38	41-36
4. Górnik Zabrze	23	35	33-31
5. Raków Częstochowa	23	34	31-29
6. Cracovia	23	33	29-25
7. Wisła Płock	23	33	24-20
8. Korona Kielce	24	33	29-27
9. GKS Katowice	23	33	32-32
10. Radomiak Radom	24	32	40-36
11. Lechia Gdańsk	24	31	33-35
12. Pogoń Szczecin	23	31	33-35
13. Motor Lublin	24	31	32-37
14. Piast Gliwice	24	29	27-31
15. Widzew Łódź	24	27	31-34
16. Arka Gdynia	23	26	22-41
17. Legia Warszawa	23	25	27-29
18. Termalica Nieciecza	24	22	28-42

25. kolejka PKO BP Ekstraklasy:

Piątek, 13 marca
godz. 18.00: Termalica Nieciecza - Motor Lublin
godz. 20.30: Radomiak - Legia Warszawa

Sobota, 14 marca
godz. 14.45: Arka Gdynia - Widzew Łódź
godz. 17.30: GKS Katowice - Lechia Gdańsk
godz. 20.15: Cracovia - Wisła Płock

niedziela, 15 marca
godz. 12.15: Arka Gdynia - Widzew Łódź
godz. 14.45: Zagłębie Lubin - Lech Poznań
godz. 17.30: Górnik Zabrze - Raków Częstochowa

poniedziałek, 16 marca
19:00 Pogoń Szczecin - Korona Kielce

JEDENASTKA KOLEJKI

NAJLEPSI STRZELCY

14 goli
Tomáš Bobček (Lechia Gdańsk)
13 goli
Karol Czubak (Motor Lublin)
12 goli
Mikael Ishak (Lech Poznań)
11 goli
Sebastian Bergier (Widzew Łódź), Jonatan Braut Brunes (Raków Częstochowa)
10 goli
Jesús Imaz (Jagiellonia Białystok), Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

BOHATER WEEKENDU

Rifet Kapić (Lechia Gdańsk)
Reżyser gry z prawdziwego zdarzenia. Fantastycznie rozdzielał piłki w wygranym meczu z liderującą dotąd Jagiellonią Białystok. Tuż przed przerwą dał prowadzenie. Popisał się założeniem siatki, zmyleniem ostatniego obrońcy na tzw. zakos i na deser podcinką.

FOT. PAP/ADAM WARZAWA

Farsa we Wrocławiu trwała kwadrans. Czy kary dla Śląska i Wisły będą rekordowe?

Damian Świderski
redakcja@polskapress.pl

Mecz Śląska z Wisłą się nie odbył, gdyż Biała Gwiazda zbojkotowała spotkanie – na znak protestu po decyzji, że gospodarze nie wpuszczą kibiców Białej Gwiazdy.

Już kilkadziesiąt godzin przed wyznaczonym terminem było wiadomo, że piłkarze Wisły nie zjawią się na stadionie we Wrocławiu. teraz klubom grozi obopólny walkower. A Śląsk dodatkowo ma zostać ukarany rekordową karą finansową.

W sobotę, 7 marca o godz, 17.30 miało dojść do wielkiego hitu Betclic 1. Ligi Śląsk Wrocław – Wisła Kraków. Kilka dni przed pierwszym gwizdkiem, gospodarze wydali komunikat, że nie wpuszczą na stadion kibiców gości. Tłumaczyli się względami bezpieczeństwa w bardzo lakonicznym komunikacie. W odpowiedzi, prezes Białej Gwiazdy Jarosław Królewski zagroził bojkotem, do którego, przy nieugiętym stanowisku działaczy obu stron, ostatecznie doszło.

Piłkarze Śląska wyszli na murawę, czekając na rywali, ale ci – zgodnie z zapowiedzią - nie zjawili się na stadionie. Farsa trwała kwadrans, piłkarze i sędziowie „odstali" swoje na środku boiska i dopiero wówczas arbiter Tomasz Kwiatkowski, zgodnie z przepisami, zakończył grę. To jednak oczywiście nie koniec. Prezes PZPN, Cezary Kulesza, już zapowiedział dotkliwe kary.

Królewski w pewnym momencie sporu chciał, aby mecz został przełożony – bo w ten sposób można by uniknąć walkowerów. Umieścił na X kilka emocjonalnych wpisów, w których zaapelował o rozwagę. Jednocześnie zadeklarował, że nie godzi się na walkower:

„Przestrzegam przed grożeniem mojemu zespołowi przedwczesnym walkowerem i zalecam czytanie naszych pism literalnie. W momencie, kiedy decyzję o bezpieczeństwie podejmuje prezes Śląska Wrocław z kilkoma kibolami – nie narazimy naszego zespołu na niebezpieczeństwo. Sprawa będzie mieć kontynuację. Nie jedziemy na mecz, co wcale nie oznacza, że godzimy się na walkower".

Śląsk kilkukrotnie zapewniał, że przyjmie piłkarzy i działaczy Wisły na stadionie, ale nie wpuści zorganizowanych kibiców Białej Gwiazdy. W oświadczeniu widnieje m.in. wpis, że podjął decyzję o zamknięciu obiektu przed kibicami, po rozmowach z policją. Komenda Policji zareagowała na te doniesienia. Jak się okazało, to nie była prawda - Śląsk samodzielnie podjął decyzję o zamknięciu obiektu, policja nie dysponuje żadnymi dokumentami z klubu w tej sprawie.

Sprawa nabrała międzynarodowego rozgłosu, polski futbol – na czele z PZPN – jest wytykany palcami. Dopiero w takich okolicznościach ze snu zimowego wybudził się PZPN, gdzie przez kilka lat zamiatano problem pod dywan. Czy teraz dojdzie do pokazówki i kary rzeczywiście będą drakońskie? W czwartek, 12 marca zbierze się Komisja Dyscyplinarna PZPN i nałoży sankcje.

eprasa.pl 68a0af8902

Skoki narciarskie Kacper Tomasiak wicemistrzem świata juniorów

ZAPRACOWANY, ALE WYPOCZĘTY

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

W ostatnich dniach, Kacper Tomasiak - trzykrotny medalista olimpijski z Predazzo, przeżywa prawdziwy startowy maraton. Cztery doby - cztery starty. Jeden w Norwegii, trzy w Finlandii.

FOT. REX FEATURES/EAST NEWS

Kacper Tomasiak jest dzisiaj jednym z najbardziej zapracowanych polskich sportowców

W miniony czwartek, w norweskim Lillehammer, Kacper Tomasiak został wicemistrzem świata juniorów, a następnie wyleciał do Finlandii.

Na obiekcie „Lysgårdsbakkene hoppanlegg", 19-letni Polak musiał uznać wyższość Austriaka Stephana Embachera. Brązowy krążek wywalczył Amerykanin Jason Colby.

Tyrolczyk - starszy o rok od Tomasiaka - po raz trzeci z rzędu został mistrzem świata w tej kategorii wiekowej. Tym samym potwierdził dobrą formę, którą demonstrował wcześniej w zawodach Pucharu Świata na mamuciej skoczni w Bad Mitterndorf (dwukrotnie drugie miejsce, Tomasiak nie startował) oraz na XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w Predazzo (złoty medal w konkursie duetów).

Kacper Tomasiak powiększył dorobek polskich skoczków w mistrzostwach świata juniorów do 15 medali (3 złote - 9 srebrnych - 3 brązowe). Dotychczas, po złote sięgnęli indywidualnie tylko nieżyjący już Mateusz Rutkowski (2004) i Jakub Wolny (2014).

Dla Tomasiaka to drugi krążek imprezy tej rangi. W 2023 roku w kanadyjskim Whistler był w składzie „srebrnej" drużyny.

W miniony piątek, już na obiekcie „Salpausselkä" w Lahti, nasz utalentowany skoczek narciarski uplasował się w zawodach Pucharu Świata na 24. miejscu, a dzień później - na 10. Tym samym, Kacper Tomasiak po raz piąty w karierze wskoczył do czołowej „10" zawodów z cyklu Pucharu Świata, po raz pierwszy od styczniowych zawodów na Bergisel w Innsbrucku.

- W tym momencie jestem wypoczęty, choć nie czuję się tak świeżo, jak na początku sezonu - twierdzi Tomasiak. - Jednak przy adrenalinie w trakcie zawodów powinno być dobrze.

Na mistrzostwach świata juniorów, które gościły na „Lysgårdsbakkene hoppanlegg", reprezentacja Polski (Kamil Waszek, Łukasz Sarniak, Łukasz Łukaszczyk i młodszy brat Kacpra Tomasiaka - Konrad) - pod nieobecność trzykrotnego medalisty olimpijskiego - zajęła 5. miejsce. Wygrali Austriacy. Srebrny medal zdobyli Niemcy, a brązowy Norwegowie. Polaków wyprzedzili jeszcze Słoweńcy.

- Potencjał jest - wyjaśnia trener polskiej kadry Maciej Maciusiak. - Będziemy walczyć, jak w każdych zawodach. Czas pokaże, na ile to wystarczy, ale dlaczego nie. Kacper wrócił do rywalizacji w Pucharze Świata naprawdę w dobrej dyspozycji. ©℗

Niewiadoma-Phinney druga w Strade Bianche

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Katarzyna Niewiadoma-Phinney zajęła drugie miejsce w toskańskim klasyku Strade Bianche. A w „tysięczniku" Indian Wells w grach pojedynczych ostała nam się już tylko Iga Świątek.

Najlepsza polska kolarka szosowa Katarzyna Niewiadoma-Phinney (Canyon_SRAM zondacrypto) ma do Strade Bianche, odbywającego się na drogach szutrowych Toskanii, stosunek miłości i nienawiści. Jest najbardziej konsekwentną zawodniczką w historii wyścigu kobiet, nigdy nie plasując się niżej niż na dziewiątym miejscu w dziewięciu edycjach, w których brała udział do zeszłego roku.

Przed wyścigiem 12. edycji była jedną z faworytek, ale znów nie udało jej się zwyciężyć - po zaciętym wyścigu, który rozstrzygnął się na wąskich ulicach Sieny, minęła linię mety na drugiej pozycji za Szwajcarką Elise Chabbey (FDJ United Suez).

- Każda chciała być na czele, a to było nieustanne tasowanie. Właśnie tam w tym kierunku zmierza kolarstwo kobiet - nie ma czasu na odpoczynek, po prostu jedziesz. Trasa otworzyła się na najdłuższym odcinku szutrowym, San Martino in Grania. Było mnóstwo kraks, było dość nerwowo, a dziewczyny nabrały tak mocnego tempa, że po odjeździe nic już nie wróciło. Od tego momentu wszystko ruszyło pełną parą, różne ataki i różne scenariusze przed wyścigiem - wspominała Polka.

31-latka czterokrotnie zajęła w Sienie drugie miejsce i raz trzecie (a także dwukrotnie czwarte i szóste, a raz dziewiąte), a zwycięstwo odniosło przed nią dziewięć różnych zawodniczek. Rozczarowanie Niewiadomej-Phinney było słyszalne, gdy pytano ją o odczucia po wyścigu.

- Myślę, że przede wszystkim czuję się rozczarowana, bo wiem, że byłam wystarczająco silna, żeby wygrać. Zajęcie miejsca na podium, myślę, że mogę to świętować, ale to nie jest zwycięstwo. Nie chcę kontynuować kariery, zajmując drugie czy trzecie miejsce, chcę wygrywać, więc czuję, że to pozostawia trochę niezadowolenia - powiedziała.

Kolejne szanse na zdobycie tego nieuchwytnego najwyższego stopnia dla Niewiadomej to Trofeo Alfredo Binda - wyścig, który wygrała w 2018 roku - oraz Milano-Sanremo Donne.

W tenisowym Indian Wells z piątki Biało-Czerwonych w grach singlowych została nam już tylko Iga Świątek, która rozpoczęła turniej WTA 1000 od pokonania w drugiej rundzie Amerykanki Kayly Day 6:0, 7:6(2). O awans do 1/8 finału polska rakieta będzie miała okazję zrewanżowania się Greczynce Marii Sakkari za porażkę w ćwierćfinale Qatar Open w Dosze. Kamil Majchrzak broniący honoru mężczyzn dzielnie stawił czoła w drugiej rundzie słynnemu Serbowi Novakowi Djokoviciowi, przegrywając 6:4, 1:6, 2:6.

W piątkowy wieczór Jakub Szymański na mitingu w Berlinie poprawił rekord Polski w biegu na 60 m ppł, wyrównując najlepszy w tym roku wynik na świecie 7,37, pozostając niepokonanym w 2026, co dobrze rokuje przed halowymi mistrzostwami świata l.a. w Toruniu.

