

# Kurier Poranny

Poniedziałek  
23.03.2026

www.poranny.pl

Nr. 56 (10704)  
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

**Pracownicy Biaglassu** mają od 14 kwietnia stawić się do pracy na Dolnym Śląsku **str. 3**



FOT. W. WOJTKIEWICZ

**Wielkanocne Targi Pisanki Lipskiej** odbyły się w niedzielę w Podlaskim Muzeum Kultury Ludowej **str. 2**

**Surowszy wyrok dla 75-letniego ginekologa** oskarżonego o błąd w sztuce **str. 3**

Nr ISSN 0866-9511

Nr indeksu 350354



FOT. PAMEŁ WADŁOWICZ

20-letnia Gabriela Filipkowska z Łomży została Miss Polonia Województwa Podlaskiego 2026. Gala finałowa odbyła się w sobotę w Filharmonii Kameralnej im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.

15 finalistek na scenie zaprezentowało się w kilku odsłonach: w sukniach ślubnych, strojach wyjściowych, czy sportowych.

I Wicemiss oraz Miss Fundacji Anny Rytel została Patrycja Sulewska z Białegostoku, II Wicemiss - Oliwia Bogdańska ze Starej Łomży natomiast Miss Foto - Aleksandra Zalewska. (AM)

## BIAŁYSTOK

### Obchody Dnia Woli. Był wiec i koncert

Wiec i koncertem w centrum Białegostoku rozpoczęły się w niedzielę obchody Dnia Woli - święta Białorusinów domagających się niepodległości i demokracji w swoim kraju. Jak podkreślano w przemówieniach, tego święta wciąż nie można obchodzić na Białorusi.

Proklamacja Białoruskiej Republiki Ludowej (BNR) miała miejsce 25 marca 1918 r., w kolejne jej rocznice obchodzony jest Dzień Woli. Jak przypominają historycy, dokument dawał podstawę idei niezależnego państwa białoruskiego.

W Białymstoku obchody - organizowane przez Diasporę Białoruską i Fundację Tutaka - rozpoczęły się wczoraj wiecem i koncertem. W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele mniejszości białoruskiej, diaspory

białoruskiej i ukraińskiej, a także przedstawiciele władz państwowych i samorządowych. Jak podkreślał podczas wieceu Paweł Stankiewicz z Fundacji Tutaka, Dzień Woli to powód do radości, ale od kilku lat „obchody mają gorzki posmak”.

- Podczas gdy tutaj, w Białymstoku, łącznie z przedstawicielami i władzy centralnej, i lokalnej (...) możemy się spotkać, aby świętować, to raptem kilkadziesiąt kilometrów dalej, za granicą Unii Europejskiej, tysiące ludzi cierpią w więzieniach za marzenia o demokratycznym państwie - zaznaczył.

Jan Abadowski z Diaspory Białoruskiej powiedział PAP, że to bardzo ważne, że Białorusini mogą spotykać się w Białymstoku. - Na Białorusi nie możemy wychodzić, tam od razu nas wsadzają do więzienia - mówił. (PAP)

## BIAŁYSTOK WPROWADZONO STREFY OGRANICZAJĄCE ICH RUCH

# Centrum bez hulajnóg. Nowe zasady w mieście

**Bezpieczeństwo**  
Andrzej Kłopotowski, PAP

**Na Rynku Kościuszki i w parkach w centrum Białegostoku wprowadzono strefy, w których nie można się poruszać prywatnymi i wynajmowanymi hulajnogami elektrycznymi ani ich parkować. Rozwiązanie ma poprawić bezpieczeństwo przede wszystkim pieszych.**

O zakazie poinformował w piątek rano na swoim profilu facebookowym wiceprezydent Rafał Rudnicki.

- W trosce o bezpieczeństwo pieszych, w porozumieniu z firmą Bolt, nie można już wjeżdżać i parkować hulajnogami elektrycznymi należącymi do tego operatora w ścisłym centrum Białegostoku. Zakaz dotyczy: Rynku Kościuszki - obszar przy Ratuszu, przy pomniku marszałka Piłsudskiego i przy Katedrze; Parku Planty; dziedzińca z fontannami przed Pałacem Branickich oraz Placu im. Marszałka Józefa Piłsudskiego. Oznacza to, że hulajnoga elektryczna Bolt na tych obszarach wytraca prędkość i się zatrzymuje - napisał wiceprezydent.

Wprowadzenie strefy z zakazem ruchu hulajnóg elektrycznych ma służyć przede wszystkim bezpieczeństwu pieszych, między którymi lawirowali jeżdżący na hulajnogach. Ma też rozwiązać kwestię porzucania hulajnóg byle gdzie.

Jak wyjaśniła PAP Marta Rybnik ze Straży Miejskiej w Białymstoku, na Rynku Kościuszki obowiązuje zakaz ruchu, w tym zakaz ruchu hulajnogami elektrycznymi, a zakaz poruszania się hulajnogami w parkach wynika z ich regulaminów. Wskazała też, że straż miejska odbierała w ostatnim czasie coraz więcej zgłoszeń o poruszaniu się hulajnogami elektrycznymi z nadmierną prędkością czy o nieprawidłowym ich parkowaniu.



FOT. W. WOJTKIEWICZ

**Strefy objęte zakazem dla hulajnóg to Rynek Kościuszki, Park Stary, Park Planty, Park Branickich i Bulwary im. Z. Kościłkowskiego.**

Na razie strażnicy miejscy prowadzą akcję informacyjną - chcą, żeby informacja o strefach dotarła do jak największej liczby użytkowników. Za niestosowanie się do ograniczeń w ruchu drogowym grozi mandat karny do 500 zł.

Co o ograniczeniach mówią użytkownicy tych jednośladów?

- Absurd. Niepotrzebne utrudnianie życia tym, którzy jeżdżą hulajnogą np. do pracy. Uważam, że straż miejska powinna raczej wyłapywać szalejących na hulajnogach, jeżdżących jak wariaci między pieszymi. A tak za wybryki pojedynczych osób „płacą” wszyscy - mówi nam jedna z takich osób.

- A gdzie podzieją się te wszystkie hulajnogi, które zatrzymają się przed strefą? Rozumiem, że będą porzucone na Lipowej, Sienkiewicza, Legionowej czy Mickiewicza i tam będziemy się o nie potykać? - dodaje inny użytkownik.

Miejscy radni popierają zakaz.

- Pokazujemy, że rozwój nowoczesnych form transportu może i musi iść w parze z bezpieczeństwem oraz estetyką naszego miasta. Nie szukamy kompromisów kosztem mieszkańców - szukamy rozwiązań, które przywrócą im

komfort życia - komentuje Gracjan Eshetu-Gabre, szef klubu KO.

- O wiele za późno władze miasta zabierają się za porządkowanie kwestii hulajnóg elektrycznych. Jako radny od lat zwracałem uwagę na problemy z bezpieczeństwem i estetyką przestrzeni publicznej, które były zakłócanie m.in. przez hulajnogi firmy Bolt. Mam nadzieję, że prezydent pójdzie o krok dalej i podejmie odważne decyzje, takie jak wprowadzenie opłat dla operatorów za zajęcie pasa drogowego oraz wyznaczenie konkretnych stref parkingowych, wzorem innych miast w Polsce, np. Krakowa - komentuje radny Henryk Dębowski, szef klubu PiS.

- Tego typu rozwiązania stosowane są od dawna w innych miastach Polski i sprawdzają się, wpływając na bezpieczeństwo pieszych. Teraz powinniśmy tylko rozważyć wyznaczenie miejsc do parkowania hulajnóg przed strefami, do których nie można wjechać hulajnogą - mówi radna Agnieszka Zabrocka (KO).

- Będziemy na bieżąco obserwować sytuację przed wprowadzoną strefą. Liczymy na rozsądek użytkowników hulajnóg - komentuje rzeczniczka prezydenta Urszula Boublej.

# Jutro w naszej gazecie Strefa Biznesu

- Nadchodzi nowa epoka w pensjach
- Ceny prądu niszczą polski przemysł
- Inwestorzy mogą liczyć na rekordowe dywidendy

## Ponad 2,6 tys. bonów rozeszło się w ok. 2 minuty

Turystyka  
PAP

**Ponad 2,6 tys. osób skorzysta z wiosennej tury Podlaskiego Bonu Turystycznego - poinformowała prezes PROT Katarzyna Sadowska. Nabór do tej edycji programu ruszył w sobotę przed południem i zakończył się nieco ponad dwie minuty później. W wiosennej puli do podziału jest 800 tys. zł.**

Podlaski Bon Turystyczny to autorski program realizowany przez województwo podlaskie i Podlaską Regionalną Organizację Turystyczną (PROT), aby przyciągać turystów do regionu i wspierać branżę turystyczną ponoszącą skutki trudnej sytuacji geopolitycznej przy granicy z Białorusią. Chodzi też o pokazanie, że region jest bezpieczny i atrakcyjny dla turystów.

W drugiej edycji programu do podziału będzie łącznie ponad 2 mln zł, a z bonu będzie można korzystać w trzech turach. W pierwszej przeznaczono 800 tys. zł, a na wsparcie będzie mogło liczyć ponad 2,6 tys. osób - informowały władze województwa.

Rejestracja na wiosenną edycję bonu wystartowała w sobotę o godz. 11 i trwała 2 minuty i 7 sekund - podała Sadowska, która jest także dyrektorką departamentu rozwoju turystyki w podlaskim urzędzie marszałkowskim. Przekazała, że w sumie zarejestrowano 2 tys. 667 bonów na łączną sumę nieco ponad 800 tys. zł.

Najwięcej bonów wygenerowali mieszkańcy województw: mazowieckiego, podlaskiego, warmińsko-mazurskiego, lubelskiego, pomorskiego, łódzkiego i wielkopolskiego. - Widać, że nasi sąsiedzi chętnie do nas przyjeżdżają - dodała Sadowska.

Bon wygenerowany w sobotę będzie można wykorzystać od 1 kwietnia do końca czerwca br.; dopłata do noclegu wynosi 300 zł, trzeba przyjechać jednak na co najmniej dwie noce.

Pozostałe tury Podlaskiego Bonu Turystycznego, na które nabór będzie przeprowadzony w późniejszym czasie, zakładają wykorzystanie bonu w czasie letnim i jesienno-zimowym.

Dopłata do noclegu w sezonie wiosennym i letnim dla jednej osoby wyniesie 300 zł, niezależnie od rodzaju obiektu noclegowego, który wybierze turysta; natomiast od września do grudnia będzie to 400 zł. Aby skorzystać z bonu na pobyt wiosenne i jesienne, trzeba przyjechać na minimum dwa noce, zaś latem - na trzy.

W pierwszej edycji programu z dopłat do noclegów w regionie skorzystało ponad 14 tys. osób. Bon był wykorzystywany od 20 kwietnia do końca 2025 r. Podczas pierwszej edycji programu bono rozeszło się w kilka minut. Samorząd przeznaczył na dopłatę 4 mln zł. W bazie było wówczas ponad 500 obiektów noclegowych, a kwota dopłaty zależała od kategorii obiektu, który wybierał turysta.

## Wielkanocne Targi Pisanki Lipskiej

Tradycje  
Urszula Śleszyńska

**W niedzielę przepiękne pisanki wypełniły Podlaskie Muzeum Kultury Ludowej. Wydarzenie było okazją do tradycyjnych świątecznych zakupów, ale też promocją twórców ludowych, przede wszystkim pisankarek z Lipska nad Biebrzą.**

Można było kupić wiklinowe koszyki na święconkę, szydełkowe serwetki, a także palmy czy tradycyjne wędliny albo ciasta. Ale pierwsze skrzypce grały pisanki i ich twórczynie.

- Pisanki pisała moja mamusia, babcia, prababcia. Teraz i córki piszą, i wnuczki. Uwielbiamy to i podtrzymujemy tradycję. Pisanki pisałam od najmłodszych lat, od dziecka. Pamiętam, że wtedy jeszcze światła nie było - opowiadała twórczyni ludowa Krystyna Krahel-Krysiuk.



Zajęcia pisankarskie w Podlaskim Muzeum Kultury Ludowej prowadziła twórczyni ludowa Krystyna Krahel-Krysiuk

Krysiuk, która pochodzi z okolic Lipska, a obecnie mieszka w Wólce w gm. Juchnowiec Kościelny. Podczas targów prowadziła warsztaty pisankarskie. - Nasypywało się w duży garnek piasek i przepalony węgiel. A jak już się malowało, to wkładało się na wierzch węgiel gorący, rozdmuchiwało się i łyżką kładło się na te węgielki wosk pszczeły i pisało się po jajku. Teraz mamy światło i możemy na podgrzewaczach sobie rozgrzać wosk i pisać.

Ważne były też kolory pisane. Pisanek czarną, kolorową na czarnym polu dawało się dawniej dla pana, dla dziedzica.

- To oznaczało honor, szacunek. Dziewczyna, która kochała chłopaka, na Wielkanoc dawała mu pisanek czerwony. Z kolei niebieską pisanek dawała dla takiego chłopaka, który się do niej zalecał, ale ona go nie chciała - opowiadała Krystyna Krahel-Krysiuk.

Poniedziałek, 23.03.2026

AUTOPROMOCJA

0110987259

## Zamów prenumeratę

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

## Święto lasu. Był piknik, warsztaty i spacer



FOT. W. WÓTKIEWICZ

**Z okazji Dnia Lasów na terenie Nadleśnictwa Dojlidy w Białymstoku odbył się m.in. piknik ekologiczny**

Lasy  
Magda Ciasnowska

**W pierwszy dzień wiosny w całym regionie, m.in. w Białymstoku odbyły się obchody Międzynarodowego Dnia Lasów. Na uczestników czekało „leśne miasteczko”, warsztaty, spacer edukacyjny oraz wspólne ognisko.**

W tzw. leśnym miasteczku przygotowane przez leśników z nadleśnictw Puszczy Knyszyńskiej można było wziąć udział w licznych zadaniach edukacyjnych, a za ich wykonanie otrzymać sadzonki świerka lub drobne upominki. Nie zabrakło również spacerów z leśnikami do pobliskiego lasu, które odbywały się w kilku turach.

- Mamy dziś wyjątkowy dzień - 21 marca, czyli Międzynarodowy Dzień Lasu oraz pierwszy dzień wiosny. To do-

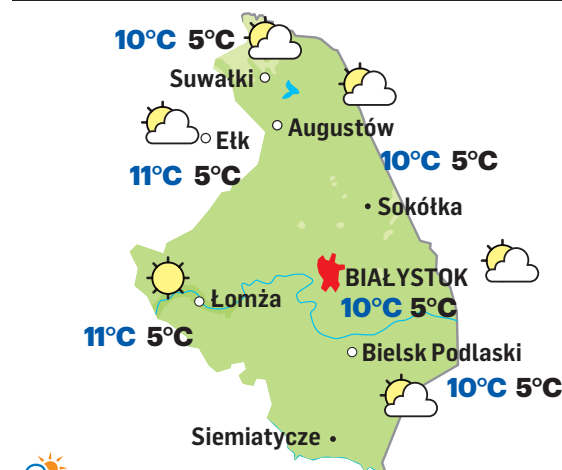
skonała okazja, aby spotkać się właśnie tutaj, w Białymstoku - zielonym mieście - mówiła Ewelina Szklarzewska, rzeczniczka Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Białymstoku.

Tegoroczne obchody odbywały się pod hasłem „Las i gospodarka”. Podczas wydarzenia zwracano uwagę na rolę lasów nie tylko jako miejsca wypoczynku, ale także ważnego elementu gospodarki.

- Chodzi zarówno o drewno, jak i o ścieżki edukacyjne czy konne - wszystko to, co napędza gospodarkę, zarówno w wymiarze surowcowym, jak i turystycznym oraz rekreacyjnym - podkreśla Ewelina Szklarzewska.

Uczestnicy mogli dowiedzieć się m.in., jak wygląda proces wzrostu drzewa - od nasiona po gotowy surowiec, jak prawidłowo segregować odpady oraz jaką funkcję pełnią budki lęgowe dla ptaków.

## Pogoda w regionie



meteo prog Źródło: meteo prog.pl

## 23 MARCA 2026

**Dziś 82. dzień roku**  
Do sylwestra pozostało 283 dni.

**Wschód słońca w Białymstoku**  
o godzinie 5.21, zachód o godzinie 17.46. Dzień będzie trwał 12 godzin i 25 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 4 godziny i 31 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 4 godziny i 52 minuty.

**Imieniny dziś obchodzą:**  
Feliks, Pelagia

## KALENDARIUM

**1343**

Położono kamień węgielny pod budowę dzisiejszej bazyliki konkatedralnej Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Gdańsku.

**1935**

Sejm RP uchwalił tzw. konstytucję kwietniową, podpisaną miesiąc później przez prezydenta Ignacego Mościckiego (na porzecie). Wprowadziła system prezydencki autorytarny.



FOT. DOMENA PUBLICZNA

**1987**

Amerkańska stacja CBS wyemitowała premierowy odcinek serialu Moda na sukces. Dotąd wyemitowano 9740 odcinków.

**1998**

Film Titanic Jamesa Camerona zdobył 11 statuetek podczas 70. ceremonii wręczenia Oscarów.

**2000**

Były minister i poseł Ireneusz Sekuła został w nocy z 22 na 23 marca znaleziony nieprzytomny w swoim biurze w Warszawie z ranami postrzałowymi brzucha. Zmarł 29 kwietnia w szpitalu.

# Pracownicy Biaglassu mają stawić się do pracy 700 km dalej

Interwencja  
Tomasz Maleta

**Pracownicy białostockiej huty szkła Biaglass dostali pismo od władz firmy, z którego wynika, że 14 kwietnia powinni stawić się do pracy w Pieńsku, tuż przy granicy z Niemcami, oddalonym od Białegostoku o 700 km. Do Huty Szkła Biaglass Łużyce.**

- Jak się nie zgodzimy na to, co proponuje nam pracodawca, to obawiamy się, że od pana prezesa otrzymamy dyscyplinarkę - mówi Dariusz Piwowarczyk, zatrudniony w hucie od 12 lat.

Pracownicy zostali powiadomieni przez władze firmy, że 14 kwietnia powinni stawić się w pracy w Pieńsku na Dolnym Śląsku. Wszystko dlatego, że powstała nowa huta szkła Biaglass Łużyce. Jako fuzja zakładu białostockiego i dolnośląskiego.

- Dziwi nas, że to mniejsza huta z Pieńska przejmie pracowników i majątek dużego zakładu Fabryki Wyrobów Runowych „Biruna” S.A - podkreślają pracownicy.

Bo białostocka huta szkła od kilku lat była działem właśnie wasilkowskiej Biruny. Podlaskie zakłady z tym na Dolnym Śląsku łączy osoba prezesa: Leszka Czemiela. Szefem HSB Łużyce jest od 17 lutego 2026 roku.

- Przejście części zakładu na nowego pracodawcę jest uzasadnione konsolidacją w celu sprostania konkurencji panującej na rynku - czytamy w informacji,



**Jesteśmy zagubieni, zmanipulowani zawiłym prawniczym językiem - mówili nam w piątek pracownicy Biaglassu**

którą otrzymali pracownicy od pracodawcy na początku marca. Zgodnie z nią, muszą stawić się 14 kwietnia przy ul. Kościuszki 39 w Pieńsku.

- Pracodawca oferuje „pomoc w znalezieniu zakwaterowania”, wiedząc doskonale, że większość pracowników z rodzinami w Białymstoku nie przeprowadzi się nagle na drugi koniec Polski - podkreślają pracownicy. Dodają, że w białostockim Biaglassie pracuje ponad setka ludzi, na różnych umowach. Część pochodzi z zagranicy.

- Mamymy podejrzenie, że dochodzi do naruszenia praw pracowników - mówi Maciej Łuszczewski, przewodniczący zakładowej Solidarności 80. - Wysłaliśmy pismo do pracodawcy, aby wyjaśnił, na jakiej podstawie prawnej samą informacją chce zmieniać znaczące warunki świadczenia pracy.

Dodaje, że pracodawca powinien podjąć negocjacje ze związkiem zawodowym. - Tu mogą

wchodzić zwolnienia grupowe. Czekamy na odpowiedź ze strony pracodawcy - mówi.

Pracownicy obawiają się, że jeśli nie przyjmą nowych warunków (zmiany miejsca pracy), będą musieli odejść. - I w ten sposób nie obejmie nas procedura zwolnień grupowych i wypłaty należnych odpraw - podkreślają w rozmowie z nami.

Niektórzy nie zamierzają się przenosić na Dolny Śląsk. Tyle, że z informacji pracodawcy wynika, że by wypowiedzieć umowę muszą i tak stawić w hucie w Pieńsku. I pierwszego dnia uprzedzić, że zamierzają odejść, przepracować siedem dni i rozwiązać stosunek pracy.

- Chcemy, by pracodawca rozwiązał umowy z nami tu, na miejscu, w Białymstoku, wypłacił nam za okres wypowiedzenia i odprawy - mówi Izabela Józwik.

Pracownicy dodają, że dwa lata temu na sesji Rady Miasta

Białegostoku prezes firmy apelował, by radni zmienili plan zagospodarowania przestrzennego. Tak, by na terenie huty przy ul. Syczewskiego mogła powstać wielorodzinna mieszkaniówka. Pieniądze ze sprzedaży nieruchomości miały być przeznaczone na rozwój huty przy ul. Elewatorskiej. Ostatecznie teren został sprzedany, ale bez nowej fabryki w mieście. Pracownicy żal mają też do radnych, którzy wtedy podnieśli ręce za zmianą planu.

O ustosunkowanie się do zarzutów pracowników już 12 marca mailowo zapytaliśmy zarówno władze Biruny, jak i huty. Dotąd nie uzyskaliśmy odpowiedzi. Wcześniej próbowaliśmy się skontaktować telefonicznie. W zakładzie przy ul. Syczewskiego abonent był niedostępny. Z kolei w Birunie od jednego z dyrektorów usłyszeliśmy, że nastąpiła fuzja z hutą na Dolnym Śląsku, a jeśli chodzi o pozostałe kwestie, w tym pracownicze, informacji jest władny udzielać tylko prezes.

W piątek przed południem domofonem zadzwoniliśmy do drzwi władz białostockiej huty. Pod numer prezesa, jak i dyrektora. Nikt nie odpowiedział.

Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku obecnie prowadzi kontrolę w FWR „Biruna” w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy oraz prawnej ochrony pracy, w tym przejęcia części zakładu przez Hutę Szkła Biaglass Łużyce Sp. z o.o. z siedzibą w Pieńsku.

## Jarosław Kaczyński: Polsce potrzebny jest bardzo dobry i sprawny rząd

Łomża  
PAP

**Prezes PiS Jarosław Kaczyński ocenił w sobotę, że w obecnej trudnej sytuacji gospodarczej, Polsce potrzebny jest bardzo dobry i sprawny rząd z ludźmi przygotowanymi, sprawdzonymi i zdolnymi. Oceniał, że obecny rząd cechuje się „niedołęstwem i nieprzygotowaniem do rządzenia”.**

Kaczyński wziął w sobotę udział w spotkaniu polityków PiS z cyklu „Myśląc Polska”, które odbyło się w Łomży. Jego głównym tematem była infrastruktura drogowa i kolejowa, a także transport.

Prezes PiS, wymieniając sukcesy swojej partii w tym zakresie, mówił, że przez osiem lat rządów Zjednoczonej Prawicy wybudowano m.in. 2,1 tys. km autostrad i dróg ekspresowych, a kolejne 1,5 tys. km takich dróg zostało przygotowanych do realizacji. Wskazał też na budowę i remont 50 tys. km dróg lokalnych, które zdobyły dofinansowanie z rządowych programów. Mówił też o założeniach projektu CPK, który miał skomunikować lepiej różne części kraju, a został zmieniony. - Dzisiaj można powiedzieć tak: inwestycje dzielą się na takie, które są opóźnione, takie które są zamrożone i takie, które są porzucone. Żadnych nowych nie ma, wszystko została zaplanowane za naszych czasów - powiedział Kaczyński.

Jego zdaniem wszystko, co miało być napędem gospodarki i rozwoju, także społecznego zostało przez obecny rząd zamienione na twierdzenie, że nie ma na to pieniędzy i że wystarczy to, co jest. - Otóż nie wystarczy z całą pewnością i jeśli coś musimy uczynić, to mimo tej ogromnie trudnej sytuacji gospodarczej, która się przejawia przede wszystkim przez gigantyczny kryzys finansów publicznych, musimy do naszego programu powrócić - podkreślił.

- Polsce potrzebny jest już w tej chwili, ale w tej chwili nie ma możliwości dokonania takiej zmiany, bardzo dobry, bardzo sprawny rząd, taki, który będzie rzeczywiście potrafił z tej sytuacji, w której jesteśmy, wyjść. Bo to nie jest tylko kwestia dobrego wyniku wyborczego, to jest kwestia umiejętności - powiedział Kaczyński.

W jego ocenie obecny rząd realizuje „agendę niemiecką w Polsce”. - Mamy też do czynienia z jego (obecnego rządu) nieprawdopodobnym wręcz niedołęstwem, nieprzygotowaniem do rządzenia - ocenił Kaczyński.

Podkreślił, że nowy rząd musi być złożony z ludzi, którzy są przygotowani do rządzenia i pokazali już, że potrafią, a nie z tych, którzy tylko mówią o swoim przygotowaniu i krytykują to, co było w sposób nieodpowiedzialny i niesprawiedliwy, to - jak uznał - „skończy się to klęską”.

## Surowsza kara dla 75-letniego ginekologa oskarżonego o błąd w sztuce

Z sądu  
(PAP)

**Sąd Okręgowy w Białymstoku zmienił wyrok pierwszej instancji i orzekł surowszą karę dla 75-letniego ginekologa oskarżonego m.in. o błąd w sztuce medycznej podczas porodu. Dziecko jest trwale niepełnosprawne. Kara dla lekarza to m.in. więzienie w zawieszeniu i sześcioletni zakaz wykonywania zawodu.**

Proces wiąże się z porodem w lipcu 2021 r. w szpitalu wojewódzkim w Białymstoku. Oskarżony był wówczas lekarzem dyżurnym. Nadzorował przebieg tego porodu i podejmował decyzje dotyczące działań medycznych.

