dziś SPORTOWY24

● **Jagiellonia Białystok.** Coś się ruszyło w transferach do klubu. Duma Podlasia pozyskała Bośniaka i Portugalczyka **str. 16** ● **BAS KB Białystok** przegrał po raz pierwszy u siebie w I lidze siatkarek, ulegając po ciekawym meczu KS-owi Piła **str. 18**

Kurier Poranny

Poniedziałek
26.01.2026

www. poranny.pl

Nr. 16 (10664)
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Pokoje narodzin w szpitalach bez porodówek. Takie rozwiązanie będzie wkrótce możliwe **str. 3**

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Rekord Muzeum UMB i Pałacu Branickich. W 2025 roku odwiedziło je 56 tys. osób **str. 2**

Międzyszkolny Ośrodek Sportowy przy ul. Zwycięstwa już po kompleksowej modernizacji **str. 4**

Nr ISSN 0866-9511 Nr indeksu 350354

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

INICJATYWA

Dwa osiedlowe lodowiska otwarto w sobotę w Białymstoku. Na obu miłośników jazdy na łyżwach nie brakuje **str. 4**

Z POLICJI

Kierowca był pod wpływem narkotyków, a pasażer miał je przy sobie

Policjanci z białostockiego oddziału prewencji zatrzymali do kontroli drogowej Volkswagena, którym podróżowały dwie osoby. Okazało się, że pasażer miał przy sobie marihuanę, a kierowca był pod wpływem narkotyków.

Policjanci z białostockiego oddziału prewencji, pełniąc służbę na jednej z ulic Białegostoku, zatrzymali do kontroli drogowej Volkswagena. W aucie znajdowały się dwie osoby, kierowca oraz jego o 6 lat starszy kolega. Podczas rozmowy z mężczyznami funkcjonariusze wyczuli zapach marihuany. Sprawdzili więc pojazd oraz osoby w nim przebywające. Okazało się, że pasażer w papierośnicy miał susz roślinny. Wstępne badanie wykazało, że była to marihuana. Z uwagi na łzawiące i błyszczące oczy kierującego policjanci przeprowadzili badanie na zawartość narkotyków w jego organizmie. Test narkotesterem potwierdził obecność marihuany. Od mężczyzny pobrano krew do dalszych badań. W trakcie sprawdzenia w policyjnych systemach ustalono również, że kierowca nie posiadał wymaganych uprawnień do kierowania pojazdami. Jeżeli wyniki krwi potwierdzą obecność narkotyków w jego organizmie, odpowie za prowadzenie pojazdu pod wpływem środków odurzających. Grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Pasażer usłyszał zarzut posiadania środków odurzających. Za posiadanie narkotyków mniejszej wagi grozi kara do roku pozbawienia wolności.opr. (R)

BIAŁYSTOK NA ULICE MIASTA WYSZŁO OK. 300 WOLONTARIUSZY

Orkiestra czerwonych serc zagrała 34. raz

WOŚP
Magda Ciasnowska

W niedzielę od rana w przestrzeni publicznej widać było charakterystyczne czerwone serduszka, a mieszkańcy regionu mogli spotkać kwestujących wolontariuszy niemal na każdym kroku. Za nami 34. finał WOŚP - jednej z największych akcji charytatywnych w kraju.

Zebrane tym razem środki zostaną przeznaczone na działania związane z opieką medyczną dzieci w zakresie chorób układu pokarmowego - od profilaktyki, przez diagnostykę, po leczenie. Hasłem 34. finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy były „zdrowe brzuszki naszych dzieci".

W woj. podlaskim powstało 27 sztabów Orkiestry, zarówno w miastach, jak i w mniejszych miejscowościach. Około 600 wolontariuszy wyruszyło wczoraj na ulice w regionie, by wesprzeć zdrowie najmłodszych.

W samym Białymstoku kwestowało około 300 osób. Wśród nich Andrzej Piotrowski. Z Wielką Orkiestrą Świątecznej Pomocy gra od samego początku. A od 20 lat w dzień finału można go spotkać na Rynku Kościuszki w stroju Świętego Mikołaja.

- Wystarczy raz przyjść, zobaczyć i spróbować. Kiedy zacznie się zbierać, to już zostaje na dłużej - przyznaje pan Andrzej i opowiada, jak wyglądały finały sprzed lat: - Podczas pierwszych finałów wszystko było robione własnoręcznie. Samodzielnie przygotowywało się puszki, często z przezroczystych opakowań po lizakach. Później trzeba było zawieźć pieniądze do banku, przejść całą procedurę. Dziś wszystko wygląda zupełnie inaczej - jest identyfikator, kod QR z e-skarbonką. Kiedyś też jeździliśmy do Warszawy, żeby laminować identyfikatory.

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Andrzej Piotrowski z WOŚP gra od samego początku

Pan Andrzej wspomina też sytuację, gdy podeszła do niego dziewczynka i zapytała, czy może go przytulić. - Zgodziłem się. W pewnym momencie zaczęła płakać i powiedziała, że uratowałem jej życie - że „kupiłem" inkubator, w którym leżała. Chwilę później podeszła kolejna dziewczyna i powiedziała, że ona również leżała w inkubatorze z serduszkiem i jest dziś studentką. Były łzy wzruszenia - opowiada.

Sercem finału w stolicy regionu był jak zawsze właśnie Rynek Kościuszki. Organizatorzy przygotowali m.in. strefy tematyczne, punkt krwiodawstwa, prezentacje służb ratunkowych oraz przestrzeń militarną. Na uczestników czekały również regionalne potrawy serwowane przez gminę Wasilków, a także akcja Podlaskiego Klubu Morsów - symboliczne morsowanie w basenie wypełnionym kolorowymi piłkami. - Już po raz czwarty Podlaski Klub Morsów, wspólnie z miastem i gminą Wasilków, angażuje się w tę inicjatywę. Wspieramy akcję, ponieważ uważamy, że warto pomagać - mówi Przemysław Remisiewicz, prezes Podlaskiego Klubu Morsów.

Na finałowym koncercie zagrali m.in. Maksim i Oliczka, Wanda i Banda oraz zespół Focus.

Przez całą niedzielę nie brakowało też darczyńców.

- Wspieranie WOŚP to dla mnie coś oczywistego. Bo przecież najważniejsze jest zdrowie. Dlatego co roku wrzucam coś do puszki - mówiła nam pani Helena.

Wolontariuszy WOŚP można było spotkać nie tylko w centrum Białegostoku, ale również w innych częściach miasta. M.in. w Galerii Alfa przez kilka godzin funkcjonowało tzw. miasteczko zdrowia, zorganizowane przez Uniwersytet Medyczny w Białymstoku. Odwiedzający mogli skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, takich jak pomiar glukozy czy ciśnienia tętniczego, a także przeglądów stomatologicznych. Odbywały się także konkursy, gry oraz licytacje.

Organizatorzy liczą, że podobnie jak w ubiegłym roku, w Białymstoku uda się pobić rekord zebranych środków. - Zebraliśmy ostatnio ponad 787 tys. zł. Mamy nadzieję, że w tym roku kwota będzie podobna, albo jeszcze wyższa - przyznaje Natalia Stieszenko, szefowa białostockiego sztabu WOŚP.

Integralnym elementem każdego finału są również licytacje charytatywne prowadzone nadal w internecie. Można tam znaleźć zarówno drobne pamiątki, jak i wyjątkowe oferty, których nie da się zdobyć w inny sposób.

eprasa.pl b238943850

Jutro w naszej gazecie
Strefa Biznesu

- Rośnie popyt na inżynierów i personel techniczny w branży biotechnologicznej
- Polskie banki może czekać armagedon, jakiego nie widzieliśmy nigdy

AUTOPROMOCJA 0110987259

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

Andrzej Kłopotowski

East Side Story. Białostocka żyrafa ma już dom

Na Bojarach przyjazny kąt znalazła żyrafa, która trochę czasu zimowała sobie na Słonecznym Stoku. Kolorowe zwierzę przygarnęła Galeria im. Sleńdzińskich. Sympatyczny zwierzak zadomowił się już na podwórku przy ulicy Wiktorii 5, gdzie „Sleńdzińscy" mają swój oddział poświęcony fotografii. Będzie miała tam dobrze. Zarówno ekipa fotograficzna, jak i szefowa galerii Jolanta Szczygieł-Rogowska to przyjaciele czworonożnych sióstr i braci. Pocieszny zwierzak może więc liczyć na regularne posiłki. Ba, być może nawet nieco przytyje, będąc na galeriowym wikcie i opierunku. Zdjęcie żyrafy w nowym miejscu, wrzucone do sieci przez wiceprezydenta Rafała Rudnickiego krąży już po internecie. Swoją drogą, sam wiceprezydent też musiał żyrafę polubić...

To właśnie on - ze strony miasta - „załatwił" żyrafie nową miejscówkę, gdzie może zostać na dłużej. Na rondzie u zbiegu ulic Popiełuszki, Sikorskiego i Wrocławskiej może i miała dobrze. To właśnie na nim pojawiła się którejś mroźnej, styczniowej nocy. Jak się tu dostała? Którędy wędrowała? Znad Narwi przez Starosielce? A może szła od Studzianek przez Pietrasze, Dziesięciny i Wysoki Stoczek? Niezbadane są żyrafie ścieżki...

A tak na serio. Żyrafę wymyśliła rodzina z artystycznym zacięciem. Mama, tata i ich dwóch synów (tradycyjnie, pozdrowienia) zbudowali w mieszkaniu konstrukcję z drewna, później „obłożyli" ją masą papierową i pomalowali. Później ustawili na rondzie. Tak, by z rana żyrafa powitała pieszych i kierowców (a także pewnie pojedynczych w zimowych warunkach rowerzystów). Od razu zaczęła wywoływać uśmiech na twarzach w zimowe dni. Niektórzy myśleli, że zdjęcia to fotomontaż. Ale żyrafa naprawdę stała. Kto widział, poświadczy.

A kto nie widział żyrafy na Słonecznym Stoku? Nic straconego. Wystarczy, że wybierzecie się na Bojary. Odwiedziny żyrafy oczywiście koniecznie połączcie z wizytą w domu przy Wiktorii 5. Wszak Galeria Sleńdzińskich zaprasza do siebie najlepszych speców od fotografii. Przejść możecie się też po samych Bojarach, by zobaczyć co jeszcze ze starej zabudowy zostało przy Wiktorii, Koszykowej, Poprzecznej, Staszica czy Modlińskiej. Kto wie? Może wypatrzycie nawet Kozłowara czy marszałka Piłsudskiego? Ale o już temat na inny tekst.

56 tys. zwiedzających. Sukces Muzeum UMB i Pałacu Branickich

Białystok
Agnieszka Domanowska

Muzeum Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku odwiedziło w 2025 roku ponad 56 tys. osób. To wzrost o 25 proc. w porównaniu z rokiem poprzednim. Tym samym uczelniane muzeum znalazło się w czołówce najchętniej odwiedzanych miejsc na Podlasiu.

O sukcesie placówki poinformowali w piątek rektor UMB prof. Marcin Moniuszko oraz kierująca muzeum dr Magdalena Muskała. Spotkanie odbyło się w podziemiach Pałacu Branickich - przestrzeni, którą od kilku lat mogą zwiedzać goście muzeum. - 56 tysięcy odwiedzających stawia nas w gronie dwóch, trzech najpopularniejszych muzeów nie tylko miasta, ale całego regionu północno-wschodniego - podkreślił rektor Moniuszko.

Muzeum funkcjonuje pod nową nazwą od kilku miesięcy. Z inicjatywy rektora zmieniono ją z Muzeum Historii Medycyny i Farmacji na Muzeum Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku i Pałacu Branickich. - Nazwa doskonale odzwierciedla charakter naszej działalności, status i charakter zbiorów, które prowadzimy od samego początku - zaznaczyła dr Muskała.

W tym roku mija 15 lat od oficjalnego założenia muzeum uczelnianego, choć tradycje muzealne na uniwersytecie sięgają 1950 roku, kiedy powstało pierwsze Muzeum Anatomii.

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Dr Magdalena Muskała mówiła m.in. o odnalezionych kaflach z pieca z dworu Raczko-Tabutowiczów

Od momentu powstania w 2011 r. muzeum odwiedziło ponad 450 tys. osób. Frekwencja wzrosła ośmiokrotnie - z około 6 tysięcy rocznie na początku działalności do obecnych 56 tysięcy. - Ta frekwencja stale rośnie, bo każdy rok kończymy z coraz większą liczbą zwiedzających i eksponatów - mówiła dr Muskała.

Muzeum prezentuje trzy główne obszary. Pierwszy to historia Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku - uczelni, która ponad 75 lat temu powstała w mieście bez tradycji akademickich. - Możemy się dzielić historiami o profesorze, który założył pierwszy telefon zaufania w Polsce, o profesorze zajmującym się leczeniem gruźlicy w środowisku akademickim, czy o tym, który wyizolował po raz pierwszy w Polsce penicylinę - wyliczała dr Muskała.

Drugi wątek to historia medycyny i lecznictwa w Białymstoku, województwie podlaskim i całej Polsce. W zbiorach znajdują się m.in. gabinety anatomiczne i stomatologiczne z różnych regionów kraju.

Trzeci obszar to historia Pałacu Branickich, głównej siedziby uczelni od ponad 75 lat.

- Niedawno zakończyliśmy pierwszy etap badań archeologicznych na dziedzińcu parad-nym Pałacu Branickich, które przyniosły kolejne odkrycia, a nawet rzekłabym, że zmieniły historię Białegostoku, bo przesunęły tę historię dalej niż się tego pierwotnie spodziewaliśmy, do XV wieku - mówiła dr Muskała.

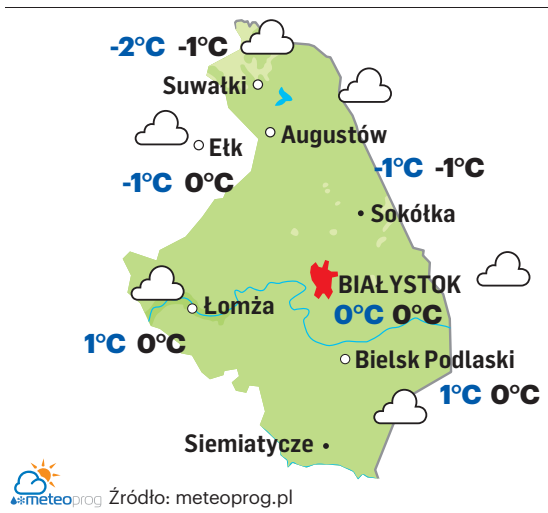
W 2023 r. na pałacowym dziedzińcu UMB przeprowadziła, po raz pierwszy po II wojnie światowej, prace archeologiczne. Podczas nich znaleziono fundamenty dawnego dworu rodu Raczko-Tabutowiczów oraz pokaźny zbiór kafli piecowych. Te były pięknie zdobione, co wskazuje, że należały do kogoś zamożnego. A to może wskazywać, że Białystok w XV-XVI wieku mógł być większą osadą, niż nam się obecnie wydaje.

Piwnice, w których odbyła się konferencja, pochodzą z początku XVII wieku, z czasów Wiesiołowskich. Badania tynków i murów przeprowadzone od 2011 roku potwierdziły ich oryginalność.

Muzeum zapowiada kolejne wystawy po otrzymaniu artefaktów od archeologów oraz udostępnianie nowych przestrzeni po zakończeniu prac badawczych i architektonicznych.

A na licytację Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy trafił już niezwykły spacer po Pałacu Branickich, którego przewodnikami będą rektor UMB prof. Marcin Moniuszko i dyrektor Muzeum dr Magdalena Muskała.

Pogoda w regionie



meteoprog Źródło: meteoprog.pl

26 STYCZNIA 2026

Dziś 26. dzień roku
Do sylwestra pozostało 339 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 7.19, zachód o godzinie 16.00. Dzień będzie trwać 8 godzin i 41 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 8 godzin i 15 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 1 godzinę i 8 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Leon, Paulina

KALENDARIUM

1902
Zainaugurowało działalność Łomżyńskie Towarzystwo Wioślarskie.

1966
W I Klinice Chirurgicznej Akademii Medycznej w Warszawie dokonano pierwszego w Polsce udanego zabiegu przeszczepienia narządu (nerki). 19-letnia pacjentka zmarła 16 lipca 1966 r. na zapalenie trzustki z pracującą nerką.

FOT. DOMENA PUBLICZNA

1980
Polak Stanisław Bobak wygrał pierwsze w historii zawody Pucharu Świata w skokach narciarskich na Wielkiej Krokwi w Zakopanem.

2005
Na Cmentarzu Powązkowskim w Warszawie z honorami wojskowymi pochowany został Jan Nowak-Jeziorański (nz.), polski polityk, politolog, działacz społeczny, dziennikarz.