Reprezentacja Polski piłkarek po wtorkowym remisie w Gdańsku z Holandią 2:2 , w sobotę w Dijon uległa Francji 1:4, co nie wróży najlepiej w dalszej fazie eliminacji MŚ 2027 w Brazylii. Następne mecze ekipy Ewy Pajor w kwietniu z Irlandią.©℗

FOT. REX FEATURES/EAST NEWS

Katarzyna Niewiadoma-Phinney zajęła drugie miejsce w słynnym toskańskim klasyku Strade Bianche Donn

Rekord Polski na MŚ w wieloboju sprinterskim

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

W mistrzostwach świata w łyżwiarskim wieloboju na słynnym torze Thialf w holenderskim Heerenveen startowali ze zmiennym szczęściem polscy panczeniści.

FOT. EPA/PAP

Kaja Ziomek-Nogal zajęła czwarte miejsce w wieloboju sprinterskim na mistrzostwach świata w Heerenveen

Kaja Ziomek-Nogal ustanowiła rekord Polski i zajęła czwarte miejsce w wieloboju sprinterskim, który obejmował cztery starty - po dwa na 500 i 1000 m.

Ostatni bieg na 1000 m, na którym w tym sezonie panczenistka MKS Cuprum Lubin wcześniej nie startowała, miał zadecydować, czy stanie na podium. Polka nie zdołała wyprzedzić Holenderki Marrit Fledderus, do której w sumie straciła, do brązowej medalistki, pół sekundy. Mistrzowski tytuł zdobyła Holenderka Femke Kok przed swoją rodaczką Suzanne Schulting.

Na pocieszenie Ziomek-Nogal poprawiła rekord Polski - 152,250 punktu. Poprzedni wynosił 150,560 i został ustanowiony ponad rok temu w... Heerenveen.

Martyna Baran została sklasyfikowana na siódmym, a Karolina Bosiek, która na ostatnich metrach zaliczyła upadek, dopiero na dwudziestej drugiej pozycji. Odniesiona kontuzja wymusiła na niej rezygnację z występu w ostatniej konkurencji przewidzianej w programie.

Damian Żurek, ósmy po pierwszym dniu, wycofał się z rywalizacji. Panczenista Pilicy Tomaszów po igrzyskach miał sporo problemów ze zdrowiem i zdecydował, że organizm musi odpocząć. W tej sytuacji uwaga polskich kibiców dotycząca męskiej części kadry została skierowana na Piotra Michalskiego i Marka Kanię. Obaj na 500 m zanotowali lepsze czasy niż dzień wcześniej - odpowiednio 34,67 i 34,77, co przełożyło się na szóste i siódme miejsca.

Deserem tej konkurencji była trzecia wygrana w zawodach Jenninga De Boo (33,93) z Amerykaninem Jordanem Stolzem. Holender pokonał mistrza olimpijskiego o 0,24 s, czym znacznie przybliżył się do złotego medalu. Brąz zdobył Chińczyk Zhongyan Ning. ©℗

eprasa.pl 68a0af8902

Ligi zagraniczne. „Kamyk" znów zaczął strzelać

Bartosz Głąb
redakcja@polskapress.pl

W zagranicznych ligach piłkarskich TOP5 nudy nie było! Dobre wieści o Polakach.

FOT. LUCYNA NENOW/POLSKA PRESS

Forma Jakuba Kamińskiego cieszy przez barażami o MŚ

ANGLIA

W weekend nie odbyła się kolejka Premier League, w zamian angielscy kibice otrzymali emocje związane z Pucharem Anglii i z pewnością narzekać nie mogli.

W ćwierćfinale rozgrywek zameldował się między innymi Arsenal FC, który miał jednak spore problemy z czwartoligowym Mansfield Town. Kanonierzy wygrali tylko 2:1 i tak naprawdę do końca drugiej połowy nie byli pewni awansu.

- Celem był awans do kolejnej rundy. Teraz czeka nas starcie z Bayerem Leverkusen w Lidze Mistrzów, kilka innych ważnych meczów i musimy być skupieni - powiedział bramkarz Arsenalu Kepa Arrizabalaga.

Sporo ciekawego działo się również w starciu Wrexham AFC z Chelsea FC. Gospodarze zatem zagrają mecz towarzyski z Wisłą Kraków i mimo że grają tylko w Championship, pokazali w sobotę, że stać ich na rywalizację z największymi. Czołowa ekipa Premier League awans wydarła dopiero po dogrywce, w podstawowym czasie padł remis 2:2.

PUCHAR ANGLII
Wyniki 1/8 finału: Wolverhampton - Liverpool 1:3, Mansfield - Arsenal 1:2, Wrexham - Chelsea 2:2 d. 2:4, Newcastle - Manchester City 1:3.

FRANCJA

Wydarzeniem weekendu we Francji z pewnością była porażka wielkiego PSG - i to u siebie - z AS Monaco.

Niedawno oba zespoły rywalizowały ze sobą w fazie play-off Ligi Mistrzów i wtedy minimalnie lepsi w dwumeczu okazali się Paryżanie. Teraz - w rozgrywkach - Ligue 1 ekipa z Księstwa wzięła rewanż i to ona sięgnęła po komplet punktów.

Mimo porażki, francuski gigant utrzymał pozycję lidera tabeli. Na dnie od dawna pozostaje ta sama trójka: AJ Auxerre, FC Nantes oraz FC Metz.

LIGUE 1
Wyniki 25. kolejki: PSG - AS Monaco 1:3, Nantes - Angers 0:1, Auxerre - Strasbourg 0:0, Toulouse - Olympique Marsylia 0:1.

HISZPANIA

Na Półwyspie Iberyjskim po ciężkich rywalizacjach są Real Madryt i FC Barcelona. Królewscy rzutem na taśmę pokonali na wyjeździe Celtę Vigo 2:1, strzelając decydującego gola w doliczonym czasie za sprawą rykoszetu po uderzeniu Federico Valverde.

Natomiast Duma Katalonii pokonała w Bilbao ekipę Athletic 1:0 po trafieniu Lamine Yamala. Robert Lewandowski na placu gry zameldował się po upływie godziny gry, w specjalnej masce, chroniącą twarz po niedawnej kontuzji.

W La Liga przewodzi FC Barcelona z 4-punktową przewagą nad Los Blancos. Kto na dnie? Tutaj również niezmiennie trójka: RCD Mallorca, UD Levante oraz Real Oviedo. Ten ostatni zespół jest już praktycznie pogodzony z powrotem na drugi poziom rozgrywkowy.

LALIGA
Wyniki 27. kolejki: Celta Vigo - Real Madryt 1:2, Osasuna - Mallorca 2:2, Levante - Girona 1:1, Atletico Madryt - Real Sociedad 3:2, Athletic Bilbao - Barcelona 0:1.

NIEMCY

W Bundeslidze znów padło sporo bramek, a z polskiego punktu widzenia najważniejszy gol został zdobyty w Kolonii. Jakub Kamiński strzelił pierwszego gola w 2026 roku, ale jego FC Koeln przegrało przed własną publicznością 1:2 z Borussią Dortmund.

Koncert strzelecki urządziły sobie Bayern Monachium oraz SC Freiburg i Bayer Leverkusen. Bawarczycy rozbili 4:1 Borussię Monchengladbach. Dwa pozostałe zespoły zremisowały w meczu bezpośrednim 3:3.

W tabeli gigantyczną przewagę punktową ma zespół z Monachium i ciężko sobie wyobrazić, by nie zdobył w tym sezonie tytułu mistrzowskiego. O utrzymanie walczą między innymi zespoły Polaków: FC St. Pauli oraz wspomniane FC Koeln. Na przedostatniej pozycji plasuje się VfL Wolfsburg Kamila Grabary i z dużym prawdopodobieństwem - po sezonie Wilki mogą pożegnać się z najwyższą klasą rozgrywkową.

BUNDESLIGA
Wyniki 25. kolejki: Bayern - Borussia M'gladbach 4:1, Wolfsburg - Hamburger SV 1:2, Freiburg - Bayer 3:3, RB Lipsk - Augsburg 2:1, Heidenheim - TSG Hoffenheim 2:4, Mainz - Stuttgart 2:2, FC Koeln, Borussia Dortmund 1:2.

WŁOCHY

Na Półwyspie Apenińskim również mieliśmy polski akcent. Nicola Zalewski zaliczył ładną asystę dla Atalanty Bergamo w „polskim meczu" przeciwko Udinese Calcio, który zakończył się remisem 2:2. U rywali zagrali Jakub Piotrowski oraz Adam Buksa.

Uwagę zwraca wysokie zwycięstwo Juventusu aż 4:0 nad SC Pisą. Natomiast SSC Napoli, pokonało u siebie inny zespół ze stolicy Piemontu, Torino FC.

We Włoszech zdecydowanym liderem tabeli jest Inter. Co na dnie? Hellas Werona i SC Pisa spieszą się do Serie B, kwestia trzeciego spadkowicza otwarta.

SERIE A
Wyniki 28. kolejki: Napoli - Torino 2:1, Cagliari - Como 1:2, Atalanta - Udinese 2:2, Juventus - Pisa 4:0.

©℗

AKCJA SPECJALNA PUCHARU TYMBARK 0011488966

Ponad 15 tys. drużyn zgłosiło się do XXVI edycji Pucharu Tymbark

Do największego turnieju piłkarskiego dla dzieci w Europie drużyny zgłosiła co trzecia szkoła podstawowa w kraju. Reprezentację ma każdy powiat, co potwierdza ogólnopolski zasięg i skalę rozgrywek. Największą aktywnością wykazało się województwo lubelskie, wyraźny lider tegorocznych zgłoszeń. Na podium znalazły się również województwa mazowieckie i wielkopolskie.

Tegoroczna edycja Pucharu Tymbark cieszy się ogromnym zainteresowaniem – do rozgrywek zgłosiło się ponad 15 tys. drużyn ze wszystkich powiatów w Polsce. To wyraźny sygnał, że piłka nożna pozostaje najpopularniejszym wyborem aktywności fizycznej dla najmłodszych, a Puchar Tymbark skutecznie dociera do dzieci z każdego regionu kraju.

– *Tegoroczna edycja Pucharu Tymbark potwierdza, jak silnym i potrzebnym projektem jest ten turniej. Notujemy rekordową po pandemii liczbę zgłoszeń, a drużyny reprezentują wszystkie powiaty w Polsce. To dowód, że szkoły widzą w Pucharze Tymbark realne wsparcie w promowaniu aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród dzieci* – mówi wiceprezes PZPN ds. piłkarstwa amatorskiego Tomasz Garbowski. – *Puchar Tymbark to jednak znacznie więcej niż rywalizacja sportowa. To nauka gry w piłkę nożną w duchu fair play, rozwijanie umiejętności interpersonalnych, odpowiedzialności i współpracy w grupie. Od lat wychowujemy kolejne pokolenia reprezentantek i reprezentantów Polski, a jednocześnie dajemy tysiącom dzieci pierwsze, często najważniejsze doświadczenie sportowe* – dodaje.

– *Puchar Tymbark to flagowy projekt CSR Grupy Maspex i jednocześnie nasza najdłuższa, bo już 20-letnia inwestycja w polski sport. Ten turniej idealnie wpisuje się w DNA marki Tymbark, bo dzięki niemu promujemy sport i aktywność fizyczną dokładnie tam, gdzie ma to największy potencjał – wśród dzieci. 15 tys. drużyn na starcie XXVI edycji Pucharu Tymbark świadczy nie tylko o skali i zasięgu rozgrywek, ale również pokazuje, że turniej cały czas ma przestrzeń do rozwoju. To także potwierdzenie, że piłka nożna nadal budzi wśród najmłodszych duży entuzjazm. Wychodzimy z prostego założenia: nie będzie rozwoju polskiego futbolu bez masowego grania od najmłodszych lat. Puchar Tymbark łączymy ze wspieraniem Reprezentacji Polski – bo w tym turnieju grała już połowa zawodników i zawodniczek naszej seniorskiej kadry* – mówi Krzysztof Pawiński, prezes i współwłaściciel Grupy Maspex, do której należy marka Tymbark.

Z podwórka do reprezentacji

Puchar Tymbark to ważny punkt startowy w piłkarskiej drodze wielu zawodniczek i zawodników. Wśród jego byłych uczestników są reprezentanci Polski, m.in. Krzysztof Piątek, Piotr Zieliński, Jakub Moder, Jakub Kiwior, Oskar Pietuszewski, Karol Świderski czy Jakub Kamiński. Od 2023 roku turniej i jego uczestnicy są oficjalnym partnerem piłkarskiej reprezentacji Polski, a mecze finałowe odbywają się przed spotkaniami kadry.