Sąd Rejonowy w Białymstoku nieprawomocnie uznał, że doszło do błędu w sztuce i narażenia rodzącej kobiety i jej

dziecka na niebezpieczeństwo utraty życia lub ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, ale przyjął, że oskarżony lekarz działał w sposób nieumyślny (kwalifikacja prawna łagodniejsza).

Nieprawomocnie orzekł karę 25 tys. zł grzywny, sześcioletni zakaz wykonywania zawodu i po 200 tys. zł zadośćuczynienia dla rodziców dziecka.

Wyrok ten zaskarżyła prokuratura, która chciała kary surowszej (roku więzienia w zawieszeniu i 12-letniego zakazu wykonywania zawodu), oraz obrona wnioskująca o uniewinnienie, ewentualnie uchylenie wyroku.

**Apelacja obrońcy oddalona**

Sąd Okręgowy w Białymstoku uwzględnił niemal w całości apelację prokuratury domagającej się też przywrócenia

surowszej kwalifikacji prawnej z aktu oskarżenia i oddalił apelację obrońcy. Orzekł karę ośmiu miesięcy więzienia w zawieszeniu, 60 tys. zł grzywny i nie zmienił pozostałej części wyroku, czyli kwoty zadośćuczynienia i długości obowiązywania zakazu wykonywania zawodu.

Piątkowy wyrok jest prawomocny.

- Przyjmując na siebie rolę lekarza dyżurnego, oskarżony stał się gwarantem dobrostanu pacjentki i jej dziecka. Ze swej roli zwyczajnie się nie wywiązał, podejmował decyzje nieakceptowalne z punktu widzenia prawidłowego zachowania lekarza - mówił w uzasadnieniu wyroku sędzia Dariusz Gąsowski.

Przywoływał opinię biegłych, którzy oceniali decyzje i działania oskarżonego ginekologa. Jak mówił sędzia, gdyby lekarz działał w sposób wzor-

cowy, ryzyko powikłań przy porodzie wyniosłoby maksymalnie 1,5 proc.

- Byłoby to śladowe, statystyczne ryzyko. Natomiast ten człowiek tak poprowadził proces leczenia, że kolejne podejmowane przez niego procedury medyczne skutkowały wywołaniem bezpośredniego niebezpieczeństwa utraty życia i ciężkiego uszczerbku na zdrowiu zarówno matki, jak i dziecka - powiedział sędzia.

Sąd odwoławczy uznał, że kara - w związku z przyjęciem surowszej kwalifikacji prawnej - powinna być surowsza niż jedynie grzywna.

**Jak mówił sędzia, gdyby lekarz działał w sposób wzorcowy, ryzyko powikłań przy porodzie wyniosłoby maksymalnie 1,5 proc.**

- Skala nieprawidłowości była tak duża, w tak fundamentalnych kwestiach, że orzeczenie jedynie kary grzywny nie oddaje stopnia społecznej szkodliwości podjętych przez niego zachowań - uzasadniał sędzia.

Jednocześnie sąd uznał za właściwy sześcioletni, a nie dłuższy zakaz wykonywania zawodu. Oceniał, że biorąc pod uwagę wiek skazanego ginekologa, taki zakaz w praktyce i tak eliminuje go z możliwości powrotu do wykonywania tego zawodu.

**Matka dziecka: O to walczyłam**

- Ulga to jest najlepsze słowo, radość nie ma tu racji bytu, to jest po prostu ulga, że prawie pięcioletni proces zakończył się zakazem wykonywania zawodu. O to walczyłam - mówiła na gorąco po wyjściu z sali rozpraw matka niepełnosprawnego dziecka, która w tej

sprawie miała status oskarżycielki posiłkowej.

- Nie chodziło tutaj ani o pieniądze, ani o to, aby oskarżony poszedł do więzienia, tylko żeby nie mógł przyjmować pacjentek. To była nasza główna potrzeba - podkreśliła kobieta.

**Trwa inny proces tego samego lekarza**

Przed Sądem Rejonowym w Białymstoku trwa inny proces tego ginekologa dotyczący kobiety rodzącej w tym samym szpitalu.

W tej sprawie śledczy zarzucają lekarzowi, że w marcu 2023 r. - działając niezgodnie z zasadami wiedzy i sztuki lekarskiej - nieumyślnie naraził nienarodzone dziecko kobiety w ciąży na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia.

Dziecko zmarło. Zarzuty obejmują też nieumyślne spowodowanie jego śmierci.

## POLITYKA

Partia Razem interweniuje  
w sprawie szpitala wojewódzkiego

Część osób zatrudnionych na umowach cywilnoprawnych w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Białymstoku otrzymuje swoje wynagrodzenie z opóźnieniem, a ponadto w Białymstoku występuje zjawisko celowego zastępowania kończących się umów o pracę umowami cywilnoprawnymi - mówiła w piątek 20 marca przed białostocką Śniadecją Martyna Bondaruk z podlaskiego okręgu Partii Razem. Jej zdaniem niesie to za sobą negatywne konsekwencje dla personelu medycznego. Na przykład brak kontroli ze strony inspekcji pracy.

- Osoby na umowach cywilnoprawnych nie są też objęte przepisami ustawy o działalności leczniczej - podkreśliła Bondaruk.

Jej zdaniem oznacza to, że personel medyczny na tzw. kontraktach zмага się nie tylko z nieotrzymywaniem wynagrodzeń na czas, ale też pracuje dłużej i z krótszymi przerwami między zmianami.

- Takie traktowanie personelu jest niedopuszczalne i negatywnie wpływa na zdrowie pracowników medycznych jak i jakość świadczeń udzielanych przez szpital - za-

znaczyła działaczka Partii Razem.

Dodała, że jej ugrupowanie wystąpiło zarówno do marszałka województwa, któremu podlega szpital, jak i Ministerstwa Zdrowia o interwencję.

- Liczymy na wyjaśnienie sytuacji szpitala wobec personelu medycznego oraz za przestania praktyk związanych z próbami obejścia prawa pracy - mówiła Martyna Bondaruk.

Obecna na konferencji posłanka Marcelina Zawisza podkreśliła, że szpitale w Polsce borykają się z tym samym problemem: niedofinansowanym systemem ochrony zdrowia.

- To jest patologiczna sytuacja, w której dyrektorzy szukając oszczędności wypychają ludzi na kontrakty. Jestem w kontakcie z wieloma lekarzami, którzy chcieliby być na umowie o pracę, ale nie mogą, bo dla szpitala to jest większy koszt niż wyrzucenie ich na kontrakt, odmawia im się prawa do bycia zatrudnionymi na umowę o pracę - podkreśliła posłanka.

Bogdan Kalicki, dyrektor Śniadecji, mówi, że w zależności od potrzeb i profilu, umowy czasowe są przedłużane lub nie. (WAL)

## EDUKACJA

## Uczniowie zmagali się z ortografią



FOT. W. WOITKIEWICZ

XXV edycja Podlaskich Mistrzostw w Ortografii odbyła się w piątek w VLO w Białymstoku. Uczniowie zmierzali się z wymagającym dyktandem.

- Trudno wyobrazić sobie początek wiosny bez tego wydarzenia. Mistrzostwa stały się wizytówką naszej szkoły. Słyszemy z tej imprezy i co roku robimy wszystko, by przebiegała jak najsprawniej i przyciągała młodych uczestników, mimo że współczesne realia nie sprzyjają ani ortografii, ani dbałości o piękno języka - przyznaje nauczycielka języka polskiego Maria Lompart.

W tegorocznej odsłonie mistrzostw wzięło udział 28 uczniów szkół podstawowych

i średnich z Białegostoku oraz regionu.

- Polska gramatyka i ortografia są na tyle piękne, że nie powinny budzić obaw - mówi Agnieszka Cecha, autorka dyktanda. - Przygotowałam dyktando, którego tematyka koncentruje się wokół okresu międzywojennego oraz historii naszego miasta. Pojawiają się w nim interesujące określenia, a także nazwy miejsc i budynków, które dziś są już niemal zapomniane, choć nadal warto je poznawać i do nich wracać, zwłaszcza będąc młodym człowiekiem.

Wyniki konkursu oraz wręczenie nagród zaplanowano na 14 kwietnia. (MC)

Schron w centrum po remoncie.  
Może tu przebywać 200 osób

Bezpieczeństwo  
Andrzej Kłopotowski

**Gdyby zaszła taka potrzeba schronienie znajdzie tu 200 osób. Schron w centrum Białegostoku przy ulicy Białówny przeszedł gruntowny remont. To niejako zapowiedź kolejnych tego typu inwestycji na terenie miasta.**

Schron ulokowany jest pod przychodnią.

- Ten schron powstał w roku 1960. Przez wiele dziesięcioleci w dziedzinie bezpieczeństwa i obrony cywilnej nie robiono wiele, a właściwie nie robiono nic z uwagi na to, że nie było takiej potrzeby. W tej chwili wojna w Ukrainie, niebezpieczeństwa w różnych częściach świata powodują, że ten świat stał się niestabilny, niespokojny. Musimy być gotowi na ewentualne schronienie w ramach obrony cywilnej. To jeden z przykładów naszych działań, które były podjęte już kilka lat temu. W 2023 roku został wydany 1 milion złotych na prace dostosowawcze, później pół miliona z własnych środków i ostatnio 389 tysięcy jako dotacja z Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej - mówi prezydent Tadeusz Truskolaski.

W ramach inwestycji wymienione zostały m.in. drzwi w otworach komunikacyjnych i ewakuacyjnych, zmodernizowane zawory nadciśnieniowe i przeciwwybuchowe oraz wy-



FOT. W. WOITKIEWICZ

**Obiekt przy ul. Białówny przeszedł kompleksowy remont, który zwiększył jego funkcjonalność i możliwości ochronne**

mienione urządzenia filtrowentylacyjne. Całość odnowiono, zwiększając funkcjonalność.

Schron został przystosowany do tego, by mogło w nim przebywać 200 osób. Zostały wymienione urządzenia techniczne, ostatnio zainstalowano też magazyny energii.

W tej chwili miasto wykonuje ekspertyzy i dokumentacje techniczne dla 22 innych tego typu obiektów. Na ten cel przeznaczono po 100 tys. zł na obiekt. Ponadto na remonty budowli ochronnych miasto przeznaczy w tym roku około 12 mln zł. Prezydent zauważa też, że nowe prawo budowlane nakłada na inwestorów obowiązek tworzenia miejsc schronienia lub schronów. Miasto taki obiekt tworzy obecnie pod żłobkiem przy ulicy Kawaleryjskiej.

Wojewoda Jacek Brzozowski dodaje, że program przynosi

efekty dzięki współpracy rządu i samorządów. Ma pomagać zapewniać bezpieczeństwo w skrajnych sytuacjach - nie tylko działań zbrojnych, ale i sytuacjach kryzysowych.

- Ten Program Ochrony Ludności to nasze wspólne zobowiązanie przed społeczeństwem, że zrobimy wszystko, aby bezpieczeństwo nie było tylko dobrze brzmiącym hasłem, ale praktyką dnia codziennego. Te zaniedbania były konsekwencją przekonania, że żyjemy w świecie bezpiecznym, belle epoque, pozbawionym konfliktów. Dzisiaj wiemy, że była to jakaś ułuda i ziliśmy w przekonaniu bezpieczeństwa. Świat dzisiaj wymaga konkretnych działań, konkretnych rozwiązań. 2025 rok zamknęliśmy przede wszystkim zakupami sprzętu, który był niezbędny samorządowcom, ale także straży pożarnej, która

w woj. podlaskim była największym beneficjentem programu. Rok 2026 i lata następne będą związane z zupełnie inną filozofią myślenia o tym programie, czyli takimi miejscami jak to, miejscami ukrycia - mówi wojewoda.

W tym roku monitorowane są więc miejsca i powstaje dokumentacja projektowa, by od przyszłego roku realizować już remonty. Od przyszłego roku - co jest ważną zmianą - inwestycje w ramach programu będą mogły być realizowane w cyklu dłuższym niż jednoroczny.

Miejsca ukrycia w województwie podlaskim sprawdzają obecnie strażacy.

- W skali województwa otrzymaliśmy dotąd 176 zgłoszeń w celu przeprowadzenia czynności sprawdzających i kontrolnych, ponieważ Państwowa Straż Pożarna uczestniczy w tym procesie wspólnie z organami nadzoru budowlanego. Sprawdziliśmy już 110 takich miejsc. Na dziś wydano 78 decyzji z uwagami. Sytuacja jest dynamiczna, cały czas wpływają nowe wnioski - wylicza starszy brygadier Grzegorz Lisowski, zastępca komendanta wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej w Białymstoku.

Przypomina, że ruszyła aplikacja „Gdzie się ukryć” z ponad 1700 miejscami w regionie. Liczba ta cały czas rośnie.

W Białymstoku można naliczyć miejsca dla około 17 tysięcy osób.

## Wojciech Szlachowski patronem sali kameralnej w BTL

Białostocki Teatr Lalek  
Urszula Śleszyńska, PAP

**Imię Wojciecha Szlachowskiego - wybitnego reżysera, aktora i autora tekstów piosenek związanego z Białostockim Teatrem Lalek - nosi od soboty sala kameralna tego teatru. Jak podkreśliła podczas uroczystości rodzina, „Wojtek uważał teatr za swój drugi dom i teraz będzie tu do końca świata”.**

Odsłonięcia tabliczki dokonali żona i córka artysty, który odszedł w czerwcu 2025 roku. Był to moment wzruszający zarówno dla nich, jak i dla licznie zgromadzonych ludzi teatru, który przyszedł tego dnia do BTL.

- Dzisiaj w mieście Białystok usłyszeliśmy dwa hejnały. Jeden nasz, miejski, a potem następny - fragment piosenki autorstwa Wojciecha Szlachowskiego i Krzysztofa Dzierny z pięknym



FOT. W. WOITKIEWICZ

**W sobotniej uroczystości wzięły udział żona artysty Małgorzata Szlachowska i córka Ida**

tekstem: „Bądź rozważny, Kochaj teatr” - mówił tuż przed odsłonięciem tabliczki Jacek Malinowski, dyrektor BTL. - Za tydzień o dwunastej w czasie Międzynarodowego Dnia Teatru usłyszemy ten hymn teatralny po raz kolejny. A teraz chcielibyśmy oddać honor, symbolicznie odsłonić tabliczkę, za którą kryje się nazwa naszej sceny kameral-

nej. Od dzisiaj ta scena będzie nosiła imię Wojciecha Szlachowskiego. Od tej pory Wojciech będzie z nami już na stałe. - Jestem niesamowicie wzruszona. To wielkie święto dla naszej rodziny - stwierdziła żona artysty Małgorzata Szlachowska. - Wojtek uważał teatr za swój drugi dom i teraz, całą rodziną jesteśmy szczęśliwi, że

będzie tutaj do końca świata i może jeden dzień dłużej.

Córka reżysera zacytowała fragment jego felietonu: „Nie wyrażam zgody na nazywanie jakiejś ulicy w Białymstoku moim imieniem. Natomiast może to być jakiś plac, rondo lub jakaś większa przestrzeń w Białymstoku. Póki żyję, chcę mieć na tę przestrzeń wpływ”. - Na pewno na tej scenie tata też miał wpływ. Tutaj też była jego sztuka - wspomniała Ida. - Dziękujemy za spełnienie testamentu, testamentu przestrzennego.

Wojciech Szlachowski (1956-2025), na scenie BTL zadebiutował w 1984 r. przedstawieniem „Pan Fajnański”. W latach 1992-2003 był dyrektorem artystycznym BTL. Wykładał też na Wydziale Sztuki Łalkarskiej w białostockiej filii Akademii Teatralnej w Warszawie. Wyreżyserował ponad 70 sztuk teatralnych, z czego blisko połowę w Białostockim Teatrze Lalek.

# Nie będzie rozbudowy poligonu po polskiej stronie

Sejneńszczyzna  
Anna Gryza-Aneszko

**Polska nie weźmie udziału w rozbudowie poligonu wojskowego w Kopciowie, tuż przy granicy z naszym krajem. Wiceminister obrony narodowej Paweł Bejda zapewnia, że krajowe poligony są wystarczające, a rozmowy z Litwą mają na celu zapewnienie bezpieczeństwa mieszkańców regionu.**

Plany rządu litewskiego dotyczące budowy poligonu wojskowego tuż przy granicy z Polską od początku budzą obawy mieszkańców i samorządowców z Sejneńszczyzny. Lokalne samorządy wyraziły swoje obawy w stanowiskach przesłanych do rządu polskiego. Obawy dotyczą niekorzystnego wpływu obiektu na przyrodę, gospodarkę, turystykę i przede wszystkim codzienne życie mieszkańców.

Sprawy nabierają tempa, gdyż w ostatnich dniach rząd Litwy zatwierdził projekt

ustawy dotyczący właśnie budowy poligonu w Kopciowie. Ostateczną decyzję podejmie litewski sejm.

Nasi sąsiedzi od początku powtarzają, że inwestycja na przesmyku suwalskim, w tak newralicznym miejscu na mapie świata, ma wzmocnić wschodnią flankę NATO. Padły też propozycje, by inwestycję rozszerzyć o polską stronę.

– Nie jesteśmy tym zainteresowani. Mamy swoje poligony, które wystarczają nam w tej chwili, jeżeli chodzi o potencjał Sił Zbrojnych. Więc absolutnie nie będziemy w tym uczestniczyli – mówił mediom przebywający w ubiegłym tygodniu w Suwałkach wiceminister obrony narodowej Paweł Bejda.

**Wiceminister Paweł Bejda: Mamy swoje poligony, które wystarczają nam w tej chwili, jeżeli chodzi o potencjał Sił Zbrojnych**

Wiceminister podkreślił także, że Polska uważnie obserwuje sytuację i prowadzi rozmowy z Litwą, aby infrastruktura wojskowa powstała w bezpiecznej odległości od granicy.

– Ministerstwo Obrony Narodowej nie ma wpływu na budowę tego poligonu. To jest integralna część państwa litewskiego i decyzja rządu litewskiego. Oczywiście my z uwagą przyglądamy się, monitorujemy i prosimy też o to, by pas bezpieczeństwa był większy od strony litewskiej do naszej granicy. Toczą się w tej chwili rozmowy, podkreślamy w nich ten niepokój mieszkańców – tłumaczył.

Poligon w Kopciowie ma objąć około 14,4 tys. hektarów. Według założeń litewskiego resortu obrony na poligonie będą odbywać się ćwiczenia i szkolenia wojskowe z udziałem nawet 3,5-4 tys. żołnierzy. Regularnie mają się tam odbywać ćwiczenia na mniejszą skalę.

Nie tylko mieszkańcy Sejneńszczyzny obawiają się poligonu. Mieszkańcy Kopciowa także wyrażają swój sprzeciw wobec tych planów.

## Trzy żubry zginęły po zderzeniu z pociągiem

Powiat hajnowski  
PAP

**Pociąg osobowy relacji Białystok-Warszawa zderzył się w niedzielę rano w okolicach miejscowości Witowo z trzema żubrami stojącymi na torach. Podróżującym pociągiem nic się nie stało, ale zwierzęta nie przeżyły.**

Do zdarzenia pociągu Intercity „Żubr” ze zwierzętami doszło po godzinie 7 w niedzielę w okolicach miejscowości Witowo, położonej między Hajnówką a Czeremchą.

Jak podała podlaska policja, pociągiem podróżowało ok. 50 osób, nikomu nic się nie stało.

– Niestety zwierzęta nie przeżyły – przekazał Konrad Karwacki z podlaskiej policji.

Ruch pociągu został wstrzymany na kilka godzin. PKP Intercity poinformowało w komunikacie na swojej stronie internetowej, że w związku z opóźnieniem pociągu „Żubr” podróżnym umożliwiono honorowanie w pociągu Kolei Mazowieckich.

## Mieszkańcy powiatu monieckiego zyskają nowe linie autobusowe

Powiat moniecki  
Magda Ciasnowska

**Trzy nowe linie autobusowe już wkrótce pojawią się w powiecie monieckim. Dzięki porozumieniu samorządów i PKS Nova mieszkańcy zyskają lepszy dostęp do transportu publicznego.**

Mieszkańcy powiatu monieckiego od kwietnia będą mogli liczyć na lepszą komunikację. W piątek w Mońkach podpisano umowę na uruchomienie trzech nowych linii autobusowych. To efekt współpracy lokalnych samorządów ze spółką PKS Nova.

Projekt obejmuje gminy: Mońki, Knyszyn, Krypno, Jasień, Jasionówkę, Goniądz oraz Trzciannę.

Jak podkreślała Joanna Kitlas, starosta moniecki, rozwiązanie to nie zaspokoi wszystkich potrzeb mieszkańców, jednak stanowi ważny krok w kierunku ich ograniczenia oraz poprawy dostępności transportu. Zaznaczyła, że pla-

nowane są trzy linie komunikacyjne przebiegające przez wszystkie gminy powiatu. Choć nie dotrą one do każdej miejscowości, będą istotnym usprawnieniem dla wielu mieszkańców.

Nowe połączenia mają ruszyć 1 kwietnia i, jak podkreślają samorządowcy, znacząco ułatwią codzienne funkcjonowanie mieszkańców.

Dzięki nim dojazd do pracy, szkół, urzędów czy placówek medycznych, zwłaszcza dla osób mieszkających w mniejszych miejscowościach, powinien stać się łatwiejszy.

Wprowadzenie i obsługa nowych tras autobusowych będzie kosztować ponad 1 mln zł, z czego prawie 500 tys. zł zostanie sfinansowane z Funduszu Przewozów Autobusowych, który wspiera rozwój komunikacji i przeciwdziałanie wykluczeniu transportowemu w regionie.

Wszystkie nowe rozkłady jazdy, trasy oraz mapy można sprawdzić na stronie internetowej: pksnova.pl/powiatmoniecki.

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

0011497103

# ORLEN szuka stażystów i praktykantów. Ruszyła rekrutacja

Program stażowy oraz płatne praktyki w ORLENIE to doskonała okazja dla studentów i absolwentów, by zdobyć pierwsze doświadczenie zawodowe, pracować przy realnych projektach i rozwijać się pod okiem ekspertów. Dla wielu młodych osób to początek zawodowej drogi – szansa na sprawdzenie wiedzy w praktyce i poznanie organizacji „od środka”. Sprawdź, jak wziąć udział w rekrutacji.

## Staż „Kierunek ORLEN”

„Kierunek ORLEN” to sześć miesięcy intensywnego rozwoju i udziału w różnorodnych projektach biznesowych realizowanych w ORLENIE. **O staż mogą ubiegać się studenci ostatnich lat studiów, absolwenci, a także osoby myślące o zmianie ścieżki zawodowej.**

Poszukiwani są kandydaci, którzy potrafią przełożyć wiedzę akademicką na praktykę biznesową i aktywnie szukają nowych rozwiązań. ORLEN oferuje ponad 75 staży w 12 miastach. Możliwości rozwoju zapewniają zarówno struktury firmy, jak i 16 spółek z Grupy ORLEN, m.in.: ORLEN Neptun, ORLEN Aviation, ORLEN Południe, ORLEN EKO, ORLEN Laboratorium, ORLEN Paliwa, ORLEN CUK oraz ORLEN Serwis.

## Płatne wakacyjne praktyki w ORLENIE

„Program Płatnych Praktyk” to trzymiesięczna, wakacyjna propozycja zdobycia doświadczenia w obszarze

produkcji oraz w Centrum Badawczo-Rozwojowym ORLENU w Płocku.

W ramach praktyk uczestnikom powierzone zostaną zadania techniczne w realnych warunkach produkcyjnych. **O możliwość odbycia praktyki mogą starać się studenci ostatnich lat i absolwenci kierunków technicznych lub inżynierskich.**

Warto podkreślić, że zarówno stażyści, jak i praktykanci, będą wspierani przez indywidualnych opiekunów. **Za realizację staży i praktyk studentom oraz absolwentom wypłacane będzie comiesięczne wynagrodzenie.**

## Od stażu i praktyk po kolejne szczeble kariery

– Na co dzień pracuję zmianowo, więc początkowo praktyki, a teraz moja praca na stanowisku Młodsze Operatory Procesów Produkcyjnych, dały mi możliwość połączenia kariery ze studiami dziennymi i to w innym mieście – mówi Wiktor Bruchajzer, który zaczął swoją



przygodę w ORLENIE od Programu Płatnych Praktyk.

– Przez pół roku byłam stażystką w Dziale ds. Technologii i Jakości Gazu w spółce ORLEN Paliwa. Analizowałam jakość gazu LPG – na każdym etapie łańcucha logistycznego. Dziś pracuję w Centrum Modelowania i Analiz Technologicznych w ORLENIE.

Zajmuję się analizami, które pomagają usprawnić pracę instalacji – od strony technologii i biznesu. Staż dał mi też coś bardzo ważnego – przestrzeń do sprawdzenia siebie i świadomego wyboru dalszej drogi – mówi Natalia Wilczyńska, która swoją ścieżkę kariery rozpoczęła od programu stażowego Kierunek ORLEN.

## Dlaczego warto zdecydować się na staż lub praktyki w ORLENIE?

Staż to niepowtarzalna szansa na realizację ciekawych zadań biznesowych, szkolenia merytoryczne oraz te wzmacniające kompetencje miękkie. Niepodważalnym atutem staży w ORLENIE jest dostęp do specjalistycz-

nej wiedzy, zaawansowanych technologii oraz pracy przy innowacyjnych projektach, często niedostępnych w innych firmach.