2020
W katastrofie helikoptera w Calabasas w Kalifornii zginęło 9 osób, w tym były koszykarz Kobe Bryant i jego córka.

eprasa.pl b238943850

Porody w szpitalach bez porodówek – w pokoju narodzin

Ochrona zdrowia
Agnieszka Domanowska, PAP

Porody będą mogły się odbywać pod opieką położnej w szpitalach bez porodówek, które są oddalone ponad 25 km od najbliższego szpitala z oddziałem położniczo-ginekologicznym - zakłada rozporządzenie Ministerstwa Zdrowia, które wejdzie w życie 31 stycznia.

Standardem pozostaje poród na oddziale położniczo-ginekologicznym, a tzw. pokój narodzin to rozwiązanie na nagłe sytuacje - powiedział w czwartek w Sejmie wiceminister zdrowia Tomasz Maciejewski.

Wiceminister zaznaczył że rozporządzenie nie przenosi porodów na SOR-y, ale wprowadza wydzielone, wyposażone „pokoje narodzin" na nagłe i rzadkie sytuacje. Podkreślił, że lokalizacja przy izbie przyjęć została wyznaczona dla zespołów ratownictwa medycznego i karetki. - To nie jest miejsce porodu - powiedział Maciejewski.

Podkreślił, że tzw. pokój narodzin to dobrowolne rozwiązanie dla tych szpitali, w których nie ma oddziału położniczo-ginekologicznego lub taki oddział został zamknięty lub przekształcony w oddział ginekologii planowej.

Rozporządzenie, które wejdzie w życie za kilka dni zakłada, że w szpitalu z izbą przyjęć lub szpitalnym oddziałem ratunkowym ma być wydzielone co najmniej jedno pomieszczenie przeznaczone do udzielania świadczeń opieki zdrowotnej z dostępem do węzła higieniczno-sanitarnego i bidetu. Konieczne będzie wyposażenie placówki m.in. w aparat KTG, łóżko porodowe, stanowisko do resuscytacji noworodka, inkubator zamknięty lub otwarty do opieki podstawowej. Na miejscu przez całą dobę dyżurować ma co najmniej jedna położna przeszkolona z resuscytacji noworodka. Położna będzie oceniała stan kliniczny kobiety w ciąży lub kobiety rodzącej. W sytuacji wskazań do hospitalizacji położna będzie kierowała kobietę lub noworodka do placówki medycznej o odpowiednim poziomie referencyjnym.

Taki szpital musi zapewnić też całodobowy dostęp do środka transportu dostosowanego do przewozu kobiety w ciąży, rodzącej lub w połogu, a także noworodka. Jeśli ze względu na zaawansowanie akcji porodowej transport nie będzie możliwy, szpital ma zapewnić przyjęcie porodu.

Ponadto warunkiem jest funkcjonowanie poradni ginekologiczno-położniczej od poniedziałku do piątku w godzinach 8-18.

Szpital do otworzenia „pokoju narodzin" będzie potrzebował opinii konsultanta wojewódzkiego w dziedzinie położnictwa i ginekologii oraz konsultanta wojewódzkiego w dziedzinie pielęgniarstwa ginekologiczno-położniczego.

Choć rozwiązanie ma dotyczyć sytuacji wyjątkowych, przedstawiciele podlaskich placówek medycznych, w których nie ma obecnie porodówek, podkreślają, że poród wymaga znacznie szerszego zabezpieczenia niż wydzielone pomieszczenie i jedna położna.

- SOR nie jest miejscem do przyjmowania porodów, niezależnie od tego, jak to zostanie nazwane czy przedstawione w mediach. Obecnie w szpitalu mamy zatrudnioną położną, ale nie planujemy tworzenia takiego pokoju narodzin. Nie wyobrażam sobie prowadzenia porodu bez obecności lekarza - sama położna, zgodnie z przepisami, nie może samodzielnie odbierać porodów - uważa Piotr Selwesiuk, dyrektor szpitala w Bielsku Podlaskim.

- Mamy ten komfort, że mamy pododdział ginekologiczny - zauważa Waldemar Kwaterski, dyrektor powiatowego szpitala w Sejnach. - Mamy lekarzy ginekologów i położne, więc to zabezpieczenie istnieje, choć oddziału położniczego nie mamy. Utworzenie porodówki oznacza konieczność spełnienia szeregu wymogów, w tym zapewnienia odpowiedniego transportu medycznego. Organizowanie porodów na SOR-ach albo w specjalnych pokojach, gdzie nad zdrowiem pacjentki i dziecka ma czuwać tylko położna - nie wiem, czy to jest dobry kierunek.

Standardem pozostaje poród na oddziale położniczo-ginekologicznym, a tzw. pokój narodzin to rozwiązanie na nagłe sytuacje

Sebastian Wysocki, dyrektor szpitala w Mońkach, dopuszcza możliwość tworzenia takich miejsc wyłącznie w wyjątkowych okolicznościach.

- Jeżeli miałoby to być działanie na wypadek nagłego wystąpienia takiego przypadku, a nie docelowa forma odbioru porodów, to może mieć to zastosowanie. W miejscach, gdzie nie ma dostępności do oddziału położniczego, w przypadku gdy kobieta potrzebowałaby nagłego odebrania porodu w warunkach w miarę godnych, tylko wtedy miałoby to sens. Jednak przerzucanie porodów całkowicie na SOR-y to byłby zły kierunek. Kobiety potrzebują opieki najwyższej jakości - zauważa.

MZ zaznacza, że szpitale bez oddziałów położniczych mogą utworzyć pokoje narodzin lub izby porodowe, lecz to placówki decydują o ich uruchomieniu i organizacji, a nie centralne zarządzenia ministerstwa.

Konfederacja: KSeF wywróci do góry nogami życie przedsiębiorców

Gospodarka
Magda Ciasnowska

Przedsiębiorcy i przedstawiciele podlaskiej Konfederacji przedstawili w piątek przed I Urzędem Skarbowym w Białymstoku swoje stanowisko dotyczące Krajowego Systemu e-Faktur (KSeF). Ich zdaniem to rozwiązanie może zaszkodzić polskiej przedsiębiorczości.

Zgodnie z zapowiedziami Ministerstwa Finansów, KSeF ma stać się obowiązkowy od 1 lutego dla największych firm, a od 1 kwietnia dla wszystkich przedsiębiorców. Zdaniem protestujących tempo i sposób wprowadzania zmian są nie do zaakceptowania.

- Nadchodzi Krajowy System e-Faktur, który wywróci do góry nogami życie polskich i podlaskich przedsiębiorców - mówił Zbigniew Kasperczuk z podlaskiej Konfederacji. - Wdrożenie KSeF to rewolucja, która sprowadzi na nas gigantyczne zagrożenia. To system inwigilacji obywateli. Teraz urzędy skarbowe będą w czasie rzeczywistym mieć pełną kontrolę nad tym, jakie konkretnie towary zostały kupione lub sprzedane. To, co wcześniej było przedmiotem fizycznej kontroli, dziś będzie dostępne dla urzędu od ręki w systemie.

Podczas konferencji podnoszono również kwestie bezpieczeństwa danych.

- System zbiera w jednym miejscu pełne dane o obrocie gospodarczym - od małych firm rodzinnych po duże spółki strategiczne - podkreślał Zbigniew Brzeziński z Konfederacji Nowej Nadziei. - Każdy wyciek takich informacji stanowi zagrożenie nie tylko dla przedsiębiorców, ale także dla państwa.

Krytycy systemu twierdzą, że KSeF oznacza pełne uzależnienie działalności gospodarczej od jednego centralnego systemu informatycznego. Ich zdaniem w przypadku awarii lub błędów technicznych przedsiębiorcy mogą zostać pozbawieni możliwości normalnego funkcjonowania.

- KSeF oznacza uzależnienie działalności polskich przedsiębiorstw od elektronicznego systemu. To zagraża stabilności działalności gospodarczej. Skoro tak proste systemy jak e-PIT mają problemy, jak mamy wierzyć, że stabilnie będzie działał KSeF? - pytał Zbigniew Brzeziński. - KSeF to także narzędzie do oszukiwania przedsiębiorców! System nie weryfikuje NIP-u nabywcy, automatycznie wysyła fakturę do KSeF odbiorcy. Oznacza to, że jeżeli sprzedawca źle wpisze NIP, faktura zostanie wysłana do niewłaściwego podmiotu.

Przedsiębiorcy oraz przedstawiciele Konfederacji apelują o zatrzymanie wdrożenia obowiązkowego systemu.

Zażalenie na areszt podejrzanego m.in. o grożenie ministrowi rolnictwa

Z sądu
PAP

Do Sądu Okręgowego w Łomży wpłynęło w piątek zażalenie obrońcy na areszt mężczyzny podejrzanego m.in. o groźby bezprawne i znieważenie konstytucyjnego organu RP. Chodzi o incydent, podczas którego rozlana została gnojowica koło domu ministra rolnictwa Stefana Krajewskiego.

Zambrowski sąd rejonowy 12 stycznia częściowo uwzględnił wniosek miejscowej prokuratury i aresztował podejrzanego na dwa miesiące. Prokuratura wnioskowała o trzy miesiące. Postanowienie było nieprawomocne, przysługiwało od niego zażalenie.

Jak poinformował PAP rzecznik Sądu Okręgowego w Białymstoku sędzia Jan Leszczewski, w piątek do tego sądu wpłynęło zażalenie obrońcy na postanowienie o zastosowaniu aresztu. Termin rozpoznania zażalenia nie został jeszcze wyznaczony.

Do incydentu koło domu ministra rolnictwa Stefana Krajewskiego doszło 9 stycznia. Minister informował, że ktoś rozlał gnojowicę w pobliżu jego posesji w woj. podlaskim, próbował uszkodzić ogrodzenie i kierował groźby pod jego adresem. Sprawą zajęła się policja. Zatrzymała w tej sprawie 35-latka z woj. lubelskiego.

Śledztwo w tej sprawie wszczęła Prokuratura Rejonowa w Zambrowie. Podejrzanemu zostały postawione zarzuty stosowania gróźb bezprawnych z powodu przynależności politycznej wobec ministra Krajewskiego, znieważenia konstytucyjnego organu RP i gróźb karalnych - w tym wypadku chodzi o premiera, trzech ministrów oraz o prezydenta Warszawy. Groźby objęte zarzutami dotyczą również żony ministra rolnictwa. Podejrzanemu grozi do pięciu lat więzienia.

W opisie czynu prokuratura przyjęła, że 9 stycznia podejrzany przyjechał busem pod posesję należącą do Stefana Krajewskiego i rozlał przed nią ok. 500 litrów substancji „koloru brązowozielonego", po czym odjechał, ale wrócił i wtedy - w rozmowie z żoną ministra - kierował groźby, „nawiązując do działalności politycznej jej męża oraz groźby karalne popełnienia przestępstwa na jej szkodę lub osoby najbliższej".

Potem swoje działania i zachowania opublikował w nagraniu na portalu społecznościowym. Tam - w ocenie prokuratury - pojawiły się wspomniane groźby karalne z powodu przynależności politycznej. „Przesłuchany w charakterze podejrzanego nie przyznał się do popełnienia zarzucanego mu czynu, złożył wyjaśnienia, w których wskazał, że wylana substancja przed domem ministra była gnojowicą i czynił to w ramach swojej indywidualnej formy protestu" - poinformowała prokuratura w komunikacie wydanym 12 stycznia. „W toku składanych wyjaśnień wyrażał niezadowolenie z prowadzonej przez rząd polityki dotyczącej umowy z krajami Mercosur, a także z powodu braku zgody na wjazd do Warszawy strajkujących rolników".

W związku z tym, że śledztwo dotyczy tzw. przestępstw z nienawiści, będzie je kontynuowała nie zambrowska, lecz łomżyńska prokuratura rejonowa. To ona jest wyznaczona - w tym okręgu prokuratorskim - do prowadzenia takich spraw.

SOKÓŁKA

Wojewoda odwiedził schronisko

FOT. PUW/MIŁOSZ KOZAKIEWICZ

Stan przygotowania schronisk dla zwierząt do długotrwałych mrozów zweryfikowali wojewodowie na polecenie Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji. Wojewoda podlaski Jacek Brzozowski w piątek osobiście sprawdził warunki w schronisku w Sokółce.

– To dla mnie bardzo ważne, by warunki były odpowiednie. Miarą ludzkiego humanizmu jest to, jak potrafimy dbać o naszych „braci mniejszych". Dziękuję wszystkim prowadzącym schroniska za dbanie o zwierzęta – powiedział dziennikarzom wojewoda.

Jak wynika z przeprowadzonych kontroli, podlaskie schroniska zapewniają zwierzętom odpowiednie warunki: psy mają ocieplone budy, a koty przebywają w ocieplonych budynkach. opr. (R)

eprasa.pl b238943850

INICJATYWA

Osiedlowe lodowiska otwarte

FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

W sobotę w Białymstoku otwarto dwa pierwsze osiedlowe lodowiska. Powstały przy ul. Waszyngtona 24 i ul. Pułaskiego 127 z inicjatywy dwóch spółdzielni mieszkaniowych. Wstęp na lodowiska jest bezpłatny.

Pomysł utworzenia pierwszych osiedlowych lodowisk narodził się dzięki sprzyjającym warunkom pogodowym, ale także ze wspomnień i sentymentu do dawnych osiedlowych ślizgawek. Inicjatorami były: Spółdzielnia Mieszkaniowa Elemencik, Spółdzielnia Mieszkaniowa Piaski.

Przedsięwzięcie powstało we współpracy z Wodociągami Białostockimi i miejskimi radnymi i ma na celu integrację mieszkańców oraz zachęcenie do tworzenia podobnych, ogólnodostępnych lodowisk na innych osiedlach .

- Super pomysł! Na pewno będziemy razem z dziećmi stałymi bywalcami tego lodowiska - mówiła w sobotę Malwina, mieszkanka os. Nowe Miasto.

– Uważam, że najważniejszą wartością tej inicjatywy, obok satysfakcji mieszkańców, jest siła współpracy na rzecz wspólnego dobra oraz znaczenie oddolnych inicjatyw społecznych. Zainteresowanie było bardzo duże, szczególnie w mediach społecznościowych, co pokazuje, jak bardzo takie działania są potrzebne i oczekiwane. Liczymy więc, że inne spółdzielnie i wspólnoty mieszkaniowe, być może grupy mieszkańców czy szkoły, zdecydują się pójść podobnym śladem, oczywiście o ile pozwolą na to warunki pogodowe. Do takich działań serdecznie zachęcamy i deklarujemy gotowość do wsparcia oraz dzielenia się - mówi Gracjan Eshetu-Gabre, białostocki radny. (AD)

JUBILEUSZ

Central obchodzi 50-lecie istnienia

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Dom Handlowy Central, który od dekad towarzyszy mieszkańcom miasta w codziennych zakupach, świętuje w tym roku okrągły jubileusz. W niedzielę, 25 stycznia, odbyły się główne obchody jego 50-lecia.

Z tej okazji w salonie Eleganza przygotowano specjalną promocję a na parterze sklepu odbyło się spotkanie poświęcone historii obiektu.

- To miejsce, które przez pół wieku było sercem wielu ważnych działań i wspólnych sukcesów. Dzisiejszy jubileusz to nie tylko okazja do świętowania, ale również moment refleksji nad drogą, którą przeszliśmy. To pięć dekad pracy, zaangażowania i niestannego rozwoju, możliwego dzięki ludziom, którzy tworzyli i tworzą to miejsce - mówiła Elżbieta Halecka, zastępca prezesa zarządu PSS „Społem" w Białymstoku.

Uczestnicy mogli posłuchać opowieści o dziejach tego miejsca, a także spróbować jubileuszowego tortu i gorących dań przygotowanych przez Białostocką Gastronomię.

- Central na stałe wpisał się w krajobraz Białegostoku. Wszyscy go znają, a młodsi często słyszą wzruszające, nostalgiczne opowieści o pierwszej pralce, zasłonach, dywanie czy radioodbiorniku kupionym właśnie tutaj - mówiła Elżbieta Halecka. (MC)

Pływalnia przy ulicy Zwycięstwa jak nowa

Inwestycje
opr. (R)

Kompleksowa modernizacja przekształciła budynek Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego w Białymstoku w nowoczesną, bezpieczną i energooszczędną przestrzeń sportową. To największa inwestycja w ponad 50-letniej historii tego miejsca. Koszt robót wyniósł blisko 6 mln zł, a do ich realizacji Miasto wykorzystało dotację celową z budżetu państwa w kwocie ponad 2,3 mln zł.