Znaczenie Pucharu Tymbark wykracza poza sportową rywalizację – odgrywa także istotną rolę w popularyzacji piłki nożnej wśród dziewczynek. Z roku na rok rośnie liczba drużyn dziewczęcych, co przekłada się na coraz większą obecność kobiet na kolejnych etapach szkolenia. To właśnie w Pucharze Tymbark swoje pierwsze piłkarskie kroki stawiały m.in. Ewa Pajor, Paulina Dudek, Dominika Grabowska czy Nadia Krezyman, dziś z sukcesami reprezentujące Polskę na arenie międzynarodowej. W XXVI edycji liczba zgłoszonych drużyn dziewczęcych wzrosła o 16 proc. w porównaniu z ubiegłym rokiem, a dziewczęta stanowią 24 proc. wszystkich uczestników. Dane te potwierdzają rosnącą popularność piłki nożnej wśród młodych zawodniczek.

Cała Polska gra w Pucharze Tymbark. Rywalizacja województw

Do udziału w XXVI edycji Pucharu Tymbark zgłosiło się ponad 15 tys. drużyn z całej Polski, z czego 2263 z województwa lubelskiego, które zostało liderem tegorocznych zgłoszeń. Ponad 1000 drużyn zarejestrowano również w województwach: mazowieckim (1482), wielkopolskim (1318), małopolskim (1253) oraz śląskim (1141). W porównaniu z ubiegłym rokiem największą dynamikę wzrostu odnotowało województwo lubelskie (+104 proc. r/r), liderując pod tym względem we wszystkich kategoriach.

Czas na pierwszy gwizdek!

Zgodnie z formułą turnieju drużyny rozpoczną rywalizację od etapów gminnych i powiatowych, następnie wojewódzkich, by walczyć o Nagrodę Główną w Finale Ogólnopolskim. Etapy gminne i powiatowe zostaną rozegrane w marcu i kwietniu, natomiast 16 finałów wojewódzkich zaplanowano na maj. Podobnie jak w poprzednich edycjach, zmagania w kategorii U-8 zakończą się na etapie wojewódzkim, a starsze roczniki spotkają się w czerwcu podczas Finału Ogólnopolskiego. W skład Komitetu Honorowego XXVI edycji Pucharu Tymbark wchodzą Minister Sportu i Turystyki, Minister Edukacji oraz Minister Zdrowia.

PUCHAR TYMBARK PZPN
SPORTOWY24

eprasa.pl 68a0af8902

Zwycięski start wiosny piłkarzy ŁKS i Jagiellonii II

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

Dobrze wiosenne mecze III ligi rozpoczęli piłkarze ŁKS-u Łomża i Jagiellonii II Białystok, którzy po raz drugi zeszli z boiska jako zwycięzcy. Na drugim biegunie są Wigry Suwałki z drugą porażką

Piłkarze ŁKS-u Łomża, chociaż grali na swoim bocznym boisku, to wystąpili w roli gości. Biało-Czerwoni spisali się bardzo dobrze, pokonując Znicz Biała Piska 4:0.

- Wynik bramkowo dobry, stworzyliśmy sporo sytuacji, wiele z nich także i nie wykorzystaliśmy. Zagraliśmy dobre spotkanie i zadowoleni jesteśmy z tych dwóch spotkań inaugurujących wiosenne rozgrywki. Mamy 14 spotkań wygranych i jesteśmy w grze. Od wielu miesięcy miałem wreszcie do dyspozycji całą kadrę, razem z bramkarzami 24 piłkarzy - powiedział trener ŁKS-u Marciun Sasal.

Także Daniel Rusek szkoleniowiec Jagiellonii II Białystok był zadowolony z wygranego meczu z Olimpią Elbląg 3:1.

– Na pewno cieszy nas to, że jest to drugie zwycięstwo ligowe. Wiedzieliśmy, że przeciwnik jest bardzo dobrze zorganizowany przy stałych fragmentach gry. To na pewno mogło nam sprawiać problemy. Troszeczkę na ciosy poszliśmy w tej drugiej połowie zamiast spokojnie kontrolować grę - stwierdził trener Jagi II Daniel Rusek.

W Wasilkowie KS prowadził jeszcze do 90 minuty. Niestety, ostatnie słowo należało do gości, którzy wyrównali na 2:2.

Suwalskie Wigry powoli wypisują się z gry o awans. W drugim meczu wiosennym przegrali wysoko 0:3 z KS CK Troszyn.

Znicz Biała Piska - ŁKS Łomża 0:4 (0:2), Bramki: 0:1 Aleksander Gołoś 3, 0:2 Marcin Stromecki 45, 0:3 Hubert Antkowiak 83, 0:4 Hubert Antkowiak 87 z karnego.
ŁKS: Danielczyk, Sauczek, Karmański (61. Chorosiński), Gołoś (61. Olszewski), Niewiadomski (20. Mich), Stromecki (78. Pindor), Kluska, Antkowiak, Dzięgielewski, Witasik, Kosakiewicz (61. Klupś).
Jagiellonia II Białystok - Olimpia Elbląg 3:1 (3:1). Bramki: 0:1 Dominik Kozera 10, 1:1 Youssuf Sylla 29, 1:2 Dawid Polkowski 34, 1:3 Eryk Kozłowski 37.
Jagiellonia II: Kożuchowski - Kobus (63. Pakieła), Kobayashi, Kuczyński (75. Lipiński), E. Kozłowski (63. Krasiewicz), Polkowski, Konanau, Stypułkowski, Sylla (75. Ziarek), Burkowski (83. A. Kozłowski), Zalewski.
KS CK Troszyn - Wigry Suwałki 3:0 (2:0). Bramki: 1:0 Mikołaj Kłosiński 2, 2:0 Jakub Tyska 32, 3:0 Jakub Domański 56.
Wigry: Taudul - Ozga, Pajnowski (79. Berezianskyi), Magnuszewski, Kwiatkowski (79. Rejterada), Gużewski,Święty (46. Witek), Fronczak (58. Matus), Michałowski (58. Zagórski), Głowicki, Guzdek.
KS Wasilków - Lechia Tomaszów Mazowiecki 3:3 (1:0). Bramki: 1:0 Arkadiusz Mazurek 20, 1:1 Piotr Gębala 64, 2:1 Bartosz Milewski 74, 2:2 Daniel Chwałowski 85, 3:2 Aleksiej Wotkiewicz 87, 3:3 Mateusz Kempski 90.
KS Wasilków: Dunaj - Kuźnicki, Niedźwiecki, Wasilewski, Bayer, Wotkiewicz, Borys, Porębski, Mazurek, Dawidowicz, Radaszkiewicz.
Inne wyniki: Legia II - GKS Bełchatów 2:0, Świt Nowy Dwór Maz. - Widzew II 1:0, Warta - Ząbkovia 2:1,Wisła II - Mławianka 2:1 (1:1), Broń - GKS Wikielec 0:2.

1. Legia II Warszawa	21	53	59-19
2. Warta Sieradz	20	47	38-17
3. ŁKS Łomża	21	46	51-20
4. Ząbkovia Ząbki	21	38	58-35
5. Wigry Suwałki	21	36	34-31
6. Wisła II Płock	20	34	34-29
7. KS CK Troszyn	21	31	51-33
8. Świt Nowy Dwór Maz.	21	30	32-37
9. Lechia Tomaszów Maz.	21	28	44-35
10. Broń Radom	21	28	26-34
11. Olimpia Elbląg	20	27	33-37
12. Jagiellonia II Białystok	21	26	25-30
13. Widzew II Łódź	20	24	37-48
14. GKS Bełchatów	21	20	34-49
15. GKS Wikielec	19	17	18-30
16. Mławianka Mława	21	17	31-44
17. KS Wasilków	20	14	20-45
18. Znicz Biała Piska	20	5	13-65

FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

KS Wasilków zremisował z Lechią Tomaszów Mazowiecki 3:3

Siatkówka Ślepsk Malow Suwałki porażką pożegnał się z kibicami

A BYŁO JUŻ 2:1 W SETACH I 22:19

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

Siatkarze Ślepska Malow Suwałki w meczu z PGE GiEK Skra Bełchatów wygrywali już 2:1 w setach i 21:18. I jednak nie wygrali. Rywale odwrócili losy spotkania i pokonali Ślepsk 3:2.

Spotkaniem z PGE GiEK Skrą Bełchatów część siatkarzy Ślepska Malow Suwałki i trener Dominik Kwapisiewicz pożegnali się z suwalskimi kibicami.

Przypomnijmy, że po sezonie obok szkoleniowca z suwalskiego zespołu odejdą Damian Wierzbicki, Antoni Kwasigroch i Brazylijczyk Henrique Honorato.

Mecz był bardzo wyrównany, a siatkarze gospodarzy byli w nim bardzo blisko zwycięstwa. Suwalczanie prowadzili już 2:1 w setach i w czwartej partii wygrywali 19:15, 21:18 i 22:19. Mieli także trzy piłki meczowe w grze na przewagi. Niestety, przegrali 26:28 i w tie-breaku 11:15.

– Mieliśmy ich na widelcu. Niestety, nie zamknęliśmy tego meczu i wszystko odwróciło się. Szkoda. Zabrakło zimnej krwi w końcówce czwartego seta. Niestety, tak się zdarza. Nie raz to my będziemy odwracać spotkania. To był twardy mecz, dobra siatkówka – powiedział siatkarz Ślepska Malow Antoni Kwasigroch.

FOT. MIŁOSZ KOZAKIEWICZ

Ślepsk Malow w ostatnim meczu sezonu PlusLigi u siebie przegrał ze Skrą 2:3

– Bardzo nam smutno. Chcieliśmy się pożegnać z kibicami dobrym wynikiem – stwierdził po meczu kapitan zespołu Ślepska Malow Bartosz Filipiak.

Kolejny mecz siatkarze Ślepska Malow Suwałki zagrają w niedzielę, 15 marca z Barkom Każany Lwów. ©℗

Ślepsk Malow Suwałki - PGE GiEK SKRA Bełchatów 2:3 (22:25, 25:14, 25:19, 26:28, 11:15)
Ślepsk Malow: Jan Nowakowski 6, Karol Jankiewicz 1, Bartosz Filipiuak 29, David Smith 7, Antoni Kwasigroch 14, Asparuch Asparuchow 18, Bartosz Mariański (L), Jakub Kubacki (L) oraz Joachin Panou, Kamil Droszyński.
Skra: Zouheir El Graoui 14, Alan Souza 2, Bartłomiej Lemański 23, Anthoine Pothron 7, Grzegorz Łomacz 1, Michał Szalacha 10, Maksym Kędzierski (L) oraz Kamil Szymura (L), Arkadiusz Żakieta 5, Filip Waszak, Javad Manavinezhad 1, Kamil Szymendera.

Inne wyniki

ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - Steam Hemarpol Politechnika Częstochowa 3:1
Aluron CMC Warta Zawiercie - Cuprum Stilon Gorzów 3:1
Asseco Resovia Rzeszów - Barkom Każany Lwów 3:0.

1. Aluron CMC Warta	24	56	62:25
2. PGE Projekt Warszawa	23	48	53:30
3. BOGDANKA LUK	22	44	55:35
4. Asseco Resovia	23	43	52:34
5. Indykpol AZS Olsztyn	23	42	54:41
6. PGE GiEK SKRA	22	35	43:42
7. Energa Trefl Gdańsk	22	34	48:44
8. Jastrzębski Węgiel	22	33	43:42
9. ZAKSA Kędzierzyn-Koźle	23	33	51:53
10. Ślepsk Malow Suwałki	24	26	38:58
11. Cuprum Stilon Gorzów	23	24	36:54
12. Barkom Każany Lwów	23	23	37:57
13. InPost ChKS Chełm	23	23	31:56
14. Steam Hemarpol	23	16	30:62

Koszykarze Żubrów Abakus Okna blisko spadku

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

Koszykarze Żubrów Abakus Okna Białystok przegrali bardzo ważny mecz w I lidze z Weegree AZS Politechnika Opolska 68:87 tracąc praktycznie ostatnią szansĘna utrzymanie się w I lidze

Żubry Abakus Okna Białystok myśląc o utrzymaniu się jeszcze w I lidze wyjazdowe spotkanie z Weegree AZS Politechniką Opolską musieli wygrać. Rywale bowiem także walczą o byt w I lidze.

Do przerwy, po dwóch kwartach podopieczni trenera Kamila Piechuckiego jeszcze utrzymywali dystans do rywali przegrywając zaledwie 37:41. Niestety, kolejne dwie kwarty rozwiały wszelkie nadzieje. Brak skuteczności spowodował, że gospodarze z Opola wygrali trzecią kwartę 23:15, a czwartą 23:16.