Kolejnym ważnym aspektem programu „Kierunek ORLEN” jest wspólna integracja w ramach społeczności ambasadorskiej. Staże to najlepsza droga do kontynuacji swojej kariery zawodowej w ORLENIE. Jak pokazują statystyki, **70% stażystów-absolwentów każdego roku podejmuje pracę w ORLENIE i Spółkach Grupy.**

## Jak się zgłosić?

Zainteresowani stażami w ramach Kierunku ORLEN mogą aplikować na kilka wybranych ogłoszeń, wysyłając CV oraz rozwiązanie zadania rekrutacyjnego.

W Programie Płatnych Praktyk wymagane jest wyłączenie CV. Aplikowanie jest bardzo proste, wystarczy wejść na stronę orlen.pl/kariera.

Rekrutacja do obu programów **trwa do 19 kwietnia.**

## KRÓTKO

### WARSZAWA

## Prezydent Nawrocki leci do USA

- Prezydent Karol Nawrocki w przyszłym tygodniu, w piątek, 27 marca, wylatuje do Stanów Zjednoczonych, do Dallas w Teksasie. W sobotę, 28 marca odwiedzi fabrykę myśliwców F-35 - tych samolotów, na których już dzisiaj szkolą się polscy piloci i które niebawem trafią na wyposażenie polskiej armii. Zatem ta współpraca wojskowa będzie jednym z powodów tej wizyty - powiedział w sobotę PAP minister Marcin Przydacz.

Dodał, że prezydent leci do Stanów Zjednoczonych

„na zaproszenie organizacji CPAC (Conservative Political Action Conference - PAP), na konferencję amerykańskich Republikanów, konserwatystów, jako gość specjalny”. - Został pan prezydent nie tylko zaproszony do udziału w konferencji, ale też do wygłoszenia przemówienia - przekazał prezydencki minister.

W niedzielę natomiast zaplanowane jest też spotkanie prezydenta z Polonią i Polakami mieszkającymi w Dallas i okolicach.

### WARSZAWA

## Tragiczny pożar na Ursynowie



FOT. MATERIAŁ PRASOWY POLICJI

Cztery osoby zginęły, a dwie zostały ranne w pożarze, do jakiego doszło w sobotę na warszawskim Ursynowie. Na miejscu lądował helikopter Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Zmarli to najprawdopodobniej pracownicy budowlani, którzy przebywali w nieczynnej od dłuższego czasu strzelnicy.

### MAŁOPOLSKA

## Utrudnienia na zakopiance

Dzisiaj pojawią się kolejne utrudnienia na drodze krajowej nr 7, czyli zakopiance, związane z pracami przy budowie węzła Myślenice. Jak przekazała Anna Bałdyga z krakowskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad (GDDKiA), zamknięta zostanie lewa jezdnia zakopianki prowadząca w kierunku Krakowa. Jezdnia będzie nieczynna

na całym odcinku budowy (ok. 700 m), a pojazdy pojadą jezdnią prawą - po jednym pasie w każdym kierunku. Taka organizacja potrwa do czwartku, 26 marca do godziny 18.

Budowa węzła drogowego w Myślenicach, rozpoczęta wczesną wiosną 2024 roku, jest już na ukończeniu. Inwestycję o wartości prawie 56 mln zł realizuje firma Banimex.

### PODLASKIE

W niedzielę w okolicach miejscowości Witowo, między Hajnowką a Czeremchą pociąg zderzył się z trzema żubrami stojącymi na torach. Jak podała podlaska policja, pociągiem podróżowało ok. 50 osób, nikomu nic się nie stało. - Niestety zwierzęta nie przeżyły - przekazał Konrad Karwacki z zespołu prasowego podlaskiej policji. Trasa kolejowa Warszawa - Białystok była w tym miejscu przez kilka godzin zablokowana.

”

*Oddzielmy nominacje oficerskie od walki politycznej, naprawdę nie ma tu nikt zysku. Skutkiem jest paraliżowanie służby*

Tomasz Siemoniak minister koordynator służb specjalnych

# Prezydent podróżuje na Węgry, premier ostrzega

Dorota Kowalska  
Warszawa

**Karol Nawrocki dziś, w Dzień Przyjaźni Polsko-Węgierskiej, przyjedzie z krótką wizytą do Budapesztu, by udzielić poparcia premierowi Węgier Viktorowi Orbanowi.**

Ten tydzień będzie dla prezydenta tygodniem podróży. W poniedziałek Karol Nawrocki ma pojawić się w Budapeszcie.

Pierwszy poinformował o tym dziennikarz serwisu VSquare Project Szabolcs Panyi. Napisał, że 23 marca, po obchodach Dnia Przyjaźni Polsko-Węgierskiej w Przemysłu z udziałem prezydenta Węgier Tamása Sulyoka, Karol Nawrocki uda się w krótką podróż do Budapesztu. Tam spotka się z premierem Viktor Orbanem. Wizyta ma być oficjalna, a jej celem, jak pisze serwis, będzie wsparcie kampanii wyborczej Orbana oraz zacieśnienie więzi między politykami po tym, jak do skutku nie doszła zaplanowana na 4 grudnia ubiegłego roku podróż polskiego przywódcy na Węgry. Przypomnijmy, że wtedy Nawrocki zrezygnował ze spotkania z powodu wcześniejszej wizyty premiera Orbana w Moskwie.

Portal zwracał uwagę, że moment wizyty na Węgrzech jest niefortunny dla Nawrockiego. 23 marca w Budapeszcie odbywać się będzie „Wielkie Zgromadzenie” prawicowego



FOT. ADAM JANKOWSKI

**Prezydent Karol Nawrocki spotka się w Budapeszcie z premierem Victorem Orbánem**

sojuszu Patriots for Europe, w którym udział zapowiedzieli określili przez serwis jako „prokremlowscy politycy” - Matteo Salvini z Włoch i Marine Le Pen z Francji.

### Tusk ostrzega. Opozycja reaguje

„Udział prezydenta Nawrockiego w budapesztańskim spotkaniu prorosyjskich i eurosceptycznych polityków to fatalny błąd i potwierdzenie groźnej strategii osłabiania Unii Europejskiej i wzmacniania Putina” - napisał w sobotę w serwisie X premier Donald Tusk.

Na odpowiedź opozycji Donald Tusk nie czekał długo.

„Mocne słowa w ustach człowieka, który przez lata robił reset z Rosją i oddał im badanie Katastrofy Smoleńskiej. Antyrosyjskości od Pana Prezydenta mógłbyś się uczyć, człowieku bez poglądów, poza jednym: robić tak, jak wymyślą w Berlinie” - wskazał Mateusz Morawiecki. Zareagował też Marcin Przydacz, szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej.

„Prezydent Nawrocki nie planuje udziału w żadnym tego typu spotkaniu. W poniedziałek odbywają się Dni Przyjaźni Pol-

sko-Węgierskiej, w związku z czym w Przemysłu dojdzie do spotkania prezydentów Polski oraz Węgier. Następnie wieczorem do kontynuacji rozmów pomiędzy prezydentami Nawrockim i Sulyokiem w Budapeszcie oraz do spotkania z premierem Węgier. Usun twitta, a najlepiej konto” - napisał w serwisie X. „Gdyby Donald Tusk nie kłamał, nie byłbym Donaldem Tuskiem” - dodał Przydacz.

### Węgry wybiorą

Moment wizyty Karola Nawrockiego na Węgrzech jest oczywiście szczególnie, i to nie tylko z powodu „Wielkiego Zgromadzenia”. Na 12 kwietnia zaplanowane są na Węgrzech wybory parlamentarne, które budzą coraz większe emocje tak wśród polityków, jak i obywateli. Może dlatego, że Viktor Orban po raz pierwszy od wielu lat może czuć się zagrożony.

Większość ostatnich sondaży pokazuje, że opozycyjna partia TISZA, kierowana przez byłego członka rządu Petera Magyara, utrzymuje przewagę nad rządzącym Fideszem. Itak, według ostatniego badania sondażowni Minerva, na partię TISZA chce głosować 51,3 proc. wyborców zdecydowanych na wzięcie udziału w wyborach. W tej samej grupie badanych rządzący Fidesz popiera 40,1 proc. Próg wyborczy osiąga jeszcze partia Mi Hazánk, na którą chce oddać głos 5,5 proc. badanych. PAP

# Polska 2050 już bez Szymona Hołowni. „Podjęliśmy decyzję, twoje nazwisko jest już tylko twoje”

Tomasz Dereszyński  
Warszawa

**Polska 2050 Szymona Hołowni zmieniła nazwę na Polska 2050 Rzeczypospolitej Polskiej.**

W sobotę w Warszawie odbył się zjazd krajowy oraz kongres Polski 2050. Potwierdziły się zapowiedzi o zmianie nazwy formacji z Polska 2050 Szymona Hołowni na Polska 2050 Rzeczypospolitej Polskiej.

- Podjęliśmy decyzję, twoje nazwisko jest już tylko twoje. Polska 2050 Rzeczypospolitej Polskiej to jest od dzisiaj nazwa naszej partii - powiedziała Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz.

Przewodnicząca Polski 2050 zapowiedziała, że „płaca, praca i mieszkania to jest trójca bezpiecznej codzienności Polski 2050”.

Pełczyńska-Nałęcz w swoim wystąpieniu zaznaczyła, że czas zmienić wiele, choćby to, że „uśmiechnięty establishment

od lat patrzy na Polskę tylko przez pryzmat najlepszych dzielnic, największych polskich metropolii, zupełnie zapominając o reszcie. O zwykłych ludziach: klasie średniej, pracownikach, małych, średnich przedsiębiorcach, młodych, którzy zaczynają samodzielnie życie i próbują o własnych siłach się ustatkować”.

Pełczyńska-Nałęcz przypomniała przy okazji, że dzięki jej partii istnieje rząd koalicyjny. - To dzięki nam, dzięki Trzeciej

Drodze i Polsce 2050, jest ten rząd. Bez nas byłaby trzecia kadencja PiS - powiedziała.

Nie od dziś wiadomo, że relacje polityczki Polski 2050 z premierem Donaldem Tuskiem są „szorstkie”, by zacytować choćby słowo użyte kiedyś przez Leszka Millera.

- Nie zawsze zwycięża Goliat! Czasem zwycięża Dawid! I to Dawid ma rację! Polska 2050 jest Dawidem polskiej polityki - powiedziała szefowa Polski 2050. PAP

# Trump daje ultimatum Iranowi. „Zniszczymy elektrownie”

Robert Szulc  
Waszyngton

**„Stany Zjednoczone zniszczą irańskie elektrownie, jeśli Cieśnina Ormuz nie zostanie całkowicie otwarta w ciągu 48 godzin” – ostrzegł w sobotę wieczorem czasu miejscowego prezydent Donald Trump.**

„Jeśli Iran nie OTWORZY CAŁKOWICIE, BEZ ŻADNYCH GRÓŻB, Cieśniny Ormuz w ciągu 48 GODZIN od dokładnie tej chwili, Stany Zjednoczone Ameryki zniszczą jego różne ELEKTROWNIE, ZACZYNAJĄC OD NAJWIĘKSZEJ!” – napisał Donald Trump na swoim portalu Truth Social. Z jego wpisu wynika, że jego czas ultimatum upłynie tuż przed 1 w nocy czasu polskiego z poniedziałku na wtorek.

W odpowiedzi na wpis Trumpa irańskie władze zapowiedziały, że jeśli USA spełnią groźby, Iran odpowie atakami na wszelkie obiekty infrastruktury energetycznej, informatycznej i odsalarki należące do USA i Izraela w regionie.

Amerykański prezydent wielokrotnie wcześniej groził zniszczeniem irańskich elektrowni – w tym elektrowni jądrowej – twierdząc, że w ten sposób w ciągu godziny mógłby spowodować takie zniszczenia, że kraj nie byłby się w stanie z tego podnieść. Trump podkreślał jednak wówczas, że jest „miły” i tego nie robi.



Oświadczenie Trumpa pojawiło się w sobotę wieczorem na platformie Truth Social. Ultimatum upływa tuż przed 1 w nocy czasu polskiego z poniedziałku na wtorek

– Mógłbym to zrobić w ciągu najbliższej godziny. Czytaliście o likwidacji elektrowni jądrowych lub elektrowni, które wytwarzają prąd, które wytwarzają wodę. Wszędzie są odsalarki – mówił w wywiadzie w ubiegłym tygodniu w radiu Fox News.

Jest to kolejny zwrot prezydenta w sprawie Cieśniny Ormuz. Jeszcze w piątek sugerował, że jest bardzo bliski osiągnięcia wszystkich swoich celów w Iranie, zapowiadając, że USA nie potrzebują cieśniny i odpowiedzialność za nią odda w ręce państw, które korzystają z ropy naftowej eksportowanej przez

nią. Wcześniej podkreślał, że państwa NATO mogłyby z łatwością odblokować ruch przez cieśninę i że byłby to „bardzo prosty manewr” obciążony bardzo niewielkim ryzykiem.

Największą elektrownią w Iranie jest elektrownia gazowa w Demawendzie pod Te-

**Trump wielokrotnie wcześniej groził zniszczeniem irańskich elektrowni, w tym elektrowni jądrowej**

heranem, mająca moc około 2,8 tys. MW. Do największych zakładów należą również elektrownie wodne w prowincji Chuzestan. W Iranie działa też jedna elektrownia jądrowa, w Buszehrze, o mocy 1000 MW.

Iran blokuje ruch przez kluczową dla transportu ropy naftowej cieśninę w odpowiedzi na atak USA i Izraela na to państwo, 28 lutego. Irańskie siły wielokrotnie atakowały tankowce, choć przepuszczały niektóre statki, m.in. powiązane z Chinami i Indiami, czy też własne tankowce. Doniesienia mediów mówiły też o rozmieszczaniu tam min. PAP

## USA ostrzegają: Kuba ma zakaz przyjmowania rosyjskiej ropy

Kazimierz Sikorski  
Waszyngton

**Departament Skarbu USA dał do zrozumienia, że Kuba nie ma prawa przyjmować rosyjskiej ropy. Ostrzeżenie pojawiło się w momencie, gdy dwa tankowce z rosyjską ropą i gazem zmierzają do Hawany.**

Karaibską wyspę od miesięcy zmagają się z kryzysem energetycznym w związku z amerykańskimi sankcjami. Departament Skarbu USA podał, że Kuba nie otrzyma pozwolenia na dostawy rosyjskiej ropy naftowej, mimo że wyspa, zmagająca się z niedoborem paliwa, wydaje się gotowa na przyjęcie dwóch tankowców z ropą i gazem. USA wyjątkowo zezwoliły kilka dni temu na zakup rosyjskiej ropy uwię-

zionej na morzu, pozwolenie jednak szybko cofnięto.

Kuba nękana jest przerwami w dostawach prądu i pogłębiającym się kryzysem gospodarczym w wyniku blokady ropy przez USA. Rządzona przez komunistów stoi przed największym wyzwaniem od dekad. Donald Trump powiedział, że uważa, iż będzie miał „zaszczyt” zając Kubę w jakiejś formie.

Rosja, będąca od dziesięcioleci sojusznikiem Kuby, skrytykowała blokadę paliwową USA i obiecała zapewnić temu krajowi „niezbędne wsparcie, w tym pomoc finansową”.

Wiceminister spraw zagranicznych Kuby Carlos Fernandez de Cossio powiedział, że „system polityczny Kuby nie podlega negocjacji ze Stanami Zjednoczonymi”.



Tankowiec „Sea Horse” uważany za część „floty cieni”, które transportują rosyjską ropę i gaz

## Irańskie ataki na Izrael i odwetowe uderzenie Tel Awiwu na Teheran. Jest wielu rannych

Anna Nagel  
Bliski Wschód

**Siły Obronne Izraela (IDF) poinformowały w niedzielę nad ranem o rozpoczęciu fali uderzeń lotniczych na cele infrastrukturalne irańskiego reżimu w Teheranie.**

Operacja jest militarną odpowiedzią na wcześniejsze ataki rakietowe Iranu na południe Izraela. W jednym z nich rannych zostało blisko 90 osób.

Armia „obecnie przeprowadza uderzenia w terrorystyczny reżim irański w samym sercu Teheranu” – napisano w komunikacie wydanym przez irańskie dowództwo na Telegramie.

Niedzielną operację odwetową nastąpiła niespełna dobę po uderzeniu irańskiego pocisku balistycznego w miasto Arad na południu Izraela.



Irańskie pociski spadły na izraelskie przedszkole

**Zawiodła obrona przeciwrakietowa**

Co najmniej 65 osób zostało rannych, w tym siedem ciężko, w wyniku uderzenia irańskiego pocisku balistycznego w miasto Arad na południu Izraela – poinformowała w no-

cy z soboty na niedzielę Czerwona Gwiazda Dawida.

Według izraelskiej straży pożarnej pocisk uderzył w centrum miasta, między budynkami mieszkalnymi. Służby podały, że w miejscu uderzenia doszło do rozległych zniszczeń.

Z powodu napływu rannych szpital w Aradzie ogłosił stan wyjątkowy po ataku – przekazało izraelskie pogotowie.

Izraelskie siły powietrzne wszczęły już dochodzenie w sprawie nieudanego przechwycenia pocisku balistycznego, który uderzył w Aradzie – poinformował portal Times of Israel.

Według wstępnych ustaleń pocisk miał przenosić konwencjonalną głowicę z setkami kilogramów materiałów wybuchowych.

**Uderzenie w Dimonę**

Dochodzenie w sprawie okoliczności uderzenia prowadzi także odpowiedzialne za ochronę ludności cywilnej dowództwo frontu wewnętrznego. Zarówno siły powietrzne, jak i to dowództwo badają również wcześniejsze uderzenie w pobliskiej Dimonie, gdzie ranne zostały 54 osoby.

W Dimonie znajdują się izraelski reaktor jądrowy oraz główny ośrodek badań nuklearnych. Miasto uznawane jest za centrum izraelskiego programu nuklearnego, którego istnienia Izrael oficjalnie ani nie potwierdza, ani nie zaprzecza.

Wcześniej w sobotę izraelskie ministerstwo zdrowia podało, że od początku wojny do szpitali trafiło około 4300 rannych. PAP

## Lawina we Włoszech. Nie wszyscy zdążyli uciec

Kazimierz Sikorski  
Włochy

**Ogromna lawina porwała co najmniej dziesięciu narciarzy w Val Ridanna w Południowym Tyrolu we Włoszech. Dwie osoby nie żyją, trzy są ranne.**

Do tragicznego zdarzenia doszło w Val Ridanna (znanej również jako Ridnauntal) w Południowym Tyrolu.

W momencie zejścia lawiny narciarze znajdowali się na wysokości 2300 metrów. Akcja ratunkowa była prowadzona z udziałem pięciu śmigłowców i kilku zespołów ratownictwa alpejskiego.

Centrum operacyjne w Innsbrucku włączyło się do akcji i przygotowało miejsca na oddziałach intensywnej terapii dla poszkodowanych w szpi-

tach w Merano, Bolzano i Bresanone.

Według Rai News lawina została zgłoszona na „Hohe Ferse” – grzbiecie między doliną Ridanna a doliną Racines. W momencie zejścia lawiny na górę miało znajdować się 25 osób; większość z nich została już odnaleziona.

**Narciarze mieli sprzęt do identyfikacji**

Wszyscy narciarze biorący udział w zdarzeniu byli wyposażeni w Artvę – urządzenie, które pomaga ratownikom odnaleźć zaginionych na śniegu. Jak dotąd nie ma informacji o pozostałych narciarzach, których prawdopodobnie jest pięciu.

Austriacki śmigłowiec ratunkowy przewiózł jednego z rannych do szpitala w Innsbrucku. Do pomocy wezwano również 80 ratowników.

# Recht słyhać coraz rzadziej. Cisi strażnicy świata znikają

Justyna Piasecka-Gabryel

**Są mniejsze od paznokcia, przezroczyste jak szkło albo ważą kilka kilogramów. Ale dziś najbardziej niezwykle w żabach nie jest to, jak wyglądają, lecz jak szybko znikają. Płazy należą do najbardziej zagrożonych zwierząt na świecie. Stare Zoo w Poznaniu próbuje je ratować.**

Żaba wielkości paznokcia, żaba cięższa niż niejeden noworodek i taka, która potrafi niemal zniknąć na zielonym liściu. W świecie płazów natura najwyraźniej pozwoliła sobie na wyjątkowo śmiałą fantazję. Najmniejsza znana żaba świata, *Paedophryne amauensis* z Papui-Nowej Gwinei, mierzy średnio zaledwie 7,7 milimetra - mniej więcej tyle, ile mała mucha. Na drugim biegunie znajduje się afrykańska żaba goliat (*Conraua goliath*), która dorasta do około 32 centymetrów długości i może ważyć ponad 3 kilogramy. Są też żaby szybujące między drzewami, wykorzystujące błony pławne jak miniaturowe lotnie, oraz żaby szklane, tak przejrzyste, że od spodu można dostrzec ich narządy wewnętrzne.

Brzmi to jak materiał na atlas osobliwości, ale prawda o żabach jest dziś znacznie mniej baśniowa niż ich wygląd. Bo te niepozorne zwierzęta są jednocześnie jednymi z najbardziej niezwykłych i jednymi z najbardziej zagrożonych mieszkańców naszej planety. Światowy Dzień Żaby, przypadający 20 marca, to dobry moment, by przypomnieć o sprawie bardzo poważnej: płazy znikają w alarmującym tempie.

## Znikający świat żab

Naukowcy nie mają wątpliwości: płazy są dziś najbardziej zagrożoną grupą kręgowców na świecie. Według najnowszej globalnej oceny płazów opublikowanej w „Nature” wynika, że 40,7 proc. gatunków płazów jest zagrożonych wyginięciem. To więcej niż w przypadku ptaków, ssaków czy gadów.

A przecież żaby nie są tylko biologiczną osobliwością ani bohaterkami egzotycznych atlasów. W świecie przyrody pełnią rolę czułych wskaźników zmian - szybko reagują na skażenie środowiska, osuszanie mokradeł, wzrost temperatury i zanik bezpiecznych siedlisk. Żyją na styku wody i lądu, mają cienką, przepusz-

czalną skórę, dlatego wyjątkowo szybko pokazują, że z otoczeniem dzieje się coś niepokojącego. Gdy żaby znikają, zwykle nie jest to przypadek, lecz znak, że cały ekosystem zaczyna tracić równowagę.

To właśnie dlatego ich historia nie rozgrywa się wyłącznie w odległych lasach tropikalnych. To także opowieść bardzo bliska - o wysychających stawach, przecinających krajobraz drogach, betonowaniu miast, zaniku mokradeł i coraz cichszych wiosennych wieczorach. Bo gdy milknie rechot, milknie coś więcej niż tylko dźwięk znany z dzieciństwa.

- W tej chwili 41 procent płazów jest krytycznie zagrożonych. Winny jest przede wszystkim człowiek i jego działanie. Odbierane są siedliska, niszczone, a do tego dochodzą postępujące zmiany klimatyczne - mówi Agnieszka Świeczkiewicz ze Starego Zoo w Poznaniu, zajmująca się płazami.

To człowiek najczęściej uruchamia cały łańcuch zagrożeń. Dla płazów zagrożeniem jest niemal każda ingerencja, która odbiera im naturalne siedliska i przerywa szlaki migracji - zasypanie oczek wodnych,

osuszanie podmokłych terenów, zabudowa, ruch samochodowy i wycinka. W wielu miejscach świata wystarczy zniszczyć niewielki fragment siedliska, by gatunek znalazł się na granicy przetrwania. Niektóre gatunki żab występują na bardzo małych obszarach - są związane z jednym typem lasu, niewielkim fragmentem wilgotnego siedliska, a czasem nawet z pojedynczym drzewem. Kiedy takie miejsce znika, nie mają dokąd się przenieść.

- To są pierwsze zwierzęta, które nas informują, że w naturze dzieje się coś niedobrego. Jeżeli gdzieś zaczyna się diametralnie zmniejszać ich populacja, to znaczy, że dzieje się coś złego - podkreśla Agnieszka.

## Ratunek ze Starego Zoo

Ta historia ma również bardzo konkretny, poznański adres. Stare Zoo nawiązuje dziś do swojej herpetologicznej tradycji i rozwija miejsce, które ma znaczenie nie tyle ekspozycyjne, co ochronne. Zaplecze zostało przekształcone w specjalistyczne laboratorium dla drzewołazów - płazów z Ameryki Środkowej i Południowej, które w naturze żyją w lasach

deszczowych i wymagają bardzo precyzyjnie odtworzonych warunków.

- Stare Zoo nawiązuje do historii, bo jest bardzo ważnym elementem herpetologicznym. Rozmnażaliśmy wiele gatunków płazów, które trafiały do ogrodów zoologicznych w całej Polsce i do krajów Europy. Nawiązujemy do tego - mówi Agnieszka.

Laboratorium nie jest zwykłym zapleczem technicznym. To miejsce, w którym trzeba odtworzyć odpowiednią temperaturę, wilgotność, rytm dnia i nocy, a nawet warunki świetlne potrzebne do pobudzania zwierząt do rozrodu.

- To są gatunki z Ameryki Południowej i Środkowej, zamieszkujące lasy deszczowe. Mamy tu urządzenia sterujące temperaturą, wilgotnością, długością światła. To wszystko jest bardzo ważne - wyjaśnia opiekunka.

Sens takiej hodowli jest bardzo konkretny. Chodzi o utrzymanie zdrowych populacji zwierząt objętych programami ochronnymi, rozwijanie rozrodu i ograniczanie presji na dzikie populacje. Tam, gdzie istnieje możliwość legalnej hodowli i wymiany między ogro-

dami zoologicznymi, tam maleje ryzyko odławiania płazów z natury.

- Takie działanie ma na celu także ograniczenie kłusownictwa, pozyskiwania płazów z natury, a jednocześnie utrzymanie ginących gatunków. Mamy 27 grup hodowlanych przygotowanych dla płazów objętych programami hodowlanymi - mówi Agnieszka Świeczkiewicz.

Co ważne, nie są to działania, których efekty będzie można ocenić dopiero za kilka lat. Pierwsze rezultaty już widać.