FOT. UM BIAŁYSTOK/DAWID GROMADZKI

Pływalnia przy ul. Zwycięstwa przeszła modernizację. Prace prowadzone były w 2025 roku

Modernizacja poprawiła jakość codziennego funkcjonowania pływalni, z której chętnie i licznie korzystają mieszkańcy Białegostoku. Znacząco podniósł się standard nauki pływania dzieci i młodzieży, zwiększył się poziom bezpieczeństwa wszystkich użytkowników oraz zostały ograniczone koszty eksploatacyjne obiektu poprzez nowoczesne, energooszczędne rozwiązania.

– Cieszę się, że mieszkańcy mogą korzystać z odnowionego i nowoczesnego basenu, który zapewnia lepsze warunki do aktywności fizycznej i sprzyja dbaniu o zdrowie – powiedział zastępca prezydenta Białegostoku Tomasz Klim. – Przeprowadzona modernizacja była przemyślaną i potrzebną inwestycją, która będzie służyła mieszkańcom przez lata.

Nowa jakość pływalni to efekt m.in.: kompleksowej termomodernizacji budynku wraz z nową elewacją, co poprawia jego efektywności energetyczną i ogranicza emisyjność, wprowadzenia instalacji fotowoltaicznej, która daje realne oszczędności energii i kosztów utrzymania obiektu, zainstalowania nowych lamp UV-C do sterylizacji wody basenowej, co zapewnia wyższą jakość wody, eliminację bakterii i zwiększone bezpieczeństwo sanitarne użytkowników.

Nowe kanały wentylacyjne na całej niecce basenowej zapewniają lepszą jakość powietrza i komfort korzystania z pływalni, a nowe panele akustyczne poprawiają akustykę hali basenowej i warunki prowadzenia zajęć. Wprowadzono też najnowocześniejsze systemy bezpieczeństwa pożarowego (SSP) oraz zabezpieczeń obiektu podwyższających standard ochrony użytkowników, rozbudowano system ratowniczy – łącznie 6 defibrylatorów AED (2 zewnętrzne i 4 na terenie obiektu), wyremontowano korytarze, hol wejściowy i przestrzenie ogólnodostępne, wyposażenia w nowoczesną siłownię.

Międzyszkolny Ośrodek Sportowy jest bardzo ważnym miejscem na sportowej mapie Białegostoku. To tu wielu mieszkańców uczy się pływać i codziennie uprawia sport oraz relaksuje się. Pływalnia jest czynna 7 dni w tygodniu od 7.00 do 22.00. W ciągu roku korzysta z niej ok. 300 tys. osób.

Ośrodek jest publiczną placówką wychowania pozaszkolnego. Tygodniowo ok. 4 300 dzieci uczestniczy tu w zorganizowanych zajęciach na pływalni, w tym ok. 900 dzieci w ramach bezpłatnej nauki pływania uczniów klas trzecich szkół podstawowych. Dodatkowo odnotowuje się ok. 1 600 wejść indywidualnych, czyli łącznie w tygodniu korzysta z obiektu ok. 6 tys. osób.

Amatorzy perfum wpadli w ręce policjantów

Z policji
opr. (R)

Kryminalni z białostockiej „dwójki" zatrzymali parę podejrzaną o kradzieże w drogeriach na terenie miasta. Łupem padły perfumy o łącznej wartości ponad 2500 zł. Dodatkowo w mieszkaniu kobiety policjanci znaleźli amfetaminę. Za te przestępstwa grozi kara pozbawienia wolności do lat 5.

Do policjantów z „dwójki" wpłynęło zgłoszenie o kradzieży perfum, do której doszło na terenie jednej z białostockich drogerii. Z informacji przekazanej mundurowym wynikało, że czynu tego dopuścili się kobieta i mężczyzna, a łupem pary padły perfumy. Okazało się, że w innej drogerii złodziejska para również dokonała kradzieży perfum. Łączna wartość strat wyniosła ponad 2,5 tys. zł.

Analiza zapisów monitoringu, który zarejestrował oba zdarzenia i wizerunek sprawców pomogły policjantom w ustaleniu ich tożsamości. Munurowi zatrzymali 40-latka oraz jego 30-letnią towarzyszkę. W mieszkaniu kobiety policjanci znaleźli także narkotyki. Jak się okazało, po wstępnym badaniu, była to amfetamina. Oboje usłyszeli już zarzuty kradzieży. 30-latka dodatkowo odpowie również za posiadanie środków odurzających.

„Zimowy ratownik" pomaga przetrwać mrozy

Akcja
opr. (R)

Wyjątkowo mroźna zima jest groźna – przede wszystkim dla osób bezdomnych. Białostocka Straż Miejska prowadzi akcję „Zimowy ratownik", której celem jest zapobieganie tragediom związanym z wychłodzeniem organizmu. Funkcjonariusze podejmują wzmożone działania. Apelują też do mieszkańców o zwracanie uwagi na osoby zagrożone zamarznięciem.

FOT. UM BIAŁYSTOK

Podczas codziennych patroli strażnicy regularnie sprawdzają miejsca, w których mogą przebywać potrzebujący pomocy

W ramach trwającej akcji funkcjonariusze Straży Miejskiej przeprowadzili już ponad 1200 kontroli miejsc przebywania osób bezdomnych i podjęli 537 interwencji. W ich wyniku 205 osób zostało przewiezionych do Izby Wytrzeźwień, 11 – do noclegowni, a 10 osób przekazano zespołowi ratownictwa medycznego.

Podczas codziennych patroli strażnicy regularnie sprawdzają miejsca, w których mogą przebywać osoby w kryzysie bezdomności. Szczególną uwagę zwracają na piwnice, klatki schodowe, wiaty śmietnikowe, przystanki autobusowe, pustostany. W tych działaniach pomagają im street workerzy ze Stowarzyszenia „SPE SALVI", co pozwa skuteczniej docierać do osób najbardziej narażonych na wychłodzenie oraz szybciej kierować je do odpowiednich form wsparcia.

Zdarza się, że osoby w kryzysie bezdomności odmawiają przyjęcia pomocy. Obowiązujące przepisy nie pozwalają na przewiezienie takiej osoby do ogrzewalni lub noclegowni wbrew jej woli. Inaczej jest w sytuacji, gdy osoba znajduje się pod wpływem alkoholu, a jej stan – szczególnie przy niskich temperaturach – może realnie zagrażać życiu lub zdrowiu. Wówczas strażnicy podejmują decyzję o przewiezieniu jej do Izby Wytrzeźwień. Jeśli ktoś wymaga specjalistycznej pomocy medycznej, niezwłocznie wzywane są odpowiednie służby.

W okresie zimowym warto zwracać uwagę na to, co dzieje się w naszym otoczeniu. Nie tylko w odniesieniu do bezdomnych, ale także osób samotnych, starszych czy nieporadnych życiowo, które również mogą potrzebować wsparcia. Szybka reakcja i przekazanie informacji odpowiednim służbom często pozwala uratować życie. Należy dzwonić pod nr tel. 986 lub 112.

W ramach swoich zadań także Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku wspiera osoby potrzebujące. Można tam zwrócić się o pomoc rzeczową i finansową, m.in. na dożywianie, odzież, zakup opału, na opłatę energii i czynszu. W razie potrzeby pracownicy socjalni organizują posiłki z dowozem do miejsca zamieszkania.

eprasa.pl b238943850

Miasto stara się walczyć ze smogiem

Łomża
Martyna Jurkowska

Ostatnie dni dla mieszkańców Łomży były wyjątkowe uciążliwe. Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego informowało nawet o przekroczeniu stanu alarmowego smogu. W innych dniach wskaźniki były na granicy dopuszczalnych norm. Zapytaliśmy władze miasta, jak walczą z zanieczyszczeniem powietrza.

Najgorsza sytuacja w Łomży była w miniony czwartek. To wtedy w mieście odnotowano przekroczenie poziomu alarmowego dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu. Średnia stężenia zanieczyszczenia wyniosła aż 292,9 g/m3. To bardzo dużo, bo poziom alarmowy zaczyna się od przekroczenia 150 g/m3.

Władze miasta zapewniają, że robią, co mogą, by chmura pyłu nad Łomżą była mniejsza. Samorząd od lat aktywnie realizuje strategię poprawy jakości powietrza.

- W ostatnich latach podjęto szereg wielomilionowych inwestycji w Ciepłowni Miejskiej, mających na celu zastąpienie węgla ekologiczną biomasą. Równolegle sukcesywnie jest modernizowany tabor komunikacji miejskiej poprzez zakup pojazdów zeroemisyjnych - mówi Łukasz Czech z Kancelarii Prezydenta Miasta Łomża.

I ciągnie dalej: - Aby zachęcić łomżan do korzystania ze zbiorowych środków transportu, wprowadzono bezpłatne przejazdy dla posiadaczy Łomżyńskiej Karty Mieszkańca. Od maja do października funkcjonuje system roweru miejskiego z darmowym pierwszym kwadransem jazdy. Podejmowane działania obejmują także rozwój parków i zieleńców oraz szeroko zakrojoną termomodernizację obiektów publicznych wraz z montażem instalacji fotowoltaicznych.

To nie jedyne działania. W 2024 roku miasto zakupiło smogobus obsługiwany przez Straż Miejską.

Samorząd wspiera również mieszkańców w bezpośredniej walce z niską emisją. Program Ograniczania Niskiej Emisji pozwala na uzyskanie dotacji z budżetu miasta na wymianę starych kotłów na nowoczesne systemy grzewcze.

- Równocześnie we współpracy z jednostkami miejskimi prowadzone są kampanie proekologiczne w placówkach oświatowych - podkreśla Łukasz Czech.

Przypomnijmy, że wysokie stężenie PM10 może powodować problemy zdrowotne, m.in. podrażnienie dróg oddechowych, kaszel czy zaostrzenie astmy. Szczególnie zagrożone są osoby z dolegliwościami układu dróg oddechowych, starsze, dzieci czy kobiety w ciąży.

- Mamy warunki pogodowe sprzyjające kumulowaniu się zanieczyszczeń. I choć ludzie emitują zanieczyszczenia cały czas, to jeżeli są warunki pogodowe w postaci choćby średniego wiatru czy opadów, to są one rozwiewane i w efekcie na tyle małe, że nasze stacje ich nie wykrywają - tłumaczył nam Dominik Polesiński z Głównego Inspektoratu Ochrony Środowiska.

Powstaną dwie nowe trasy dla pieszych i rowerzystów

Suwałki
opr. R

Prezydent Suwałk podpisał umowy z wykonawcami na budowę dwóch nowych ciągów pieszo-rowerowych wraz z oświetleniem. Zadania będą realizowane w systemie „zaprojektuj i wybuduj".

- Stale pracujemy nad tym, aby Suwałki stawały się miastem coraz bardziej nowoczesnym i przyjaznym dla osób, które stawiają na aktywne formy przemieszczania się. Bezpieczeństwo oraz wygoda pieszych i rowerzystów są dla mnie priorytetem, dlatego z satysfakcją informuję o podpisaniu umów na realizację kolejnych ważnych inwestycji w naszym mieście - tłumaczy prezydent Czesław Renkiewicz.

Pierwsza z inwestycji dotyczy ul. Pileckiego. Wykonawcą prac jest Przedsiębiorstwo Drogowo-Mostowe S.A. z Suwałk. Koszt to 287 324,82 zł. Drugi ciąg powstanie przy ul. Szpitalnej. Realizatorem jest Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej z Gołdapi, koszt to 475 580,00 zł.

SUWAŁKI

FOT. A. GRYZA-ANESZKO

Suwałki przez trzy dni były gospodarzem XXX Ogólnopolskich Igrzysk Młodzieży Salezjańskiej w Futsalu. Do miasta zjechało ponad 300 młodych miłośników piłki nożnej z 20 klubów z całej Polski.

Rozgrywki toczyły się w czterech halach, w czterech kategoriach wiekowych. Piłkarze spotykali się na Suwałki Arenie, hali OSIR oraz halach w I i II LO. Jednak w tych rywalizacjach nie chodzi wyłącznie o wynik sportowy. - Aspekt wychowawczy jest niesamowicie ważny w życiu każdego sportowca. Tutaj spotykamy się jako rodzina, bo SALOS to więcej niż sport, to rodzina. Przez te trzy dni puentujemy nasze zmagania na treningach, sprawdzamy naszą sprawność, ale także to, czy potrafimy zachować się na boisku. Propagujemy dobrą zabawę, przede wszystkim w duchu fair play - mówił Dariusz Ułanowicz, prezes SALOS RP oraz SALOS Suwałki.

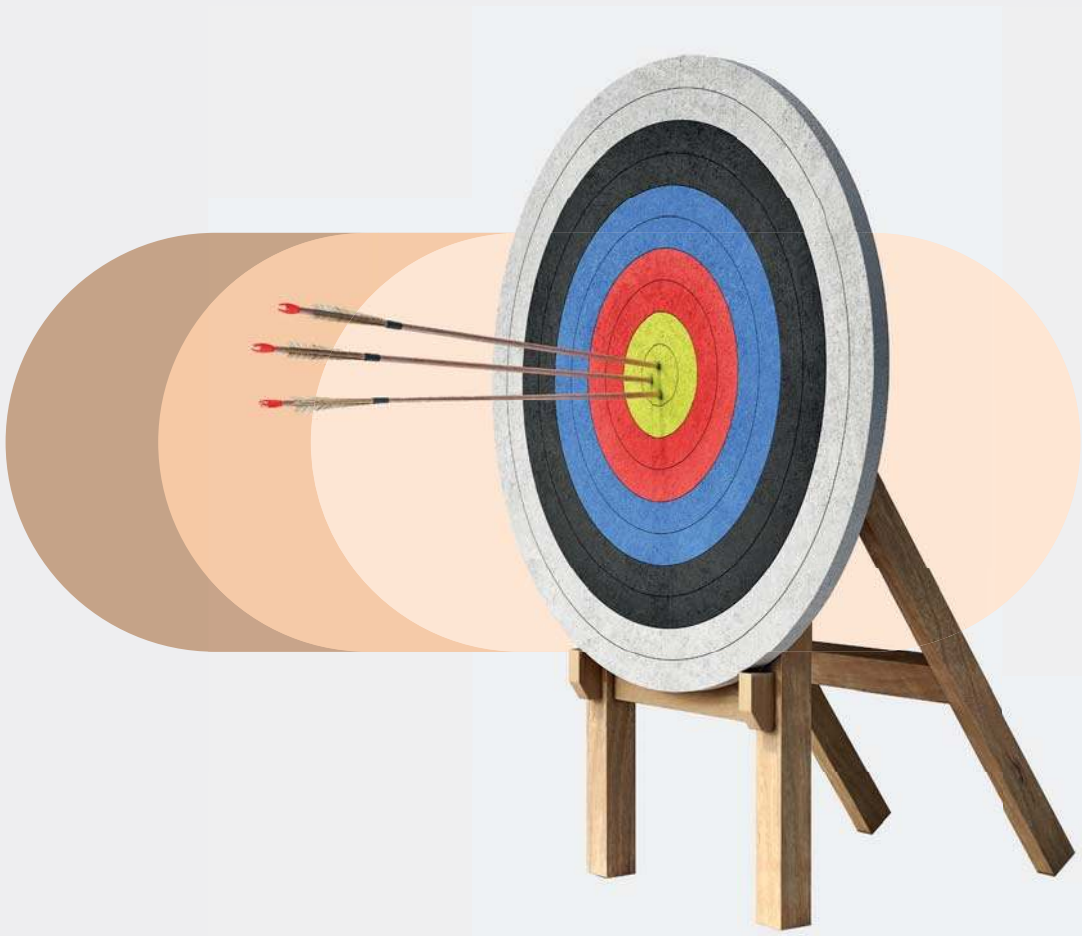
Młodzi piłkarze wzięli udział również we wspólnej mszy świętej oraz w spotkaniu rekreacyjnym w suwalskim aquaparku.

Podczas uroczystego otwarcia Igrzysk zarząd suwalskiego SALOS-u uhonorował Andrzeja Turowskiego, pierwszego prezesa stowarzyszenia, nadając mu tytuł Honorowego Prezesa SALOS Suwałki. (AG)

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strefa BIZNESU.pl



Know-how
w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

POLSKA *i* ŚWIAT

ZUS

Według ostatnich danych ZUS w grudniu 2025 r. najwyższa emerytura w Polsce wyniosła 51,4 tys. zł brutto. Pobiera ją mężczyzna, którego staż pracy to 67 lat. Z kolei najniższa emerytura została wypłacona przez ZUS w kwocie 2 groszy. Pobiera ją kobieta, która przepracowała jeden dzień oraz mężczyzna, który przepracował jeden miesiąc. Liczba tzw. emerytur groszowych wzrosła od 2011 r. z poziomu 23,9 tys. do 433,1 tys. w 2024 r.