FOT. EWELINA ZGIET

Koszykarze Żubrów Abakus Okna Białystok są coraz bliżej spadku z I ligi

AZS Politechnika wygrała ostatecznie 87:68, a ich przewaga nad Białostoczanami wzrposła do 6 punktów.

Do zakończenia sezonu zasadniczego I ligi Żubrom pozostało jeszcze do rozegrania osiem spotkań. Najbliższy mecz zagrają u siebie z Astorią, w sobotę, 14 marca o godz. 20.

Weegree AZS Politechnika Opolska - Żubry Abakus Okna Białystok 87:68 (24:15, 17:22, 23:15, 23:16).

Żubry Abakus Okna: Samajae Haynes-Jones 22, Benjamin Didier-Urbaniak 2, Myles Douglas 13, Krystain Tyszka 4, Bartosz Proczek 3, Cezary Karpik 5, Karol Kutta 7, Witalij Kowalenko 9, Łukasz Klawa 3, Mateusz Itrich, Rafał Szpakowski.
Inne wyniki: Kotwica Port Morski Kołobrzeg - OPTeam Energia Polska Resovia 103:80, Enea Abramczyk Astoria Bydgoszcz - Decka Pelplin 104:81, Noteć Inowrocław -Sokół Łańcut 87:101, Polonia Warszawa - Novimex Polonia 68:76.

1. Astoria Bydgoszcz	25	47	2244-1934
2. Solvera Sokół Łańcut	26	43	2242-2247
3. Decka Pelplin	26	42	2245-2153
4. SKS Fulimpex	25	42	2123-2003
5. GKS Tychy	25	41	2075-2033
6. PGE Spójnia Stargard	24	39	1981-1921
7. ŁKS Coolpack Łódź	23	39	1995-1814
8. Novimex Polonia 1912	26	37	2056-2154
9. Kotwica Kołobrzeg	24	36	1955-1853
10. Polonia Warszawa	25	36	2013-2095
11. WKK Active Hotel	24	35	1956-1989
12. Enea Basket Poznań	24	35	1928-1928
13. Noteć Inowrocław	26	35	2079-2206
14. Resovia	24	33	1965-2026
15. Weegree AZS	25	33	2043-2115
16. Miners Katowice	24	30	1918-2057
17. Żubry Abakus Okna	24	27	1833-2123

eprasa.pl 68a0af8902

Plebiscyt Polska Press Poznaliśmy laureatów z poszczególnych województw i całego kraju

NAJLEPSI Z NAJLEPSZYCH! OGÓLNOPOLSKIE NAGRODY ZOSTAŁY WRĘCZONE NA UROCZYSTEJ GALI

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

W Warszawie odbyła się uroczysta gala finałowa Plebiscytu Sportowego Polska Press Grupy 2025. Wyłonieni zostali najlepsi z najlepszych z poszczególnych województw, jak i z całego kraju.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Czytelnicy Polska Press wybrali najlepszych sportowców w poszczególnych województwach oraz w całym kraju

Plebiscyt Sportowy od kilkudziesięciu lat organizowany jest przez gazety Polska Press Grupy z dużym zaangażowaniem dziennikarzy sportowych. Poprzednie etapy Plebiscytu, tj. etap powiatowy oraz etap wojewódzki były organizowane lokalnie przez serwisy internetowe i dzienniki regionalne należące do grupy Polska Press.

Przed finałem ogólnopolskim odbyły się wojewódzkie Gale Plebiscytu, na których zostały wręczone nagrody. Zwycięzcy z regionów w każdej kategorii awansowali do ogólnopolskiego finału, którego pięknym i podniosłym zakończeniem była uroczysta gala w Warszawie. W stolicy pojawili się laureaci z województw oraz triumfatorzy w skali ogólnopolskiej.

Czytelnicy Polska Press wybrali najlepszych sportowców w pięciu kategoriach: Sportowy Talent Roku, Trener Roku, Drużyna Roku, Sportowiec Roku - Kobieta oraz Sportowiec Roku - Mężczyzna. Uroczystą galę poprowadziła Anna Geisler, a nagrody laureatom wręczali Aneta Sarga-Burtan - prezes Makroregionu Śląsk i Łódź oraz Robert Glinkowski - prezes Makroregionu Zachód Polska Press Grupy.

- W ubiegłym roku moim największym sukcesem był udział w zawodach Sto Dni Dookoła Polski, w których przebiegłam cztery tysiące kilometrów. Zakwalifikowałam się też na mistrzostwa świata na Hawajach. W tym roku chciałabym się sprawdzić przede wszystkim w biegach górskich na długich dystansach - powiedziała Karolina Napiórkowska, zwyciężczyni w kategorii Sportowiec Roku wśród kobiet, lekkoatletka z Kwidzyna Biega (woj. pomorskie).

Plebiscyt Sportowy cieszy się niesłabnącą popularnością od wielu lat. Co roku organizatorzy doceniają zasługi sportowców i trenerów - zarówno zawodowego, jak i amatorskiego sportu, a także wyniki drużyn we wszystkich dyscyplinach.

- To dla mnie wielkie wyróżnienie, największe w dotychczasowej pracy trenerskiej. To taki motor napędowy do dalszej wytężonej pracy. W tym momencie odczuwam wielką satysfakcję. Karate i sztuki walki to sport, który jest jak najbardziej wskazany dla młodych ludzi. Chciałbym rozwijać młodzież i zachęcić ją, aby polubiła tę dyscyplinę sportu - powiedział trener karate Kacper Goetze, zwycięzca w kategorii Trener Roku, reprezentujący Klub Sportowy Shinobi Trojanów (woj. mazowieckie).

Triumfatorzy naszego plebiscytu stanowią mieszankę młodości z rutyną. Zwycięzcami okazali się sportowcy już doświadczeni, jak też ci, którzy są dopiero na początku swojej, mamy nadzieję wielkiej, kariery.

- Treningi w piłkę nożną rozpoczęłam, gdy miałam sześć lat. Występuję w kadrze narodowej w swojej kategorii wiekowej, a moją idolką jest Ewa Pajor. Chciałabym kiedyś pójść w jej ślady, marzę też, by zagrać w przyszłości w reprezentacji Polski oraz Realu Madryt - powiedziała Zuzanna Filipiak, triumfatorka plebiscytu w kategorii Sportowy Talent Roku, piłkarka nożna reprezentująca UKS 6 Inowrocław (woj. kujawsko-pomorskie).

- Niektóre sporty niszowe nie są doceniane. To, że osiągamy naprawdę liczące się sukcesy, przechodzi często bez echa. Dzięki takim inicjatywom i takiemu plebiscytowi jak ten Grupy Polska Press, możemy się pokazać szerszej publiczności. Dziękuję swojej rodzinie, bo przez wiele dni w roku nie ma mnie w domu i oni muszą to znosić. Takie jest jednak życie sportowca, aby coś osiągnąć, trzeba ciężko pracować - powiedział Dariusz Mazur, triumfator w kategorii Sportowiec Roku wśród mężczyzn uprawiający akrobację lotniczą z Aeroklubu Radomskiego (woj. świętokrzyskie).

Partnerem honorowym gali było Ministerstwo Sportu i Turystyki. Plebiscyt ogólnopolski i gala organizowane przez Polska Press Grupę został objęty patronatem Krajowego Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Patronem medialnym był Sportowy24, portal należący do Polska Press Grupy.

©℗

Laureaci ogólnopolscy plebiscytu Polska Press

Sportowy Talent Roku 2025:

1. Zuzanna Filipiak - piłka nożna, UKS 6 Inowrocław (woj. kujawsko-pomorskie)
2. Maksymilian Bryzek - judo, Klub Sportowy Judo Gwardia Koszalin (woj. zachodniopomorskie)
3. Maksymilian Myciński - piłka nożna, Wisła Kraków (woj. małopolskie)

Trener Roku 2025:

1. Kacper Goetze - karate, Klub Sportowy Shinobi Trojanów (woj. mazowieckie)
2. Paweł Żyłowski - boks, Elita Świnoujście (woj. zachodniopomorskie)
3. Igor Opoczka - kick-boxing, Klub Kickboxingu MAXIMUS (woj. pomorskie)

Drużyna Roku 2025:

1. Zakrzowski Klub Sportowy Polar Wrocław - piłka nożna (woj. dolnośląskie)
2. Grunwald Budziwój rocznik 2018 - piłka nożna (woj. podkarpackie)
3. Ludowy Klub Sportowy KOLUSZKI - lekkoatletyka (woj. łódzkie)

Sportowiec roku 2025 - kobiety:

1. Karolina Napiórkowska - biegi, Kwidzyn Biega (woj. pomorskie)
2. Małgorzata Kłos - brazylijskie ju-jitsu, Warriors Katowice (woj. śląskie)
3. Natalia Koprowska - łucznictwo Konne, Star Bows (woj. łódzkie)

Sportowiec roku 2025 - mężczyźni:

1. Dariusz Mazur - akrobacja lotnicza, Aeroklub Radomski (woj. świętokrzyskie)
2. Stanisław Molewski - strzelectwo strzelba skeet olimpijski, CWZS Zawisza Klub Strzelecki (woj. kujawsko-pomorskie)
3. Marek Krupiński - biegi ultramaratońskie, Team ZabieganeDni (woj. mazowieckie)

ORGANIZATOR
POLSKA PRESS GRUPA

PATRON PLEBISCYTU
KRAJOWE ZRZESZENIE LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

PATRONAT MEDIALNY
SPORTOWY24

PATRON HONOROWY OGÓLNOPOLSKIEJ GALI
Ministerstwo Sportu i Turystyki

eprasa.pl 68a0af8902

Adam Małysz: Nie wiem, czy będę kandydował

Rozmawiamy z Adamem Małyszem, prezesem Polskiego Związku Narciarskiego, któremu w czerwcu kończy się pięcioletnia kadencja szefa PZN.

FOT. PAP

Małysz wciąż nie wie, czy chce pozostać szefem PZN

Polskie skoki zanotowały na igrzyskach we Włoszech historyczny sukces, Kacper Tomasiak wywalczył w Predazzo aż trzy medale, dwa srebrne i jeden brązowy. Takiego wyniku chyba nawet pan się nie spodziewał?
Jestem pod ogromnym wrażeniem, zwłaszcza tego, jak wielki ma w sobie spokój. To jest wręcz niewiarygodne, że wychodzi i rywalizuje z największymi skoczkami, którzy mają już ugruntowaną pozycję od wielu lat i nie czuje przed nimi żadnego respektu. Z tym trzeba się urodzić. Owszem, czasem coś można wypracować, ale jak ma się to od urodzenia, to już na starcie jesteś o pięćdziesiąt procent lepszy od innych.

Tomasiak będzie lepszym skoczkiem od pana?
Jest lepszy, na pewno dużo lepszy. Gdy ja zaczynałem, potrzebowałem współpracy z psychologiem. Na treningach skakałem dobrze, a gdy przychodziły zawody, to nie było efektu. Wiele rzeczy mnie blokowało, czego u Kacpra nie ma.

Może za jakiś czas, także będzie musiał potrzebować takiej pomocy?
Myślę, że w pewnym momencie to może się stać, bo wszystko nie jest takie proste. Można być spokojnym, można się z pewnym darem urodzić, ale wsparcie jest potrzebne cały czas. Ma jednak życzliwych kolegów, współpracowników i rodziców, więc akurat w jego przypadku, myślę, że nie musimy się martwić.

Tomasiakowi nie grozi woda sodowa?
Mam nadzieję, że nie. Patrząc na to, że ma liczne rodzeństwo, rodziców, którzy o niego dbają i są wyważeni, to wydaje się, że nie ma takiego zagrożenia. Trzeba jednak pamiętać, że to wciąż bardzo młody, zaledwie 19-letni zawodnik i czasami jest tak, że sukcesy, ale też finanse, które za nimi idą, mogą dużo zmienić.

Czego powinien unikać, aby koncentrować się tylko na sporcie?
Naszym zadaniem jako związku, ale też jego najbliższego otoczenia jest to, aby nie dał się wciągnąć w tak zwane towarzystwo. Powinien unikać „dobrych kolegów", którzy mogliby go wyciągać na przykład na dyskotekę, czy jakieś piwko. Na pewno będzie miał bardzo dużo takich propozycji, więc można tylko apelować, żeby był od tego wszystkiego chroniony.