- Już są efekty. W pomieszczeniu jest pełno pojemników z kijankami, są już małe żabki. Bardzo im się spodobało. „Śpiją”, czyli są zadowolone - opowiada z uśmiechem.

W dalszej perspektywie oznacza to możliwość przekazywania zwierząt do innych ogrodów zoologicznych i wzmacniania programów hodowlanych, które mają zabezpieczać najbardziej zagrożone gatunki. Tam, gdzie liczebność spada do poziomu granicznego, każda stabilna grupa hodowlana może mieć znaczenie.

## Na trasie migracji

Ale problem płazów nie zaczyna się i nie kończy na tropi-

kach. Dotyczy także polskich miast. Temat migracji płazów do miejsc rozrodu powraca każdej wiosny. To właśnie wtedy zwierzęta przemieszczają się trasami, które od lat mają „zapisane”, a u celu okazuje się, że nie ma już dla nich warunków.

- One migrują, bo mają zadowolony kierunek. Idą tam, gdzie od zawsze były ich miejsca. Problem zaczyna się wtedy, gdy nagle okazuje się, że już ich nie ma - bo jest droga, osuszone tereny albo zabudowa - wyjaśnia opiekunka płazów w Starym Zoo w Poznaniu.

Dlatego pomoc płazom nie zawsze wymaga spektakularnych inwestycji. Czasem decydują o niej sezonowe zabezpieczenia przy drogach, przenoszenie zwierząt przez wolontariuszy, pozostawienie fragmentu dzikiej zieleni albo ochrona małych zbiorników wodnych. Właśnie z takich działań składa się realna ochrona przyrody w mieście. Równocześnie Agnieszka zwraca uwagę na problem, o którym rzadziej się mówi - ludzką fascynację egzotyką. Niektóre płazy są odławiane po to, by trafić do prywatnych hodowli, inne stają się atrakcją dla turystów albo elementem handlu. W skrajnych przypadkach prowadzi to do gwałtownego spadku liczebności całych populacji.

- Najgorsze jest to, że człowiek ciągle sięga po więcej. Zabiera siedliska, a potem jeszcze chce mieć takie zwierzę w domu albo traktuje je jak atrakcję - mówi.

A co by było, gdyby płazów zabrakło? Skutki nie ograniczyłyby się do cisy nad stawami. Zniknięcie tych zwierząt szybko odbiłoby się na całych ekosystemach, bo płazy współtworzą delikatną sieć zależności między wodą, lądem i innymi zwierzętami. Ich brak oznaczałby kolejny ubytek w świecie, który i tak coraz szybciej traci różnorodność.

- Jeśli płazów nie będzie, to czeka nas coś nieprzyjemnego. Są bardzo potrzebne, żeby utrzymać równowagę - podkreśla Agnieszka Świeczkiewicz.

I może właśnie dlatego warto w tym roku spojrzeć na żabę inaczej. Nie jak na błahy symbol wiosny ani bohaterkę dziecięcych wierszyków, lecz jak na czuły wskaźnik tego, co dzieje się z przyrodą. Bo kiedy cichnie wiosenny rechot, przyroda nie milczy. Ona ostrzega.



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

# *Czas* **Z RODZINĄ**

Poniedziałek, 23.03.2026

*Majka Jeżowska*  
- specjalistka  
od piosenek dla dzieci

Występy w „Tańcu z gwiazdami” i jurorowanie w „The Voice Senior” sprawiły, że zyskała miano „seksownej babci”



FOT. ALEKSY WITWICKI | POLSKA PRESS

ZDROWIE • STR. 12-13

*Z padaczką* można żyć  
i realizować swoje plany  
zawodowe i osobiste

PORADY • STR. 11

*Jak przedłużyć życie*  
ciętym kwiatom? Jest  
prosta metoda

ROŚLINY • STR. 14

*Sasanki* piękna ozdoba  
wiosennych rabat  
i skalniaków

## ► LUDZIE

W 1979 roku pojawiła się w Opolu z piosenką „**Nutka w nutkę**” i dostała wyróżnienie. Udany debiut sprawił, że sypnęła przebojami jak z rękawa: „Od rana mam dobry humor”, czy „Najpiękniejsza w klasie”. Dobrą passę przerwało wprowadzenie stanu wojennego

## PORTRET

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



Występy w „Tańcu z gwiazdami” i jurorowanie w „The Voice Senior” sprawiły, że zyskała miano „seksownej babci”. Na pewno pomogła jej w tym również medycyna estetyczna. W efekcie ma w mediach swoje kolejne pięć minut.

**Córka zamiast syna**

**1.** Rodzina państwa Jeżowskich mieszkała w dużym domu w centrum Nowego Sącza. Tata był dentystą i miał własny gabinet, więc choć za oknami widniał szary PRL, jego dwóm córkom nigdy nic nie brakowało. Majka nie była planowanym dzieckiem, a kiedy okazało się, że ma przyjść na świat, rodzice mieli nadzieję, że to będzie chłopiec. Stało się jednak inaczej.

Dziewczynka okazała się rezolutnym dzieckiem. Ponieważ miała wrażenie, że rodzice traktują ją gorzej niż starszą siostrę, starała się za wszelką cenę zwrócić ich uwagę na siebie. Dlatego też pewnego razu postanowiła uciec z domu. Wprowadziła ten plan w życie podczas wczasów w Bułgarii. Poszła pieszo w góry, ale spanikowany tata szybko ją znalazł całą i zdrową.

**Pracowite dzieciństwo**

**2.** Ponieważ często łapała przeziębienia, rodzice jeździli z nią do Rabki na inhalacje. Pewnego razu przechodzili przez park, gdzie właśnie skończył się jakiś występ w muszli koncertowej. Majka wbiegła na scenę i zaśpiewała do włączanego mikrofonu wymyśloną na poczekaniu własną piosenkę o tym, że szaleje grypa i trzeba zażywać witaminy. Miała wtedy trzy lata.

Zachwyceni rodzice zapisali ją do szkoły muzycznej. Od czwartego roku życia uczyła się więc grać na fortepianie, flecie i skrzypcach. Do tego należała do dziecięcego teatrzyku, recytowała wiersze na akademiach szkolnych i rysowała projekty sukienek. W podstawówce trafiła do młodzieżowego zespołu w domu kultury, z którym występowała podczas bigbitowych mszy w lokalnym kościele.

**Przebojowa debiutantka**

**3.** Choć starsza siostra poszła w ślady taty i została stomatologiem, Majka postanowiła się wyłamać i po maturze zdała do Akademii Muzycznej w Katowicach, gdzie szlifowała wokół pod okiem Krystyny Prońko. Szybko została jej ulubienicą i była stałym gościem u swojej mentorki w stolicy. Dzięki temu poznała ludzi z branży. W 1979 roku pojawiła się w Opolu z piosenką „Nutka w nutkę” i dostała wyróżnienie.

Udany debiut sprawił, że sypnęła przebojami jak z rękawa: „Od rana mam dobry humor”, „Najpiękniejsza w klasie” czy „Reggae o pierwszych wynalazcach”. Dobrą passę przerwało wprowadzenie stanu wojennego. A że akurat Majka dostała propozycję występów w polonijnych klubach w Chicago, spakowała manatki i poleciała za ocean. Miała tam zostać kilka tygodni, a w sumie mieszkała za oceanem aż dwanaście lat.

**W amerykańskim stylu**

**4.** Kiedy PRL chylił się ku upadkowi, piosenkarka zaczęła regularnie odwiedzać Polskę z koncertami. Aby wynagrodzić małemu synkowi swoją nieobecność, postanowiła nagrać dla niego piosenkę. Śpiewając „A ja wolę moją mamę”, zaprezentowała amerykański image: kolorowe włosy i sterzącą wysoko spódnicę z tiulu. Mali słuchacze pokochali ekscentryczną wokalistkę i Majka na długie lata została

Kiedy w 1994 roku wróciła na dobre do Polski, postanowiła wykorzystać zdobyte za oceanem doświadczenia i związała się z Piknikiem Country w Mrągowie



**Zdała do Akademii Muzycznej w Katowicach, gdzie szlifowała wokół pod okiem Krystyny Prońko. Szybko została jej ulubienicą i była stałym gościem u swojej mentorki w stolicy. Dzięki temu poznała ludzi z branży. W 1979 roku pojawiła się w Opolu z piosenką „Nutka w nutkę” i dostała wyróżnienie**



specjalistką od piosenek dla dzieci.

Kiedy w 1994 roku wróciła na dobre do Polski, postanowiła wykorzystać zdobyte za oceanem doświadczenia i związała się z Piknikiem Country w Mrągowie. Nie tylko występowała tam regularnie, ale nawet prowadziła koncerty. Kolejną muzyczną rewolucję przeżyła dopiero przed pandemią, kiedy to zaczęła wykonywać swoje piosenki na rockową nutę. Dzięki temu pojawiła się w 2019 roku na festiwalu Pol'and'Rock, wywołując entuzjazm młodej widowni.

**Miłosne perturbacje**

**5.** Pierwszego męża Majka odziedziczyła po swojej mentorce – Krystynie Prońko. Janusz Koman dał jej syna Wojtkę, ale okazał się damskim bokserem. Pobicie przez muzyka przyczyniło się do decyzji wokalistki o wyjeździe do USA. Zostawiła więc syna pod opieką rodziców i zabrała go do siebie dopiero gdy stanęła w Chicago na nogi. Pomógł jej w tym drugi mąż – gitarzysta Tom Logan.

Było to małżeństwo z rozsądku, które skończyło się, gdy Majka poznała na statku „Stefan Batory” Dariusza Staśkiewicza. Rzuciła dla niego Logana i wróciła do kraju. Staśkiewicz został jej menedżerem i dzięki temu zrobił karierę w polskim show-biznesie. Kiedy Majka zaczęła sugerować ślub, zaczął się wymigiwać i w końcu relacja rozpadła się po dwudziestu latach. Dziś wokalistka twierdzi, że jest szczęśliwą singielką.

BI/FOT. SYLVIA DĄBROWA

MAJKA JEŻOWSKA

## ► PORADNIK

Jak przywrócić czystość białym podeszwom, czym usunąć etykiety ze słoików i butelek, co przedłuży życie ciętym kwiatom oraz jak prać, żeby pralka służyła długo, a pranie pachniało świeżością – o tym piszemy w dzisiejszym miniporadniku

## PO(4)RADY

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

**Czyszczenie****Białe podeszwy.  
Jak przywrócić im czystość?**

Aby skutecznie wyczyścić białe podeszwy butów, możesz użyć zarówno profesjonalnych środków czyszczących, jak i domowych metod, takich jak pasta do zębów czy roztwór z sody oczyszczonej.

Domowe metody czyszczenia:

- 1. Pasta do zębów.** Nałóż niewielką ilość białej pasty do zębów na szczoteczkę do zębów i delikatnie szczotkuj zabrudzone miejsca na podeszwach. Następnie przetrzyj wilgotną ściereczką, aby usunąć resztki pasty.
- 2. Soda oczyszczona i ocet.** Wymieszaj 2 łyżki sody oczyszczonej z kilkoma kroplami octu, aby uzyskać pastę. Nałóż ją na zabrudzone miejsca, pozostaw na około 20 minut, a następnie spłucz wodą.
- 3. Płyn do mycia naczyń.** Przygotuj roztwór wody z płynem do mycia naczyń. Namocz szczoteczkę w roztworze i delikatnie szczotkuj zabrudzone podeszwy.
- 4. Mleczko czyszczące.** Możesz użyć mleczka do czyszczenia powierzchni kuchennych i łazienkowych. Nałóż niewielką ilość na szmatkę i przetrzyj zabrudzone miejsca.

Zawsze testuj nowy środek czyszczący na niewidocznej części podeszwy, aby upewnić się, że nie spowoduje odbarwienia.

## 01.

**Mycie****Jak usunąć etykiety ze słoików i butelek**

„Uparte” etykiety na słoikach często zostają nawet po myciu w zmywarce. Na dodatek często kawałki oblepiają naczynia, które stoją obok. Jak się ich pozbyć?

Trzeba napełnić zlew albo miskę ciepłą wodą z płynem do mycia naczyń i zostawić na około 30 minut. Po tym czasie spróbujemy zdjąć etykietę ręką – jeśli jeszcze się trzyma, można wykorzystać np. plasikową albo drewnianą szpatułkę, by ją zdrapać.

Innym środkiem, który nam pomoże, jest ocet. Wystarczy namoczyć wacik w occie i przyłożyć do naklejki. Po kilku minutach klej powinien się rozpuścić i będzie można usunąć naklejkę.

Również olej roślinny pomaga rozpuścić klej. Wystarczy nałożyć go na naklejkę i zostawić na kilkanaście minut, a potem spróbować zdjąć etykietę.

Można też wymieszać sodę oczyszczoną z wodą, aby uzyskać pastę, nałożyć ją na pozostałości kleju i po kilku minutach zetrzeć gąbką. Soda ma właściwości ściernie, które pomogą usunąć trudne resztki.

## 02.



## 03.

**Rośliny****Tabletka do protez przedłuży kwiatom życie**

Jak wydłużyć trwałość kwiatów ciętych? Co zrobić, aby kwiaty w wazonie stały dłużej? Floryści wymieniają kilka sposobów. Dziś napiszemy o jednym z nich. Ten trik za kilka złotych sprawi, że rośliny długo będą świeże – wystarczy to dodać przy każdej zmianie wody w kwiatkach, a mówimy o... tabletkach do protez zębowych.

Tabletka do protez nie tylko wydłuża żywotność ciętych kwiatów, ale także pomaga w utrzymaniu czystości wazonów, przywracając im blask.

Tabletki do protez zawierają wiele składników, jakie znajdują się też w powszechnie stosowanych domowych środkach czyszczących, takich jak wybielacz na bazie nadtlenku, utleniacze, sól i wodorowęglan sodu. Składniki sterylizujące zawarte w tabletkach do protez są łagodnymi wybielaczami – podobne do tych, które można znaleźć w konwencjonalnych odżywkach do kwiatów.

Floryści przypominają jednocześnie, że stosowanie tabletek do protez nie zastąpi podstawowych zasad pielęgnacji kwiatów ciętych, takich jak przycinanie łodyg, używanie czystego wazonu i wymiana wody przynajmniej co drugi dzień.

**Pranie****Proste czynności, by pralka służyła dłużej, a pranie pachniało**

Korzystanie z pralki wydaje się być całkiem proste, jednak wiele osób popełnia błędy, przez które pralka nie dopiera rzeczy i brzydko pachnie. W ten sposób można zniszczyć ubrania, a nawet samą pralkę.

Pozostawianie mokrych ubrań w pralce to poważny błąd! Mokre rzeczy należy jak najszybciej rozwiesić, maksymalnie po 30 minutach od zakończenia prania. Jak wyjaśniają eksperci, po 30 minutach zaczynają namnażać się groźne bakterie, a nawet pleśń. Ważnym sygnałem ostrzegawczym jest nieprzyjemny, ostry zapach wydobywający się z bębna. W takiej sytuacji konieczne jest ponowne pranie, ale również gruntowne czyszczenie pralki. W pralce bardzo szybko namnażają się pleśń i grzyby, a z bębna zaczyna wydobywać się nieprzyjemny zapach. Wszystkie nieczystości z pralki mogą przejść na ubrania, dlatego ważne jest regularne czyszczenie pralki. Wystarczy wlać 200-500 ml octu do dozownika lub bębna pustej pralki, uruchomić dowolny program z wysoką temperaturą i włączyć pralkę. Po zakończeniu otworzyć i dobrze przewietrzyć. Zamiast octu można użyć 7-8 łyżek kwasu cytrynowego.

Regularnie należy również czyścić szufladkę na detergenty, filtr oraz uszczelki.

Trzeba też pamiętać, że po praniu w pralce zostaje wilgoć, która powinna odparować. W przeciwnym wypadku w pralce gromadzi się pleśń i bakterie, które powodują, że pranie nieprzyjemnie pachnie.

## 04.

## ► ZDROWIE

– Padaczka wciąż budzi lęk i bywa źle rozumiana, choć współczesna neurologia oferuje skuteczne metody leczenia  
– mówi **dr n. med. Beata Świątkowska-Flis**, kierownik Centrum Profilaktyki i Leczenia Udarów Mózgu w szpitalu w Częstochowie

# MEDYCYNĄ OBRAZOWĄ

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



# C

## Czym jest padaczka i dlaczego – mimo postępu medycyny – wciąż bywa chorobą niezrozumianą i stygmatyzującą?

Padaczka jest przewlekłym schorzeniem neurologicznym, które charakteryzuje się występowaniem napadów padaczkowych. Napady te są wynikiem zaburzeń czynności bioelektrycznej mózgu. Kiedy mówimy o padaczce jako chorobie stygmatyzującej, mam wrażenie, że w dużej mierze wynika to właśnie z jej niezrozumienia. Może to mieć związek z faktem, że same napady padaczkowe często mają bardzo dramatyczny przebieg. Dla osoby postronnej jest to obraz człowieka, który nagle traci przytomność, upada na ziemię, ma drgawki, pojawia się ślinotok, czasem dochodzi do bezwiednego oddania moczu. Są to objawy, które mogą być przerażające dla świadków takiego zdarzenia. Stygmatyzacja może wynikać również z utrwalonych w społeczeństwie mitów – przekonania, że padaczka jest chorobą zakaźną albo chorobą psychiczną. Myślę, że u podłoża tego zjawiska leży przede wszystkim lęk: zarówno przed samym przebiegiem napadu, jak i przed bezradnością, którą odczuwamy, gdy nie wiemy, jak pomóc i jak zachować się w sytuacji, gdy zostajemy sam na sam z osobą chorą.

**Padaczka to niejednorodna choroba. Jakie są jej najczęstsze postacie i z czego wynikają różnice w przebiegu?**

Zdecydowanie padaczka jest chorobą o wielu twarzach. W istocie nie jest to jedna choroba, lecz zespół różnych objawów chorobowych. Różnorodność ta wynika zarówno z przyczyny leżącej u podłoża padaczki, jak i z samej symptomatologii napadów. W klasycznych podręcznikach neurologii wyróżnia się przede wszystkim padaczkę uogólnioną, związaną z wyładowaniami obejmującymi obie półkule mózgu, oraz padaczkę ogniskową, w której nieprawidłowa czynność bioelektryczna dotyczy określonego obszaru mózgu. Napady uogólnione to te, które najczęściej kojarzymy z „klasycznym” atakiem padaczkowym – dużymi napadami drgawkowymi z utratą przytomności. Obejmują one jednak także inne postacie, takie jak napady atoniczne, czyli nagłą wiotkość całego ciała prowadzącą do upadków, napady nieświadomości objawiające się kilkusekundowym „wyłączeniem” i zniechęceniem, a także napady miokloniczne związane z nagłymi, krótkotrwałymi zrywanymi mięśniowymi. Padaczki ogniskowe dzielimy natomiast na napady proste i złożone. W napadach prostych pacjent nie traci przytomności, a objawy mogą przyjmować postać subiektywnych doznań, takich jak drętwienie czy mrowienie. Bardzo charakterystyczne są napady ogniskowe złożone, które mogą manifestować się występowaniem tzw. automatyzmów – mlaskania, mrugania powiekami, wykonywania powtarzalnych ruchów, a czasem nawet bezwiednego chodzenia po pomieszczeniu. Warto podkreślić, że każdy napad ogniskowy może w pewnym momencie ulec wtórnemu uogólnieniu.

## Jakie objawy – poza klasycznymi napadami – mogą sugerować padaczkę i być często przeoczone?

Niestety, istnieją takie rodzaje napadów padaczkowych, które zupełnie nie kojarzą się z tą chorobą. Stanowi to trudność nie tylko dla samych pacjentów, którzy często

nie potrafią precyzyjnie opisać tego, co się z nimi dzieje, ale również – niestety – czasami dla lekarzy. Najmniej problematyczne diagnostycznie są napady przebiegające z utratą przytomności i drgawkami, ponieważ są one powszechnie postrzegane jako typowy obraz padaczki. Znacznie większym wyzwaniem są natomiast napady atoniczne, które bardzo często bywają mylone z omdleniami. Szczególną trudność diagnostyczną stanowią także padaczki skroniowe. Bogactwo i różnorodność ich objawów bywają tak duże i tak zwodnicze, że zupełnie nie sugeruje napadu padaczkowego. Zdarza się, że dorosłe dzieci przyprowadzają swoich rodziców do lekarza, mówiąc, że mama lub tata „dziwnie się zachowują”, że zmieniło się ich funkcjonowanie czy osobowość. Obraz ten może bardziej sugerować chorobę psychiczną lub proces otępienny, podczas gdy dokładnie przeprowadzony wywiad i właściwa diagnostyka pozwalają postawić rozpoznanie padaczki.

## Czy możemy powiedzieć, że dziś nowoczesna neurologia pozwala większości pacjentów prowadzić normalne, aktywne życie?

Myślę, że niewiele jest dziedzin medycyny, w których postęp byłby tak dynamiczny, jak w leczeniu padaczki, szczególnie w zakresie farmakoterapii. Obecnie dysponujemy bardzo szerokim wyborem substancji przeciwpadaczkowych, co daje ogromne możliwości indywidualnego dopasowania leczenia do pacjenta. Również młode kobiety planujące ciążę mogą być prowadzone w taki sposób, aby leczenie nie ograniczało ich planów macierzyńskich. Warto także wspomnieć o aktywności zawodowej. Oczywiście istnieją pewne ograniczenia, na przykład przeciwwskazania do pracy na wysokości czy przy maszynach będących w ruchu, jednak w większości przypadków osoby chorujące na padaczkę mogą funkcjonować normalnie, aktywnie i samodzielnie.

## Z jakimi mitami i lękami społecznymi dotyczącymi padaczki spotyka się Pani najczęściej?

Padaczka nadal jest chorobą, która budzi lęk i obawy społeczne. Wciąż funkcjonują mity, że jest to choroba zakaźna, co oczywiście nie jest prawdą, ponieważ padaczką nie można się zarazić. Innym często powtarzanym przekonaniem jest utożsamianie padaczki z chorobą psychiczną. Rzeczywiście, niektóre napady mogą swoim obrazem przypominać zaburzenia psychiczne, jednak padaczka jest przewlekłym schorzeniem neurologicznym. Osobna grupa mitów dotyczy zachowania w trakcie napadu. Nadal wiele osób uważa, że należy włożyć coś między szczękę pacjenta, aby „nie połknął języka”, co jest nieprawdą i może być niebezpieczne. Zdarza się również, że świadkowie próbują powstrzymywać drgawki, przytrzymując chorego lub kładąc się na nim. Tego typu przekonania wynikają przede wszystkim z braku wiedzy. Ktoś, kto posiada choćby podstawowe informacje na temat padaczki, wie już, jak naprawdę przebiega choroba i jak właściwie reagować. Myślę, że właśnie dzięki rzetelnym rozmowom i edukacji społecznej możemy stopniowo te mity przełamywać.

## Co chciałaby Pani powiedzieć osobom chorym na padaczkę oraz ich bliskim, którzy każdego dnia mierzą się z lękiem i niezrozumieniem?

Padaczka i jej leczenie niewątpliwie są wyzwaniem, ale nie są wyrokiem. Z padaczką można żyć, realizować swoje plany zawodowe i osobiste. W części przypadków choroba z czasem ustępuje – są pacjenci, którzy po długim okresie bez napadów, pod kontrolą lekarza, mogą odstawić leczenie i funkcjonować bez leków. Najważniejsze jest, aby nie tracić nadziei, korzystać z dostępnego wsparcia i pamiętać, że padaczka jest chorobą, z którą można sobie poradzić.

**Dr n. med. Beata Świątkowska-Flis: Padaczka nadal jest chorobą, która budzi lęk i obawy społeczne. Wciąż funkcjonują mity, że jest to choroba zakaźna, co oczywiście nie jest prawdą, ponieważ padaczką nie można się zarazić**



FOT. SCREEN

## ► ZDROWIE

● **Padaczka i jej leczenie** niewątpliwie są wyzwaniem, ale nie są wyrokiem. Z padaczką można żyć, realizować swoje plany zawodowe i osobiste. W części przypadków choroba z czasem ustępuje – są pacjenci, którzy po długim okresie bez napadów, pod kontrolą lekarza, mogą odstawić leczenie i funkcjonować bez leków

► DR N. MED. BEATA ŚWIĄTKOWSKA-FLIS

01.

**Padaczka jest przewlekłym schorzeniem neurologicznym, które charakteryzuje się występowaniem napadów padaczkowych.** Napady te są wynikiem zaburzeń czynności bioelektrycznej mózgu. Kiedy mówimy o padaczce jako chorobie stygmatyzującej, w dużej mierze wynika to z jej niezrozumienia.

02.

**Padaczka dotyczy około 1 procenta populacji. W skali świata oznacza to blisko 50 milionów chorych.** W Polsce mówimy o około 400 tysiącach osób z rozpoznaną padaczką, co pokazuje, że jest to schorzenie o dość dużym rozpowszechnieniu.

03.