Hejt wobec mnie i fundacji skonsolidował przyjaznych nam ludzi. Stali się naszymi adwokatami, stoją za nami murem

Jerzy Owsiak założyciel i prezes WOŚP

KRÓTKO

ŚWIADCZENIA

Nowe zasady wypłat 800 plus

Od lutego zmienią się zasady wypłaty 800 plus dla obywateli Ukrainy ze statusem UKR. Nowe przepisy obejmą około 150 tys. osób, które będą miały obowiązek ponownie złożyć wniosek oraz spełnić warunek aktywności zawodowej - poinformował PAP Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

Uchwalona w 2022 r. ustawa o pomocy obywatelom Ukrainy dała uchodźcom z tego kraju swobodny dostęp do polskiego rynku pracy, a także do świadczeń rodzinnych. Specustawa była wielokrotnie nowelizowana. Według ostatniej zmiany prawo do świadczenia wychowawczego ma być uzależnione od zatrudnienia.

ZUS poinformował PAP, że 31 stycznia 2026 r. wypłata 800 plus dla obywateli Ukrainy ze statusem UKR zostanie wstrzymana. Aby mogli oni zachować prawo do świadczenia, od 1 lutego 2026 roku będą musieli złożyć nowy wniosek na okres świadczeniowy 2025/2026.

WILNO

Uczcili powstanie styczniowe

FOT. MARCIN OBARA

Wczoraj prezydent Karol Nawrocki z małżonką Martą Nawrocką złożyli roboczą wizytę na Litwie. W Wilnie wraz z prezydentami Litwy i Ukrainy Gitanasem Nausedą i Wołodymyrem Zełenskim oraz ich małżonkami wzięli udział w obchodach 163. rocznicy powstania styczniowego.

CZĘSTOCHOWA

Brutalny atak nożownika

W sobotę około godz. 20.00 w bloku przy ulicy Drzymały 4 w Częstochowie doszło do brutalnego ataku. Ofiarą padł około 40-letni mężczyzna, który odniósł poważne obrażenia.

Mężczyzna został zaatakowany ostrym narzędziem. Sprawcy wtargnęli do jego mieszkania i tam doszło do ataku. Po ataku napastnicy zbiegli z miejsca zdarzenia.

Na miejsce wezwano służby ratunkowe. Ranny mężczyzna został przetransportowany do szpitala, gdzie udzielono mu pomocy medycznej. Stan poszkodowanego określany jest jako poważny. Ma liczne rany kłute różnych obszarów ciała

Rzeczniczka częstochowskiej policji poinformowała nas, że wciąż trwają ustalenia w tej sprawie.

34. Finał WOŚP za nami. Działo się w Polsce i na świecie!

Oprac. Karolina Wrońska
WOŚP

Wczoraj na ulice polskich, ale także wielu zagranicznych miast wyszli wolontariusze WOŚP z charakterystycznymi czerwonymi serduszkami. Do kolorowych puszek zbierali datki na chore dzieci.

W niedzielnej kweście pod hasłem „Zdrowe brzuszki naszych dzieci" wzięło udział 120 tys. wolontariuszy, zrzeszonych w prawie 1,7 tys. sztabach (w tym prawie stu zagranicznych). W wielu miastach odbywały się koncerty i aukcje. Pieniądze można było wrzucać również do wirtualnych puszek, tzw. e-skarbonek. Wystawiono też kilkadziesiąt tys. aukcji internetowych.

Studio na błoniach PGE Stadionu Narodowego, skąd imprezą kierował prezes WOŚP Jerzy Owsiak, kolejny raz było centralnym miejscem finału. Można je było odwiedzać od rana. Tam też (i na powietrzu) odbywały się koncerty. W Warszawie zagrali m.in. Łydka Grubasa, Myslovitz i Dżem. O godz. 20 - jak zwykle - wypuszczono tradycyjne „Światełko do Nieba".

Zbudowane na błoniach miasteczko WOŚP otwarte było dla odwiedzających od soboty. Wśród atrakcji znalazły się m.in. diabelski młyn, karuzela dla dzieci, nauka pierwszej pomocy i przychodnia, gdzie można było wykonać bezpłatne badania oraz skorzystać m.in. z porad dietetycznych i konsultacji gastroenterologicznych, a także uzyskać pomoc psychologiczną dla dzieci i dorosłych.

FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Wczoraj na ulicach wielu miast pojawili się wolontariusze z puszkami. Byli też tacy najmniejsi

WOŚP gra zimą przez przypadek. Akurat w styczniu było wolne studio w TVP, kiedy Jerzy Owsiak przymierzał się do pierwszej zbiórki. I tak „letnia zadyma w środku zimy" pozostała.

- Graliśmy w większe mrozy i zawsze dawaliśmy radę. A teraz jest łatwiej, bo korzystamy ze skumulowanego przez lata doświadczenia. To w końcu 34. raz, kiedy zagramy zimą - mówił jeszcze przed finałem prezes WOŚP Jerzy Owsiak. - Wiemy, czego się spodziewać, na co musimy być przygotowani. W tym roku sprowadziliśmy paliwo arktyczne do agregatów wykorzystywanych w studiu na Błoniach PGE Stadionu Narodowego. Jesteśmy zabezpieczeni - dodał.

Fundacja po raz pierwszy wybrała gastroenterologię dziecięcą na cel swojej corocznej kwesty. Zdecydowała się na to ze względu na rosnącą liczbę pacjentów i konieczność posiadania nowoczesnego sprzętu, którego użycie poprawia wyniki leczenia, w tym tych pacjentów, którzy wymagają wsparcia chirurgicznego.

- Zamierzamy kupić sprzęt, który pchnie możliwości leczenia chorób układu pokarmowego dzieci mocno do góry. To filozofia, która towarzyszy nam od lat (...) - mówił Jerzy Owsiak.

Kliniki i oddziały gastroenterologii dziecięcej działają w Białymstoku, Bydgoszczy, Gdańsku, Katowicach, Krakowie, Lublinie, Łodzi, Olsztynie, Poznaniu, Rzeszowie, Szczecinie, Warszawie, Wrocławiu, Zabrzu, a także Kaliszu, Kielcach i Opolu.

Lider WOŚP dwa miesiące temu w rozmowie z PAP zapowiedział zmianę swojej roli w fundacji. Teraz przyznał, że przygotowuje zespół do tego.

- Kiedy powiedziałem publicznie o tym, że zamierzam zmienić swoją rolę w fundacji - ale to absolutnie nie jest rezygnacja, poczułem ulgę. Nie dlatego, że nie chcę już tego robić. Po prostu chcę na spokojnie, bez zaskoczeń przygotować zespół do zmiany. I robię to. Rozmawiamy o tym codziennie, ale nowy model jeszcze się klaruje. Wiem na pewno, że ma to być spokojne przejście i spokojna budowa nowego stylu pracy fundacji, nie rewolucja - wyjaśnił.

Pytany, co zamierza robić po wdrożeniu zmian, przyznał, że chciałby poświęcić swój czas dwóm pasjom - muzyce i malarstwu. - Tylko gotowość do tego wszystkiego musi się we mnie wślizgnąć. I na to robię miejsce - powiedział. PAP

Schronisko dla zwierząt w Sobolewie zostało zamknięte. Część zwierząt trafiła do domów

Oprac. Karolina Wrońska
Sobolewo

W sobotę premier Donald Tusk poinformował, że Powiatowy Lekarz Weterynarii zamknął schronisko w Sobolewie (woj. mazowieckie).

Około godz. 12 w sobotę miłośnicy zwierząt zebrali się przed urzędem gminy w Sobolewie i domagali się poprawy warunków życia dla psów w schronisku, z którym gmina ma podpisaną umowę. Następnie przenieśli się pod bramy schroniska. Wśród nich był poseł Lewicy Łukasz Litewka, który chciał wejść do schroniska z interwencją poselską.

- Schronisko w Sobolewie to kolejny dowód na to, że ludziom desperacko brakuje tego, czego możemy uczyć się od psów: miłości, wierności, charakteru - napisał premier Donald Tusk na platformie X.

Poinformował, że Powiatowy Lekarz Weterynarii zamknął w sobotę to schronisko. - Nie będzie taryfy ulgowej dla tych, którzy skazują zwierzęta na cierpienie - podkreślił.

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji wyjaśniło, że decyzja o zamknięciu schroniska dla zwierząt w Sobolewie (woj. mazowieckie) jest wynikiem niezastosowania się właściciela obiektu do wcześniejszych decyzji wzywających do usunięcia uchybień w prowadzeniu schroniska.

Mazowiecki Urząd Wojewódzki przekazał, że prowadzący schronisko oprócz decyzji o jego zamknięciu otrzymał także decyzję o zakazie prowadzenia schronisk dla zwierząt. Decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

W schronisku przebywało ok. 180 psów oraz kilka kotów.

Po informacji o zamknięciu schroniska zgromadzeni na własną rękę zaczęli zabierać stamtąd psy.

PAP

eprasa.pl b238943850

USA - Ukraina - Rosja. Pierwsza tura rozmów zakończona

Oprac. Karolina Wrońska
Abu Zabi

Rozmowy trójstronne między delegacjami USA, Rosji i Ukrainy w Abu Zabi były bardzo konstruktywne i będą kontynuowane w przyszłym tygodniu - tak podsumowali uczestnicy spotkania.

FOT. PAP/EPA

Były to pierwsze rozmowy, podczas których przedstawiciele prezydenta USA Donalda Trumpa jednocześnie spotkali się z negocjatorami z Ukrainy i Rosji

Jak podała w sobotę agencja Reutera, powołując się na przedstawiciela władz USA, które pośredniczą w rozmowach, kolejna runda rozmów odbędzie się w następną niedzielę również w Abu Zabi.

„Zełenski poinformował w komunikatorze Telegram, że uczestnicy rozmów w stolicy Zjednoczonych Emiratów Arabskich (ZEA) dyskutowali o możliwych warunkach zakończenia wojny rosyjsko-ukraińskiej i monitorowaniu bezpieczeństwa przez Stany Zjednoczone.

„Spotkania w Emiratach dobiegły końca. Był to pierwszy taki format od dłuższego czasu - dwudniowe trójstronne spotkania. Udało się omówić wiele kwestii i ważne jest, że rozmowy były konstruktywne. Głównym tematem dyskusji były możliwe warunki zakończenia wojny. Bardzo cenię sobie świadomość konieczności amerykańskiego monitorowania i kontroli procesu zakończenia wojny oraz przestrzegania rzeczywistego bezpieczeństwa" - napisał Zełenski. Szef państwa ukraińskiego oświadczył, że w wyniku spotkań strony uzgodniły, że poinformują swoje stolice o każdym z aspektów negocjacji i uzgodnią z przywódcami dalsze kroki.

„Wojskowi ustalili listę kwestii do omówienia podczas ewentualnego kolejnego spotkania. Jeśli strony będą gotowe do podjęcia dalszych działań - a Ukraina jest gotowa - odbędą się kolejne spotkania, potencjalnie już w przyszłym tygodniu" - wyjaśnił Zełenski.

Wcześniej cytowane przez Reutera rosyjskie MSZ zadeklarowało, że Kreml jest gotów na kontynuację rozmów, które miałyby mieć miejsce w Stambule.

Portal Axios podał, że wysłannicy Trumpa wyszli z rozmów nastawieni „bardzo optymistycznie" i ocenili, że są na ścieżce, by zawęzić różnice między stronami w sprawie kluczowej kwestii spornej, tj. kontroli terytorium w Donbasie.

W sali negocjacyjnej panowała atmosfera wzajemnego szacunku między stronami, ponieważ naprawdę chciały one znaleźć rozwiązanie

Także rzecznik rządu ZEA przekazał, że rozmowy między delegacjami Rosji, Ukrainy i USA, które zakończyły się w sobotę w Abu Zabi, przebiegły w „konstruktywnej atmosferze". Jak dodał, negocjacje skupiły się na wciąż nierozstrzygniętych elementach planu pokojowego zaproponowanego przez USA.

Były to pierwsze rozmowy, podczas których przedstawiciele prezydenta USA Donalda Trumpa jednocześnie spotkali się z negocjatorami z Ukrainy i Rosji. Wcześniej Amerykanie rozmawiali naprzemiennie z Rosjanami i Ukraińcami. PAP

Śmiercionośny wirus Nipah. Kolejne przypadki pojawiły się w Indiach

Kazimierz Sikorski
Indie

W jednym z największych miast Indii wykryto wirusa przenoszonego przez nietoperze. Na razie nie ma na niego szczepionki ani lekarstwa.

Pochodzący od nietoperzy wirus Nipah wykryty został w Bengalu Zachodnim, koło trzeciego pod względem ludności miasta w kraju, Kalkuty. Władze wprowadziły kwarantannę i starają się powstrzymać epidemię.

Według indyjskich mediów zgłoszono kolejne zakażenia, w tym u lekarza i dwóch pielęgniarek. Obie kobiety pracowały w prywatnym szpitalu w Barasat. Jedna z nich jest w stanie krytycznym.

Wirus Nipah przenosi się między ludźmi a zwierzętami, głównie za pośrednictwem zakażonych nietoperzy lub świń. Kontakt między ludźmi może też prowadzić do rozprzestrzeniania się wirusa.

Nietoperze owocożerne, rozpowszechnione w miastach i na wsiach Indii, są naturalnymi nosicielami wirusa. Infekcja początkowo przebiega bezobjawowo, potem pacjenci mają poważne problemy z oddychaniem.

Objawy obejmują gorączkę, bóle głowy, mięśni i wymioty, a ciężkie przypadki powodują zapalenie mózgu prowadzące do śpiączki.

Ten wirus charakteryzuje się wysoką śmiertelnością i obecnie nie ma szczepionki ani skutecznego leczenia. PAP

FOT. 123RF

Najbardziej prawdopodobnym źródłem zakażenia są nietoperze

„NYT": Analiza wideo przeczy twierdzeniom władz na temat strzelaniny w Minneapolis

Oprac. Anna Nagel
USA

Analiza filmów wideo z zabicia Aleksa Prettiego przez funkcjonariuszy służby granicznej w Minneapolis przeczy twierdzeniom władz, że zamierzał on zabić funkcjonariuszy - pisze dziennika

FOT. PAP/EPA

Protesty ludności w Minneapolis

Jak pisze gazeta „New York Times", dostępne zweryfikowane nagrania z incydentu pokazują, że wbrew twierdzeniom Departamentu Bezpieczeństwa Krajowego (DHS), 37-letni Pretti nie podszedł do funkcjonariuszy z wyciągniętą bronią, lecz telefonem. Nagrania wskazują, że mężczyzna został powalony na ziemię, kiedy próbował pomóc uczestniczce demonstracji spryskanej przez służby gazem pieprzowym.

Podczas szamotaniny jeden z kilkorga funkcjonariuszy straży granicznej krzyknął, że Pretti ma broń palną. Analiza wideo wskazuje, że chwilę później jeden z nich wyciągnął pistolet mężczyzny z kabury przy jego pasku i dopiero chwilę potem inny funkcjonariusz oddał strzał w plecy klęczącego i szarpiącego się mężczyzny z bliskiej odległości. Po tym, jak Pretti osunął się na ziemię, oddano kolejne strzały - łącznie było ich 10.

Mimo szeroko udostępnianych nagrań wideo przedstawiciele DHS, w tym szefowa resortu Kristi Noem, twierdzili w piątek, że Pretti dokonał „aktu terroryzmu". Dowódca Border Patrol Greg Bovino sugerował, że ofiara - z zawodu pielęgniarz - miał zamiar przeprowadzić masakrę funkcjonariuszy. Czołowy doradca prezydenta Donalda Trumpa nazwał go z kolei mianem terrorysty i „niedoszłego zabójcy".

- To wygląda na sytuację, w której osoba chciała wyrządzić maksimum szkód i przeprowadzić masakrę na służbach - powiedział Bovino, wskazując na fakt, że pistolet, który miał przy sobie Pretti, był naładowany i miał on ze sobą dwa magazynki.

Asystent prokuratora generalnego Bill Essayli skomentował incydent, twierdząc, że „jeśli podejdziesz do funkcjonariuszy z bronią, istnieje duże prawdopodobieństwo, że będą mieli prawo do strzelania do ciebie". Komentarz ten wywołał potępienie grupy Gun Owners of America, orędującej za prawem do posiadania broni palnej.

Inaczej na incydent zareagowali Demokraci, w tym gubernator Minnesoty Tim Walz, który nazwał obrazy z nagrań „obrzydliwymi" i zaznaczył, że to stanowy, a nie federalny wymiar sprawiedliwości musi zająć się zbadaniem sprawy, bo władzom federalnym „nie można zaufać w prowadzeniu tego śledztwa". PAP

Przywódca Iranu zamieszkał w schronie

Oprac. Anna Nagel
Iran

Najwyższy przywódca Iranu Ali Chamenei wprowadził się do specjalnie dla niego przygotowanego podziemnego schronu w Teheranie.