Kto jak nie pan może powiedzieć o cieniach wielkiej popularności, gdy chociażby wycieczki ciekawskich często przyjeżdżały pod pana dom?
Gdy patrzę na Kacpra, to przypominam sobie ten czas, gdy wokół mnie było mnóstwo osób, wszyscy poklepywali, a ja nie umiałem się odnaleźć. I myślę, że Kacper jest podobny do mnie pod tym względem, też nie potrafi jeszcze się we wszystkim odnaleźć. To jest bardzo zdolny zawodnik, ale też w dalszym ciągu uczeń i mam nadzieję, że zrobi wszystko, aby kontynuować rozwój.

Podczas igrzysk bardziej przeżywał pan występy polskich skoczków niż wtedy, gdy sam stawał na belce startowej?
Z pewnością tak. Zawsze to powtarzam, gdy jestem na zawodach. Gdy samemu ma się wystartować, to wiesz, że wszystko zależy od ciebie, a jeśli tylko kibicujesz, to wiadomo - nie możesz nikomu pomóc.

W marcu będziemy oglądać ostatni już period konkursów Pucharu Świata. Na jakie wyniki Biało-Czerwonych liczy pan w ostatnim miesiącu rywalizacji w sezonie 2025/26?
Przede wszystkim wierzę, że teraz chłopakom będzie się lżej skakało. Wszyscy przez długi czas myśleli o igrzyskach, a tam odnieśliśmy sukces i może to spowoduje, że będzie łatwiej pod względem psychologicznym. Skoki to taka dyscyplina, w której wszystko może się zdarzyć. Na pewno Kacper i Paweł Wąsek dostali wiatr w żagle i na tych normalnych skoczniach powinni pójść za ciosem. Czekają nas jeszcze fajne zawody na mamutach w Vikersund, czy Planicy, jest dużo do skakania i szans pokazania się z dobrej strony.

Przed igrzyskami sporo mówiło się, że trener kadry Maciej Maciusiak nie spełnia oczekiwań, i że po sezonie należy się poważnie zastanowić nad ewentualną zmianą na tym stanowisku. Udane igrzyska dla skoczków definitywnie ucięły te spekulacje?
To było przykre, bo nikomu się czegoś takiego nie życzy. Ja wiele razy brałem te nieprzychylne słowa na klatę, bo byłem głównym zwolennikiem i pomysłodawcą powołania go na trenera kadry. Niełatwo było słuchać krytyki z niemal wszystkich stron, ale to jeszcze bardziej mobilizowało mnie i trenera do pracy, aby walczyć o swoje. Wierzyłem w Maćka nieustannie. Był od dawna trenerem, który potrafił wyciągać zawodników z dołka. Nie mieliśmy sukcesów, ale ja wierzyłem zarówno w niego, jak i całą ekipę, która też bardzo ciężko pracowała na sukces.

Jakie wnioski płyną dla pana i PZN po igrzyskach w Mediolanie?
Przede wszystkim taki, że cierpliwość popłaca. Okazuje się, że czasem lepiej powstrzymać się z komentarzami i wchodzeniem w spory, i robić swoje. Jeśli nawet popełnia się jakiś błąd, to trzeba się do niego przyznać i zareagować, bo jesteśmy tylko ludźmi.

Przed igrzyskami sporo było kłótni i przepychanek, jeśli chodzi o kwalifikacje niektórych zawodników w różnych dyscyplinach. Może należy zmienić pewne wytyczne i kryteria, aby do podobnych sytuacji już nie dochodziło?
Nad kryteriami na pewno trzeba popracować. One zostały zmienione wtedy, gdy przyszedł do nas dyrektor sportowy w narciarstwie alpejskim. Ubolewam nad tym, że faktycznie one były zupełnie zmienione i miały się inaczej w porównaniu do innych naszych dyscyplin, jak chociażby skoki narciarskie czy biegi, gdzie było jasno powiedziane, że to trener nominuje, a my jako związek akceptujemy daną kandydaturę lub nie, ale nie możemy jej zmienić. Jeśli chodzi o narciarstwo alpejskie, to takiego zapisu nie było. Uważam, że identyczny zapis powinien być w każdej dyscyplinie.

Czyli co powinno być zapisane w regulaminie?
Że to trener decyduje, on ma główne zdanie i on nominuje zawodników do udziału w igrzyskach. A my, jako związek, jeśli się z czymś nie zgadzamy, to możemy trenera zapytać skąd taka decyzja, możemy porozmawiać, ale i tak to trener ma główne i ostateczne zdanie.

Kończy się pana pięcioletnia kadencja prezesa Polskiego Związku Narciarskiego. Jest już znana dokładna data wyborów na szefa związku?
Prawdopodobnie odbędą się w czerwcu, choć optowałem za tym, żeby to był maj. W tym terminie nie uda się raczej ze względów proceduralnych zorganizować zjazdu sprawozdawczo-wyborczego. Wybory odbędą się najprawdopodobniej w połowie czerwca.

Adam Małysz w nich wystartuje?
Na to pytanie dziś jeszcze nie odpowiem. Jest wiele za, ale jest też wiele przeciw.

Chciałby pan w dalszym ciągu sterować największym związkiem sportów zimowych w Polsce?
Pod kątem sportowym tak, pod kątem biurokracji i tego, co często się dzieje w naszym środowisku, to nie.

Za panem pięć lat prezesowania PZN? Ma pan czasami dosyć?
Na pewno nie raz tak było. Chyba każdy, kto zostaje prezesem jakiegoś związku sportowego w Polsce przyzna, że początki są trudne, bo trzeba wejść w to wszystko. Później jest całkiem fajny okres, ponieważ zaczyna się już nieźle funkcjonować i odnajdywać w wielu sprawach. Najgorsze jest, gdy zaczyna się atak i hejt. I nawet nie mówię tutaj o kibicach czy dziennikarzach. Byłem sportowcem i dla mnie najważniejsze jest to, że patrzę na sportowców głównie przez pryzmat ich samych. To znaczy - mam im przede wszystkim zapewnić byt, aby nie musieli się martwić o finanse, czy inne sprawy organizacyjne.

Nie raz obrywał pan, że finansów nie ma, że nie ma wyników lub ktoś z kimś się pokłócił.
Niejednokrotnie dostawałem po uszach, że coś nie funkcjonuje, a de facto, to chciałbym być po drugiej stronie i pojechać z zawodnikami na zawody, a nie siedzieć prawie do północy i podpisywać dokumenty. Niestety, u nas w kraju wszelka dokumentacja w dalszym ciągu zabiera bardzo dużo czasu.

Niektórzy zarzucają panu, że nie ma pan jako szef związku zbyt wiele do powiedzenia.
To nie do końca jest tak. W wielu kwestiach nasz statut mówi o tym, że to zarząd decyduje, a ja jestem osobą wykonawczą. W kluczowych sprawach tak to wygląda, choć są sytuacje, gdy podział głosów rozkłada się po równo i wtedy ja jako prezes mam decydujące zdanie. Jestem osobą ugodową i może rzeczywiście nie mam w sobie takiej siły, żeby uderzyć pięścią w stół i powiedzieć: podejmujemy taką, a nie inną decyzję i koniec kropka. Choć były też i takie sytuacje, gdy w stół właśnie uderzyłem.

Z czego jest pan zadowolony, co udało się przez te ostatnie pięć lata dokonać?
Jest wiele takich spraw. Chociażby prawidłowe funkcjonowanie Szkół Mistrzostwa Sportowego, jeśli chodzi o skoki narciarskie, biegi czy kombinację norweską. Niestety, nie udało się tego zrobić w narciarstwie alpejskim. Dużo zrobiliśmy, ale wciąż jest sporo do załatwienia.

Ilu młodych zawodników uczy się i trenuje w SMS w tych dyscyplinach?
Mamy od pięćdziesięciu do stu zawodników, którzy zabierani są na zgrupowania, a z tej grupy najlepsi biorą też udział w różnych zawodach. To się nam bardzo udało i jestem z tego zadowolony. Poszczególne regiony oraz kluby też, bo to dla nich duże wsparcie. Młodych i utalentowanych sportowców cały czas potrzebują.

Często przejście z wieku juniora do seniora wiąże się z wieloma problemami, chociażby finansowymi, które nierzadko kończą się szybkim zakończeniem przez nich przygody ze sportem. Planujecie wprowadzić jakieś systemowe rozwiązania, dzięki którym talenty nie zginą, zanim na dobre zdążą się rozwinąć?
Oprócz biegów, w pozostałych dyscyplinach przejście z wieku juniora do seniora następuje od razu. Wielu zawodników w wieku od 19. do 24. roku życia pozostaje bez jakiegokolwiek wsparcia, nie mają też możliwości, aby otrzymywać chociażby stypendia. I w tym zakresie niewątpliwie jest wiele do zrobienia, żeby im pomóc.

Jak to zrobić?
Plany są bardzo ambitne. Mają powstać chociażby hale sportowe, z których mogliby korzystać. Mamy też inne pomysły, ale na razie nie chciałbym jeszcze o tym mówić.

Na drugim biegunie, w przeciwieństwie do skoków jest narciarstwo alpejskie. Dlaczego jest tak mało popularne w naszym kraju, a poza Maryną Gąsienicą-Daniel, od wielu dekad praktycznie nie mamy liczących się w tym sporcie zawodników?
Przyczyn jest wiele. Jedni mówią, że to brak odpowiedniej infrastruktury, ale mi bardziej się wydaje, że to środowisko nie potrafi ze sobą współpracować i powinno to w końcu zacząć robić. Poza tym, oni wręcz nie akceptują trenerów. Mieliśmy kilku zagranicznych szkoleniowców, niektórych naprawdę bardzo dobrych i wszyscy odchodzili, mówiąc, że tutaj nie da się pracować. Każdy chciałby być prowadzony indywidualnie. Jest też wielki problem ze stworzeniem jednej kadry, co też chcieliśmy zrobić. Zawodnicy w takim jednym dużym zespole nie chcą być, domagają się natomiast, aby wspierać ich finansowo, na co nas nie stać. I to jest na pewno duży problem.

Powołane zostały jednak grupy juniorskie, może to będzie początkiem budowy lepszej przyszłości polskiego narciarstwa alpejskiego?
Bardzo byśmy tego chcieli. Trzeba dodać, że to jest sport bardzo elitarny i uprawiają go zazwyczaj dzieci z bogatych rodzin. Otworzyliśmy się na Szkoły Mistrzostwa Sportowego, aby prowadzić w nich nabór młodych alpejczyków. Tyle że jak przyjęło się to we wszystkich naszych pozostałych dyscyplinach, tak narciarstwo alpejskie się nie przyjęło. Rodzice stwierdzili, że nasze szkoły są słabe i oni tam dzieci nie oddadzą...

Rozmawiał Zbigniew Czyż

eprasa.pl 68a0af8902

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

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI
- mieszkania - sprzedam
- mieszkania - kupię
- mieszkania - do wynajęcia
- mieszkania - wynajmę
- mieszkania - zamienię
- domy - sprzedam
- domy - kupię
- domy - do wynajęcia
- domy - wynajmę
- domy - zamienię
- lokale użytkowe - sprzedam
- lokale użytkowe - kupię
- lokale użytkowe - do wynajęcia
- lokale użytkowe - wynajmę
- lokale użytkowe - zamienię
- działki, grunty - sprzedam
- działki, grunty - kupię
- gospodarstwa
- garaże
- pośrednictwo
- inne
- bank stancji

HANDLOWE
- AGD
- RTV
- elektronika, komputery
- telefony
- car audio
- antyki
- kolekcjonerstwo, sztuka
- jubilerstwo
- filmy, muzyka
- foto, książki
- instrumenty muzyczne
- lombardy
- sport i rekreacja
- maszyny urządzenia
- materiały budowlane
- materiały opałowe
- tekstylia, odzież
- dla dziecka
- meble
- inne

MOTORYZACJA
- samochody osobowe
- ciężarowe, dostawcze
- busy autobusy
- rolnicze
- przyczepy, naczepy
- zabytkowe
- uszkodzone, rozbite
- motocykle
- części i akcesoria
- zamienię
- motofinanse
- motousługi
- inne

FINANSE BIZNES
- kredyty, pożyczki
- usługi finansowe
- usługi prawne
- biura rachunkowe
- ubezpieczenia
- oferty
- inne

NAUKA
- szkoły
- kursy/szkolenia
- języki obce
- korepetycje
- inne

PRACA
- zatrudnię
- urzędy pracy
- szukam pracy
- inne

ZDROWIE
- apteki
- pomoc całodobowa
- chirurgia
- ginekologia
- interna
- neurologia
- pediatria
- psychologia
- psychiatria
- stomatologia
- urologia
- inne specjalizacje
- przychodnie, kliniki
- laboratoria
- zabiegi
- opieka
- sprzęt medyczny
- uroda
- inne

USŁUGI
- agd rtv foto
- budowlano-remontowe
- instalacyjne
- biurowo - projektowe
- komputerowe
- krawiectwo
- montażowe
- ogrodnicze
- porządkowe
- przeprowadzki
- reklamowe
- stolarskie
- radio taxi
- transportowe
- rozrywka
- uroczystości
- zabezpieczające
- inne

TURYSTYKA
- agroturystyka
- kraj
- świat
- biura podróży
- obozy i kolonie
- wycieczki
- przewozy
- inne

ZWIERZĘTA
- lecznice
- usługi
- inne

MATRYMONIALNE
RÓŻNE
KOMUNIKATY
ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA
GASTRONOMIA
- dania na telefon
- usługi
- inne

ROLNICZE
- maszyny rolnicze
- ogrodnictwo
- płody rolne
- zwierzęta hodowlane
- inne

TOWARZYSKIE
USŁUGI KAMIENIARSKIE
USŁUGI POGRZEBOWE

REKLAMA 0011485650

Prezydent Miasta Świdnicy
WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

o drugim przetargu ustnym, niegraniczonym na sprzedaż:

wolnego lokalu użytkowego nr 02 przy ulicy Grodzkiej nr 7-11 w Świdnicy wraz ze sprzedażą ułamkowej części gruntu oraz z jednoczesnym oddaniem w użytkowanie wieczyste ułamkowej części gruntu.