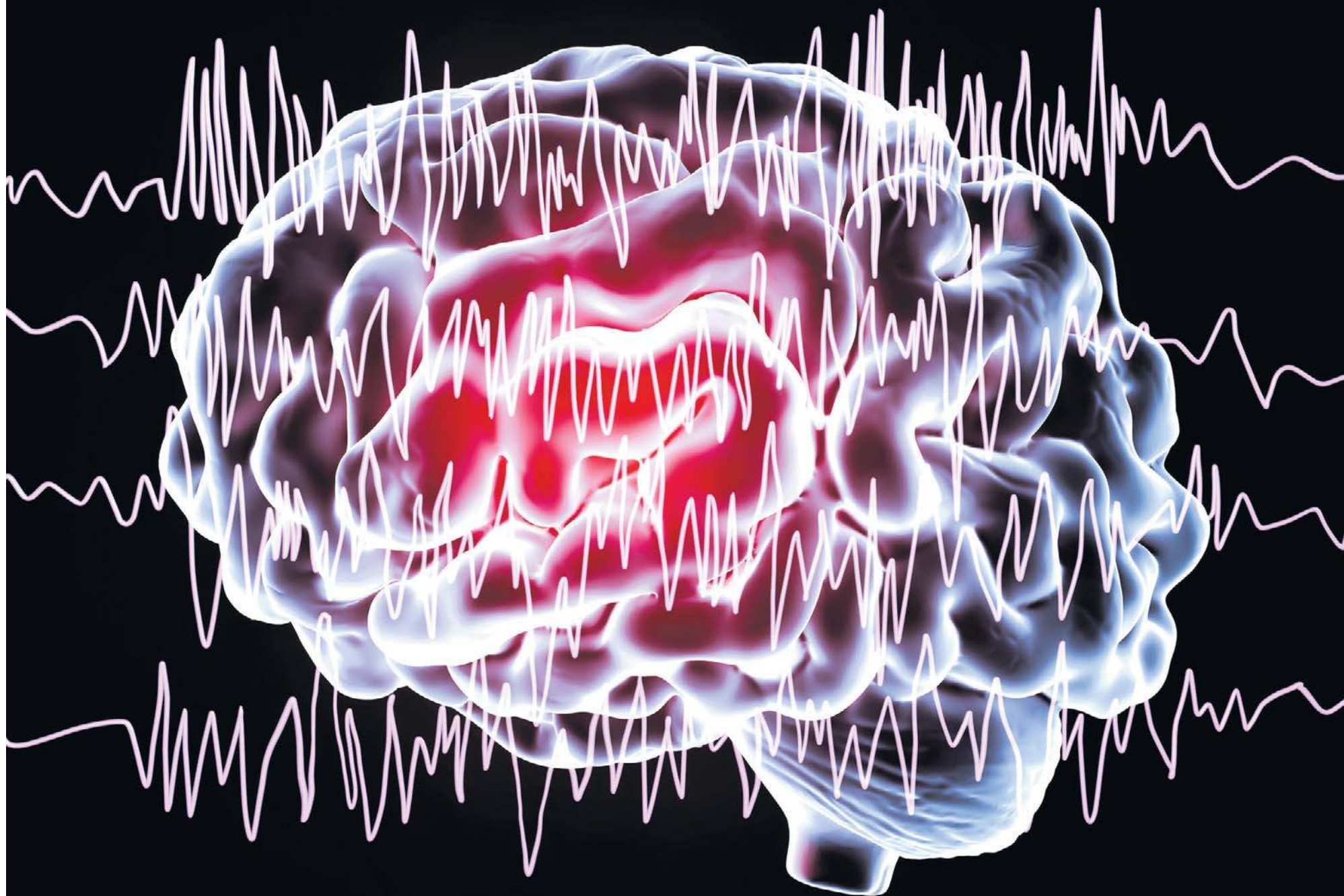
**Istnieją takie rodzaje napadów padaczkowych, które zupełnie nie kojarzą się z tą chorobą.** Stanowi to trudność nie tylko dla samych pacjentów, którzy często nie potrafią precyzyjnie opisać tego, co się z nimi dzieje, ale również – niestety – czasami dla lekarzy.

04.

**Trzeba jasno powiedzieć, że leczenie padaczki nie jest procesem jednorazowym, szybkim ani prostym.** Wymaga czasu, obserwacji oraz często wielokrotnych modyfikacji schematu leczenia. Szacuje się, że około 30-40 procent przypadków padaczki stanowią padaczki lekooporne.

05.

**Niewiele jest dziedzin medycyny, w których postęp byłby tak dynamiczny, jak w leczeniu padaczki, szczególnie w zakresie farmakoterapii.** Obecnie dysponujemy bardzo szerokim wyborem substancji przeciwpadaczkowych, co daje ogromne możliwości indywidualnego dopasowania leczenia do pacjenta.



**Sasanka to wyjątkowo piękna ozdoba wiosennych rabat i skalniaków.** Jej duże i kolorowe kwiaty pojawiają się wcześnie, ale roślina wygląda pięknie, nawet gdy przekwitnie. Wtedy zdobią ją puszyste owocostany

# PAMIĘTAJCIE O OGRODACH

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



Sasanki to wyjątkowo wdzięczne wiosenne kwiaty. Mają różne kolory, najczęściej w odcieniach fioletu, różu, czerwieni. Są też białe

## Sasanki pięknie kwitną wiosną, ale również latem ozdobią ogród

# N

Na tle wiosennych kwiatów sasanki wyróżniają się dużymi, barwnymi, jedwabście owłosionymi kwiatami i pierzastymi, włochatymi liśćmi. Sasanka to rodzaj niewielkich, zwykle górskich roślin, liczący sobie ok. 30 gatunków. W Polsce na stanowiskach naturalnych spotykanych jest sześć z nich (wszystkie są pod ochroną gatunkową), ale w ogrodach uprawiana jest przede wszystkim sasanka zwyczajna i jej odmiany mieszańcowe, nazywane też sasankami ogrodowymi. Zobacz, jak pięknie wyglądają sasanki.

### Sasanka zwyczajna. Jak wygląda i jak kwitnie?

Sasanka zwyczajna (*Pulsatilla vulgaris*) to nieduża, kępiasta bylina, dorastająca do ok.

40-50 cm wys. Wczesną wiosną, przy sprzyjającej pogodzie już od marca/kwietnia do maja, rozwijają się pędy kwiatowe (kilka z jednego kłacza), a chwilę później – liście. Są one odziomkowe, długoogonkowe, jedwabście owłosione, szarozielone, pierzaste liście, zebrane w niewielką rozetę (przypominają liście marchwi).

Kwiaty sasanki wyrastają na sztywnym, wzniesionym, początkowo dość niskim (ok. 20 cm wys.), owłosionym pędzie. Są pojedyncze, duże, fioletowo-niebieskie, dzwonkowate, a w miarę rozwoju rozkładają szeroko swoje płatki (zwykle w liczbie 6-7) i odsłaniają wypełnione licznymi, jaskrawożółtymi pręcikami środek. Kwiaty po zewnętrznej stronie płatków są miękkie, jedwabście owłosione, a od spodu otulone trzema pierzastymi, owłosionymi liśćmi podkwiatowymi. Gęsto owłosione są także pąki kwiatowe.

### Sasanka latem i jesienią też jest ozdobą ogrodu

Po przekwitnięciu kwiatów, pędy się wydłużają, a na ich szczycie rozwijają się bardzo dekoracyjne, puszyste, kuliste owocostany, podobne do owocostanów powojników, zawierające liczne, drobne nasiona (niełupki). W tym czasie zmieniają się także liście,

które tracą owłosienie i stają się gładkie oraz błyszczące. Latem ładnie się rozrastają, tworząc bardziej okazałą kępę niż w czasie kwitnienia. Jesienią liście zasychają, a roślina spędza zimę pod ziemią w postaci rozgałęzionego, kłaczowego korzenia.

Do grona ciekawszych odmian sasanki, należą m.in.:

„Rubra” – kwiaty ciemnoczerwone, „Pink Shades” – kwiaty ciemnoróżowe, „Alba” – kwiaty białe, „Röde Klokke” – kwiaty czerwone, „Papageno” – kwiaty różowo-fioletowe, płatki postrzępione, „Blaue Glocke” – kwiaty niebieskie, „Pearl Bells” – kwiaty jasnoróżowe. Warto pamiętać, że wiele odmian powtarza kwitnienie późnym latem.

### Uprawa i wymagania

Sasanki są uroczymi i atrakcyjnymi roślinami, ale nie wszędzie poczuć się dobrze. Jeśli mają pięknie kwitnąć i ładnie się rozrastać, oczekują słonecznego stanowiska i przepuszczalnej, lekkiej, piaszczystej, umiarkowanie wilgotnej, najlepiej wapiennej gleby o zasadowym odczynie pH. Dobrze zniosą przejściową suszę, ale nie poradzą sobie na mokrej, ciężkiej glebie i w miejscu zacienionym, gdyż wtedy szybko tracą swoją urodę, przestaną kwitnąć i zaczną obumierać. Żle też znoszą długotrwałe opady i mokre lato. Są natomiast dostatecznie mrozoodporne i nie wymagają zimowego okrycia. Rzadko też padają ofiarą chorób i szkodników.

### Rozmnażanie i odmładzanie

Sasanki zwyczajne jako gatunek dobrze rozmnażają się przez wysiew nasion. Robi

się to w czerwcu, na rozsądniku, a siewki przenosi się wraz z całą bryłą korzeniową na miejsce stałe wiosną następnego roku. Jednak jeśli liczymy na uzyskanie takich samych sasenek, jak roślina mateczna, powinniśmy rozmnażać rośliny przez podział starszych egzemplarzy. Uwaga: niestety to zadanie nie jest łatwe i nie zawsze kończy się powodzeniem, gdyż sasanka nie lubi przesadzania. Ponieważ jednak jest krótkowieczną byliną, co kilka lat powinna zostać też odmładzana (co 4-5 lat), w przeciwnym razie słabnie i marnieje, a w końcu całkiem zanika. Jednak i ten zabieg nie zawsze kończy się powodzeniem, więc może się okazać, że aby dalej cieszyć się uroklivymi kwiatami sasanki, trzeba będzie zaopatrzyć się w nowe sadzonki u hodowcy.

Sasanka zwyczajna, ze względu na swoje wymagania siedliskowe, najlepiej prezentuje się na skalniakach i w ogródkach żwirowych, ale może być też uzupełnieniem rabaty z wiosennymi kwiatami cebulowymi. Ładnie wygląda także w grupach. Warto wiedzieć, że sasanki należą do roślin, których nie zjadają ślimaki.

### Sasanka to roślina lecznicza i trująca

Warto również wiedzieć, że sasanka jest rośliną zarówno trującą, jak i leczniczą, jednak samodzielnie lepiej nie przygotowywać z niej preparatów leczniczych, bo źle zastosowane mogą być niebezpieczne (świeże rośliny zawierają m.in. toksyczną protoanemoninę, która zanika dopiero po wysuszeniu ziela).

MAGAZYN

# SPORTOWY

23.03.2026

**Jagiellonia sprawiła ogromny zawód swoim kibicom. Mogła zostać liderem PKO Ekstraklasy, a zamiast tego przegrała 1:2 z Wisłą Płock STR. 16**



FOT. WOJCIECH WOJTKIEWICZ

## Zaczęli znakomicie, skończyli fatalnie

**Fatalna kolejka naszych trzecioligowców. Tylko Wigry Suwałki zdobyły punkt, pozostali przegrali STR. 16**

**Natalia Bukowiecka z Podlasia Białystok zdobyła srebro halowych MŚ w biegu na 400 metrów STR. 19**

**BAS KB Białystok wygrał 3:0 z Komunalnikiem Nysa i awansował do 1/2 finału play-off I ligi siatkarek STR. 20**

SPORTOWY24.PL

**PKO Ekstraklasa** Jagiellończycy mogli w tabeli wyprzedzić Zagłębie Lubin, ale nie dali rady Nafciarzom

# Wielkie rozczarowanie zamiast liderowania

Wojciech Konończuk  
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Nie tak miał wyglądać szturm Jagiellonii na fotel lidera. Żółto-Czerwoni musieli obejść się smakiem, bo przegrali u siebie 1:2 z Wisłą Płock.**

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| Jagiellonia Białystok | 1 (1) |
| Wisła Płock           | 2 (2) |

**Bramki:** 1:0 - Samed Bazdar (11), 1:1 - Deni Jurić (20), 1:2 - Deni Jurić (33).  
**Jagiellonia:** Abramowicz - Wojtuszek (65, Drachal), Pelmar (46, Montoia), Vital, Wdowik, Pozo (78, Zalewski), Romanczuk, Mazurek, Leiva (65, Szmyt), Imaz, Bazdar (65, Pululu).  
**Wisła:** Leszczyński - Haglind-Sangre, Kamiński, Gallapeni (70, Pacheco), Rogełj, Kun, Savvidis (87, Hiszpański), Nowak, Leccoeuche, Jurić, Hamulic (76, Pomorski).  
**Sędziował:** Piotr Lasyk (Bytom).  
**Widzów:** 15 027.

- Sami stworzyliśmy sobie problem. Wydaje mi się, że jako doświadczona drużyna, grająca w europejskich pucharach i zazwyczaj dobrze zarządzająca meczem, nie możemy dawać przeciwnikowi takich argumentów - ocenia lewy obrońca Jagi Bartłomiej Wdowik.

Rzeczywiście, Żółto-Czerwoni mogą mieć do siebie duże pretensje, bo wcale z Nafciarzami przegrać nie umieli. Szczególnie, że znakomicie rozpoczęli potyczkę, wychodząc już w 11. minucie na prowadzenie. Z dystansu uderzył Wdo-



W takich okolicznościach Samed Bazdar dał Jagiellonii prowadzenie. Niestety, potem bramki zdobywała już tylko Wisła i to ekipa z Płocka wywalczyła trzy punkty

wik, a po odbiciu piłki przez bramkarza gościa Rafała Leszczyńskiego, na raty skuteczną dobitką popisał się Samed Bazdar, który w podstawowym składzie zastąpił narzekającego na lekki uraz Afimico Pululu.

Wisła bardzo szybko odpowiedziała, rozklepując obronę Jagi, a z niewielkiej odległości piłkę do siatki posłał Deni Jurić. Szkoda, bo gospodarze byli w uderzeniu, atakowali i zbyt

łatwo stracili wyrównującą bramkę.

Mało tego, w 32. minucie obrona Żółto-Czerwonych znów została w kompromitujący sposób ośmieszona i znów Jurić z niewielkiej odległości pokonał Sławomira Abramowicza.

Prawa strona defensywy Jagi „przeciekła” niemiłosiernie i Nafciarze mogli się pokusić o kolejne trafienie. Na szczę-

ście po bombie Wiktora Nowaka futbolówka zatrzymała się na poprzeczce.

Po zmianie stron Jagiellończycy co prawda atakowali, ale efektem ich przewagi były tylko stałe fragmenty gry i imponujące, przekraczające 70 procent posiadanie piłki. A kiedy udało już się wyprowadzić składną akcję, to zabrakło szczęścia, bo Bazdar trafił piłką w słupek.



Sam sobie stworzyliśmy problem - ocenia lewy obrońca Żółto-Czerwonych Bartłomiej Wdowik

Wisła praktycznie nie atakowała, ograniczając się do rozbijania ataków rywali i robiła to bardzo skutecznie. Gra toczyła się co prawda na przedpolu bramki Nafciarzy, ale sytuacji strzeleckich z tego nie było.

- Wisła dobrze się broniła. Wiedzieliśmy, że cofnie się do defensywy, ale mimo to musimy znaleźć sposób, żeby się przez to przebić, nawet „wepchnąć” tę bramkę i doprowadzić do remisu, a potem powalczyć o zwycięstwo. Tym razem się nie udało. Mam nadzieję, że w następnym meczu szczęście będzie po naszej stronie - przekonuje Wdowik.

Wynik już się nie zmienił i Duma Podlasia zeszła z boiska pokonana. Na przerwę reprezentacyjną Jagiellończycy udadzą się zatem w kiepskich humorach, a mogło być zupełnie inaczej. ©P

## Co za fatalna kolejka! Wigry zremisowały, pozostali bez goli i bez punktów

Wojciech Konończuk  
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Z naszych trzecioliigowych tylko Wigry Suwałki zdobyły punkt, remisując w Płocku z Wisłą II 2:2.**

Jagiellonia II Białystok, ŁKS Łomża i KS Wasilków nie wywalczyły ani oczka, nie strzelając przy tym żadnego gola.

Rezerwy Jagiellonii, które w 2026 roku wygrały trzy spotkania z rzędu, przystąpiły do starcia z liderującym drugim zespołem Legii poważnie wzmocnione zawodnikami z ekstraklasowej kadry. Byli to: Yuki Kobayashi, Sergio Lozano, Zachary Zalewski, Youssuf Sylla i Dimitris Rallis. Nie na wiele to się zdało, bo Żółto-Czerwoni w 16. minucie stracili gola po tym, jak kapitalnym strzałem zza pola karnego popisał się doświadczony Mateusz Możdżeń.

Sytuacja Żółto-Czerwonych pogorszyła się chwilę po przerwie, kiedy za dwie żółte kartki z boiska wyrzucony został ich prawy obrońca Szymon Pankiewicz i trzeba było sobie radzić w dziesiątkę. Mimo to Podlasianie grali ambitnie, atakowali, ale do remisu doprowadzić się im nie udało.

Wigry bardziej straciły dwa niż zdobyły jeden punkt w starciu z rezerwami Wisły. Suwałczanie świetnie rozpoczęli spotkanie i już w 7. minucie remontowali defensywę rywali, a Jakub Fronczak z niewielkiej odległości dał im prowadzenie.

Goście poszli za ciosem i szybko podwyższyli prowadzenie Gólkiper ekipy z Płocka Stanisław Pruszkowski odbił co prawda pikę po uderzeniu Fronczaka, ale był bezradny wobec dobitki Bartosza Gużewskiego. 2:0 dla Wigier po 17. minutach. Niestety, potem do głosu doszli



Rezerwy Jagiellonii przegrały 0:1 z Legią II Warszawa

Nafciarze, którzy jeszcze przed przerwą złapali kontakt, a w doliczonym czasie gry doprowadzili do remisu.

ŁKS Łomża prowadził w Radomiu wyrównany bój do 50.

minuty, kiedy stracił bramkę i ostatecznie przegrał 0:2. z Bronią. Z kolei KS Wasilków poniósł 13. porażkę w 14. ostatnich spotkaniach ulegając u siebie Olimpii Elbląg 0:1.

### WYNIKI 23. KOLEJKI

**Wisła II Płock - Wigry Suwałki 2:2 (1:2).**

Bramki: 0:1 - Jakub Fronczak (7), 0:2 - Bartosz Gużewski (17), 1:2 - Adrian Biela (35), 2:2 - Oskar Dari (90).

**Wigry:** Taudul - Ozga (69, Magnuszewski), Pajnowski, Machała, Kwiatkowski, Witek (62, Baranowicz), Gużewski, Fronczak (69, Matus), Rejterada (62, Michałowski), Głowicki (79, Święty), Guздеk.

**KS Wasilków - Olimpia Elbląg 0:1 (0:0).**

Bramka: 0:1 - Dominik Kozera (65).

**KS Wasilków:** Dunaj - Niedźwiecki (90, Cholewa), Porębski, Fronc, Kuźmicki, Milewski (50, Borys), Wotkiewicz, Kuprianowicz, Bayer, Wasilewski (62, Rakowski), Radaskiewicz (62, Mazurek).

**Broń Radom - ŁKS Łomża 2:0 (0:0).** Bramki:

1:0 - Kacper Noworyta (50), 2:0 - Kacper Noworyta (68).

**ŁKS Łomża:** Danielczyk - Mich, Goloś (52, Pindor), B. Olszewski, Chorościński, Klupś, Stromecki, Kluska, Sauczek, Dziegielewski (83, Kosakiewicz), Antkowiak.

**Jagiellonia II Białystok - Legia II Warszawa 0:1 (0:1).** Bramka: 0:1 - Mateusz Możdżeń (16).

**Jagiellonia II:** Damasiewicz - Pankiewicz, Duchnowski, Kobayashi, Burkowski, Stypuł-

kowski (89, Drygiel), Kozłowski (73, Pawełczyk), Lozano (46, Pakieła), Sylla, Zalewski (46, Konanow), Rallis (46, Ziarek).  
Warta Sieradz - Widzew Łódź 1:2, GKS Włocławek - Znicz Biała Piska 3:1, Świt Nowy Dwór Mazowiecki - Mławianka Mława 1:1, GKS Bełchatów - Lechia Tomaszów Mazowiecki 1:0, KS CK Troszyn - Żąbkowia Żąbki 4:0.

|                                     |           |           |              |
|-------------------------------------|-----------|-----------|--------------|
| 1. Legia II Warszawa                | 23        | 59        | 64-20        |
| 1. Warta Sieradz                    | 22        | 48        | 40-20        |
| <b>3. ŁKS Łomża</b>                 | <b>23</b> | <b>46</b> | <b>52-24</b> |
| <b>4. Wigry Suwałki</b>             | <b>23</b> | <b>40</b> | <b>43-33</b> |
| 5. Żąbkowia Żąbki                   | 23        | 38        | 58-40        |
| 6. Wisła II Płock                   | 22        | 38        | 38-32        |
| 7. KS CK Troszyn                    | 23        | 35        | 57-35        |
| 8. Świt Nowy Dwór Maz.              | 23        | 31        | 34-40        |
| 9. Broń Radom                       | 23        | 31        | 28-40        |
| 10. Widzew II Łódź                  | 22        | 30        | 45-49        |
| 11. Olimpia Elbląg                  | 22        | 30        | 34-38        |
| 12. Lechia Tomaszów Maz.            | 23        | 29        | 45-37        |
| <b>13. Jagiellonia II Białystok</b> | <b>23</b> | <b>29</b> | <b>26-31</b> |
| 14. GKS Bełchatów                   | 23        | 26        | 37-50        |
| 15. GKS Włocławek                   | 21        | 23        | 22-31        |
| 16. Mławianka Mława                 | 23        | 19        | 34-47        |
| <b>17. KS Wasilków</b>              | <b>22</b> | <b>14</b> | <b>21-50</b> |
| 18. Znicz Biała Piska               | 22        | 5         | 14-75        |

©P

PKO BP Ekstraklasa Lech wykorzystał wpadki Zagłębia i Jagiellonii

# Motor Lublin odpalił i stracił Miedziowych ze szczytu tabeli

Jacek Czaplewski  
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. 26. seria gier stała pod znakiem niespodzianek, jakimi była porażka 0:1 Zagłębia Lubin w Lublinie z Motorem i Jagiellonią u siebie 1:2 z Wisłą Płock. Skorzystał na tym Lech Poznań.

Kolejorz wysoko pokonał u siebie Bruk-Bet Termalikę Nieciecza 4:1 i po raz pierwszy w tym sezonie został liderem. Gra poznańskiego zespołu wygląda tak, że szanse na obronę mistrzowskiego tytułu wydają się rosnąć.

Weekend w lidze poprzedzający baraże reprezentacji Polski o MŚ 2026 rozpoczął się w Gliwicach. Piast w późne piątkowe popołudnie poszedł za ciosem, wygrywając drugi raz z rzędu, choć znowu nie do zera. Zespół Daniela Myśliwca dzięki temu oddalił się od strefy spadkowej, w której niemal przezimował. Tymczasem w pokonanym Radomiaku, jak wynika z ustaleń serwisu Weszło, dojdzie do... kolejnej zmiany trenera.

Działacze po ledwie dwóch meczach stwierdzili, że awansowanie Kiko Ramireza z asystenta na następcę Goncalo Feio tak naprawdę nie ma sensu, dlatego sezon dokończy ktoś inny. Kto? Być może jeden z członków sztabu. W każdym razie Hiszpan wyfrunął już do ojczyzny.

W Motorze Lublin niezmiennie wierzą za to w trenerski talent Mateusza Stolarskiego, który nie został zwolniony jesienią mimo kryzysu. W przerwie zimowej nie dostał w zasadzie żadnych



Kibice oklaskiwali zespół Motoru po wygranej nad liderującym dotąd Zagłębiem Lubin

nowych piłkarzy, a jednak wyniki się zgadzają. Architekt awansu do PKO BP Ekstraklasy isiódmego miejsca jako beniaminek właśnie złapał serię pięciu meczów bez porażki, która pozwoliła nawiązać kontakt z czołówką. W piątkowy wieczór kibice oklaskiwali zespół po wygranej nad liderującymi dotąd Miedziowymi. Jedyne goła po podaniu Karola Czubaka strzelił skuteczny ostatnio Mbaye Ndiaye. Senegalczyk, nazywany przez wszystkich Jackiem, strzelił już siedem goli, z czego pięć w rundzie wiosennej. Wdzięczni koledzy sprezentowali mu w szatni przyśpiewkę.

Zupełnie odmienne nastroje panują w Pogoni Szczecin. - To jest wstyd - mówi o beznadziejnym punktowaniu na wyjazd

dach kapitan Kamil Grosicki. Drużyna walcząca obecnie o utrzymanie nie poprawiła dorobku w derbach Pomorza. Mecz obserwowany przez ponad 17 tysięcy widzów stał na dobrym poziomie. Lechia Gdańsk mimo poważnych osłabień w każdej formacji (brak Tomasa Bobcka, Camilo Meny i Mateja Rodina) wygrała 2:1. Bohaterami zostali inni gracze niż zazwyczaj. Fantastycznie bronił powołany do reprezentacji Nowej Zelandii Alex Paulsen, który po przerwie paradami pozbawił Portowców co najmniej dwóch bramek. Decydującą o wyniku akcję przeprowadził natomiast Aleksandar Ciraković. Serb minął kilku rywali jak treningowe tyczki, po czym wystawił piłkę lepiej ustawionemu Tomaszowi Neugebauerowi.

Piłkarze Lechii w prestiżowym meczu walczyli jak lwy, a teraz to samo poza boiskiem czyni prezes Paolo Urfer wraz z wynajętą kancelarią prawną, by Trybunał Arbitrażowy ds. Sportu anulował karę odjęcia pięciu punktów za zaległości finansowe. Jeśli tak się stanie, biało-zieloni zawalczą o europejskie puchary.