Ali Chamenei zrobił to, gdy wyżsi urzędnicy armii i bezpieczeństwa uznali potencjalny atak USA za wysoce prawdopodobny - podał opozycyjny serwis Iran International, powołując się na dwa źródła zbliżone do rządu.

Informatorzy opisali schron jako silnie ufortyfikowany obiekt połączony licznymi tunelami z naziemnymi budynkami ważnymi dla sprawowania władzy i przetrwania reżimu.

Pod nieobecność ukrywającego się ajatollaha jego trzeci syn, Masud Chamenei, przejął codzienne zarządzanie biurem ojca i stał się głównym pośrednikiem między nim a irańskim rządem.

Dosłowne zejście irańskiego przywódcy do podziemia dowodzi, że wywiad wojskowy Iranu jako wysoce prawdopodobny uznał potencjalny atak sił Stanów Zjednoczonych, które wciąż gromadzą na Bliskim Wschodzie kolejne okręty, samoloty, czołgi, drony bojowe i żołnierzy.

Koncentracja na Bliskim Wschodzie wojsk Stanów Zjednoczonych jest odpowiedzią na represje reżimu irańskiego przeciwko uczestnikom trwających kilka tygodni demonstracji. Protestują oni przeciwko surowym warunkom gospodarczym. Według ekspertów ONZ ds. praw człowieka zginęło w nich już nawet 20 tys. protestujących. PAP

eprasa.pl b238943850

CZŁOWIEK URATOWAŁ PŁONĄCEGO CHŁOPCA. SZUKAŁ GO PO LATACH. I ZNALAZŁ

Piotr Polechoński

4 lutego 1994 roku, Koszalin. Zza aut na parkingu wybiega pięcioletni chłopiec, rozpaczliwie krzyczy, cały jest w płomieniach. Z pomocą rzuca się Bogusław Szewczyk, gasi ogień na dziecku i ratuje mu życie

Pan Bogusław nie poznał wtedy nazwiska chłopca i potem go już nie spotkał. - Wiele razy zastanawiałem się, jakie były dalsze jego losy, co u niego słychać? Zdecydowałem, że teraz, po latach, spróbuję się tego dowiedzieć - mówi. I dowiedział się.

Pan Bogusław

Chłopiec biegł i krzyczał, wręcz piszczał z bólu, w kuli ognia. Płonął jak pochodnia. Przypadek zdecydował, że kilkanaście metrów dalej - przy ulicy Bukowej, w pobliżu ulicy Lelewela - jest przystanek. Chwilę wcześniej stanął przy nim Bogusław Szewczyk, sprawdzał na rozkładzie, ile będzie czekał na autobus. Wtedy pracował w Szkole Podstawowej nr 18 i w jednej sprawie służbowej miał udać się do banku w centrum miasta.

Rozpaczliwy krzyk dziecka uderzył go z prawej strony.

- Jakby ktoś zdzielił mnie młotem prosto w głowę - wspomina.

Zanim odwrócił głowę, wiedział, że dzieje się coś strasznego. Widok biegnącego chłopca, na którym płonie kurtka, wydawał mu się tak nierzeczywisty, że potrzebował sekundy, aby zrozumieć, że ogień i wrzask bólu są prawdziwe.

Potem ruszył.

- Pędziłem, ile sił w nogach, i kątem oka zobaczyłem, że w stronę chłopca biegnie też kobieta, która w rękach miała kurtkę, aby nią ugasić ogień. To nie była jej kurtka, wtedy się nad tym nie zastanawiałem, ale teraz myślę, że to może była kurtka jej dziecka, bo była małego rozmiaru. Pewnie była z nim gdzieś w pobliżu, zobaczyła, że ten chłopiec jest cały w płomieniach i zareagowała podobnie jak ja - opowiada.

W biegu, gdy ją mijał, podała mu kurtkę i gdy dobiegł do płonącego pięciolatka, zarzucił mu ją na plecy i ramiona.

- Dzięki tej pani zaoszczędziłem kilkanaście sekund, bo chciałem już ściągać swoje ubranie, a to zajęłoby chwilę i straciłbym czas. A ten w tym momencie decydował o życiu lub śmierci – wspomina.

Ogień udało mu się zdusić od razu. Jemu nic się stało, tylko rękawiczki niemal całe się stopiły. Za to od razu było widać, że chłopiec doznał poważnych obrażeń. Trząsł się cały, płakał, stracił przytomność. Gdy ją odzyskał, spytał szeptem „Proszę pana, czy ja się paliłem?”.

FOT. RADOSŁAW BRZÓSTEK

Pan Bogusław nigdy nie zapomniał płonącego chłopca, którego tylko dzięki jego szybkiej reakcji udało się uratować

Przez chwilę chciał spróbować zdjąć spaloną kurtkę z chłopca, ale zrezygnował. Miejscami była stopiona do tego stopnia, że skleiła się ze skórą dziecka.

Położył chłopca na śniegu, aby ochłodzić organizm. Wokół zgromadzili się ludzie, każdy chciał pomóc, niektórzy płakali, ktoś otulił dziecko kocem.

Przyjechało pogotowie ratunkowe, pięciolatek szybko trafił do koszalińskiego szpitala.

Wtedy pana Bogusława opuściły siły, poczuł mdłości i zakręciło mu się w głowie. Wiedząc, że chłopiec jest już bezpieczny, poszedł do swojego mieszkania, które było w jednym z pobliskich bloków. Gdy doszedł do siebie i wrócił, na miejscu nie było już nikogo.

Chłopiec

Lokalna prasa wtedy pisała: „Chłopiec miał pięć lat, a jego kurtka zajęła się ogniem od zapałek, które znalazł na podwórku i zapalał jedna po drugiej. Poparzenia są II i III stopnia, objęły 17 procent ciała”.

- To były bardzo poważne obrażenia. Praktycznie do 15. roku życia trwało moje leczenie. Przeszczepy skóry, rehabilitacja, indywidualny tok nauczania. Jak wtedy trafiłem do szpitala, to pierwszy raz wyszedłem z niego dopiero po dwóch miesiącach. No, trochę się nacierpiałem - mówi dziś już dorosły mężczyzna.

Nie chce ujawniać swojego wizerunku, woli pozostać anonimowy.

- To dla mnie trudne wspomnienia. Nie chcę w nie angażować też swojej rodziny, a tak by było, gdybym wszystkim się pokazał, że ten chłopiec to ja - tłumaczy.

Zgodził się tylko opowiedzieć wszystko ze swojej perspektywy.

- Pamiętam mało. Tylko wielką jasność i wielki ból. Nie pamiętam, jak się zająłem ogniem, co dalej się działo, kto mnie ratował. Miałem tylko pięć lat, trauma była też tak wielka, że pewnie zadziałał mechanizm wyparcia. Pierwsze, co kojarzę, to sceny ze szpitala. Leżę na łóżku, cały jestem w opatrunkach, rodzice są obok mnie - wspomina.

To, co wie o samym wypadku, zna z opowieści bliskich. Tego dnia on wraz z siostrą i mamą mieli pójść na zakupy. Wyszedł przed klatkę w bloku jako pierwszy, miał przez minutę poczekać na resztę. Ubrany był w grubą kurtkę typu miś, pudełko z zapałkami musiało leżeć gdzieś blisko.

- Potem już wszystko potoczyło się błyskawicznie. To była połowa lat 90., nikt nie słyszał o ubraniach z atestami i jak zapaliłem zapałki, to kurtka zajęła się ogniem od razu - opowiada.

Leczenie było długie i skomplikowane, ale zakończyło się sukcesem. Blizny pozostały, jednak nie rzucają się w oczy, nie przeszkadzają w życiu.

Koszalinianin skończył studia, założył rodzinę, pojawiły się dzieci.

- Żyję normalnie, pracuję. Nie wracam myślami do tamtych chwil, nie śnią mi się po nocach. To był nieszczęśliwy wypadek, nikt nie zawinił. Może dobrze, że miałem wtedy tylko pięć lat? Gdybym miał więcej, to pewnie trauma mocniej by we mnie siedziała. Na pewno dostałem drugie życie. Od człowieka, który mnie wtedy uratował...

Spotkanie

Gdy w ubiegłym tygodniu pierwszy raz pisaliśmy o tej niezwykłej historii, znaliśmy tylko wersję pana Bogusława. Zgłosił się do nas z prośbą, aby pomóc mu w odszukaniu chłopca, którego uratował w 1994 roku.

- Minęło już tyle lat, ja sam mam ich już 76, a wydarzenia tamtego dnia ciągle we mnie żyją. Wiele razy zastanawiałem się, jakie były dalsze losy tego chłopca, co u niego słychać? Zdecydowałem, że spróbuję się tego dowiedzieć - mówił nasz rozmówca. - Chciałbym się z nim spotkać, porozmawiać. Zobaczyć, jak potoczyło mu się życie, i zapytać, tego dorosłego już dziś człowieka, ile pamięta z tamtego dnia. Jeśli ten mój apel przeczyta też ta pani, która również biegła z ratunkiem, to ją też proszę, aby się odezwała. Tamte chwile połączyły gdzieś nas na zawsze - dodawał.

Kilka dni po naszej publikacji zadzwonił do nas poszukiwany mężczyzna.

- To chyba o mnie chodzi - powiedział. - Z wielką radością spotkam się panem Bogusławem. Przez tyle lat wiedziałem tylko tyle, że ktoś taki był i że jego reakcja i odwaga uratowały mi życie. Ale nikt nie wiedział, kto to był, jak się nazywał. Bardzo się cieszę, że w końcu się ujawnił i że będę mógł mu osobiście podziękować - mówi.

Nie chce, aby to się odbyło publicznie. Będzie to prywatne, skromne spotkanie.

Ma do niego dojść w najbliższych dniach.

- Nie mogę doczekać się chwili, gdy będę mógł z nim porozmawiać – mówi pan Bogusław. - Cały czas mam przed oczami spojrzenie tego chłopca, gdy trzymam go w ramionach. On tak się wtedy bał, tak cicho płakał. Dobrze będzie zobaczyć, że wszystko skończyło się szczęśliwie... ©℗

eprasa.pl b238943850

czas
Z RODZINĄ

Poniedziałek, 26.01.2026

LUDZIE • STR. 10

Natalia Szroeder *lubiła śpiewać* od najmłodszych lat

W zeszłym roku skończyła trzydzieści lat, a ma już na swoim koncie trzy płyty i telewizyjne sukcesy

FOT. SYLWIA DĄBROWA

PORADY • STR. 11

Papierowy ręcznik? Nie do delikatnych powierzchni

ZDROWIE • STR. 12-13

Kaszel to nie zawsze błahostka. Co powinno nas zaniepokić?

ROŚLINY • STR. 14

Azalie doniczkowe – za oknem zima, a one całe w kwiatach

eprasa.pl b238943850

▶ LUDZIE

Kiedy miała zaledwie sześć lat, ktoś z telewizji wypatrzył ją na scenie i zaproponował udział w programie „Od przedszkola do Opola". Tak jej się to spodobało, że potem śpiewała w domu piosenki i nagrywała je na przenośnym magnetofonie

PORTRET

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

W zeszłym roku skończyła trzydzieści lat, a ma już na swym koncie trzy płyty i telewizyjne sukcesy. Nie poszczęściło się jej tylko w miłości. Czy nowy związek przyniesie piosenkarce upragnione spełnienie?

Własna kaseta

1. Dorastała w kaszubskiej wsi Parchowo. Jej rodzina jest silnie zaangażowana w kultywowanie rodzimych tradycji. Dziadek założył ludowy zespół Modraki, w którym występuje teraz jej mama. Tata powołał z kolei do życia teatr Dialogus i organizował festiwal, na który zjeżdżały się ludowe kapele z różnych stron świata. Nic dziwnego, że od małego ciągnęło ją do publicznych występów.

Kiedy miała zaledwie sześć lat, ktoś z telewizji wypatrzył ją na scenie i zaproponował jej udział w programie „Od przedszkola do Opola". Tak się to spodobało małej Natalii, że potem śpiewała w domu piosenki i nagrywała je na przenośnym magnetofonie, aby skompletować z nich kasetę z własnoręcznie zrobioną okładką. Nie przeszkadzało jej to w nauce i zawsze przynosiła ze szkoły dobre stopnie.

Śladami Maryli

2. Za telewizyjnym występem poszły kolejne – tym razem na różnych przeglądach i festiwalach dla dzieci i młodzieży w całej Polsce. Podczas tych wojaży towarzyszyli jej najczęściej rodzice lub dziadek. Kiedy skończyła szesnaście lat, jeździła coraz częściej sama. Niektóre koleżanki ze szkoły były zazdrosne o jej sukcesy i dokuczały jej, ona jednak zaciskała zęby i robiła swoje.

W 2011 roku pojawiła się w „Szansie na sukces" z piosenkami Maryli Rodowicz i wygrała odcinek za sprawą efektownego wykonania „Cichej wody". Dzięki temu dokonała pierwszych nagrań, śpiewając utwory w języku kaszubskim. Dostrzegł ją wtedy raper Liber i zaprosił do współpracy. Ich wspólne piosenki stały się przebojami i otworzyły młodziutkiej wokalistce drogę do kariery.

Telewizyjna osobowość

3. Natalia musiała pogodzić liceum z koncertami i nagraniami, przeszła więc na zdalny tryb nauczania. Czasem wracała z występów późnym wieczorem do domu, a rano musiała zaliczyć kilka ważnych sprawdzianów. Poradziła sobie jednak i zdała maturę, pisząc test z matematyki najlepiej w klasie. Rozpoczęła nawet studia, ale szybko okazało się, że nie da się ich pogodzić z muzyczną karierą.

Kiedy kolejne jej piosenki zaczęły stawać się radiowymi przebojami, zwróciła na nią uwagę telewizja. Najpierw pojawiła się w programie „Twoja twarz brzmi znajomo", gdzie zachwyciła wykonaniami hitów Whitney Houston i Edyty Górniak. Potem świetnie sobie poradziła na parkiecie „Tańca z gwiazdami", wygrywając show w parze z Janem Klimentem.

W 2011 roku pojawiła się w „Szansie na sukces" z piosenkami Maryli Rodowicz i wygrała odcinek za sprawą efektownego wykonania „Cichej wody". Dzięki temu dokonała pierwszych nagrań, śpiewając utwory w języku kaszubskim

Właściwy krok

4. Zachwycona roztaczającymi się przed nią możliwościami, zgadzała się na wszystko, co proponowali jej ówcześni menedżerowie. Choć nie była do końca z wszystkiego zadowolona, nagrała w 2016 roku debiutancką płytę „NATinterpretacje". Z czasem stwierdziła, że chce mieć większy wpływ na swą karierę – tupnęła więc nogą i nawiązała współpracę z nowym teamem.

Wynegocjował on szybko piosenkarce możliwość samodzielnego współtworzenia repertuaru. Tak narodziły się jej dwa kolejne albumy – „Pogłos" i „REM", które zawierały już bardziej dojrzałą i wyważoną muzykę. Natalia zaczęła też występować na prestiżowych imprezach w rodzaju „Męskiego Grania" i zaliczyła dwie własne klubowe trasy koncertowe. Dzięki temu jej kariera nabrała właściwego tempa i kierunku.

Złamane serce

5. W 2020 roku wokalistka została zaproszona przez rapera Quebonafide do nagrania dwóch wspólnych piosenek. Starszy od niej o cztery lata chłopak wprowadził ją w krąg korzystającej z życia pełnymi garściami „warszawki". Natalia zakochała się w wytatuowanym młodzieńcu po uszy i wkrótce stali się parą. Unikali jednak medialnego rozgłosu, starannie zachowując swą prywatność dla siebie.

Niestety, trzy lata później doszło do rozstania. Natalia bardzo to przeżyła, a świadectwem tego stały się piosenki z „REM". Z czasem stanęła jednak na nogi i znalazła nową miłość. Tym razem jest nią starszy o jedenaście lat fotograf Przemek Dzienis, który w przeszłości był partnerem Moniki Brodki. Para poznała się podczas realizacji teledysku „Upał" w 2024 roku.

Kiedy kolejne piosenki Natalii zaczęły stawać się radiowymi przebojami, zwróciła na nią uwagę telewizja

BT/FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

NATALIA SZROEDER

eprasa.pl b238943850

▶ **PORADNIK**

Jak wyczyścić materac na łóżku. Czy do spania związywać włosy, czy zostawić rozpuszczone. Jak domowymi sposobami pomóc przy stłuczeniach oraz do czego nie używać papierowego ręcznika i dlaczego – **o tym w dzisiejszym miniporadniku**

PO(4)RADY

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

Czyszczenie

Jak wyczyścić materac?