1. Gmina Miasto Świdnica jest właścicielem wolnego lokalu użytkowego **nr 02** składającego się z sali zasadniczej, szatni, dwóch korytarzy, dwóch w.c., kuchni, zaplecza, dwóch magazynów, pomieszczenia sanitarnego oraz zaplecza gospodarczego (składającego się z: 7 pomieszczeń gospodarczych + korytarz w piwnicy – usytuowane w piwnicy) o powierzchni 206,70 m², mieszczącego się w budynku przy **ulicy Grodzkiej nr 7-11 (parter),** położonym na działce nr 1925 o powierzchni 626 m², dla której Sąd Rejonowy w Świdnicy prowadzi Księgę wieczystą **nr SW1S/00015281/7** oraz działce nr 1926 o powierzchni 112 m², dla których Sąd Rejonowy w Świdnicy prowadzi Księgę wieczystą **nr SW1S/00029557/4.** Przedmiotową nieruchomość przeznacza się do sprzedaży w drodze drugiego przetargu ustnego nieograniczonego wraz ze sprzedażą ułamkowej części gruntu działki nr 1925 oraz z jednoczesnym oddaniem w użytkowanie wieczyste ułamkowej części gruntu działki nr 1926. Nieruchomość zbywana jest bez obciążeń.

Cena wywoławcza do drugiego przetargu wynosi – 900 000,00 zł.
Wadium wynosi 90 000,00 zł

Przetarg Nr P-26/V/26 odbędzie się w dniu 11.05.2026 r. w Sali 104, I piętro, Urząd Miejski w Świdnicy przy ulicy Armii Krajowej 49 o godzinie 10:00

Uczestnicy licytacji proszeni są o punktualne przybycie.

Ogłoszenie o przetargu zostało opublikowane na stronie internetowej Urzędu Miejskiego **http://um.swidnica.pl/pages/pl/urzad-miejski/sprzedaz-nieruchomosci.php**, w Biuletynie Informacji Publicznej **www.bip.um.swidnica.pl** w zakładce „Sprzedaż i dzierżawa nieruchomości" oraz wywieszone na tablicy ogłoszeń przy pok. 124 w Urzędzie Miejskim w Świdnicy, ul. Armii Krajowej 49.

Dodatkowe informacje na temat przetargu można uzyskać w Wydziale Mienia Komunalnego, pok. 229, tel. 74 856 28 67 oraz w Wydziale Przetargów i Inwestycji Miejskich, pok. 125 i 124, tel. 74 856 29 24, 74 856 28 50 i 74 856 29 23.

Sporządziła: Małgorzata Prorok-Jurek

REKLAMA 0011490227

BURMISTRZ GONIĄDZA

OGŁASZA
PIERWSZY PRZETARG USTNY NIEOGRANICZONY

na sprzedaż nieruchomości zabudowanej stanowiącej własność Gminy Goniądz

Działka zabudowana budynkiem biurowym będącym siedzibą Urzędu Miejskiego w Goniądzu oraz budynkiem gospodarczym, położona w Goniądzu, Plac 11 Listopada 38, obręb Goniądz, oznaczona działką nr 851 o powierzchni 0,0682 ha, dla której Sąd Rejonowy w Grajewie IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą KW nr LM1G/00005454/7.
Cena wywoławcza nieruchomości: 369 000,00 zł netto.
Termin wpłaty wadium w pieniądzu w kwocie: 36 900,00 zł – do dnia 3 kwietnia 2026 r.
Przetarg odbędzie się w dniu 9 kwietnia 2026 r., godz. 10.00, pok. nr 11 Urzędu Miejskiego w Goniądzu, Stary Rynek 24, 19-110 Goniądz.

Ogłoszenie o przetargu podaje się do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Goniądzu, Stary Rynek 24, 19-110 Goniądz, ponadto informacja o wywieszeniu tego wykazu podana zostanie do publicznej wiadomości poprzez opublikowanie na stronie internetowej urzędu www.goniadz.pl, w Biuletynie Informacji Publicznej https://bip-umgoniadz.wrotapodlasia.pl. oraz w Dzienniku internetowym https://infopublikator.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące ww. nieruchomości można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Goniądzu, Stary Rynek 24, 19-110 Goniądz (pokój nr 7, tel. 85/738 00 43 wew. 16).

Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

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

Praca

ZATRUDNIĘ

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

MURARZA i pomocnika budowlanego z zamieszkaniem, tel. 600738387.

MURARZY, cieśli, zbrojarzy, 503-878-869

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

INSTALACYJNE

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

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

PORZĄDKOWE

PRANIE tapicerki i dywanów. Czyszczenie u klienta. Tel. 518-786-343

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - Wielkanoc od 1100 do 1400zł. Możliwość dowozu 501-642-492

Różne

ANTYKWARIAT naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

STARE książki skup, 881-934-948

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

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski
przetargi
nasze komunikaty.pl

REKLAMA 0011490673

Wójt Gminy Rutka-Tartak

zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.) informuje, że w dniu 9.03.2026 r. w siedzibie Urzędu Gminy, na jego stronie internetowej i na BIP zostały podane do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykazy nieruchomości: **przeznaczonych do zbycia w drodze zamiany, przeznaczonych do zbycia w drodze sprzedaży, przeznaczonych do dzierżawy na cele działalności wodociągowo-kanalizacyjnej.**

REKLAMA 0011490354

WÓJT GMINY SUWAŁKI

działając na podst. art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.)

podaje do publicznej wiadomości,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Suwałki oraz na stronie internetowej www.gmina.suwalki.pl umieszczono Zarządzenie Wójta Gminy Suwałki Nr 259/26 z dnia 5 marca 2026 r. dot. wykazu nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

REKLAMA 0011489476

BURMISTRZ GONIĄDZA

przeznacza do sprzedaży w trybie przetargu ustnego nieograniczonego, nieruchomość stanowiącą własność Gminy Goniądz, położoną w obrębie 0012 Białosuknia Szlachta, gm. Goniądz, oznaczoną w ewidencji gruntów i budynków numerem 257/11 o pow. 0,13 ha, rodzaj użytków: Br-RIVa - działka zabudowana budynkiem mieszkalnym jednorodzinnym

Wykaz został wywieszony na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Goniądzu na okres 21 dni, ponadto został opublikowany na stronnie internetowej urzędu **www.goniadz.pl** oraz w Biuletynie Informacji Publicznej **https://bip-umgoniadz.wrotapodlasia.pl.**
Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Goniądzu, pokój nr 7, tel. 85 738 00 43 w. 16.

REKLAMA 0011489841

Burmistrz Dąbrowy Białostockiej

informuje,

że zgodnie z art. 35 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami zostały wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Dąbrowie Białostockiej, ul. Solidarności 1, a także zamieszczone na stronie internetowej https://www.dabrowa-bial.pl, na okres 21 dni, wykazy nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży dla działek 86/279, 86/280 ul. gen. N. Sulika oraz działka 317, 441 w obrębie 0020 Nierośno.

REKLAMA 0011489460

INFORMACJA

Wójt Gminy Bielsk Podlaski
Na podstawie art. 35 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.)
informuję,
że na tablicy ogłoszeń w lokalu Urzędu Gminy Bielsk Podlaski ul. Mickiewicza 46 wywieszony został wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy oraz najmu w obrębie wsi: Brześcianka dz. 30, 44, 49/2, Kozły dz. 130, Rajki dz. 304, Ploski dz. 1419, Stupniki dz. 45/4, 380/1, Kożyno 78/2, Kotły cz. dz. 715, cz. dz. 715, Hryniewicze Duże dz. 293/2, Parcewo dz. 377, 304, 316, Knorozy cz. dz. 394, Grabowiec dz. 1065, Knorydy dz. 205/3, 273, 956/2, Pilipki dz. 315/3, 370, Plutycze dz. 1251/2, Saki 163/1, 141, Orzechowicze dz. 72, Augustowo dz. 396, Treszczotki dz. 167, Hołody dz. 275, 1568, 1577, Haćki dz. 333/2.

WÓJT *Katarzyna Korycka*

REKLAMA 0011490600

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1145 ze zm.) **Wójt Gminy Czeremcha informuje,** że w dniu 4.03.2026 r. został zamieszczony w tut. Urzędzie wykaz: nieruchomości przeznaczonej do dzierżawy na cele rolnicze na okres do 3 lat i lokalu użytkowego przeznaczonego do użyczenia na okres do 3 lat w celi prowadzenia działalności statutowej, celem podania do publicznej wiadomości.

REKLAMA 0011489474

BURMISTRZ GONIĄDZA

przeznacza do dzierżawy w trybie przetargu ustnego nieograniczonego na okres 5 lat nieruchomość gruntową będącą własnością Gminy Goniądz, **położoną w obrębie 2101** Wólka Piaseczna – Łąki Różnych Wsi, **oznaczoną w ewidencji gruntów numerem 495 o pow. 8,5178 ha** z przeznaczeniem na działalność rolniczą.
Wykaz został wywieszony na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Goniądzu na okres 21 dni, ponadto został opublikowany na stronie internetowej urzędu www.goniadz.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej https://bip-umgoniadz.wrotapodlasia.pl
Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Goniądzu, pokój nr 7, tel. 85 738 00 43 wew. 16.

eprasa.pl 68a0af8902

Ta zabawa jest okupiona bardzo, bardzo, bardzo ciężką pracą

Magdalena Boczarska o swym udziale w „Tańcu z gwiazdami” Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Michał Piróg już nie zatańczy
Po opuszczeniu TVN, z którym związany był przez ćwierć wieku, celebryta odwiedził TVP, by opowiedzieć o swojej dalszej karierze. Teraz planuje poświęcić się występom teatralnym, które mają mu zastąpić taniec. – Uszkodziłem kręgosłup i okazało się, że już nie mogę tańczyć i raczej zawodowo nigdy nie będę tego robił – stwierdził.

Sebastian Karpiel-Bułecka jest dumny z syna
Wokalista pochwalił się w internecie sukcesem syna Jędrzeja w skokach narciarskich. „W weekend w Zakopanem odbyły się zawody Koziołka Matołka im. Kornela Makuszyńskiego. Jędruś zdobył 3. miejsce w skokach. Dumny tata” – napisał i zamieścił na Instagramie kilka ujęć z konkursu.

Dawid Kwiatkowski niczego nie żałuje
Piosenkarz odwiedził RMF FM, by promować najnowszy singiel, ale rozmowa zeszła na osobiste tory. Prezenterka przypomniała mu, że kiedyś wyznał, że gdy zaczynał karierę, „alkohol i narkotyki spadały z nieba”, a on „spróbował wszystkiego, co pojawiło się na jego drodze”. Wtedy Kwiatkowski powiedział: – Nie żałuję niczego, jeśli chodzi o wydarzenia z mojego życia. (...) Mam poczucie, że to były puzzle. Każdy element gdzieś pasował i doprowadził mnie do miejsca, w którym jestem teraz.
(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa

W TELEWIZJI

Z podniesionym czołem
TV Puls, 20:00
Chris, były żołnierz sił specjalnych, powraca po latach w rodzinne strony. W miasteczku królują teraz przemoc i narkotyki. Postanawia położyć kres bezprawiu, kandyduje na stanowisko szeryfa i wypowiada wojnę Hamiltonowi, narażając swoich najbliższych na okrutną zemstę.