Cracovia po niemal pół roku oczekiwania wygrała domowy mecz, pokonując skromnie GKS Katowice po gołu Ajdina Hasicia z rzutu karnego. Pierwszy raz w tym sezonie wystąpił dla niej były reprezentant Polski Kamil Glik, który czekał na powrót po kontuzji dokładnie 531 dni. - Jego powrót wiele dla nas znaczy - stwierdził trener Luka Elsner. ©

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI/POLSKA PRESS

## 26. KOLEJKA EKSTRAKLASY

PIAST GLIWICE - RADOMIAK RADOM 3:1

Bramki: Felix 7, Twumasi 63, Sanca 89 - Wolski 61

MOTOR LUBLIN - ZAGŁĘBIE LUBIN 1:0

Bramki: Ndiaye 52

CRACOVIA - GKS KATOWICE 1:0

Bramki: Hsić 80

LECHIA GDAŃSK - POGOŃ SZCZECIN 2:1

Bramki: Piłana 11, Neugebauer 54 - Mukairu 37

JAGIELLONIA BIAŁYSTOK - WISŁA PŁOCK 1:2

Bramki: Bazdar 11 - Jurić 20, 33

KORONA KIELCE - ARKA GDYNIA 3:0

Bramki: Pięczek 22, Davidović 24, Stepiński 44

LECH POZNAŃ - BRUK-BET TERMALICA NIECIECZA 4:1

Bramki: Bengtsson 33, 36, Gholizadeh 38, Ismaheel 87 - Isik 65

|                          |    |    |       |
|--------------------------|----|----|-------|
| 1. Lech Poznań           | 26 | 44 | 46-37 |
| 2. Zagłębie Lubin        | 26 | 41 | 40-30 |
| 3. Jagiellonia Białystok | 26 | 41 | 43-34 |
| 4. Wisła Płock           | 26 | 39 | 28-25 |
| 5. Górnik Zabrze         | 25 | 38 | 36-32 |
| 6. Raków Częstochowa     | 25 | 37 | 34-32 |
| 7. Motor Lublin          | 26 | 37 | 35-38 |
| 8. Korona Kielce         | 26 | 36 | 33-29 |
| 9. Cracovia              | 26 | 36 | 31-28 |
| 10. GKS Katowice         | 26 | 36 | 35-35 |
| 11. Piast Gliwice        | 26 | 35 | 32-33 |
| 12. Lechia Gdańsk        | 26 | 34 | 51-48 |
| 13. Pogoń Szczecin       | 26 | 34 | 36-40 |
| 14. Radomiak Radom       | 26 | 33 | 42-40 |
| 15. Arka Gdynia          | 26 | 30 | 25-44 |
| 16. Legia Warszawa       | 25 | 29 | 29-30 |
| 17. Widzew Łódź          | 25 | 28 | 31-34 |
| 18. Bruk-Bet Nieciecza   | 26 | 22 | 30-48 |

## Program 27. kolejki

### Sobota 4.04

GKS Katowice - Wisła Płock (godz. 12.15), Raków Częstochowa - Widzew Łódź (godz. 14.45), Górnik Zabrze - Cracovia (godz. 17.30), Jagiellonia Białystok - Lech Poznań (godz. 20.15).

### Poniedziałek 6.04

Bruk-Bet Nieciecza - Piast Gliwice (godz. 12.15), Radomiak Radom - Motor Lublin (godz. 14.45), Pogoń Szczecin - Legia Warszawa (godz. 17.30), Lechia Gdańsk - Korona Kielce (godz. 20.15).

### Wtorek 7.04

Arka Gdynia - Zagłębie Lubin (godz. 19.00).

## JEDENASTKA KOLEJKI



## NAJLEPSI STRZELCY

### 14 goli

Tomas Bobcek (Lechia Gdańsk), Karol Czubak (Motor Lublin)

### 13 goli

Mikael Ishak (Lech Poznań)

### 12 goli

Jonatan Brunes (Raków Częstochowa)

### 11 goli

Jesús Imaz (Jagiellonia Białystok), Sebastian Bergier (Widzew Łódź)

### 10 goli

Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

## BOHATER WEEKENDU

### Deni Jurić (Wisła Płock)

Deni Jurić (Wisła Płock) przeżywa wspaniałe dni. Po otrzymaniu powołania do reprezentacji Australii, która wystąpi przeciw na MŚ 2026, odwrócił losy meczu z Jagiellonią Białystok, strzelając jeszcze przed przerwą dwa gole. Jego dorobek ligowy wzrósł do pięciu trafień.



FOT. PAP

# Przeklęte pierwsze miejsce. A nasza liga jest szalona. W końcu wypalił plan B

Paweł Wiśniewski  
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. -Drużyna dokonała czegoś wielkiego, gratuluję tych trzech punktów - powiedział po zwycięstwie swoich piłkarzy w meczu ekstraklasy z Jagiellonią 2:1 trener Wisły Płock - Mariusz Misiura.

- Nie tak wyobrażaliśmy sobie zakończenie tego okresu, szczególnie po wcześniejszej wygranej z GKS Katowice - ocenił szkoleniowiec Białostoczan Adrian Sie-

mieniec. Złe tym meczem zarządziliśmy.

W jego ocenie, Wisła Płock miała konkretny plan na mecz i go zrealizowała.

- Moja perspektywa jest trochę taka, że w tym pomogliśmy - wspomniął trener Jagiellonii i powiedział, że choć o jego drużynie objęła prowadzenie, początek spotkania nie był dobry w jej wykonaniu.

Podkreślił, że zespół nie trzymał się założonego planu i w ten sposób doszło do zmiany ko-

- Jeżeli masz 1:0 z przeciwnikiem, który wiadomo, że bardzo często skupia się na organizacji w niskim bloku i szuka swoich szans w kontrataku czy przy starych fragmentach, nie możesz doprowadzić do stanu 1:2 u siebie - dodał i zwrócił uwagę, jak łatwo padły obie bramki dla gości.

Przyznał, że w drugiej połowie jego drużyna robiła to, na co Wisła była gotowa.

- Nie uważam, żeby ten mecz był zły, nie mam takiego przeświadczenia, że my graliśmy źle,

widziałem gorsze mecze w naszym wykonaniu. Nawet takie, które wygrywaliśmy. Po prostu źle tym meczem zarządziliśmy i finalnie go przegraliśmy - zaznaczył Siemieniec.

- Musimy wrócić do pracy, przed nami bardzo trudny mecz (z Lechem Poznań po przerwie reprezentacyjnej) - dodał. - Ale jak patrzę na naszą historię, to mam wrażenie, że nam w takich momentach i w takich meczach jest po prostu czasami łatwiej.

- Jakies przeklęte jest dla nas to pierwsze miejsce w tym sezo-

nie, bo co wejdziemy na nie, to nie potrafimy wygrać spotkania. To na pewno martwi, ale liga jest szalona w tym roku i trzeba grać do końca o wszystko, a teraz skupić się, by dobrze przepracować ten okres i wygrać z Lechem - podsumował.

- Podnieśliśmy się z sytuacji, gdy na początku meczu tracimy bramkę - stwierdził z kolei trener Wisły Płock Mariusz Misiura. - Uważam, że w pierwszej połowie zagramy fantastycznie, była to chyba nasza najlepsza pierwsza połowa w tym se-

zonie. W drugiej staraliśmy się tylko i wyłącznie kontrolować mecz, bronić i nie dać sobie w jakiś sposób zagrozić, więc naprawdę ogromny szacunek dla drużyny za włożone serce.

Motor pokonał na „swoich śmieciach” w Lublinie prowadząc w tabeli Zagłębie Lubin 1:0. - W pierwszej połowie próbowaliśmy narzucić swoje warunki gry, ale przeważali rywale, więc po przerwie zastosowaliśmy plan B - skomentował trener gospodarzy Mateusz Stolarski. ©

# Żarty się skończyły. Nadszedł czas na baraże o MŚ

Damian Świderski  
redakcja@polskapress.pl

**Reprezentacja Polski już 26 marca zmierzy się z Albanią w półfinale baraży o udział w mistrzostwach świata 2026. Dziś rozpoczyna zgrupowanie.**

Celem Białło-Czerwonych na najbliższe dni jest oczywiście nie tylko pokonanie Albańczyków, ale także w finale baraży - który zostanie rozegrany pięć dni później - Szwedów lub Ukraińców.

Bazą kadry od dziś będzie jak zwykle hotel Double Tree by Hilton, w warszawskim Wawrze. Piłkarze dostali czas na zameldowanie do godziny 15:00. Na 17:30 zaplanowano pierwszy trening (otwarty dla mediów przez pierwsze 15 minut), który odbędzie się na stadionie Legii.

Największym nieobecnym na poprzednich zgrupowaniach prowadzonych przez Jana Urbana był Oskar Pietuszewski. Tym razem skrzydłowy „Smoków” znalazł się wśród zawodników zaproszonych na zgrupowanie. Trudno jednak oczekiwać, że już przeciw Albanii zagra w wyjściowej jedenastce, nawet

mimo absencji Nikoli Zalewskiego, który będzie pauzował za kartki. Należy zakładać, że będzie to dżoker w talii naszego selekcjonera.

Oskar prezentuje się w Porto bardzo dobrze, zatem powołanie to naturalna sprawa. On zresztą zawsze był w szerokiej kadrze i na naszym radarze. Różnica polega na tym, że teraz już wysłaliśmy powołanie do Porto - w ten sposób selekcjoner tonował emocje związane z wcześniejszą nieobecnością utalentowanego nastolatka w jednym z licznych ostatnio wywiadów.

Faworytem czwartkowego półfinału jest oczywiście reprezentacja Polski, notowana aktualnie na 34. miejscu na świecie (Albania jest 63.). Bilans meczów z Albanią jest korzystny dla Białło-Czerwonych. W 15 dotychczasowych potyczkach, aż 10 razy polscy piłkarze cieszyli się z wygranych, trzykrotnie zanotowano remis, i tylko dwa spotkania zakończyły się wygranymi rywali. Bilans bramkowy to 20-10, ale pamiętać należy, że ostatnie starcie - we wrześniu 2023 roku - zakończyło się zwycięstwem podopiecznych selekcjonera Sylvinho.



Przed Janem Urbanem dwa - miejmy nadzieję - najważniejsze mecze w roli selekcjonera

Brazylijski szkoleniowiec tym razem wiele obiecuje sobie po formie Anisa Mehmetiego, na co dzień grającego w Ispwich Town oraz dobrze u nas zapamiętanego Ernesta Muciego. I ma w kadrze dwóch debiutantów. Nowymi członkami są obrońcy: Bujar Pllana z Lechii Gdańsk i Stavro Polo z AEK

Ateny, którzy przyjęli albańskie obywatelstwo. Pllana jest Kosowianinem i grał w reprezentacji młodzieżowej swojego kraju, a drugi jest Grekiem z Rodos, którego dziadkowie pochodzą z południowej Albanii.

Przestrzegam przed lekceważeniem Albanii, zwłaszcza że ostatni eliminacyjny mecz w wy-

konaniu naszej reprezentacji to był kompletny piach - ocenia były trener reprezentacyjnych bramkarzy, Jacek Kazimierski.

**Kadra Polska baraże o MŚ 2026:**

**bramkarze:** Bartłomiej Dragowski (Widzew Łódź), Kamil Grabara (VfL Wolfsburg), Mateusz Kochalski (Karabach Agdam), Bartosz Mrozek (Lech Poznań); **obrońcy:** Jan Bednarek i Jakub

Kiwior (FC Porto), Bartosz Bereszyski (Palermo), Matty Cash (Aston Villa), Tomasz Kędziora (PAOK Saloniki), Arkadiusz Pyrk (FC Sankt Pauli), Przemysław Wiśniewski (Widzew), Jan Zieliński (AS Roma); **pomocnicy:** Kamil Grosicki (Pogoń Szczecin), Jakub Kamiński (FC Köln), Jakub Moder (Feyenoord Rotterdam), Oskar Pietuszewski (FC Porto), Filip Różga (Sturm Graz), Michał Skórak (KAA Gent), Bartosz Slisz (Broendby), Sebastian Szymański (Rennes), Nicola Zalewski (Atalanta Bergamo), Piotr Zieliński (Inter Mediolan); **napastnicy:** Robert Lewandowski (FC Barcelona), Krzysztof Piątek (Al-Duhail), Karol Świderski (Panathinaikos Ateny).

**Kadra Albanii na baraże o MŚ 2026:**

**bramkarze:** Thomas Strakosha (AEK Ateny), Elhan Kastrati (AS Cittadella), Mario Dajsinani (FK Egnatii Rrogozhina); **obrońcy:** Mario Mitaj (Al Ittihad Džudda), Stavro Pillo (AEK Ateny), Naser Aliji (Dinamo City Tirana), Berat Gjimeshi (Atalanta Bergamo), Bujar Pllana (Lechia Gdańsk), Klisman Caka (Achmat Grozny), Arlind Ajeti (Bodrum FK), Ardan Ismajli (Torino), Elseid Hysaj (Lazio Rzym), Ivan Balliu (Rayo Vallecano); **pomocnicy:** Jasir Asani (Esteghlal Teheran), Kriştian Asllani (Besiktas JK), Nazmi Gripshi (Rubin Kazań), Arber Hoxha (GNK Dinamo), Qazim Laci (Caykur Rizespor Kulubu), Anis Mehmeti (Ipswich Town FC), Adrien Pajazit (HNK Hajduk), Ylber Ramadani (US Lecce), Julian Shehu (Widzew Łódź); **napastnicy:** Nedim Bajrami (Rangers FC), Armando Broja (Burnley FC), Myrto Uzuni (Austin FC), Ernest Muci (Trabzonspor Kulubu). ©

## Ligi zagraniczne. Przyzwoite występy wybrańców trenera Urbana. Powrót Milika

Damian Świderski  
redakcja@polskapress.pl

**Powołani na mecze barażowe kadrowicze Jana Urbana, a także kandydaci do wyjazdu na finały MŚ z lig zagranicznych, w weekend rozgrywali ostatnie przed przerwą na reprezentację spotkania.**

W lidze niemieckiej z dobrej strony pokazał się Jakub Kamiński. Młody lider FC Köln był jednym z najlepszych graczy meczu z Borussią Mönchengladbach. Kolejny swój mecz w barwach Wolfsburga dostał przymierzany do występu między słupkami w meczach barażowych Kamil Grabara. We Włoszech grali niepowołani do reprezentacji Jakub Piotrowski i Arkadiusz Milik.

**Dobre wieści od „Kamyka”**

Kamiński wyszedł w podstawowym składzie FC Köln na pozycji numer 10, na której widzi go także Jan Urban. To ważne, bo musimy pamiętać, że w najbliższy czwartek zabraknie Nicolii Zalewskiego, który w meczu z Albanią 26 marca będzie pauzował za kartki. Köln przegrywało już w 1. minucie, ale sześć mi-

nut później, na tablicy wyników widniał wynik 2:1 dla klubu Polaka. W 7. minucie Kuba dośrodkował w pole karne, a Ragnar Ache nie dał szans bramkarzowi rywala. Kolończycy finalnie zremisowali z Borussią Mönchengladbach 3:3. Kamiński, poza asystą, oddał też celny strzał i imponował dryblingami: na cztery próby udało mu się trzy. Miał blisko 70-procentową skuteczność, jeśli chodzi o podania do kolegów ustawionych w strefie obronnej rywala. Został jednym z najlepszych zawodników meczu, choć obejrzał żółtą kartkę - za niesportowe zachowanie. Rozegrał też 90 minut, co nie jest częstą praktyką, jeśli chodzi o typowo ofensywnych pomocników lub skrzydłowych.

**Starania Grabary to za mało**

W Bundeslidze zobaczyliśmy też Kamila Grabarę. Bramkarz VfL Wolfsburg jest faworytem do pierwszego składu reprezentacji Polski 26 marca w meczu barażowym przeciwko Albanii. „Wilki” - mimo wielkich starań Grabary - walczą o utrzymanie. W 27. kolejce Bundesligi Wolfsburg podejmował in-



Arkadiusz Milik kontuzji, po której nie grał niemal dwa lata, doznał w meczu reprezentacji z Ukrainą

nego giganta sprzed lat - Werder Brema. To był, niestety, następny mecz, w którym polski bramkarz nie był w stanie wszystkiego wyłapać. Wybronił dwa z trzech uderzeń Werderu, nie dał jednak rady przy strzale Justina Njinmaha w drugiej połowie. Grabara w obecnym sezonie zachował

tylko jedno czyste konto w lidze. Wolfsburg prezentuje się dramatycznie i nadal zajmuje 17., czyli przedostatnie miejsce w tabeli.

**Arek czekał prawie dwa lata**

W lidze włoskiej też grali Polacy, choć ci niepowołani

na mecze barażowe przez Jana Urbana. W sobotę wieczorem Juventus mierzył się z Sassuolo i drużyna Sebastiana Walukiewicza zabrała dwa punkty Starej Damie. W 79. minucie doszło do radośnego momentu dla oglądających to spotkanie Białło-Czerwonych. Na boisko, po niemal dwóch latach przerwy spowodowanej kontuzją, wszedł Arkadiusz Milik. Doznał jej w sparingu reprezentacji Polski z Ukrainą (3:1) na samym początku meczu. Milik pauzował aż 652 dni.

Zaledwie dziesięć minut po wejściu na boisko Arek mógł zostać bohaterem Juventus. Turek Kenan Yildiz dośrodkował w pole karne rywala, a Polak uderzył piłkę głową. Niestety dla naszego napastnika, bramkarz Arijanet Murić obronił strzał. Zarówno Milik, jak i Walukiewicz otrzymali średnie noty za swoją grę - po 6.3/10.

W Serie A 45 minut rozegrał także pomijany przez Urbana Jakub Piotrowski. Pomocnik, który dwa lata temu w barażach strzelił gola Estonii (5:1), wszedł na murawę zaraz po przerwie. Jego Udinese wygrało 2:0 z Genoa.

Piotrowski oddał jeden celny strzał, ale nie on cieszył

się z bramki. Na szczęście mógł się cieszyć z kolegami z bramki, bo oba gole padły po przerwie. Jakub został oceniony na 6.6/10. W meczu, z powodu kontuzji łydki, nie wystąpił drugi z Polaków - Adam Buksa.

**WYNIKI W LIGACH TOP 5**

**Premier League:**

31. kolejka: Bournemouth - Manchester United 2:2, Brighton - Liverpool 2:1, Fulham - Burnley 3:1, Everton - Chelsea 3:0, Brentford - Leeds 0:0.

**Ligue 1**

27. kolejka: Lens - Angers 5:1, Toulouse - Lorient 1:0, Auxerre - Brest 3:0, Nice - PSG 0:4.

**Bundesliga**

27. kolejka: RB Lipsk - Hoffenheim 5:0, VfL Wolfsburg - Werder 0:1, Heidenheim - Bayer Leverkusen 3:3, Bayern Monachium - Union Berlin 4:0, FC Köln - Borussia Mönchengladbach 3:3, Borussia Dortmund - Hamburger SV 3:2.

**La Liga**

29. kolejka: Villarreal - Real Sociedad San Sebastian 3:1, Elche - Mallorca 2:1, Espanyol - Getafe 1:2, Osasuna - Girona 1:0, Levante - Real Oviedo 4:2, Sevilla - Valencia 0:2.

**Serie A**

30. kolejka: Cagliari - Napoli 0:1, Genoa - Udinese 0:2, Parma - Cremonese 0:2, AC Milan - Torino 3:2, Juventus - Sassuolo 1:1.

©

# Przez rozpacz, ból i łzy do złota

Joachim Przybył

joachim.przybyl@polskapress.pl

**HMŚ W TORUNIU - Przez rok praktycznie nie miałem życia - mówi Jakub Szymański, nasz mistrz świata na 60 metrów przez płotki.**

Ten złoty medal Szymański czuł na szyi już od roku. Niemal dokładnie dwanaście miesięcy temu pojechał w świetnej formie do Nankinu. W Chinach potknął się jednak na płotku i nie było go nawet w finale. Wygrał Trey Cunningham, jego największy przeciwnik także w toruńskiej hali.

Dziś sopocianin przyznaje, że ciężar tej porażki dźwigał aż do soboty. - Zostałem wtedy z niczym, tylko z rozpaczą, brakowało mi energii, sport przestał mnie cieszyć. Powiedziałem sobie w duszy, że tylko złoty medal w Toruniu zaleczy ranę. Wyszło nawet lepiej, bo nie zdawałem sobie sprawy co to znaczy wygrać przy własnej publiczności. Naprawdę nie chciałem zawieść tych wspaniałych kibiców. To był najważniejszy start w moim życiu, największa presja, ale i największa radość - mówi nasz płotkarz.

W Kujawsko-Pomorskiej Arenie Toruń odniósł swoje dwunaste, trzynaste i czternaste z rzędu zwycięstwo w sezonie halowym. Biegał spokojnie, nie był najszybszy ani w eliminacjach, ani w półfinale, ale właśnie wtedy, gdy to było najważniejsze - w tym jednym biegu o złoto.

Szymański podkreśla, że finał od początku rozegrał na swoich warunkach. - Nie zostałem w blokach, wystartowałem z wielką energią. Cunningham się spał, chyba nawet się potknął, a ja zrobiłem lepszy rzut na metę, pilnowałem, żeby nie zrobić tego za szybko. Myślałem, że do złota będzie potrzebny rekord Polski, ale okazało się, że najlepiej zniósłem presję



**Jakub Szymański: Nie miałem pojęcia, jak takie zwycięstwo smakuje w swojej hali**

z wszystkich. Na mecie czułem, że mam medal. W niemal każdym biegu sezonu miałem dużą przewagę i wiedziałem, że jestem pierwszy. W Toruniu jednak czekałem na wyniki, złota pewny nie byłem - przyznaje.

Na mecie Jakub Szymański nie krył łez, chyba pierwszy raz w karierze. Utonął w ramionach taty i mamy. - Te wszystkie emocje i przeżycia z Chin musiały wypłynąć razem ze łzami. To nie było na pokaz, pozbywałem się w ten sposób 360 ciężkich dni, bo 360 razy myślałem o tym finale i układałem sobie ten bieg w głowie. To mi bardzo pomaga, przygotowuje ciało do tego, co trzeba zrobić. Za dwa lata do Indii pojadę jak szef, nie mam już nic do udowodnienia. Zaczynam teraz nowy rozdział w swojej karierze. Widocznie Chiny były potrzebne w moim życiu, bo nic tak dobrze nie uczy sportowca jak porażki. Przez chwilę po Nanki-

nie tej wiary w siebie trochę zabrakło, ale teraz jestem mocniejszy - podkreśla Szymański.

Jego inspiracją był w ostatnim czasie Deyron Robles, znakomity kubański płotkarz sprzed kilkunastu lat, który odpadł w mistrzostwach świata po upadku, a dwa lata później sięgnął po złoto. Szymański podkreśla, że tylko sportowiec wie, jak trudno poradzić sobie z takim rozczarowaniem.

- Lubię tworzyć sobie presję, choć na rozgrzewce przed finałem w Toruniu głowa mi prawie pękła. Ten medal to zastrzyk motywacji do dalszej pracy na wiele lat. Czasami to wszystko jest za mocne, zbyt intensywne, ale radzę sobie z tym, mam świetnych trenerów, a w zasadzie przyjaciół wokół siebie, im mogę powiedzieć wszystko, nawet rodzina nie wiedziała z czym się zmagalem przez ten rok - dodaje Szymański.

Z jego sztabem też jest ciekawy szczegół. Jest w nim także Maciej Ryszczyk, na co dzień trener przygotowania fizycznego Igi Świątek. Wydawało się, że zabraknie go w Toruniu, ale niespodziewanie nasza najlepsza tenisistka przegrała w Miami z Magdą Linette, Ryszczyk wsiadł więc w samolot i zdążył do Torunia na sam finał.

Co dalej? W hali Szymański zdobył już wszystko, przed rokiem był także mistrzem Europy w Apeldoorn. - Wracam do domu i chcę się wypaść w łóżku z psem. Wielkiego świętowania nie będzie, może wino w gronie przyjaciół i rodziny. Nie brakuje hejterów, którzy krytykują moje 110 metrów, ale to mnie nie rusza. Wiem, że to wymaga czasu, jestem młody, dziecięć lat biegania przede mną i nadejdzie ten moment, że będę hegemonem także na 110 metrów - obiecuje halowy mistrz świata.

## Najpierw płacz, potem euforia. Brązowa sztafeta

Jakub Guder

jakub.guder@polskapress.pl

**Brąz sztafety mieszanej w Toruniu! Rekordu świata nie poprawił Mondo Duplantis. Zrobił to w siedmioboju Szwajcar Ehammer.**

Sztafeta mieszana 4x400 m w Toruniu debiutowała podczas halowych mistrzostw świata. Wiele obaw było już przed startem. Sześć drużyn, krótka prosta, mało miejsca, a do tego mieszanka silnych fizycznie mężczyzn i słabszych sprinterek. Prosiło się o katastrofę.

No i doszło do niej już na pierwszej zmianie, kiedy Kajetan Duszyński przekazywał bieg Annie Gryc. Upadła Amerykanka, za nią Holender, który jeszcze trzymał pałeczkę, a na dodatek wpadł na Duszyńskiego. Z przodu na szczęście była już Polka - na trzecim miejscu. Ekipa USA już się nie liczyła.

Biało-Czerwoni do końca walczyli z Jamajką i mocną Hiszpanią. Gdy do ostatniej zmiany ruszyła Justyna Święty-Ersetic, miała kilka metrów straty do tej dwójki, ale szybko to odrobiła. Niestety, zabrakło mocy na finiszu, chociaż nasza doświadczona sprinterka i tak miała najlepszy czas w czwartej grupie zawodniczek. Medalu nie było - tak się przynajmniej wydawało. Najgorsze, czwarte miejsce. Po Polakach było widać rozczarowanie.

Gdy w strefie mieszanej dziennikarze czekali na Biało-Czerwonych, Anna Gryc przebiegła szybko mówiąc tylko: „Składamy protest!”. Po kilku minutach ktoś rzucił, że Jamajka została zdyskwalifikowana. Chodziło o złe ustawienie podczas zmiany. To oznaczało, że mamy pierwszy medal podczas tych mistrzostw. Justyna Święty-Ersetic zaczęła krzyczeć z radości. Chwilę wcześniej miała łzy w oczach.

- Od łez rozpacz i smutku po łzy szczęścia. Coś wspaniałego! - cieszyła się Święty-Ersetic. - Chciałabym jednak wrócić z całą drużyną tam na dół, do hali i cieszyć się razem z naszymi kibicami - dodała.