Stara, choć dość wyczerpująca metoda, to rozłożenie wilgotnego prześcieradła na materacu i wytrzepanie go trzepaczką do dywanów (możliwe, że prześcieradło będzie trzeba kilka razy wypłukać).

Materac można też wyczyścić odkurzaczem piorącym, z zastosowaniem łagodnych detergentów. Pamiętajmy, że choć zbierają one wodę, to będzie potrzebne kilka godzin, żeby materac dobrze wysechł. Najlepiej to zrobić, kiedy jest ciepło i będziemy mogli otworzyć okno, zapewniając dobrą wentylację.

Ale jest też niemal bezwysiłkowa metoda na czyszczenie materaca. Wystarczy soda oczyszczona i sitko oraz domowy odkurzacz. Sodę należy rozsypać w miarę równą warstwą na powierzchni materaca – jak cukier puder na cieście. Najlepiej zrobić to przez sitko. Sodę można lekko wcierać w materac.

Dobrze to zrobić rano i pozostawić proszek aż do wieczora. Po kilku godzinach materac trzeba odkurzyć, zbierając dokładnie całą sodę, która wchłonie zanieczyszczenia i wilgoć z materaca. Taki zabieg warto wykonywać raz w miesiącu. Soda nie pozostawia aromatu, za to skutecznie neutralizuje zapachy.

01.

Ochrona

Związać włosy na noc czy zostawić rozpuszczone?

To dotyczy głównie osób, które mają długie włosy. Spanie z rozpuszczonymi kosmykami może spowodować, że te uszkodzą się, złamią, a nawet przerzedzą. Fryzjerzy są zgodni co do tego, że włosy należy wiązać, ale w odpowiedni sposób. W efekcie staną się one gładsze, mniej napuszone i odzyskają lepszą kondycję. Minusem takiego podejścia jest osłabianie cebulek i wypadanie włosów, jeśli zepniemy je na noc zbyt ciasno. W przypadku krótszych włosów warto je pozostawić luźno. Wówczas skóra odpoczywa, regeneruje się i oczyszcza. Łatwiejszy jest też przepływ powietrza między kosmykami.

Najlepsze fryzury do spania to: luźny, wysoko spięty kok na czubku głowy, swobodny warkocz zaplatany tuż nad karkiem, niezbyt ciasna korona z warkocza naokoło głowy.

Włosów nie powinno się spinać na noc za pomocą gumek z metalowymi elementami, spinek i klamry. Do tego celu można użyć bawełnianej apaszki.

02.

03.

Leczenie

Szybka, domowa pomoc przy stłuczeniach

O upadek zimą nietrudno, a konsekwencją często jest stłuczenie. Wtedy trzeba działać jak najszybciej. Chore miejsce najlepiej jest jak najszybciej posmarować żelem zawierającym octanowinian glinu albo zrobić okład z octu. W przypadku octu spirytusowego należy rozcieńczyć 1 łyżkę w pół szklanki wody. Zawarty w nich kwas octowy ma działanie ściągające, czyli obkurczające naczynia krwionośne, a co za tym idzie – przeciwobrzękowe.

Do stłuczonego miejsca należy przyłożyć także zimny kompres, np. kostki lodu w torebce albo wkład chłodzący owinięty w papierowy ręcznik.

Jeśli nie mamy w domu żelu lub maści na stłuczenia, można też wypróbować tradycyjne sposoby domowe, takie jak okłady ze świeżych liści kapusty, świeżego majeranku lub tymianku, albo plastrów surowego ziemniaka bądź wyciśniętego soku z ziemniaka.

Ból po stłuczeniu utrzymuje się zazwyczaj przez 5-10 dni, jednak może trwać dłużej. Jeśli nie mija albo nie ustępują inne objawy stłuczenia, należy zwrócić się do lekarza.

Konserwacja

Papierowy ręcznik nie do wszystkiego

Stosowanie ręczników papierowych do czyszczenia delikatnych powierzchni, takich jak szkło czy elektronika, okazuje się ryzykowne.

Dlaczego ręcznik papierowy szkodzi ekranom? Papier używany do produkcji ręczników składa się z celulozy, która ma właściwości ścierne. W efekcie przetarcie nim powierzchni telewizora, monitora czy smartfona może prowadzić do powstawania mikrorys. Z czasem stają się one coraz bardziej widoczne, pogarszając jakość obrazu. Co więcej, ręcznik papierowy zostawia włókna i pyłki, które osiadają na ekranie, zamiast go czyścić.

Wiele osób używa ręcznika papierowego również do luster czy szyb. To częsty błąd – zamiast idealnej przejrzystości uzyskujemy smugi, a nawet mikrouszkodzenia powierzchni. Jeszcze gorsze skutki może mieć czyszczenie nim szkieł okularów – powstałe rysy obniżają komfort widzenia i mogą trwale zniszczyć soczewki.

Bezpieczniejszym rozwiązaniem jest użycie ściereczek z mikrofibry, które skutecznie usuwają kurz i zabrudzenia bez ryzyka zarysowania powierzchni. W przypadku ekranów warto korzystać też ze specjalnych płynów czyszczących, które nie zawierają alkoholu ani amoniaku. Przy okularach najlepiej sprawdzają się dedykowane chusteczki nawilżane lub miękkie ściereczki materiałowe.

04.

FOT. KAMPUS PRODUCTION PEXELS.COM

eprasa.pl b238943850

▶ ZDROWIE

Kaszel to nie zawsze błahostka - mówi **dr n. med. Grzegorz Gawron,** specjalista chorób wewnętrznych i chorób płuc. W rozmowie również o objawach, które powinny skłonić do wizyty u lekarza oraz jak wygląda nowoczesna diagnostyka płuc

MEDYCYNA OBRAZOWA

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

Choroby płuc są jedną z głównych przyczyn przewlekłej niezdolności do pracy i zgonów. Co sprawia, że układ oddechowy jest tak narażony?

Układ oddechowy jako jedyny z narządów życiowych pozostaje w stałym kontakcie ze środowiskiem zewnętrznym. Efektem tego jest fakt, że wszystkie bakterie, wirusy i grzyby nieustannie próbują się do niego dostać – mimo oczyszczającej funkcji nosa oraz rzęsek w oskrzelach. Układ oddechowy ma także bezpośredni kontakt z substancjami szkodliwymi obecnymi w środowisku. Może to być na przykład krzemionka, tlenki azotu zawarte w gazach strzałowych czy różnego rodzaju substancje o szkodliwym działaniu, obecne w środowisku pracy. Najczęściej jednak – niestety – są to substancje, które wdychamy na własne życzenie, czyli dym tytoniowy mający działanie destrukcyjne i rakotwórcze.

Jakie objawy – nawet te pozornie niegroźne – powinny skłonić nas do wizyty u pulmonologa?

Często spotykamy się z odmiennym punktem widzenia pacjenta i lekarza. Na pewno objawem szczególnie groźnym jest krwioplucie, czyli odkrztuszanie krwi. Występuje ono stosunkowo rzadko, ale zazwyczaj zwiastuje poważną chorobę układu oddechowego. Może pojawić się również w bardzo ciężkim zapaleniu oskrzeli jako konsekwencja silnego kaszlu. Niepokojącym objawem jest także duszność – objaw często różnie interpretowany. Kaszel z kolei na pewno wymaga konsultacji z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej i weryfikacji, czy ma on stosunkowo niegroźne podłoże, najczęściej infekcyjne, czy też może zwiastować poważną chorobę. Zupełnie inaczej podchodzimy do kaszlu u 60-letniego palacza, którego nie widzieliśmy w przychodni od dziesięciu lat, a który kaszle od kilku miesięcy, a inaczej do kaszlu u osoby zgłaszającej się do lekarza przy każdej infekcji. Częstym problemem jest nieprawidłowo leczony kaszel poinfekcyjny. W trakcie infekcji dróg oddechowych nabłonek zajęty przez wirusa ulega częściowej degradacji. Regeneruje się on szybko, ale w trakcie tego procesu odsłaniają się leżące poniżej zakończenia nerwowe. Te nerwy, pozbawione ochrony, są podrażniane przez wydychane suche powietrze, co prowokuje kaszel. Jeżeli kaszel jest silny i przewlekły, nie pozwala na regenerację nabłonka – nerwy pozostają odsłonięte i stale pobudzają odruch kaszlowy. Taki kaszel najczęściej ustępuje samoistnie w ciągu około dwóch miesięcy, ale bywa bardzo uciążliwy i budzi duży niepokój pacjentów. Istotą leczenia kaszlu poinfekcyjnego nie jest stosowanie antybiotyku, ponieważ nie mamy już do czynienia z zakażeniem bakteryjnym. Stosujemy raczej leki dostępne bez recepty, takie jak acetylocysteina czy preparaty wykrztuśne, które zwiększają ilość wydzieliny i „przykrywają" odsłonięte zakończenia nerwowe. Dostępne są również preparaty do nebulizacji zawierające ektoinę i kwas hialuronowy, które łagodzą podrażnione, zaczerwienione oskrzela. Nawet kilkugodzinne przerwanie kaszlu w ciągu doby pozwala na szybkie gojenie i ustąpienie objawu.

Kaszel jest jednym z objawów bardzo niepokojących pacjentów. Czy zawsze i u każdego wymaga skierowania do specjalisty?

Bardzo ważne jest odsianie pacjentów z kaszlem poinfekcyjnym, czyli takim, który pojawia się pod koniec infekcji, gdy ustępuje gorączka i katar. Jest to kaszel bezproduktywny, niewynoszący wydzieliny, który do niczego nie prowadzi, ale bywa bardzo męczący. Istotne jest także rozpoznanie kaszlu polekowego. Wydaje się on objawem rzadkim, ale pacjentom trudno uwierzyć, że istnieje grupa powszechnie stosowanych leków – głównie inhibitory konwertazy angiotensyny (ACE-inhibitory), używane w leczeniu nadciśnienia tętniczego i niewydolności serca – które u około 5-6% chorych wywołują kaszel. Jest on całodobowy, napadowy i bardzo uciążliwy, ale niegroźny i ustępuje po odstawieniu leku. Warto również wspomnieć o kaszlu związanym z refluksem żołądkowo-przełykowym, często przez pacjentów nieuświadamianym. Taki kaszel pojawia się najczęściej po położeniu się lub nad ranem. Mimo stosowania leków zobojętniających kwas żołądkowy w czasie snu może dochodzić do cofania się treści żołądkowej, a wysychająca wydzielina podrażnia drogi oddechowe i wybudza pacjenta. Co ciekawe, przyczyna nie jest do końca poznana, ale gardło kobiet wydaje się bardziej predysponowane do rozwoju przewlekłego kaszlu. Długotrwały kaszel może prowadzić do tzw. malacji tchawicy, czyli osłabienia i zapadania się jej chrząstek. Wówczas podpora tchawicy staje się mniej stabilna, a jej ściany zbliżają się do siebie podczas kaszlu, co dodatkowo go podtrzymuje. Paradoksalnie, nas – lekarzy – w przeciwieństwie do pacjentów uspokaja fakt, że kaszel trwa wiele lat. Jeżeli pacjent zgłasza, że kaszle od czterech czy pięciu lat, możemy przypuszczać, że nie jest to rak płuca ani idiopatyczne włóknienie płuc, ponieważ te choroby w takim czasie dałyby znacznie cięższe objawy. Pacjent patrzy na to inaczej, dlatego istotne jest jego uspokojenie i próba leczenia objawowego odpowiednio dobranymi lekami.

Kolejnym objawem o bardzo trudnym różnicowaniu jest uczucie duszności. Może mieć wiele przyczyn, nie tylko płucnych – co należy wiedzieć, aby ukierunkować wizytę do odpowiedniego lekarza?

Kluczowe jest odróżnienie duszności od tego, co pacjenci określają jako „duszący kaszel". Chodzi o sytuację, gdy kolejne napady kaszlu nie pozwalają nabrać oddechu – i to nie jest duszność w sensie medycznym. Duszność definiujemy jako uczucie niewspółmiernie zwiększonego wysiłku oddechowego w stosunku do możliwości organizmu. Może występować w spoczynku lub podczas wysiłku. Jeżeli ktoś po wejściu na pierwsze czy drugie piętro nie jest w stanie mówić pełnymi zdaniami, można podejrzewać duszność o podłożu kardiologicznym lub pulmonologicznym. Zdarzają się również pacjenci, którzy odczuwają duszność w spoczynku, a nie mają jej podczas wysiłku. Często są to osoby bardzo dobrze wysportowane. W takich przypadkach skupiamy się na pracy przepony. Bywa, że pacjenci nieprawidłowo z niej korzystają. Przypomina to uczucie „braku tchu", które ustępuje po kilku głębokich wydechach. Nasze pęcherzyki płucne w bezruchu domagają się rozprężenia, zwłaszcza w częściach nadprzeponowych. Ziewamy nie z nudów, ale dlatego, że oddychamy zbyt płytko i pęcherzyki płucne wymagają „otwarcia", czyli rozklejenia.

Jakie choroby płuc rozwijają się szczególnie podstępnie i dają objawy dopiero wtedy, gdy problem jest już zaawansowany?

Dwie główne choroby to POChP i rak płuca. Przewlekła obturacyjna choroba płuc rozwija się stopniowo. Płuca dwudziesto- czy trzydziestolatka są zazwyczaj zdrowe, natomiast choroba jest reakcją zapalną na szkodliwe składniki, najczęściej dymu tytoniowego. POChP rozpoznajemy często dopiero w stadium zaawansowanym, gdy zaostrzenie choroby zmusza pacjenta do wezwania karetki i hospitalizacji. Zdarza się, że oprócz leków wziewnych konieczna jest już tlenoterapia. Taki sześćdziesięciolatek staje się inwalidą oddechowym. Gdyby spirometria została wykonana w wieku 40-45 lat, zaburzenia byłyby widoczne znacznie wcześniej. Palacze rzadko zgłaszają się do lekarza, ponieważ obawiają się usłyszeć zalecenie zaprzestania palenia. Rak płuca nadal pozostaje naszą „piętą achillesową", mimo pojawienia się nowych terapii. Ma on skryty przebieg i niedoskonałe badania przesiewowe. Często ujawnia się dopiero w stadium zaawansowanym, pod postacią objawów przerzutów, płynu w jamie opłucnej czy zamknięcia dużego oskrzela.

Jaką rolę pełnią programy wczesnego wykrywania raka płuca i czy przynoszą realne efekty?

Programy wczesnego wykrywania raka płuca mają udokumentowaną skuteczność w zmniejszaniu śmiertelności, choć nie na taką skalę, jak w przypadku raka piersi czy prostaty. Przez wiele lat były prowadzone m.in. w Zabrzu i innych miejscowościach województwa śląskiego. Wykorzystuje się w nich niskodawkową tomografię komputerową, która wiąże się z niewielkim napromienianiem. Wykrywamy wiele drobnych guzków powstałych w wyniku mikrozapaleń, które wymagają obserwacji, ale także zmiany wybitnie podejrzane, niewidoczne w klasycznym RTG. Klasyczny radiogram rzadko ujawnia raka płuca, ponieważ większość nowotworów rozwija się centralnie, w okolicach wnęk płucnych, gdzie ich obraz zlewa się z dużymi naczyniami krwionośnymi. Zmiany obwodowe bywają wykrywane przypadkowo, co czasem ratuje życie.

Dr Grzegorz Gawron:
Kaszel, duszność i spadek wydolności oddechowej to objawy, które wielu z nas bagatelizuje. Tymczasem układ oddechowy choruje często po cichu

eprasa.pl b238943850

▶ ZDROWIE

• **Dr Grzegorz Gawron** – specjalista chorób wewnętrznych i płuc, związany z Wojewódzkim Szpitalem Chorób Płuc w Wodzisławiu Śląskim. • Zajmuje się **diagnostyką i leczeniem astmy, POChP oraz nowotworów płuc**, ze szczególnym uwzględnieniem wczesnego rozpoznawania chorób i profilaktyki

▶ DR GRZEGORZ GAWRON

01.

Układ oddechowy jako jedyny z narządów życiowych pozostaje w stałym kontakcie ze środowiskiem zewnętrznym. Efektem tego jest fakt, że wszystkie bakterie, wirusy i grzyby nieustannie próbują się do niego dostać, mimo oczyszczającej funkcji nosa oraz rzęsek w oskrzelach.

02.

Kaszel na pewno wymaga konsultacji z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej. Zweryfikuje on, czy kaszel ma stosunkowo niegroźne podłoże, najczęściej infekcyjne, czy też może zwiastować poważną chorobę. Częstym problemem jest nieprawidłowo leczony kaszel poinfekcyjny.