Polskie Nagrody Filmowe Orły 2026
TVP 1, 21:40
Podczas uroczystej gali wręczenia Orłów pod patronatem Telemagazynu w Teatrze Polskim spotkają się najlepsi twórcy polskiej kinematografii. Prestiżowe wyróżnienia są przyznawane za najwybitniejsze osiągnięcia w dziedzinie filmu. Oglądaj na żywo.

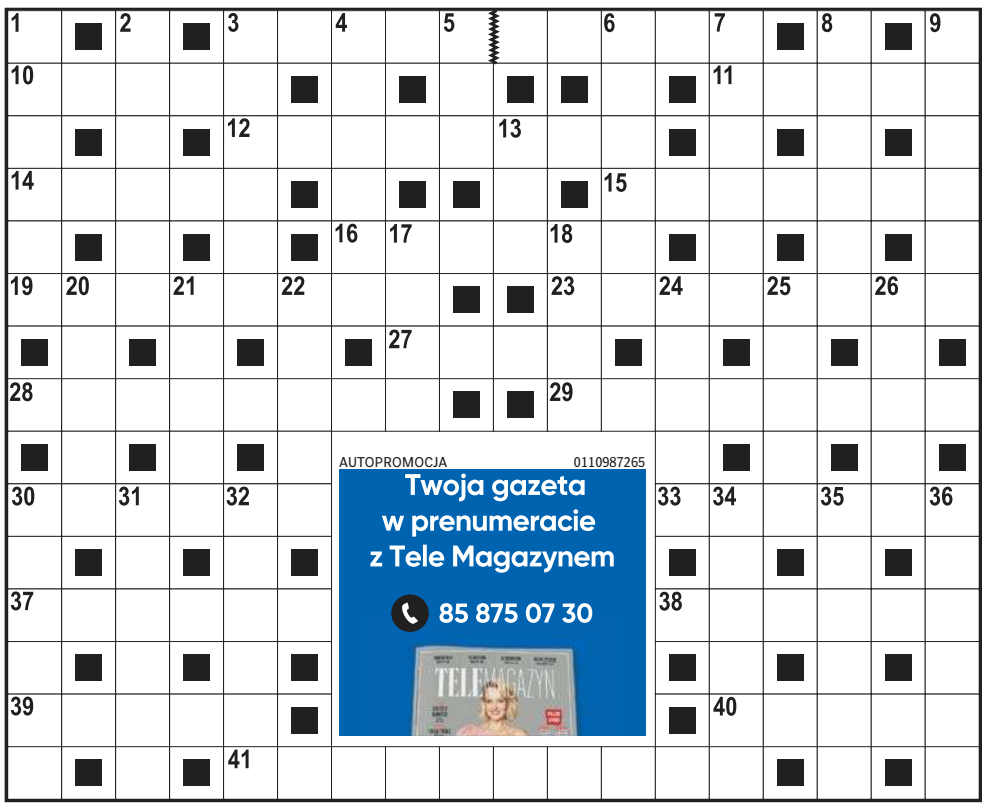
Szklana pułapka 4.0
Polsat, 21:40
John McClane stawia czoła cyberterrorystom siejącym chaos w kraju. Musi chronić hakera, który jako jedyny może powstrzymać przestępców. Przywódca terrorystów postanawia porwać córkę Johna.

Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm
Fokus TV, 22:00
Proces Adolfa Eichmanna ujawnił światu, kto stał za organizacją Holocaustu. Okazało się wówczas, że za odpowiedzialne są nie jednostki, ale wielu najlepszych absolwentów, rekrutowanych na świetnie opłacane stanowiska.

KRZYŻÓWKA NR 36

Poziomo:
3) uzdrowisko w województwie świętokrzyskim,
10) hazardowa gra w karty,
11) zbyt szybko przemija,
12) Bartosz Kurek lub Tomasz Fornal,
14) Orlando, zagrał Legolasa we „Władcy Pierścieni”,
15) holenderska firma elektroniczna,
16) ciało niebieskie z warkoczem,
19) francuski napój alkoholowy,
23) oddawanie czci bóstwu,
27) metropolia Grenlandii,
28) niewielka ilość, okruszek,
29) polski serial z udziałem Marcina Dorocińskiego,
30) dawny środek antyseptyczny,
33) sześcian do gier towarzyskich,
37) uczucie skrępowania, zawstydzenia,
38) owocowy krzew leśny,
39) zespół dziewięciu muzyków,
40) komiksowy przyjaciel Tomka i A’Tomka,
41) „Klan” lub „W labiryncie”.

Pionowo:
1) zawieszana na świątecznym drzewku,
2) burza morska,
3) podoficer na statku,
4) „… większa niż życie”,
5) mieszkaniec Śródziemia w legendarium Tolkiena,
6) rozkład substancji organicznej,
7) młodszy od seniora,
8) laufer na szachownicy,
9) Ewelina, żona Honoriusza Balzaka,
13) grecka bogini zemsty,
17) górna część inspektu,
18) umiar w zachowaniu, delikatność,
20) dawne narzędzie do orki,
21) polski producent sprzętu AGD,
22) drapieżny kot, pantera śnieżna,
24) błędny na moczarach,
25) główna strona monety,
26) angielski lub niemiecki,
30) ptak z królewskiej uczty,
31) enzym trawienny, podpuszczka,
32) model z fabryki Opla,
34) sycylijska zmowa milczenia,
35) japoński samochód osobowy,
36) staroświeckie względy, grzeczności.



AUTOPROMOCJA 0110987265
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
85 875 07 30

ROZWIĄZANIE NR 35

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś poczujesz przypływ odwagi i energii. Jedna rozmowa może zmienić plany dnia. Horoskop dzienny to wskazówka, by zaufać intuicji.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojny rytm dnia sprzyja porządkom w sprawach finansowych. Horoskop na dziś wróży, że mały krok dziś przyniesie zysk jutro.
Baran (21.03 - 19.04)
Czeka cię niespodziewane spotkanie. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że twoja ciekawość świata otworzy nowe drzwi.
Byk (20.04 - 20.05)
Dziś warto zadbać o dom i bliskich. Horoskop dzienny zapowiada, że krótka rozmowa z kimś ważnym przyniesie poczucie spokoju.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie będzie dziś zauważona. Horoskop na dziś wróży, że w pracy lub wśród znajomych możesz zabłysnąć pomysłem.
Rak (22.06 - 22.07)
Dobry dzień na porządkowanie spraw. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że precyzja pomoże uniknąć drobnego problemu.
Lew (23.07 - 22.08)
Relacje będą dziś w centrum uwagi. Horoskop dzienny wyraźnie mówi, że szczera rozmowa przywróci równowagę i poprawi nastrój.
Panna (23.08 - 22.09)
Twoja intuicja będzie działać wyjątkowo mocno. Horoskop na dziś stanowczo radzi zwracać uwagę na detale, mogą okazać się kluczowe.
Waga (23.09 - 22.10)
Poczujesz chęć zmiany lub małej przygody. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że nowy pomysł może szybko przerodzić się w plan.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie dziś efekty. Horoskop dzienny zapowiada, że ktoś doceni twoje zaangażowanie oraz podejście do pracy.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Dzień sprzyja kreatywności i rozmowom. Horoskop na dziś podpowiada, by nie bać się podzielić nietypowym pomysłem z innymi.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość pomoże ci lepiej zrozumieć czyjeś emocje. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że mały gest życzliwości zmieni atmosferę dnia.

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

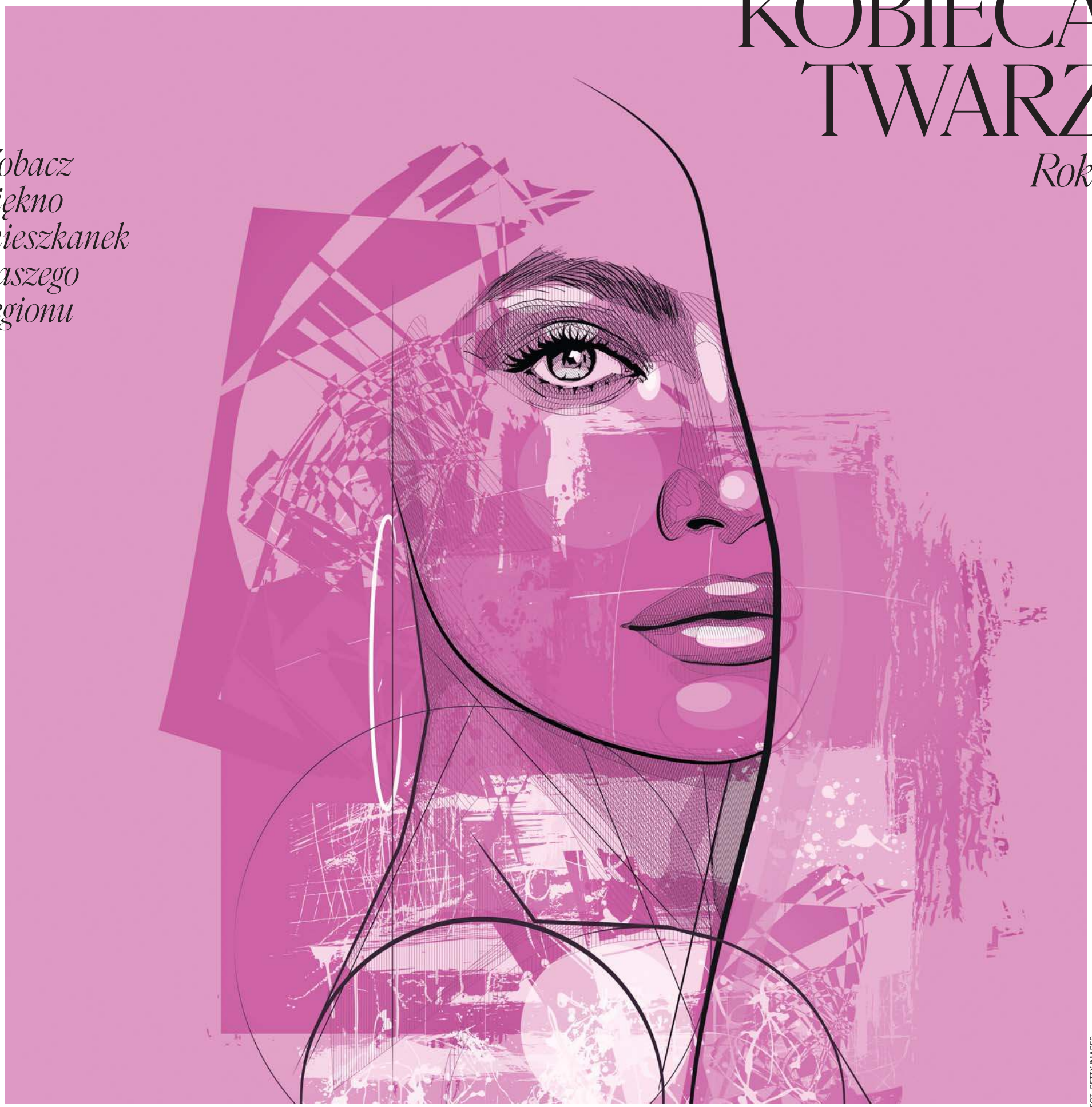
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - 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 68a0af8902

KOBIECA TWARZ *Roku*

Zobacz piękno mieszkanek naszego regionu



FOT. GETTY IMAGES

Poznajcie kobiety, które już zgłosiły się do Kobiecej Twarzy Roku!
W tym dodatku prezentujemy wyjątkowe panie z całego województwa, które zdecydowały się wziąć udział w tegorocznej edycji akcji. Znajdziecie tu Ich zdjęcia, imiona i nazwiska - każda z nich ma swoją historię, energię i niepowtarzalny urok. To kobiety w różnym wieku, o różnych doświadczeniach życiowych, ale wszystkie łączy jedno: odwaga, pasja i siła, którą wnoszą w codzienność.

Patrycja Anastazja Zalewska-Poskrobko
BHK.115

Agnieszka Duchnowska
BHK.111

Aneta Baczewska
BHK.90

ZAGŁOSUJ!