Kibice w Toruniu oczekiwali, że w sobotę zobaczą rekord świata. No i zobaczyli, ale nie ten, który się spodziewali. Rekordzistą w siedmioboju (6670 punktów) został Szwajcar Simon Ehammer, który dostał za to czek na 50 tys. dolarów. Chociaż w konkursie tyczkarzy Armand Duplantis nie poprawił najlepszego wyniku na świecie, to jednak fani lekkoatletyki musieli być zadowoleni z poziomu konkursu. Szwed oczywiście wygrał (6.25 - rekord mistrzostw). Srebro dla Greka Karalisa (6.05).

Dobrze zaprezentowała się Ewa Swoboda, która w finale sprintu na 60 m zajęła szóste miejsce, wyrównując najlepszy wynik w tym sezonie (7.07). Wygrała Włoszka Zaynab Dosso (7.00). Najszybszym sprinterem okazał się 21-letni Amerykanin Jordan Anthony (6.41).

**HMŚ wielkolektyce - 4x400 sztafeta mieszana:** 1. Belgia 3:15.60; 2. Hiszpania 3:16.96; 3. Polska (Duszyński, Gryc, Karolewski, Święty-Ersetic) 3:17.44; 4. Holandia 3:20.14; 5. USA 3:21.35. ©



**Armand Duplantis - jego rekord świata to dziś 6.31**

## Bukowiecka była pierwsza, ale z radością musiała poczekać. Ma srebrny medal

Jakub Guder

jakub.guder@polskapress.pl

**Natalia Bukowiecka z Podlasia Białystok została halową wicemistrzynią świata w biegu na 400 m. Paradoks polegał na tym, że metę przekroczyła jako pierwsza.**

Jak absurdalne są tegoroczne zasady halowych mistrzostw świata w biegu na 400 m pokazał finał mężczyźni. Amerykanin Chris Robinson wygrał pierwszy bieg finałowy, ale i tak nie zdobył

medalu. W tym roku finały mamy bowiem dwa, a o ostatecznej klasyfikacji decydują po prostu czasy. Trzech zawodników w finale drugim było lepszych od reprezentanta USA.

Na szczęście w przypadku pań ta sytuacja się nie powtórzyła. Natalia Bukowiecka biegła w pierwszym finale. Ściagała się z Holenderką Lieke Klaver. Długo była za jej plecami, ale na finiszu ją wyprzedziła, wyrównując przy tym rekord Polski (50.83). Potem obie usiadły na specjalnych, zielonych pufach

ustawionych w pobliżu mety, by obserwować drugi bieg i czekać, cosie wydarzy. Tam szybsza była Czeszka Lurdes Gloria Manuel.

- To było mega dziwne. Niby wiedziałam, że powinien być ten medal, ale różne rzeczy się dzieją. Tam też były mocne zawodniczki. Nie wiedziałam, czy to będzie złoto, srebro czy brąz. Brakowało mi tego medalu w hali. Trochę zeszło ze mnie ciśnienie. Powiedziałam sobie, że to będzie prawdopodobnie mój ostatni start w halowych mistrzostwach świata. Dlatego bar-

dzo chciałam stanąć na podium - powiedziała po wszystkim Bukowiecka. - Lieke Klaver nie wiedziała, czy ma medal. Nie wyświetliło nam się nazwisko Henriette Jaeger. Nie wiedziałyśmy, co się stało. Lieke myślała, że zapomnieli Norweżki dopisać - tłumaczyła nasza sprinterka zamieszanie, jakie powstało na mecie.

- Wiedziałam, że rywalki w drugim biegu szybko zaczęły i może być dobry wynik, ale też zdawałam sobie sprawę, że mogą się pogubić, bo tak bywa,

kiedy początek jest mocny. Widać było jednak, że Czeszka jest świetnie przygotowana. Żałuję tylko, że nie biegłyśmy razem. Myślę, że to się mogło wtedy inaczej potoczyć. Nie wiem oczywiście, czy bym wygrała, ale miałam na końcu jeszcze siły i wydaje mi się, że w bezpośredniej rywalizacji mogłabym powalczyć o złoto. No oczywiście mogłabym równie dobrze być bez medalu, ale wszystko byłoby bardziej przejrzyste i satysfakcjonujące - logicznie zauważyła świeżo upieczona wicemistrzyni

świata, która celnie stwierdziła, że zabiera się też trochę radości na mecie zwycięzcy.

Pojawienie się Natalii Bukowieckiej wywołało euforię na trybunach. Była chyba najbardziej wiwatowanym polskim sportowcem w Arenie Toruń, która w sobotni wieczór wypełniła się do ostatniego miejsca.

**HMŚ wielkolektyce - 400 m kobiet:** 1. Lurdes Gloria Manuel (CZ) 50.76; 2. Natalia Bukowiecka (POL) 50.83 - wyrównany rekord Polski; 3. Lieke Klaver (NED) 51.02; Wadeline Venloog (HAI) 51.07. ©

**IV liga** Warmia Grajewo strzeliła Orłowi Kolno siedem goli. Tur musiał zadowolić się punktem

# Turośnianka lepsza do przerwy, Tur po niej i padł remis

Wojciech Konończuk  
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Sporo emocji dostarczyła 20. kolejka gier. W najbardziej zaciętym meczu Turośnianka zremisowała 1:1 z Turem Bielsk Podlaski.**

Dla bielszczan była to pierwsza wiosenna strata punktów, bo wcześniej odnieśli oni dwa zwycięstwa. Z kolejką z Turośni Kościelnej wyrasta na królową remisów, bo za każdym razem w tej rundzie dzieliła się z rywalami punktami.

- Remis jest sprawiedliwy, bo do przerwy Turośnianka prezentowała się lepiej, a my nie mogliśmy złapać swojego rytmu - ocenia trener Tura Dariusz Szklarzewski. - Odczuwamy jednak pewien niedosyt, bo po zmianie stron zagraliśmy dobrze, wyrównaliśmy i mieliśmy okazję, by wygrać. Zabrakło jednak przysłowiowej kropki nad „i”, czyli skuteczności - dodaje.

Na brak skuteczności nie narzekali za to piłkarze Warmii

Grajewo, którzy efektywnie rozprawili się 7:2 z Orłem Kolno. W starciu sąsiadów goście już do przerwy przegrywali już 0:4, a przed całkowitą klęską uratował ich moment przestoju Wilczków, kiedy w ciągu kilkudziesięciu sekund Karol Domurat strzelił dwa gole.

Po ośmiu porażkach z rzędu przełamał się MOSP Białystok, pokonując Krypniankę 2:0. Ostatni raz młodzież ze stolicy regionu cieszyła się z kompletu punktów pod koniec sierpnia, więc było co świętować.

- Koń by nie zniósł psychicznie tyłu miesięcy bez wygranej, a nam się udało - śmieje się trener MOSP-u Piotr Szydłowski. - A tak już poważnie, to mecz był bardzo otwarty, intensywny, z dużą liczbą sytuacji z obu stron. Udało nam się objąć prowadzenie przed przerwą po stałym fragmencie gry. W drugiej połowie Krypnianka naciskała, ale przetrwaliśmy to, a w doliczonym czasie wyprowadziliśmy kontre, która przypieczętowała zwycięstwo - dorzuca.



Turośnianka (ciemniejsze stroje) zremisowała 1:1 z Turem Bielsk Podlaski

Po raz pierwszy wiosną zagrał Ruch Wysokie Mazowieckie, który bez większych problemów wygrał u siebie 4:0 ze Spartą Augustów. Ekipa z nad Netty pozostała czerwoną latarnią tabeli. ©©

## WYNIKI 20. KOLEJKI

**Krypnianka Krypno - MOSP Białystok 0:2 (0:1).** Bramki: 0:1 - Torgoński (43), 0:2 - Harsimczuk (90).  
**Warmia Grajewo - Orzeł Kolno 7:2 (4:0).** Bramki: 1:0 - Boateng (3), 2:0 - Gegotek (18), 3:0 - Ożarowski (22-samobójcza), 4:0 - Kulak

(38), 5:0 - Żabiuk (46), 5:1 - Domurat (65), 5:2 - Domurat (66), 6:2 - Grabarz (86), 7:2 - D. Kalinowski (90).  
**Ruch Wysokie Mazowieckie - Sparta Augustów 4:0 (1:0).** Bramki: 1:0 - Mazgoła (34), 2:0 - Romanowski (55), 3:0 - Jackiewicz (88), 4:0 - Grzybowski (90).

**Turośnianka Turośń Kościelna - Tur Bielsk Podlaski 1:1 (1:0).** Bramki: 1:0 - Kubel (15), 1:1 - Witkowski (52).

**Promień Mońki - Pionier Brańsk 2:1 (0:0).** Bramki: 1:0 - Odyjewski (53), 2:0 - Głódź (59), 2:1 - Styś (90).

**KS Śniadowo - Hetman Tykocin 3:4.** Supraślanka Supraśl - KS Michałowo 3:2 (2:2). Bramki dla Supraślanki: Maciejuk - dwie i Łaszczewski.

**Wieczorem grali:** Czarni Czarna Białostocka - Olimpia Zambrów.

**Mecz:** LZS Krynk - Wissa Szczuczyn został przełożony.

|                          |    |    |       |
|--------------------------|----|----|-------|
| 1. Olimpia Zambrów       | 19 | 54 | 80-9  |
| 2. Warmia Grajewo        | 19 | 41 | 59-29 |
| 3. Tur Bielsk Podlaski   | 20 | 38 | 50-38 |
| 4. Pionier Brańsk        | 20 | 37 | 62-31 |
| 5. Turośnianka Turośń K. | 20 | 37 | 54-29 |
| 6. Hetman Tykocin        | 19 | 35 | 56-56 |
| 7. Ruch Wysokie Maz.     | 18 | 34 | 53-21 |
| 8. Wissa Szczuczyn       | 16 | 33 | 53-20 |
| 9. Promień Mońki         | 19 | 29 | 48-34 |
| 10. Czarni Czarna B.     | 18 | 28 | 40-35 |
| 11. Orzeł Kolno          | 20 | 22 | 36-60 |
| 12. KS Śniadowo          | 18 | 21 | 36-50 |
| 14. Supraślanka Supraśl  | 19 | 19 | 39-42 |
| 15. Krypnianka Krypno    | 19 | 18 | 34-61 |
| 16. KS Michałowo         | 19 | 14 | 21-60 |
| 16. LZS Krynk            | 18 | 11 | 30-65 |
| 17. MOSP Białystok       | 19 | 7  | 19-69 |
| 18. Sparta Augustów      | 18 | 4  | 11-68 |

## To był wielki bój ze szczęśliwym finałem. Necko pokonało u siebie Astrę Nowa Sól

Wojciech Konończuk  
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

**SIATKÓWKA. Necko Augustów nie rezygnuje z walki o pozostanie w I lidze mężczyzn. Nasz beniaminek po dramatycznym boju wygrał u siebie 3:2 z Astrą Nowa Sól.**

Sytuacja wciąż jest bardzo trudna, a strata do bezpiecznych miejsc w tabeli duża, ale najważniejsze, że Augustowianie nie wywieszają białej flagi i walczą.

Spotkanie z Astrą było niebywale zacięte i dostarczyło kibicom klubu z nad Netty ogromnych emocji. Gospodarze rozpoczęli znakomicie, wygrywając dwa sety, ale potem do głosu doszli ich rywale, którzy doprowadzili do remisu i tie-breaka.

W decydującej odsłonie emocje sięgnęły zenitu, a prowadzenie przechodziło z rąk do rąk. Na szczęście w ostatnich wymianach goście popełnili bardzo kosztowne błędy, a triumf 16:14 dało naszej drużynie dotknięcie siatki przez Patryka Potrykusa z Astry.

Najwięcej punktów - 22 zdobył w ekipie triumfatorów Filip

Jarosziński, 18 oczek dołożył Oleg Krikun. ©©

## WYNIKI 28. KOLEJKI

**Necko Augustów - Karton-Pak Astra Nowa Sól 3:2 (31:29, 25:22, 19:25, 22:25, 16:14).** Necko: Jarosziński, Krikun, Baran (15), Taudul, Rudzewicz (5), Łukasik (4), Cholewiński, Krupiński (libero), oraz Sterna, Konieczny, Rodek, Szejter, Buczek i Opiola (l). Czarni Radom - Lechia Tomaszów Mazowiecki 3:1, MKSIS Jaworzno - Sparta Grodzisk Mazowiecki 3:1, KPS Siedlce - BBTS Bielsko-Biała 3:1, Mickiewicz Kluczbork - BKS Bydgoszcz 3:2, MKS Będzin - Avia Świdnik 0:3, GKS Katowice - Anioły Toruń 3:1, Stal Nysa - SMS Spała 3:0.



Sytuacja Necka wciąż jest bardzo trudna, ale siatkarze z nad Netty nie rezygnują z walki o pozostanie w I lidze

## Białostoczanki nie pozostawiły rywalkom żadnych złudzeń co do tego, kto jest lepszy

Wojciech Konończuk  
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

**SIATKÓWKA. BAS Kombinat Budowlany Białystok zagra w półfinale play-off I ligi pań. Podlasianki wygrały w Nysie z Komunalnikiem 3:0, a w rywalizacji do dwóch zwycięstw - 2:0.**

Wszystkie dotychczasowe mecze Białostoczank z beniaminkiem z Nysy w tym sezonie były bardzo zacięte, tymczasem ostatni okazał się klęską Komunalnika, który w żadnej z partii nie osiągnął granicy 20 punktów, a cała potyczka trwała tylko 69 minut.

Różnica polegała nie tylko na tym, że BAS KB Białystok ma po prostu lepszą, bardziej doświadczoną drużynę, ale też wygrał pierwszy mecz fazy play-off u siebie i miał margines błędu. Tymczasem postawione pod ścianą siatkarki Komunalnika nie poradziły sobie z presją, grały mocno spięte i popełniały mnóstwo błędów.

Potyczka rozpoczęła się od mocnego uderzenia przyjezdnych, które po dwóch efektywnych blokach Anny Wojcie-



Siatkarki BAS-u KB Białystok w dwóch meczach uporały się z Komunalnikiem Nysa i zagrają w półfinale play-off

chowskiej i asie serwisowym Marty Szczepuły objęły prowadzenie 7:2 i do końca premierowego seta dyktowały warunki, łatwo wygrywając do 17.

Pewne problemy pojawiły się w kolejnej odsłonie, kiedy gospodynie objęły prowadzenie 9:5. Podlasianki szybko uporządkowały swoje poczynania, odrobiły straty i zwyciężyły do 19. Podobny wynik był też w ostatniej partii.

Półfinałowym rywalem Białostoczank będzie KSG Warszawa. Pierwszy mecz (gra się

do dwóch zwycięstw) 28 marca w stolicy. ©©

## WYNIKI I RUNDY PLAY-OFF

**Komunalnik Nysa - BAS Kombinat Budowlany Białystok 0:3 (17:25, 19:25, 19:25).** Stan rywalizacji: 0:2. Awans: BAS KB Białystok.  
**BAS KB Białystok:** Bałdyga, Nowacka, Stepko, Szczepuła, Surlit, Wojciechowska, McGlashan (libero). Solna Wieliczka - MKS Kalisz 0:3. Stan rywalizacji: 0:2. Awans: MKS Kalisz.  
**Płomień Sosnowiec - KS Piła 1:3.** Stan rywalizacji: 0:2. Awans: KS Piła.  
**MKS Imielin - KSG Warszawa 0:3.** Stan rywalizacji: 0:2. Awans: KSG Warszawa.

# Skoki narciarskie PS w Vikersund potwierdził problemy naszej kadry

## POLACY BEZ RADOŚCI Z LOTÓW

Artur Bogacki  
redakcja@polskapress.pl

**Za nami przedostatni w sezonie weekend z Pucharem Świata. W sobotnim konkursie lotów w Vikersund Polacy byli tylko tłem dla rywali.**

Im bliżej końca sezonu, tym wyniki Polaków są gorsze. Po euforii z igrzysk nie ma już śladu. Nadzieja była w tym, że w tak lubianych przez skoczków lotach uda się przełamać ten trend, poczuć radość z dalekich skoków. Podczas dwóch pierwszych dni PS w Vikersund ta nadzieja została brutalnie stłamszona (niedzielne zawody zakończyły się po zamknięciu wydania).

Smutno było już w piątek. W kwalifikacjach odpadli nasi dwaj najlepsi w tym sezonie zawodnicy: trzykrotny medalista olimpijski Kacper Tomasiak (pewnym wytłumaczeniem jest to, że to był jego pierwszy występ na mamuciej skoczni) i doświadczony Kamil Stoch. Pozostała czwórka awansowała, ale jedynie Aleksander Zniszczoł (16. miejsce) może być zadowolony. Pozostali byli daleko.

Przed konkursem trudno było o optymizm. A pierwsza seria potwierdziła, że nie jest dobrze. W kiepskim stylu odpadli Paweł Wąsek (35.), Maciej Kot (36.) i Piotr Żyła (37.). Do drugiej serii awansował tylko Zniszczoł, a jego 26. miejsce zwiastowało, że dla nas



20-letni Stephan Embacher w sobotę po raz pierwszy wygrał zawody Pucharu Świata

emocje w zasadzie się skończyły. W rundzie finałowej nasz zawodnik spisał się gorzej, spadł na 28. pozycję. To jeden z najgorszych wyników Polaków w całym sezonie PS - ledwie 3 punkty sześciuosobowej ekipy zgłoszonej do startu...

Show zrobili inni. W drugiej serii loty na ponad 235 m (najlepszy wynik Polaka to 206 m Zniszczoła) mieli zawodnicy, którzy nie są zaliczani do światowej czołówki. 235,5 m w drugiej serii zaliczył Słowak Hektor Kapustik, ostatecznie 13.

Walka o końcowe zwycięstwo była ciekawa i przyniosła

ważne rozstrzygnięcie. Wygrał 20-letni Stephan Embacher, dla którego to pierwsze w karierze zwycięstwo w PS. Szanse na nie miał już wcześniej, ale w drugiej serii czegoś brakło. Nie tym razem. Wytrzymał presję, obronił pozycję lidera po I serii. Pomogło też to, że jury ze względów bezpieczeństwa znacznie obniżyło belkę startową liderowi PS Domenovi Prevcowi. Słoweniec był 5.

W Vikersund rywalizowały także panie, po raz pierwszy wystąpiła Polka. Anna Twardosz nie dostała się do konkursowej „20”. W pierwszych

kwalifikacjach była 21. (172,5 m), w drugich - 24. (157 m).

W Pucharze Kontynentalnym w Zakopanem dwukrotnie wygrał Austriak Clemens Aigner. Najlepszym z Polaków był Dawid Kubacki - 4. i 6.

**Sobotni konkurs PS w Vikersund:** 1. Stephan Embacher (Austria) 459,1 (232 i 225 m), 2. Tomofumi Naito (Japonia) 446,8 (240 i 230 m), 3. Johann Andre Forfang (Norwegia) 443,7 (239 i 224 m), 4. Isak Andreas Langmo (Norwegia) 442,8 (229 i 232,5 m), 5. Domen Prevc (Słowenia) 439,2 (211 i 218,5 m)... 28. Aleksander Zniszczoł (Polska) 352,7 (206 i 199,5 m), 35. Paweł Wąsek (Polska) 157,9 (196,5 m), 36. Maciej Kot (Polska) 156,8 (193,5 m), 37. Piotr Żyła (Polska) 155,6 (196 m). © ©

## Słabe starty Polaków w sportach zimowych

Zbigniew Czyż  
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**Aleksandra Król-Walas zajęła 13. miejsce w ostatnich w tym sezonie zawodach Pucharu Świata w snowboardowym slalomie równoległym w Winterbergu.**

Najlepsza z Polek miała dziewiąty czas kwalifikacji, ale w 1/8 finału okazała się gorsza od Kanadyjki Kaylie Buck, z którą przegrała o 0,19 s. W kwalifikacjach odpadły Maria Bukowska-Chyc (34.) oraz Olimpia Kwiatkowska, która nie ukończyła przejazdu. Wygrała Włoszka Lucia Dalmasso. W rywalizacji mężczyzn nie poradzili sobie Oskar Kwiatkowski, który zajął 32. miejsce i Michał Nowaczyk (39.). Zwyciężył Koreańczyk Sangho Lee.

W klasyfikacji generalnej Król-Walas uplasowała się na dziewiątym miejscu, Bukowska-Chyc zajęła 26. pozycję, a Kwiatkowska 32. U mężczyzn, Kwiatkowski zakończył rywalizację w PS na 33. lokacie, Nowaczyk był 39. Kryształowe Kule zdobyli Japonka Tsubaki oraz Włoch Maurizio Bormolini.

### W biegach daleko

Szwedka Linn Svahn wygrała w amerykańskim Lake Placid sprint techniką dowolną, zaliczany do Pucharu Świata w biegach narciarskich. Polki zajęły odległe lokaty, odpadły już w eliminacjach. Karolina Kaleta była 43., a Andżelika Szyszka - 58. W biegu na 10 km stylem klasycznym, jedyna Polka w stawce Andżelika Szyszka zajęła 59. miejsce, triumfowała Szwedka Svahn. W biegu mężczyzn na 10 km stylem klasycznym, Dominik Bury, jedyny Polak w stawce 74 zawodników,

został sklasyfikowany na 65. miejscu, wygrał Johannes Kloebo. Kryształowe Kule za triumf w klasyfikacji generalnej cyklu już wcześniej zapewnili sobie Jessica Diggins i sześciokrotny złoty medalista igrzysk w Mediolanie Johannes Hoesflot Kloebo.

### W biathlonie też przeciętnie

Szwedka Hanna Oeberg wygrała bieg na dochodzenie na 10 km w finałowych zawodach Pucharu Świata w biathlonie w Oslo-Holmenkollen. Najlepsza z Polek Natalia Sidorowicz zajęła 19. miejsce. Kamila Żuk była 33., Anna Mąka 35., a Joanna Jakiela 40. W rywalizacji na 12,5 km na dochodzenie wśród mężczyzn, Polacy nie wystartowali, gdyż bardzo słabo zaprezentowali się dzień wcześniej w sprincie. Jan Zawół był 72., Konrad Badacz - 80., Jan Guńka - 96. a Fabian Suchodolski - 100.

### Wypadek Niewiadomej

Katarzyna Niewiadoma (Canyon-SRAM zondacrypto) uległa wypadkowi w końcówce klasyki kolarskiego Mediolan-San Remo. Wyścig wygrała Belgijka Lotte Kopecky (SD Worx-Protime), a piąte miejsce zajęła Dominika Włodarczyk (UAE Team ADQ). Włodarczyk finiszowała tuż za czołowymi zawodniczkami, ze stratą czterech sekund. Niewiadoma upadła na zjeździe z Cipressy, jednego z dwóch słynnych wzniesień wyścigu, ok. 25 km przed metą, a chwilę później wpadły na nią z dużą prędkością kolejne zawodniczki. W wyścigu mężczyzn, Filip Maciejuk zajął 92. miejsce, ze stratą blisko czterech minut, a Michał Kwiatkowski, nie dojechał do mety. Triumfował Słoweniec Tadej Pogacar.

Adam Godlewski

„Krótka piłka”



## NIE ROZUMIEM ATAKU URBANA

Zarty się skończyły, nadszedł czas baraży. Jan Urban odkrył karty ogłaszając skład, którym - szczególnie - nie zaskoczył. Zawiedzeni mogą czuć się jedynie ci fani, którzy spodziewali się personalnej rewolucji i radykalnego odmłodzenia kadry; wystarczy jednak odrobina chłodnej głowy, aby ogarnąć, że to nie jest właściwy timing na rewolucję. Baraże, w których rozgrywa się po jednym spotkaniu, bez rewanżu, wymagają po prostu postawienia na sprawdzonych w dotychczasowych bojach żołnierzy. A nie na debutantów.

Jedynym nowicjuszem jest Oskar Pietuszewski, ale to oczywiście także logiczny wybór. To przecież zawodnik, który

w ostatnim czasie - bez podziału na kategorie wiekowe - zrobił największy postęp wśród naszych rodaków grających w piłkę w najlepszych grach Europy. Iudowodnił - choćby w ligowym starciu z Benfiką w Lizbonie - że renoma rywala nawet na jego stadionie nie robi na nim żadnego wrażenia. Nabrał wręcz beczelnej pewności siebie, zatem pierwsza reprezentacja w momencie walki o mundial to właściwe miejsce dla tego młokosa. Bo to już jest gość, którego stać na popis w decydującej akcji nawet w finale baraży.

Ktoś powie, że Bartosz Nowak jest dziś w znacznie wyższej formie niż Bartosz Bereszyński, Kamil Grosicki i Przemysław Wiśniewski razem wzięci. I... bę-

dzie miał rację. Tyle tylko, że wspomniani w poprzednim zdaniu weterani mają doświadczenie z wielu reprezentacyjnych etapów - dobrych, ale także z zakrętów - a w odwodzie warto mieć właśnie takich zawodników, konkretnie w tych specjalnościach. Nowak nie konkurowałby na zgrupowaniu także z Wiśniewskim, który ma znacznie mniej występów w kadrze nie tylko od „Grosika”, ale szybko i udanie wpasował się do defensywnej układanki Urbana. Selekcjoner uznał po prostu, iż wśród ofensywnych pomocników przed barażami dysponuje zestawem lepszych, skrojonych na miarę jego pomysłu na grę piłkarzy od futbolisty GieKSy. I oczywiście - miał do tego prawo.

Zupełnie natomiast nie rozumiem, po co na odstrzał w sferze publicznej trener kadry - wraz asystentem z Jackiem Magierą - wystawili po powołaniach Sebastiana Walukiewicza. Nawet jeśli obrońca występujący we włoskim Sassuolo rzeczywiście nie odebrał połączenia od dyrektora

kadry, a potem nie oddzwonił. Bo to bardziej wskazuje na komunikacyjną nieporadność sztabu reprezentacji niż na wykroczenie zawodnika, który ma jakość niezbędną do gry w kadrze, a przy słabszej dyspozycji Wiśniewskiego mógłby pewnie nawet z powodzeniem konkurować z nim o miejsce w wyjściowej jedenastce. Dziwny, naprawdę niezrozumiały jest w tym kontekście argument, że Walukiewicz „odmówił reprezentacji”. Złazszcza że całkiem niedawno urlop od kadry - podczas zgrupowania - brał Robert Lewandowski, co Urban szybko kapitanowi wybaczył. A i sam selekcjoner - jako piłkarz Osasuny - ma identyczny „wyskok” w CV.