03.

Jeżeli pacjent zgłasza, że kaszle od czterech czy pięciu lat, możemy przypuszczać, że nie jest to rak płuca, ponieważ ta choroba w takim czasie dałaby znacznie cięższe objawy. Pacjent patrzy na to inaczej, dlatego istotne jest jego uspokojenie i próba leczenia objawowego odpowiednimi lekami.

04.

Dwie główne choroby to POChP i rak płuca. Przewlekła obturacyjna choroba płuc rozwija się stopniowo. Płuca dwudziesto- czy trzydziestolatka są zazwyczaj zdrowe, natomiast choroba jest reakcją zapalną na szkodliwe składniki, najczęściej dymu tytoniowego.

05.

POChP rozpoznajemy często dopiero w stadium zaawansowanym, gdy zaostrzenie choroby zmusza pacjenta do wezwania karetki i hospitalizacji. Zdarza się, że oprócz leków wziewnych konieczna jest już tlenoterapia. Taki sześćdziesięciolatek staje się inwalidą oddechowym.

FOT. GETTY IMAGES

eprasa.pl b238943850

▶ PRZYRODA

Azalie doniczkowe, znane też jako azalie zimowe oraz indyjskie, to jedne z najpiękniejszych roślin pokojowych, jakie możemy spotkać w kwiaciarniach o tej porze roku. Co robić, by azalie były niezwykłą ozdobą w czasie długich, zimowych miesięcy

PAMIĘTAJCIE O OGRODACH

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

Za oknem śnieg i mróz, a one w kwiatach. Azalie zimowe pięknie ozdobią dom

FOT. KATARZYNA LASZCZAK

Azalie doniczkowe to rośliny na lata. Nie są zbyt wymagające, a pięknie kwitną każdej zimy

Azalie indyjskie (łac. Azalea indica), znane też jako azalie zimowe, kwitną zwykle od października aż do wczesnej wiosny (marzec-kwiecień), a każda roślina utrzymuje kwiaty na pędach przez 4–5 tygodni. Abyśmy jednak mogli cieszyć się ich urodą przez dłuższy czas, a w kolejnym sezonie ponownie doczekać się kwiatów, musimy wiedzieć, jak zadbać o rośliny, gdyż azalie indyjskie mają dość szczególne wymagania uprawowe.

Jak kupować azalie doniczkowe?

O rośliny musimy się zatroszczyć już w chwili zakupu, aby po kilku dniach nie okazało się, że po pięknych kwiatach nie ma już śladu, a rośliny więdną i zamierają. Unikniemy podobnego rozczarowania, jeśli przy zakupie dokładnie obejrzymy rośliny. Jeśli ich kwiaty są podwiędnięte lub mają brązowe plamy, a liście są matowe, wygięte do dołu lub opadają z pędów, nie kupujmy takiej rośliny, bo najprawdopodobniej była przesuszona, przelana, przechłodzona lub cierpi na jakąś chorobę.

Zdrowa azalia powinna mieć sztywne, zielone, błyszczące liście i częściowo rozwinięte, jędrne kwiaty. Zanim wyniesiemy ją ze sklepu, musimy też pamiętać o zabezpieczeniu rośliny przed chłodem (np. grubym papierem), bo jeśli choćby przez krótki czas będzie narażona na mróz, może zostać poważnie uszkodzona. Po przyniesieniu azalii do domu nie zdejmujmy od razu okrycia, ale pozwólmy stopniowo przyzwyczaić się roślinie do panującej w mieszkaniu temperatury.

Wybierz dobre miejsce i nie przegrzewaj rośliny

Aby azalia kwitła w mieszkaniu długo i obficie, musimy o nią odpowiednio zadbać. Przede wszystkim musimy znaleźć dla niej odpowiednie miejsce, które powinno być jasne, ale osłonięte przed bezpośrednim słońcem, a także niezbyt ciepłe i oddalone od kaloryferów.

Większość doniczkowych azalii, w okresie kwitnienia preferuje chłodniejsze pomieszczenia, w których panuje temp. ok. 15–18 stopni Celsjusza. Nowe odmiany są jednak bardziej tolerancyjne i mogą znieść także typową temperaturę pokojową (ok. 20–22°C). Wszystkie azalie źle natomiast reagują na suche powietrze, które zimą w ogrzewanych mieszkaniach jest częstym problemem. Aby więc uniknąć kłopotów z rośliną, warto ustawić w jej pobliżu nawilżacz powietrza lub umieścić doniczkę na podstawce wypełnionej kulkami mokrego keramzytu.

Na to uważaj przy podlewaniu

Kolejną ważną sprawą w pielęgnacji azalii doniczkowych jest ich podlewanie. Rośliny są bardzo wrażliwe na przesuszenie, na które reagują więdnięciem liści, zrzucaniem kwiatów, zasuszaniem pąków, a w skrajnych przypadkach nawet śmiercią. Jednocześnie azalie nie tolerują przelania, gdyż zalegająca w doniczce woda, może doprowadzić do zgnicia korzeni i obumarcia rośliny. Dlatego też azalie należy podlewać w taki sposób, aby ziemia w doniczce zawsze była lekko wilgotna, ale nigdy mokra.

Co zrobić, kiedy kwiaty przekwitną

Azalie utrzymywane w odpowiednich warunkach kwitną długo i obficie, dlatego gdy ich kwitnienie dobiega końca, rośliny potrzebują trochę wytchnienia. Wiosną powinniśmy więc przesadzić je do nowej ziemi (najlepiej do podłoża dla różaneczników i azalii, które jest odpowiednio skomponowane i posiada właściwe pH, zwykle na poziomie 4–5), usunąć wszystkie przekwitłe kwiatostany, przyciąć zbyt wybujałe pędy i przenieść roślinę do chłodnego i widnego pomieszczenia (ok. 5–10°C).

Azalia doniczkowa nadaje się też do ogrodu

Kiedy na zewnątrz minie ryzyko wystąpienia wiosennych przymrozków, azalie warto przenieść do ogrodu (można je wkopać razem z doniczką w ziemię) lub umieścić na balkonie. Ważne, żeby miejsce było ocienione. Na zewnątrz azalia może spędzić całe lato, ale jesienią (wrzesień-październik) roślinę ponownie przynosimy do mieszkania lub umieszczamy w chłodnym, jasnym pomieszczeniu (temp. ok. 10°C) i dopiero po miesiącu przenosimy w cieplejsze miejsce. Azalia może zakwitnąć już we wrześniu lub październiku, ale jeśli ją przechłodzimy, może rozwinąć kwiaty nieco później. Roślina nie jest odporna na mróz i pozostawiona na zimę w ogrodzie zmarznie.

Przez cały sezon letni (od marca do sierpnia), azalię warto też systematycznie dokarmiać, najlepiej nawozami przeznaczonymi specjalnie dla tej grupy roślin. Takie nawozy mają odpowiednio zbilansowany skład i właściwy odczyn pH.

eprasa.pl b238943850

MAGAZYN SPORTOWY 24

W trwającym z powodu ulewy tylko 45 minut sparingu Jagiellonia ograła 3:0 Cukaricki Belgrad. Do spotkania z Mariborem nie doszło **STR. 16**

FOT. JAGIELLONIA.PL

Pokonali Serbów, przegrali z pogodą

Cezary Polak nie będzie wiosną grał w Jagiellonii. Odejść mogą także Pululu i Stojinović **STR. 16**

Twierdza padła. Po prawie roku BAS KB Białystok przegrał u siebie mecz w I lidze siatkarek **STR. 18**

Kolejne sparingi naszych trzecioligowców. Wigry Suwałki pokonały Żalgiris Wilno i to na Litwie **STR. 18**

eprasa.pl b238943850

Polak odchodzi z Jagi, ale są też wzmocnienia

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Cezary Polak nie będzie w najbliższej rundzie grał w Jagiellonii Białystok. 22-letni obrońca został do końca sezonu wypożyczony do pierwszoligowej Miedzi Legnica.**

FOT. JAGIELLONIA.PL

Obrońca Cezary Polak rundę wiosenną spędzi na wypożyczeniu do Miedzi Legnica

FOT. JAGIELLONIA.PL

Pierwszym wzmocnieniem Jagiellonii jest Guilherme Montoia. Portugalczyk przychodzi z Estreli Amadora.

To czwarty ubytek kadrowy w obozie Żółto-Czerwonych i niekoniecznie ostatni..

Cezary Polak jesienią nie przebił się do składu Jagi, bo na lewej obronie niepodzielnie rządził Bartłomiej Wdowik. 22-latek zagrał tylko sześć razy i strzelił jednego gola. Co ciekawe, stało się to w potyczce Pucharu Polski z... Miedzią, wygranej przez Dumę Podlasia na wyjeździe 3:2. Teraz Jagiellończyk będzie reprezentował barwy pierwszoligowca z Legnicy.

Wcześniej Jagę opuścili: Oskar Pietuszewski (FC Porto), Alejandro Cantero (SD Huesca) i Marcin Listkowski GKS Tychy). Klub zmieni też zapewne Louka Prip, który nie był z Jagą na obozie przygotowawczym w Turcji i szuka nowego pracodawcy.

Afimico Pulu na radarze Austriaków i Ukraińców

Na szczęście żaden z piłkarzy, z wyjątkiem Pietuszewskiego, którzy odeszli z ekipy trenera Adriana Siemieńca, nie był jej kluczową postacią. To jednak może się jeszcze zmienić, bo media donoszą o zainteresowaniu dwoma podstawowymi zawodnikami Jagi.

Najwięcej spekuluje się o możliwym odejściu Afimico Pululu. Nic dziwnego, bo „Afiemu" 30 czerwca kończy się kontrakt z Dumą Podlasia. Zawodnik nie przejawia większych chęci do przedłużenia umowy i jest łakomym kąskiem na rynku transferowym.

Kacper Tomczyk z TVP Sport poinformował, że zaawansowane rozmowy z napastnikiem Żółto-Czerwonych prowadzi Dynamo Kijów, ale jest raczej mało prawdopodobne, by Pululu zdecydował się na grę w ukraińskim klubie.

Z kolei Tomasz Włodarczyk (Meczyki.pl) zdradził o zainteresowaniu Jagiellończykiem ze strony austriackiego Sturmu Graz. Wcześniej dużo mówiło o chęci ściągnięcia „Afiego" przez Widzew Łódź oraz egipski klub Al-Ahly.

Masłowski: Wszystko może się zdarzyć

Oczywiście, dużo do powiedzenia ma w tej sprawie Jagiellonia, która co prawda latem nie zarobi na odejściu Pululu, ale w nadchodzącej rundzie będzie miała groźnego i bardzo ważnego dla zespołu napastnika. Sternicy klubu nie wykluczają jednak transferu jeszcze w tym okienku.

- Afimico Pululu wciąż nie określił się co do swojej przyszłości, wciąż jest wokół niego bardzo dużo zamieszania. Mam wrażenie, że Afimico na dziś nie jest w stu procentach skupiony na pracy, a na tym, co się wokół niego dzieje. Wszystko może zdarzyć się zimą - powiedział niedawno w wywiadzie dla kanału Meczyki.pl dyrektor sportowy Jagi Łukasz Masłowski.

Niedawno wypłynął też temat odejścia z Białegostoku Dusana Stojinovicia. 25-letni Słoweniec miałby zasilić klub z amerykańskiej MLS - Orlando City. Zdaniem portalu Meczyki.pl stoper Jagi kosztować będzie 1,5 miliona euro.

Odejście Stojinovicia byłoby wielkim osłabieniem środka obrony ekipy trenera Siemieńca, bo Słoweniec jesienią wyrósł na jej lidera.

Pierwsze wzmocnienia z Bośni i Portugalii

Po stronie nabytków Jagiellonia potwierdziła dwóch nowych zawodników. Pierwszym jest jest Guilherme Montoia z portugalskiej Estreli. Prawy obrońca podpisał trzyletni kontrakt z opcją przedłużenia o kolejny rok. Będzie w naszym zespole występował z numerem 23.

- Wszyscy mnie bardzo dobrze przyjęli. Udało mi się zrozumieć klimat klubu, jak działa klub, jak wygląda struktura klubu, jak wygląda dzień treningowy, wiem sporo o mieście itd. Wszystko jest bardzo pozytywne. Jestem bardzo szczęśliwy, że tu jestem - powiedział Montoia po podpisaniu umowy z Jagiellonią.

Kolejnym nowym graczem jest Samed Bazdar, który trafi do Dumy Podlasia z hiszpańskiego Realu Saragossa na wypożyczenie do końca sezonu, z opcją transferu definitywnego. 21-letni Bośniak jest napastnikiem. ©℗

Z Cukarickim Belgrad dali koncert gry. Potem szyki pomieszała im gwałtowna ulewa

Wojciech Konończuka
wojciech.kononczuk@polskappress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Na koniec obozu w Turcji Jagiellonia wygrała 3:0 z Cukarickim Belgrad, chociaż mecz trwał tylko 45 minut z powodu ulewy. Gwałtowny deszcz przekreślił rozegranie spotkania z NK Maribor.**

FOT. JAGIELLONIA.PL

Kamil Jóźwiak rozegrał z Cukarickim dobre spotkanie

Szkoda, że deszcz przerwał potyczkę z Serbami bo nasz zespół prezentował się znakomicie. Co prawda w meczach sparingowych nie powinno się robić tragedii z porażek i upajać się zwycięstwami, ale forma, jaką w starciu z szóstym zespołem serbskiej ekstraklasy pokazała Jagiellonia, może budzić optymizm.

Wnosząc ze składu, jaki do gry z Cukarickim desygnował trener Adrian Siemieniec, była to jedenastka mocno zbliżona do tej, która wkrótce rozpocznie rundę wiosenną.

Jagiellonia rozpoczęła od frontalnych ataków i szybko zrobiło się bardzo groźnie pod bramką Serbów. Najpierw Kamil Jóźwika odnalazł podaniem w polu karnym Jesusa Imaza, ale Hiszpan skiksował w bardzo dobrej sytuacji.

Kolejne podejście dało już Jadze gola. Prawą stroną przedarł się Norbert Wojtuszek i dograł z linii końcowej boiska. Piłka trafiła do Jóźwiaka, którego pierwsze uderzenie zostało obronione, drugie zablokowane, aż w końcu Imaz uderzył lewą nogą i było 1:0.

Cukaricki jeszcze się nie otrząsnął, a już stracił kolejną bramkę. Tym razem Żółto-Czerwoni zaatakowali środkiem. Wymiana podań między Imazem a Afimico Pululu sprawiła, że Hiszpan znalazł się przed bramkarzem rywali i tym razem prawą nogą uderzył nie do obrony. 7. minuta i 2:0 dla Dumy Podlasia!

Jagiellonia na tym nie poprzestała i atakowała dalej. W sytuacji sam na sam z bramkarzem znalazł się Jóźwiak i co prawda golkiper ekipy z Belgradu odbił piłkę, ale trafiła ona pod nogi Pululu i za moment zatrzepotała w siatce.

Do przerwy powinno być 4:0, bo w końcu bardzo aktywny Jóźwiak dopiął swego, ale turecka pani arbiter na linii bocznej zasygnalizowała spalonego, co było jej poważnym błędem.

- Jest niedosyt, że zagraliśmy tylko 45 minut a nie więcej, ale wydaje mi się, że nasza gra była na zakończenie obozu najlepsza ze wszystkich spotkań i dołożyliśmy do tego skuteczność - podsumował w klubowych mediach Jagi Kamil Jóźwiak.

Niestety, gwałtowny deszcz nie pozwolił nie tylko na rozegranie drugiej połowy z Cukarickim, ale też storpedował kontrolną potyczkę ze słoweńskim Mariborem.

- Mieliśmy w planach dwa mecze sparingowe, a tak naprawdę ze 180 minut zaplanowanych w ten dzień, rozegraliśmy tylko 45 - komentuje pogodowe zawirowania na koniec obozu w klubowych mediach trener Siemieniec. - To mało i na pewno powoduje to, że trudno jest ocenić kompletnie te przygotowania, szczególnie przez tę końcówkę - dorzuca.

We wcześniejszych sparingach Żółto-Czerwoni przegrali 1:4 z austriackim zespołem LASK Linz i zremisowali 1:1 z bułgarskim CSKA 1948 Sofia. ©℗

WYNIK

Jagiellonia Białystok - Cukaricki Belgrad 3:0 (rozegrano tylko pierwszą połowę). Bramki: 1:0 - Jesus Imaz (5), 2:0 - Jesus Imaz (7), 3:0 - Afimico Pulu (21).