ABY ODDAĆ GŁOS, WYŚLIJ NA NR **7303** SMS O TREŚCI WSKAZANEJ PRZY NAZWISKU KANDYDATKI

(KOSZT SMS-A: 3,69 ZŁ Z VAT)

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Agnieszka Ratomska
BJK.10

Dominika Burycz
BJK.3

Izabela Turkowska
BJK.4

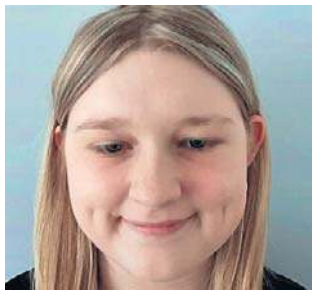
Magdalena Zalewska
BJK.5

Zuzanna Siemieniako
BJK.11

Beata Budzińska
BJK.6

Julia Hejko
BJK.12

Martyna Ciaś
BJK.1


Emilia Ławreszuk
BJK.7

Ewelina Gawryluk
BJK.9

Magdalena Puciata
BJK.13

Gabriela Maciejko
BJK.14

Kornelia Kiszkiel
BJK.2

Gabriela Drągowska
BJK.15

Monika Łapińska
BJK.16

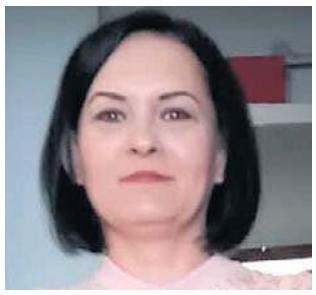
Agnieszka Grzegorczyk
BMK.58

Agnieszka Karpińska
BMK.59

Anna Bokłago
BMK.60

Anna Krasińska
BMK.61

Anna Wysocka
BMK.23


Barbara Danowska
BMK.24

Beata Pawelczyk
BMK.25

Beata Pruszynska
BMK.26

Iwona Rosiak
BMK.63

Justyna Stando
BMK.64

Katarzyna Kuczyńska
BMK.27

Katarzyna Popławska
BMK.28

Katarzyna Sokołowska
BMK.65

Magda Kutyłowska
BMK.1

Małgorzata Poskrobko
BMK.66

Maria Pietraszko
BMK.11

Marika Wąs
BMK.67

Monika Dąbrowska
BMK.29

Paulina Stepaniuk
BMK.30

Renata Kiercul
BMK.68

Wioleta Suhak
BMK.69

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Alicja Grzeszczyk
BMK.70

Andżelika Kozic
BMK.71

Anna Szyłak
BMK.37

Danuta Usarek
BMK.72

Edyta Białaszewska
BMK.22

Edyta Smulko
BMK.38

Ilona Skorupska
BMK.2

Justyna Chmielewska
BMK.73

Małgorzata Dojnikowska
BMK.75

Malwina Pawlak
BMK.74

Marlena Szypulska
BMK.76

Agnieszka Ostapowicz
BMK.41

Katarzyna Pawlik
BMK.12

Monika Niedzialomska
BMK.78

Paulina Hołubowicz
BMK.79

Agnieszka Litwinczuk
BMK.42

Anna Olszańska
BMK.14

Katarzyna Bajorek
BMK.15

Małgorzata Stelmaszek
BMK.4

Paulina Wiszniewska
BMK.45

Weronika Mężyńska
BMK.46

Agata Zabrocka
BMK.80

Justyna Ciełuszecka
BMK.16

Paulina Kołos
BMK.47

Stanisława Sińczuk
BMK.48

Agnieszka Zyskowska
BMK.81

Anna Szumska
BMK.5

Barbara Omeljaniuk
BMK.49

Kinga Goch
BMK.50

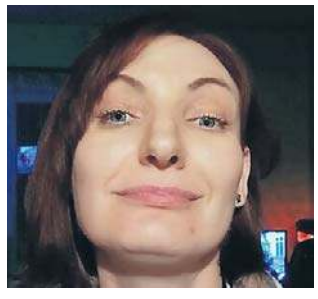
Małgorzata Stankiewicz
BMK.83

Anita Chudzik
BMK.51

Anna Serowik
BMK.52

Karolina Brzuchalska
BMK.53

Anna Rafałko
BMK.54


Aneta Komar
BMK.21

Anna Łabieniec
BMK.18

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Justyna Sobolewska
BMK.84

Agata Grodzka
BMK.55

Agnieszka Czyżewska
BMK.7

Beata Gąsowska
BMK.85

Agnieszka Aleksiewicz
BMK.8

Agnieszka Zawistowska
BMK.57

Anna Pisińska
BMK.86

Beata Wysk
BMK.31

Karolina Bożomańska
BMK.32

Katarzyna Zalewska
BMK.34

Małgorzata Krajewska
BMK.35

Marzena Szekszteło
BMK.36

Paulina Aszoff
BMK.9

Bożena Ditrych
BHK.36

Danuta Wielgat-Kazimierczuk
BHK.7

Danuta Winiarska
BHK.37

Dorota Kamińska
BHK.2

Dorota Oniśko
BHK.14

Elżbieta Paszkiewicz
BHK.38

Ewa Pstuś
BHK.39

Halina Borys
BHK.15

Halina Dobryniewska-Korolczuk
BHK.40

Helena Firsowicz
BHK.16

Irena Waszczuk
BHK.17

Iwona Aluszyk
BHK.41

Iwona Cylwik-Osmólska
BHK.42

Izabela Wicher
BHK.18

Joanna Piliszek
BHK.3

Joanna Sumorek
BHK.43

Jolanta Gamaracka
BHK.44

Jolanta Grabowska
BHK.19

Krystyna Rodziewicz
BHK.45

Krystyna Stankiewicz
BHK.20

Lucyna Ostrowska
BHK.8

Małgorzata Alina Sacharko
BHK.21

Małgorzata Cudowska
BHK.46

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Marzena Andruszkiewicz
BHK.22

Monika Winiarska
BHK.47

Oksana Tarnowska
BHK.23

Sviatlana Radkevich
BHK.48

Urszula Hassmann
BHK.24

Ewa Bućko
BHK.51

Ewa Kuczyńska
BHK.13

Krystyna Dabek
BHK.52

Krystyna Przeborowska
BHK.53

Małgorzata Marcinkiewicz
BHK.25

Stasia Karpienia
BHK.54

Teresa Wasilewska
BHK.55

Karolina Eksterowicz
BHK.26

Wioletta Krzywicka
BHK.56

Aneta Sikorska
BHK.57

Beata Leszczuk
BHK.27

Ewa Jurczuk
BHK.28

Magdalena Brysiewicz
BHK.4

Marta Sitek
BHK.58

Teresa Muśko
BHK.5

Wiesława Porębska
BHK.59

Emilia Wasykuk
BHK.60

Honorata Zimnoch
BHK.29

Katarzyna Bańkowska
BHK.30

Marzena Kadłubowska
BHK.61

Alina Popko
BHK.62

Ania Cieślik
BHK.63

Bożena Korzep
BHK.10

Edyta Piórkowska
BHK.11

Marlena Downar-Jaworska
BHK.31

Aurelia Malec
BHK.32

Iwona Pezowicz
BHK.6

Marzena Sobol
BHK.33

Iwona Tereszkiewicz
BHK.66

Agnieszka Zajczyk
BHK.34

Agnieszka Wnorowska-Turek
BHK.12

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Agnieszka Pac
BHK.35

Beata Zielińska
BHK.68

Katarzyna Rusyn
BHK.69

Dagmara Rogowska
BHK.49

Wioleta Doboszewska
BHK.50

Agata Suszko
BJK.23

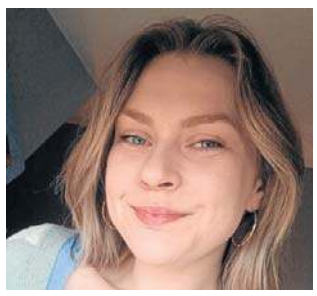
Julia Bartoszewicz
BJK.17

Katarzyna Formanek
BJK.19

Magdalena Nikitiuk
BJK.25

Mariola Kalinowska
BJK.22

Natalia Aleksandra Muraczewska
BJK.27


Paulina Grudkowska
BJK.26

Julia Sokolewicz
BJK.18

Katarzyna Dębicka
BJK.28

Izabela Moroz
BJK.29

Agnieszka Lisowska
BJK.30

Anna Żero
BJK.24

Hanna Wiernicka
BJK.21

Agnieszka Śliwowska
BMK.93

Anna Bilińska
BMK.105

Anna Młynarska
BMK.92

Doris Skórak
BMK.104

Ewelina Czaplejewicz
BMK.94

Joanna Grochowska
BMK.91

Katarzyna Nikitiuk
BMK.95

Patrycja Magusiewicz
BMK.97

Sabina Docnik
BMK.98

Ewa Kowejsza
BMK.88

Monika Kondraciuk
BMK.87

Paulina Naumnik
BMK.99

Urszula Makarewicz
BMK.89

Urszula Morawska
BMK.96

Beata Rutkowska
BMK.100

Celina Rzepko
BMK.90

Halina Górska
BMK.101

Jolanta Kurek
BMK.102

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.

Agata Horodeńska
BHK.70

Anna Przygoda
BHK.78

Barbara Maleszewska
BHK.81

Ewa Tyczyńska
BHK.82

Małgorzata Wróbel-Kruczenkow
BHK.80

Natalia Niczyporuk
BHK.83

Renata Roszkowska
BHK.71

Dorota Nowakowska
BHK.72

Joanna Chrzanowska
BHK.77

Teresa Sobocińska
BHK.85

Beata Mapińska
BHK.76

Iwona Kołowska
BHK.86

Małgosia Falkowska
BHK.87

Alina Baczewska
BHK.75

Dorota Grzegorczyk
BHK.84

Mirosława Dzięgielewska
BHK.74

Dorota Baranowska
BHK.73

Genowefa Kamińska
BHK.79

Joanna Kołakowska Darc
BHK.88

Anna Pupek
BHK.89

Aleksandra Cybulińska
BJK.35

Marta Łuczaj
BJK.34

Natalia Skarżyńska
BJK.41

Wiktoria Suszko
BJK.31

Wiktoria Szawluk
BJK.38

Ewa Tułanowska
BJK.8

Anna Stepaniuk
BJK.37

Barbara Stelmaszyńska
BJK.33

Angelika Kosińska
BJK.32

Ewelina Kaliszewska
BJK.40

Aneta Roguska
BMK.10

Anna Kinius
BMK.133

Barbara Wińska
BMK.130

Edytka Mnich
BMK.120

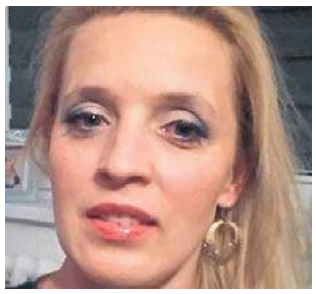
Ewa Sak
BMK.129

Iwona Bubińska
BMK.135

eprasa.pl 68a0af8902

KATEGORIA: CÓRKI
KATEGORIA: MATKI
KATEGORIA: KOBIETY DOJRZAŁE

Prezentujemy kandydatki do tytułu KOBIECA TWARZ.
Aby oddać głos wyślij na 7303 SMS o treści podanej przy zdjęciu kandydatki (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT).
Możesz też głosować i sprawdzać aktualne wyniki na stronie www.poranny.pl/kobiety oraz www.wspolczesna.pl/kobiety.


Joanna Ułanowska
BMK.134

Justyna Janczylik
BMK.109

Katarzyna Citko
BMK.106

Natalya Artysh
BMK.150

Wanda Surynt
BMK.124

Agnieszka Borkowska-Holubowicz
BMK.138

Beata Zalewska
BMK.122

Elżbieta Karp
BMK.132

Justyna Dembowska
BMK.140

Kamilia Kuracińska
BMK.121

Magda Jatkowska
BMK.137

Magdalena Murawska
BMK.39

Natalia Krejpcio-Szyszko
BMK.141

Emilia Kacprzyk
BMK.77

Kaja Batus
BMK.144

Magdalena Kotowska
BMK.127

Adriana Dobrowolska
BMK.110

Aleksandra Targońska
BMK.13

Barbara Polakowska
BMK.145

Edyta Piotrowska
BMK.62

Elżbieta Kościewicz
BMK.3

Emilia Kostacewicz
BMK.128

Joanna Wójtowicz
BMK.112

Agnieszka Boć
BMK.139

Mariola Zaborowska
BMK.123

Renata Sulewska
BMK.114

Urszula Kowalczyk
BMK.131

Anna Wiertel
BMK.17

Joanna Zubrycka
BMK.113

Małgorzata Bowtruczuk
BMK.142

Julia Buraczewska
BMK.147

Iwona Korzeniecka
BMK.136

Barbara Sidorczuk
BMK.146

Małgorzata Szymczyk
BMK.6

Zinaida Zajko
BMK.119

Agata Kołakowska
BMK.116

eprasa.pl 68a0af8902