Po prawdzie zresztą, wywiady, których selekcjoner udzielił sporo po ogłoszeniu składu na baraże, to był najslabszy punkt powołań. Urban wyraźnie nie wytrzymał kondycyjnie tego medialnego maratonu i nie wybrzmiał przekonująco. O entuzjzmie, za który tak bardzo jako kibice go polubiliśmy, nie wspominając...



Aleksandra Król-Walas zakończyła sezon 2025/26



Daria Abramowicz (po lewej), psycholożka Świątek, nie potrafi znaleźć sposobu na poprawę mentalu Igi

**Tenis** Pierwszy trener Świątek analizuje przyczyny kryzysu Polki. Tak zlej passy Iga nie notowała od momentu, gdy weszła na szczyt

Zbigniew Czyż  
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**Iga Świątek sensacyjnie szybko pożegnała się z turniejem w Miami, odpadając już w drugiej, a dla siebie pierwszej rundzie. Rozmawiamy z Arturem Szostaczko, jej pierwszym trenerem.**

**Co się dzieje ze Świątek? Coraz bardziej jej nie poznajemy. Frustracja na korcie, błędy, chimeryczna postawa...**

To nie jest tak, że Iga zapomniła, jak się gra w tenisa. Ja cały czas twierdzę, że główny powód takiego stanu rzeczy to sfera mentalna. Gdy w meczu w Indian Wells z Muchową wszystko się układało, widać było u Igi spokój, pewność siebie – zagrała wtedy jedno z najlepszych spotkań w tym sezonie. I teraz pojawia się pytanie: dlaczego nie była w stanie powtórzyć tego na drugi dzień w pojedynku ze Switoliną? I tutaj cały czas wychodzi ten sam problem.

**Dokładnie jaki?**

Trener Igi odgrywa w jej sztabie drugie skrzypce. Nie może być tak, że osoba, która odpowiada za wyniki tenisistki, jest w drugim rzędzie, a w pierwszym jest pani Daria Abramowicz, która chce zarządzać, zarządza wszystkim i ma na to przyzwolenie. To zachowanie Igi, gdy skierowała do swojego boksu słowa, że grała na od-

# Największy kryzys w karierze Igi Świątek. Posypała się mentalnie

wał się, jest dla mnie całkowicie niezrozumiałe. Co to miało znaczyć? Że Iga chciała zrobić komuś na złość, czy miała zły dzień i jej się nie chce?

**Te słowa usłyszał cały świat.**

I to nie jest tak, że my sobie coś wymyślamy. To są słowa Igi, z którą musi się dziać coś złego. To tak jakby powiedzieć: „Zarobiłam w turnieju 500 tysięcy i teraz gram na odwal się?”. Nie wypada wręcz byłej liderce rankingu wypowiadać takich słów. Jest wybitną tenisistką i dlatego musi się też adekwatnie do swojego statusu zachowywać.

**Świątek nie wygrała żadnego turnieju już od września ubiegłego roku. Słabo zaprezentowała się w Australian Open czy turnieju w Dosze.**

Idzie brakuje wiary w siebie, poza tym ona nie ma spokoju i to przekłada się na wyniki. Wykrzykiwanie pani psychologa do tenisistki i tak samo w drugą stronę to jest jakiś absurd.

**Świątek nie radzi sobie z tenisistkami z czołowej dziesiątki rankingu. Przegrała z nimi pięć ostatnich spotkań, a w ostatnich piętnastu meczach pięć wygrała i aż dziesięć przegrała.**

To nie jest tak do końca, że przegrywa tylko z tymi najlepszymi, bo niedawno uległa też Sakkari, a później „mamie” Switolinie. Iga nie radzi sobie z zawodniczkami, które grają płasko i szybko.

**U Świątek widoczny jest też brak regularności. Nie potrafi**

**jak dawniej wygrać kilku meczów z rzędu, prezentując w każdym z nich równą i dobrą formę. Co jest tego przyczyną?**

Świątek jest dużo lepsza od większości zawodniczek i jeśli tylko byłaby pewna siebie, to powinna wygrywać bez problemów.

**W ćwierćfinale turnieju w Indian Wells, przegranym przez Świątek z Eliną Switoliną, widzieliśmy okrzyki psycholożki Świątek Darii Abramowicz.**

**Artur Szostaczko: Zostaliśmy zbiczeni przez Tomasza Świątkę. A Iga w ogóle w tenisa mogła już nie grać...**

**wicz w kierunku Igi. Coś złego dzieje się w ich współpracy?**

Jako były zawodnik mogę powiedzieć, że gdy jest się na korcie poirytowanym własną grą, to pojawia się między zawodnikiem a sztabem swoisty mur. Nie słyszy się wtedy, co oni do mnie mówią, bo jest się na siebie tak bardzo złym i sfrustrowanym. Każde słowo wypowiedziane więcej z boku potrafi jeszcze bardziej zirytować. I to się dzieje teraz u Igi. Jej pani psycholog powinien ją umieć wyciszyć, ale nie jest w stanie tego zrobić, bo sama dolewa oliwy do ognia.

**Wydaje się, że strefa mentalna nie powinna być problemem Polki. Jako jedyna w turnieju, jak sam Pan niedawno powiedział w rozmowie ze mną, ma niemal cały czas opiekę swojej psycholożki Darii Abramowicz.**

Szkoda mi Igi. Muszą znaleźć jakiś sposób, jak sobie z tym poradzić. Wydaje mi się, że powinni poszukać jakiegoś innego rozwiązania – może odpocząć od siebie przez tydzień? Może funkcjonować na zasadzie: tydzień się nie widzimy, potem znowu się spotykamy, i tak co drugi turniej? Nie będę jednak doradzał trzeciej tenisistce świata, co ma robić. Jeżeli jej to pasuje, to niech to robi.

**Tyle tylko, że przyzwyczaiła nas do świetnych meczów i wygrywania seryjnie. A to się właśnie ucięło...**

I to mnie boli, bo rozmawiamy o Idze Świątek, która według mnie jest w stanie wciąż wygrywać seryjnie i zwyciężać turniej po turnieju, ale na ten moment nie potrafi swoich umiejętności przełożyć na kort.

**Może już czas, by Świątek zmieniła psychologa?**

Nie mówię tego, że musi zmienić. Swoją drogą, według mnie, ten psycholog jest nie do ruszenia ze sztabu do końca jej kariery. Podkreślę jeszcze raz, że może powinny sobie dawać między jednym a drugim turniejem czas na odpoczynek od siebie, żeby spróbować innego rozwiązania i zobaczyć, czy mi to służy, czy nie. To są jednak dorośli ludzie, każdy z nich odpowiada za swój zawód, więc ja im nie będę doradzał.

**Za słowa odnośnie współpracy Świątek i Abramowicz oberwało się niedawno panu i autorowi podcastu „Trzeci Serwis” Lechowi Sidorowi ze strony ojca Igi, który napisał, że się Pan nie zna.**

Zostaliśmy zbiczeni przez ojca Igi, Tomasza, który chyba nie zrozumiał naszego przekazu. Jestem dyplomowanym i wykształconym trenerem. W Niemczech w ciągu kilku lat

zdobyłem wszystkie stosowne uprawnienia, które każdy trener tenisa powinien zrobić. Sam też grałem w tenisa. Nie rozumiałem za bardzo jego wypowiedzi: czy chodziło o to, że jesteśmy psami, które nic nie potrafią? Zapomniał, że jego córka dzięki mnie gra dziś w tenisa.

**Czuje się Pan urażony?**

Co prawda nie grałem w turniejach rangi ATP, ale wtedy były inne czasy, o których pan Tomasz może zapomniał. Doceniam ten czas, że mogłem grać w Bundeslidze i wykształcić się na trenera. Całe życie poświęciłem tenisowi, wychowałem wielu zawodników. Nie rozumiem tej agresji z jego strony, bo nikt źle Idze nie życzy. Mamy prawo do tego, aby porozmawiać i wyrazić swoje zdanie na temat gry Igi. Nikogo nie obraziłem, ale uważam, że my zostaliśmy obrażeni. Myślę, że Tomasz jest świadomy tego, że zachował się źle i poniżej pasa.

**Podobno otrzymał Pan wsparcie od wielu ludzi z tenisowego środowiska z całego świata.**

Pisali do mnie ludzie z Monachium, Majorce czy Malagi, ale nie chcę nawet cytować tego, co mi pisano na temat tych słów Tomasza Świątkę. Każdy musi się zastanowić, jak wypowiada się publicznie, i myślę, że też publicznie powinien nas za te słowa przeprosić. Zrobił jak zrobił i dla mnie temat jest zamknięty, ale osoba publiczna nie powinna się w taki sposób wypowiadać. Nie jestem kimś spod budki, nie jestem środowisku tenisowemu od wczoraj. Szkoda tylko, że zapomniiał o tym, dlaczego jego córka w ogóle gra dziś tenisa. Jego córka dzięki mnie gra dziś w tenisa.

**Mocne słowa.**

Iga była moją podopieczną w Warszawiance przez cztery lata. Po roku treningów, gdy miała około siedmiu lat, Tomasz zadzwonił do mnie i powiedział, że ich nie stać na dalsze zajęcia, a miałem też pod opieką siostrę Igi, Agatę. Tomasz chyba zapomniiał, że ten dziś zły trener, czyli ja, po tamtej rozmowie załatwił w dwie godziny sponsora na kilka lat i że Iga oraz Agata trenowały ze mną przez kolejne trzy lata. Gdy się rozstaliśmy, mieli tego sponsora jeszcze przez około rok, gdy już przenieśli się na Merę. A potem była Legia, ale tę dalszą historię chyba wszyscy znają. Więc tak naprawdę nie wiem, czy dziś byłby w ogóle temat Igi Świątek i jak dalej to wszystko by się potoczyło, bo Iga w ogóle w tenisa mogła dalej nie grać...

©©

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Przez internet: [ogloszenia.bialystok@polskapress.pl](mailto:ogloszenia.bialystok@polskapress.pl)

Biuro Ogłoszeń

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

Tel. 85 748 96 02

e-mail: [ogloszenia.bialystok@polskapress.pl](mailto:ogloszenia.bialystok@polskapress.pl)

Biuro Reklamy Białystok

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

[reklama.bialystok@polskapress.pl](mailto: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 stacji

**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**

**ROŻNE**

**KOMUNIKATY**

**ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA**

**GASTRONOMIA**

- dania na telefon
- usługi
- inne

**ROLNICZE**

- maszyny rolnicze
- ogrodnictwo
- plody rolne
- zwierzęta hodowlane
- inne

**TOWARZYSKIE**

**USŁUGI KAMIENIARSKIE**

**USŁUGI POGRZEBOWE**

AUTOREKLAMA

AUTOREKLAMA

Polecamy →

SPORTOWY24



Sport to Wy

[sportowy24.pl](https://sportowy24.pl)

aktualne  
z całej Polski  
przetargi



nasze  
komunikaty.pl

REKLAMA

0011498378

OBWIESZCZENIE

Zgodnie z art. 11f ust. 3 i 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r., poz. 311 t.j.) oraz z art. 10 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2025 r., poz. 1691 t.j.)

Starosta Suwalski  
zawiadamia

że w dniu 20.03.2026 r.  
po rozpatrzeniu wniosku:

Wójt Gminy Jeleniewo, ul. Słoneczna 3, 16-404 Jeleniewo,  
została wydana decyzja nr 1/2026 zatwierdzająca  
projekt zagospodarowania terenu i projekt architektoniczno-budowlany,  
udzielająca Wójtowi Gminy Jeleniewo,

zezwoleń na realizację inwestycji drogowej:

przebudowę i rozbudowę drogi gminnej nr 101772B Ścibowo – Udryn, gmina Jeleniewo, na działkach nr ew.: 106/3, 105/1, 107/1, 162/1, 161/1 (z podziału dz. nr ew. 161 na dz. 161/2 i 161/1 – 0,0321 ha), 108/1 (z podziału dz. nr ew. 108 na dz. 108/2 i 108/1 – 0,0305 ha), 110/3 (z podziału dz. nr ew. 110/2 na dz. 110/4 i 110/3 – 0,0017 ha), 109/1 (z podziału dz. nr ew. 109 na dz. 109/2 i 109/1 – 0,0472 ha), obręb ew. 0027 Ścibowo, gmina Jeleniewo i na działkach nr ew.: 46/3, 5/1, 182/2, 5/3 (z podziału dz. nr ew. 5/2 na dz. 5/4 i 5/3 – 0,0039 ha), 46/5 (z podziału dz. nr ew. 46/4 na dz. 46/6 i 46/5 – 0,0025 ha), 182/4 (z podziału dz. nr ew. 182/1 na dz. 182/5 i 182/4 – 0,0104 ha), 182/6 (z podziału dz. nr ew. 182/3 na dz. 182/7 i 182/6 – 0,0154 ha), obręb ew. 0028 Udryn, gmina Jeleniewo, oraz na działce czasowo zajętej nr ew.: 181 obręb ew. 0028 Udryn, gmina Jeleniewo.

Jednocześnie informuję, że w Starostwie Powiatowym w Suwałkach przy ul. Świerkowej 60 w pokoju nr 13 można zapoznać się z ww. decyzją. Od niniejszej decyzji służy stronom prawo wniesienia odwołania do Wojewody Podlaskiego za pośrednictwem Starosty Suwalskiego w terminie 14 dni od jej doręczenia. Zgodnie z art. 49 ustawy K.p.a. doręczenie poprzez obwieszczenie uważa się za dokonane ze skutkiem prawnym, po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Data publicznego ogłoszenia obwieszczenia: 23 marca 2026 r.

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

**PRACA W BELGII** - docieplanie elewacji / tynkarz  
Zatrudnimy pracowników budowlanych do dociepleń i tynkowania elewacji.  
Wymagane doświadczenie w pracach elewacyjnych.  
Oferujemy wysokie zarobki, zakwaterowanie oraz transport.  
Kontakt: 666 610 600

W gospodarstwie mlecznym, z doświad.- zamieszkanie, 517-433-784

SZUKAM PRACY

**EMERYTKA** szuka pracy oprócz opieki, Białystok. 736-830-849

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**CIĘKNĄCE** 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

**GOTÓWKA** za KSIĄŻKI,, 668-571-329

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

Rolnicze

INNE

**KUPIĘ** stodoły, wiaty z drewna iglastego. Dach może być zawalony. 503-100-349.

REKLAMA

0011497548

Spółdzielnia Mieszkaniowa im. Adama Mickiewicza w Białymstoku

ogłasza przetarg nieograniczony w zakresie wykonania w 2026 roku:

- Docieplenia ścian budynku przy ul. Grottgera 4;
- Renowacji balustrad balkonowych budynku przy ul. Branickiego 29A;
- Dostawy i montażu instalacji fotowoltaicznych na budynkach przy ul.: Branickiego 29 oraz Mickiewicza 27.

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie [www.smmickiewicza.bialystok.pl](http://www.smmickiewicza.bialystok.pl) w zakładce aktualności/przetargi i zamówienia.

REKLAMA

0011497156

Dyrektor Zespołu Szkół Mechanicznych  
im. Św. Józefa w Białymstoku

podaje do publicznej wiadomości,  
iż w siedzibie Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. Słonimskiej 1,  
został wywieszony na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni,  
tj. od dnia 23.03.2026 r. do dnia 12.04.2026 r.

Wykaz nr 1/2026 nieruchomości stanowiących własność Gminy Białystok, pozostających w trwałym zarządzie ZSM im. Św. Józefa przeznaczonych do wynajmu w trybie bezprzetargowym.

# Przyciągałam takich facetów, jacy mi się wtedy podobali, podobnych do siebie, czyli toksycznych

Doda o swych dotychczasowych związkach w Gosia Ohme Podcast Fot. Adam Jankowski



## Z ŻYCIA GWIAZD

## W TELEWIZJI

## KRZYŻÓWKA NR 44

### Marcelina Zawadzka lubi swoją przestrzeń

Po powrocie do Polski z Dubaju celebrytka poinformowała fanów, że obecnie mieszka u rodziców, co jest dla niej nietypową sytuacją, bo od dziewiętnastego roku życia mieszkała u siebie. Prezenterka podkreśla, że ceni sobie tę bliskość rodziny, ale jednocześnie lubi mieć swoją przestrzeń i czas dla siebie.



### Diamenty są wieczne

Wywiad brytyjski, zaniepokojony wzrostem przemytu diamentów, wysyła Jamesa Bonda do centrum nielegalnego handlu kamieniami szlachetnymi. Ma przeniknąć do siatki przemysłowców i wyjaśnić przyczyny. Obecnie Szpak napisał pod fotografią, że jego tata jest jego „największym fanem”, podkreślając, że ich więź jest teraz silniejsza niż kiedykolwiek.

### Michał Szpak ma największego fana

Piosenkarz podzielił się na Instagramie wspólnym zdjęciem z tatą. W przeszłości ich relacja była napięta, głównie z powodu niekonwencjonalnego wizerunku artysty. Obecnie Szpak napisał pod fotografią, że jego tata jest jego „największym fanem”, podkreślając, że ich więź jest teraz silniejsza niż kiedykolwiek.

### Michał Wiśniewski prosi o wstrzeźliwość

Frontman Ich Troje obwieścił w internecie, że rozstał się ze swoją piątą żoną Polą Wiśniewską. – Nie udało mi się uratować mojego małżeństwa, więc zanim wszyscy napiszą o tym, mówię o tym sam. (...) Bardzo gorąco proszę, ze względu na dwójkę moich małoletnich dzieci, o wstrzeźliwość w opiniach do czasu zakończenia postępowania. Z całego serca dziękuję i trzymam za moją jeszcze żonę i siebie kciuki, abyśmy wyszli z tego jak najmniej poranieni – powiedział. (GZL) Fot. Anadriż Banaś



### Jack Reacher: Nigdy nie wracaj

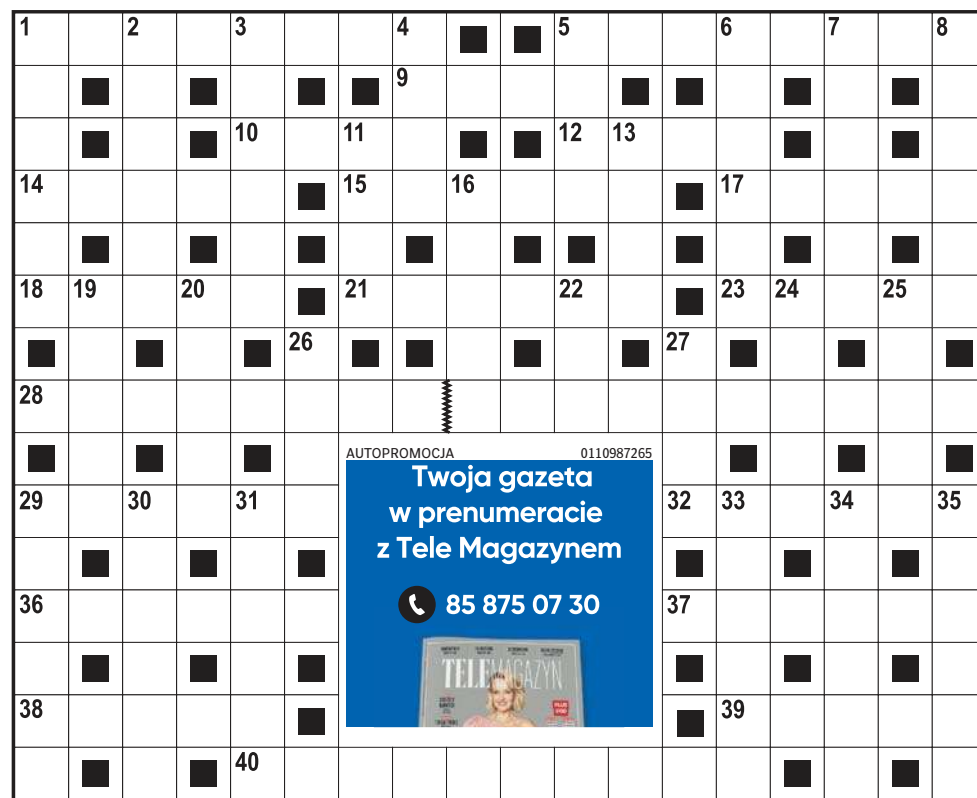
Major Susan Turner zostaje niesłusznie oskarżona o zdradę stanu i aresztowana. Jej wierny przyjaciel Jack Reacher nie zawaha się przed niczym, żeby pomóc koleżance i udowodnić jej niewinność.

### Poziomo:

- 1) sztuka sceniczna z jednym aktorem,
- 5) przyrząd do określania położenia geograficznego,
- 9) ... prac, ssak o cennym futrze,
- 10) gondola pod balonem,
- 12) fryzura z drobnych loczków,
- 14) bujna na połoninie,
- 15) nakłanianie do porozumienia,
- 17) „Szyfrowe ...”, powieść Stefana Żeromskiego,
- 18) buduje w znanym przysłowie,
- 21) czarna skała magmowa,
- 23) potocznie niesnaski, kłótnie,
- 28) prowadzi w Polsce program „Nasz nowy dom”,
- 29) przejaw radości i wesołości,
- 32) John, autor poematu „Raj utracony”,
- 36) żywy organizm,
- 37) rzeczy zabawne, śmieszne,
- 38) dawne narzędzie tortur,
- 39) każdy ... ma swój czubek,
- 40) wykrywa wahadełkiem ciek wodne.

### Pionowo:

- 1) przełożony zakonu krzyżackiego,
- 2) miejsce Zimowych Igrzysk Olimpijskich w 1998 roku,
- 3) okres dziesięciu dni,
- 4) nabożeństwo np. w kościele katolickim,
- 5) miejsce połączenia metali,
- 6) wiązka pszenicy lub jęczmienia,
- 7) łuk wsparty na filarach,
- 8) łańcuch górski ze Śnieżką,



- 11) bezkrytyczny naśladowca mody,
- 13) przedmiot do wygrania na loterii,
- 16) skoczny taniec ludowy,
- 19) postać ludzka ulepiona z gliny,
- 20) jezioro w Dolinie Dolnej Odry,
- 22) Stanisław, autor powieści „Solaris”,
- 24) wzgórze na Pomoście Kra-

kowskim,

- 25) materiał na kieliszki i stoiki,
- 26) poznański klub piłkarski,
- 27) karzeł, opiekun kopalni,
- 29) węgierka lub mirabelka,
- 30) niepożądany gość, natręt,
- 31) dawna jednostka masy,
- 33) imię z piosenki Zbigniewa Wodeckiego,
- 34) lampa z trzema elektrodami,
- 35) opiekunka dziecka, piastunka.

### ROZWIĄZANIE NR 43

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | T | A | S | Z | I | C | Z | S | I | A | W | O | L | I |
| Z | D | A | E | D | Y | T | A | O | O | I | I | I | I | I |
| K | O | R | O | W | O | D | R | L | Y | Z | W | I | A | R |
| O | I | I | I | I | I | I | I | I | I | I | I | I | I | I |
| T | R | A | N | S | Z | A | N | T | R | O | J | A | N | K |
| O | A | A | A | A | A | A | A | A | A | A | A | A | A | A |
| A | N | D | R | U | S | F | E | P | R | Z | E | G | U | B |
| D | T | K | R | O | P | K | A | E | A | A | A | A | A | A |
| K | O | P | Y | T | O |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| O | A | A | A | A | A |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| M | A | K | L | E | R |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| U | U | U | U | U | U |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| N | A | N | K | I | N |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| A | E | E | E | E | E |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| L | A | K | A | K | L | A | W | E | S | T | Y | N | S | Z |

## HOROSKOP

### Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś poczujesz przypływ energii i chęci do działania. Horoskop dzienny radzi wykorzystać to w mierzeniu się z codziennymi obowiązkami. **Ryby (19.02 - 20.03)** Spokój i rozważa pomogą Ci uniknąć konfliktów. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by skupić się na tym, co naprawdę ważne. **Baran (21.03 - 19.04)** Komunikacja będzie Twoją siłą. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że rozmowy przyniosą ciekawe pomysły i nowe możliwości.

### Byk (20.04 - 20.05)

Tvoja intuicja dziś Cię nie zawiedzie. Horoskop dzienny podpowiada, by zaufać sobie i podejmować decyzje bez najmniejszego wahania. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Masz szansę zabłysnąć i zdobyć uznanie w oczach kilku osób. Horoskop na dziś radzi pokazać swoje talenty i nie bać się nowych wyzwań. **Rak (22.06 - 22.07)** Drobne szczegóły będą dziś kluczowe. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że dobra organizacja pomoże Ci osiągnąć sukces.

### Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia w relacjach poprawi Twój nastrój. Horoskop dzienny radzi unikać sporów i postawić na kompromisowe rozwiązania. **Panna (23.08 - 22.09)** Silne emocje mogą Cię zaskoczyć. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by zachować spokój i nie podejmować pochopnych decyzji. **Waga (23.09 - 22.10)** Dzień sprzyja planowaniu i marzeniom. Horoskop dzienny na poniedziałek sugeruje wyznaczyć nowe cele i podążać w ich kierunku.

### Skorpion (23.10 - 21.11)

Praca przyniesie oczekiwane efekty, jeśli zachowasz cierpliwość. Horoskop dzienny przypomina, że nie wszystko musi działać się szybko. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Kreatywność będzie Twoim sprzymierzeńcem. Horoskop na dziś wyraźnie podpowiada, by wykorzystać ją w codziennych zadaniach. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Wrażliwość pomoże Ci zrozumieć innych. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że to dobry dzień na rozmowy i budowanie więzi.