Jagiellonia: Sławomir Abramowicz - Norbert Wojtuszek, Bernardo Vital, Andy Pelmard, Bartłomiej Wdowik, Alejandro Pozo, Taras Romanczuk, Bartosz Mazurek, Jesus Imaz, Kamil Jóźwiak, Afimico Pululu.

eprasa.pl b238943850

Piłka nożna Po przerwie zimowej piłkarska ekstraklasa wznawia grę. Czego oczekuje Radosław Majdan?

Liga w końcu wraca. Legia w opałach

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

O rozgrywkach ekstraklasy, europejskich pucharach z udziałem polskich drużyn, a także reprezentacji Polski rozmawiamy z byłym bramkarzem kadry, ekspertem Radosławem Majdanem.

Już w piątek po przerwie zimowej wraca piłkarska ekstraklasa. Szczególna uwaga zwrócona zostanie na Legię Warszawa, której trenerem w grudniu został Marek Papszun. Warszawianie szybko wydostaną się ze strefy spadkowej?
Gdyby przed sezonem ktoś powiedział, że po rundzie jesiennej Legia będzie na przedostatnim miejscu, że przegra u siebie chociażby z Termaliką Nieciecza, chyba wszyscy stwierdziliby, że jest szalony, a jednak to stało się faktem. Myślę, że z utrzymaniem się nie będzie problemów. Patrząc na to, co działo się w Legii w ostatnich miesiącach i latach, a także na dokonania trenera Papszuna oraz jak sumiennie wykonywał swoją pracę w Rakowie, jestem przekonany, że dla obu stron to było dobre posunięcie.

Tabela ekstraklasy jest bardzo spłaszczona, do prowadzących Wisły Płock i Górnika Zabrze Legia traci jedenaście punktów, do miejsc gwarantujących awans do europejskich pucharów dziesięć. Będzie w stanie nawiązać walkę chociażby o puchary?
Łatwiej jest gonić jedną drużynę, ale gdy przed sobą masz peleton, to nie jest takie proste. Myślę, że o mistrzostwie Polski w Warszawie mogą zapomnieć, natomiast szans na awans do pucharów nie ma co jeszcze przekreślać, tym bardziej że nasza liga jest nieprzewidywalna. Jeżeli Legia wygra cztery, pięć pierwszych meczów, jeszcze wiele jest możliwe. Wszystko w nogach samych piłkarzy.

Ma Pan swoją tezę, dlaczego w Legii jest jak jest? Klub z ogromnym potencjałem, budżetem, niezłymi piłkarzami, a jednak często zmieniają się w niej trenerzy i wielkich sukcesów w ostatnich latach też nie ma.
Do Legii co rusz przychodzą nowi trenerzy, a ciągle coś nie gra. To dziwne, bo przecież w klubie są też dyrektorzy sportowi o uznanych nazwiskach. Myślę, że teraz pewne rzeczy się zmienią i Marek Papszun będzie decydował o wielu sprawach.

Legii jest potrzebny trener, który tych wiele spraw poukłada, tyle że w innych okolicznościach?
Niewątpliwie Marek Papszun jest człowiekiem charyzmatycznym, który lubi grać według własnych zasad. W Legii wcześniej wiele koncepcji i planów się nie sprawdziło, więc być może jest jej potrzebny ktoś, kto powie, jak to się robi.

Bardzo duże napięcie panuje między kibicami Legii a jej prezesem Dariuszem Mioduskim. Właściciel klubu z Łazienkowskiej przetrzyma ten trudny okres?
Trzeba zdawać sobie sprawę, jak dużym ciosem jest dla klubu brak finansów chociażby z powodu braku awansu do kolejnej rundy w Lidze Konferencji. Ale to jest piłka nożna, w której wszystko szybko się zmienia. Jeśli Legia zacznie wygrywać, to kto wie, może już za rok Dariusz Mioduski będzie chwalony za to, że zatrudnił trenera Papszuna. Jeżeli w przyszłym sezonie Legia będzie walczyła o mistrzostwo i je zdobędzie, to wszyscy zapomną o tym, co jest dzisiaj. W Legii od zawsze jest tak, że albo jesteś mistrzem, albo pierwszym przegranym. Niewątpliwie przed całym klubem, prezesem i piłkarzami nerwowe tygodnie.

FOT. SZYMON STARNAWSKI
Po pierwszej części sezonu rozgrywek ekstraklasy liderem tabeli jest Górnik Zabrze

W Legii niebawem należy się spodziewać sporego przewietrzenia szatni?
W przerwie zimowej do tego nie doszło, bo było mało czasu. Klub rozstał się dotąd tylko z dwoma piłkarzami, ale myślę, że latem odejdą kolejni, a przyjdzie na ich miejsce co najmniej pięciu, sześciu nowych zawodników. Legia potrzebuje kilku wiodących i charyzmatycznych postaci, jak na przykład Josue, zwłaszcza w obliczu presji, z którą piłkarze z Łazienkowskiej muszą sobie radzić. Niestety, niektórzy zawodnicy z tą presją sobie nie poradzili. Legia potrzebuje konkretnych zmian, a nie tylko pudrowanych.

W przerwie zimowej nie brakowało w ekstraklasie ciekawych transferów. Jednym z nich było przyjście do Widzewa Łódź z Panathinaikosu Ateny reprezentacyjnego bramkarza Bartłomieja Drągowskiego.
To jest transfer, który potwierdza słowa właściciela klubu Roberta Dobrzyckiego, że chce mieć jakościowych zawodników, którzy dadzą mu potencjał i wynik. Nie jest to dla mnie żadne zaskoczenie. To, co dziś dzieje się w Widzewie, który mocno inwestuje w pozyskiwanie kolejnych piłkarzy, pokazuje, że w przyszłym sezonie ta drużyna będzie się mocno liczyła nie tylko w walce o puchary.

W lutym Lech zagra z fińskim KuPS Kuopio, a Jagiellonia zmierzy się z Fiorentiną w barażach o awans do 1/8 finału Ligi Konferencji. Dzięki udanym występom w fazie zasadniczej bezpośrednio do 1/8 finału zakwalifikował się Raków. Jaka to będzie wiosna dla polskich drużyn w Europie?
Myślę, że podobnie jak w poprzednim sezonie jedna z naszych drużyn także teraz zajdzie daleko. Liga Konferencji to rozgrywki, które budują w naszej ekstraklasie ranking. Jestem przekonany, że dzięki niej polski zespół maksymalnie za trzy lata zagra w Champions League. Mistrz Polski będzie musiał rozegrać tylko jeden dwumecz w czwartej rundzie i myślę, że wtedy ten wymarzony cel uda się zrealizować.

26 marca reprezentacja Polski w pierwszym meczu barażowym o awans na mistrzostwa świata podejmie Albanię na PGE Narodowym. Jak ocenia Pan szanse naszej kadry w tym pojedynku?
Nie obawiam się jakoś szczególnie meczu z Albanią. To, co cieszy, to że do dobrej formy wraca coraz więcej naszych piłkarzy, między innymi odgrywający coraz większą rolę w Interze Mediolan Piotr Zieliński. Pytanie, kto stanie w bramce: czy Łukasz Skorupski, czy Kamil Grabara zbierający coraz lepsze recenzje w Bundeslidze? Na pewno selekcjoner ma też kilka innych znaków zapytania, jak chociażby to, kto zagra w parze stoperów obok Jana Bednarka.

Reprezentacja Polski pojedzie na mundial do USA, Kanady i Meksyku?
W ewentualnym drugim decydującym spotkaniu na wyjeździe ze Szwecją lub Ukrainą nie będzie łatwo. Nasz zespół będzie musiał wspiąć się na wyżyny umiejętności. Jedni i drudzy są groźni, choć jak najbardziej do pokonania. Niestety, nie będziemy mieć atutu swojego boiska, ale na wyjazdach też potrafimy grać i zwyciężać.
©℗

PKO BP Ekstraklasa budzi się ze snu zimowego. Hitem mecz Widzew – Jagiellonia

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

Wraca to, co tygryski kochają najbardziej – PKO BP Ekstraklasa! Odmieniona Legia chce odbić się od dna pod wodzą Marka Papszuna, który zadebiutuje w starciu z Koroną Kielce.

Najaktywniejszy w zimowym okienku, naprawdę solidnie wzmocniony Widzew także liczy na przełamanie, a zagadką pozostaje Jagiellonia.

Ekstraklasowi piłkarze po ponad miesiącu wracają do ligowych zmagań. W ostatnich tygodniach kluby przygotowywały się do rundy wiosennej w dobrych warunkach – najliczniejsza delegacja trenowała w Turcji, Legia i Piast wybrały Hiszpanię, Radomiak Portugalię, a Lech Poznań poleciał jeszcze dalej – do Zjednoczonych Emiratów Arabskich.

Pierwsza weryfikacja formy będzie miała miejsce od najbliższego piątku. I już na dzień dobry w Radomiu po raz pierwszy w historii otwarty zostanie cały stadion. Aż 13 982 miejsca dopuszczono do sprzedaży, mecz z Arką Gdynia odbędzie się więc oczywiście z udziałem kibiców gości.

Najciekawszą propozycją 19. kolejki ekstraklasy będzie jednak starcie wzmocnionego za działające na wyobraźnię pieniądze Widzewa Łódź z Jagiellonią Białystok. Drużyna z Podlasia straciła Oskara Pietuszewskiego, który przeniósł się do FC Porto za około dziesięć milionów euro (wraz z bonusami), a coraz głośniej mówi się również o możliwym odejściu napastnika Afimico Pululu jeszcze tej zimy. W Widzewie natomiast możemy spodziewać się debiutów aż sześciu nowych piłkarzy w zespole prowadzonym przez Igora Jovicevicia.

Łódzcy kibice ostrzą sobie zęby na występ skrzydłowego, Ghańczyka Osmana Bukariego, sprowadzonego za 5,5 miliona euro. Ciekawie zapowiada się też sentymentalny pojedynek z udziałem bramkarza Bartłomieja Drągowskiego, który reprezentował w przeszłości barwy klubu z Białegostoku.

Liderująca Wisła Płock podejmie Raków Częstochowa, a Lech Poznań zmierzy się z Lechią Gdańsk.

19. KOLEJKA EKSTRAKLASY

Piątek, 30 stycznia:
18:00 Zagłębie Lubin – GKS Katowice (Canal+ Sport 3, Canal+ Sport 5);
20:30 Radomiak Radom – Arka Gdynia (Canal+ Sport, Canal+ Sport 3, Canal+ 4K).
Sobota, 31 stycznia:
14:45 Górnik Zabrze – Piast Gliwice (Canal+ Sport 3);
17:30 Widzew Łódź – Jagiellonia Białystok (TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna i smart TV; Canal+ Sport 3);
20:15 Lech Poznań – Lechia Gdańsk (Canal+ Sport 3, Canal+ 4K).
Niedziela, 1 lutego:
12:15 Motor Lublin – Pogoń Szczecin (Canal+ Sport 3);
14:45 Wisła Płock – Raków Częstochowa (Canal+ Sport 3);
17:30 Legia Warszawa – Korona Kielce (Canal+ Premium, Canal+ Sport 3, Canal+ 4K).
Poniedziałek, 2 lutego:
19:00 Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Cracovia (Canal+ Sport 3, Canal+ Sport 5).
©℗

eprasa.pl b238943850

Twierdza padła. Po prawie roku przegrały u siebie

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **To był mecz godny ekip z czołówki I ligi siatkarek. Po zaciętym, pięciosetowym boju BAS Kombinat Budowlany Białystok przegrał z KS-em Piła 2:3.**

Była to pierwsza w tym sezonie porażka Podlasianek we własnej hali. Twierdza Białystok padła po prawie roku, bo ostatni raz goryczy porażki u siebie nasza drużyna doznała 8 lutego 2025 roku, a sposób na nią znalazł... KS Piła, triumfując 3:0.

Zespół z Piły przed sezonem miały duże, sięgające podium ambicje i w tym celu wzmocnił się miedzy innymi dwoma siatkarkami BAS-u KB Białystok. O ile Julia Papszun całe spotkanie w stolicy Podlasia spędziła w kwadracie dla rezerwowych, to Julita Molenda dała się byłemu klubowi mocno we znaki i był jedną z najlepszych zawodniczek przyjezdnych.

Set otwarcia zakończył się walką na przewagi. Nasza drużyna prowadziła jeszcze 22:21 po efektownym, pojedynczym bloku Pauliny Bałdygi. Kilka nieskończonych ataków sprawiło jednak, że to rywalki triumfowały 26:24.

Druga odsłona to koncert gry gospodyń, szczególnie jeśli chodzi o zagrywkę. Nasze zawodniczki siały zamęt w szeregach rywalek serwisami i ekipa z Piły miała duże kłopoty z kończeniem ataków i w efekcie zdobywając ledwie 19 punktów.

Potem role się odwróciły i to przyjezdne nadawały ton wydarzeniom, wykorzystując głównie większą siłę ognia na skrzydłach i szczelny blok. Nasze siatkarki rozpoczęły od prowadzenia 8:6, ale potem oddały inicjatywę. Po ataku z przechodzącej piłki Molendy zrobiło się 10:16 i tej partii nie udało się uratować (17:25).

Podlasianki zostały postawione pod ścianą, bo kolejny przegrany set oznaczałby porażkę za trzy punkty. Na dodatek przeciwniczki odskoczyły na 16:12 i zrobiło się niewesoło

Na szczęście w porę zaczęła znów funkcjonować kąśliwa zagrywka, a także blok. Po zbiciu ze środka Anny Wojciechowskiej był remis po 17, a wyrównany bój trwał do stanu 21:21. Wtedy najpierw błysnęła Katarzyna Stepko (atak i blok) a po niej Dominika Surlit, która najpierw skończyła atak, a przy setbolu wygrała przepychankę na siatce po emocjonującej, długiej wymianie. 25:21 i 2:2 w meczu.

Tie-break był wyrównany do wyniku 8:8. Potem Podlasianki straciły cztery punkty z rzędu, co okazał się decydujące, a po dwóch godzinach i 20 minutach walki potyczkę asem serwisowym skończyła Natalia Sidor - 11:15. ©℗

WYNIKI 16. KOLEJKI

BAS Kombinat Budowlany Białystok - Enea KS Piła 2:3 (24:26, 25:19, 17:25, 25:21, 11:15).

BAS KB Białystok: Szczepuła, Stepko, Senica, Bałdyga, Wojciechowska, Surlit, McGlashan (libero) oraz Nowacka i Bandurska.

KSG Warszawa - Solna Wieliczka 3:2, MKS Copco Imielin - Karpaty Krosno 0:3, Komunalnik Nysa - Nike Węgrów 3:0, MKS Kalisz - Credo Płomień Sosnowiec 3:0.

Mecz: SMS PZPS I Szczyrk - LTS Legionovia Legionowo został przełożony.

1. MKS Kalisz	16	45	45:8
2. KSG Warszawa	16	42	46:16
3. BAS KB Białystok	**16**	**34**	**41:21**
4. KS Piła	16	28	35:28
5. MKS Imielin	16	24	29:29
6. Płomień Sosnowiec	16	22	30:32
7. LTS Legionovia	15	21	29:31
8. Komunalnik Nysa	16	20	27:34
9. Solna Wieliczka	16	20	25:33
10. Karpaty Krosno	16	18	23:34
11. SMS PZPS I Szczyrk	15	9	18:42
12. Nike Węgrów	16	2	8:48

FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Siatkarki BAS-u KB Białystok (z prawej strony siatki) przegrały po zaciętym spotkaniu z KS-em Piła 2:3

Koszykówka Nerwowa końcówka z happy-endem Żubrów

TRÓJKA DOUGLASA I WYGRANA

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

Koszykarze Żubrów Abakus Okna Białystok pokonali na wyjeździe Noteć Inowrocław 81:80. To druga wygrana naszego zespołu w I lidze.

To był bardzo trudny mecz dla koszykarzy Żubrów. I to nie ze względu na sytuację białostoczan w lidze i że grali z bezpośrednim rywalem w walce o utrzymanie się w pierwszej lidze. Koszykarze z Białegostoku wystąpili po raz pierwszy bez niedawno zmarłego swojego kolegi z parkietu, Romana Janika. Ta tragedia i pustka po przyjacielu nie mogła pozostać bez śladu w psychice zawodników. Podopieczni trenera Kamila Piechuckiego zagrali jednak mocno zmobilizowani. Zagrali i wygrali dla Romana Janika.

Pierwsza kwarta niedzielnego spotkania była bardzo wyrównana. Na początku, po trafieniach Luki Mitrovica, Noteć prowadziła 2:0, 7:3 i 9:6 w trzeciej minucie. Koszykarze Żubrów nie ustępowali jednak gospodarzom i po trafieniach Haynesa-Jonesa wygrywali 11:9, a po akcji Bartosz Proczka dwa plus jeden było 22:19. Noteć doprowadziła na zakończenie kwarty do remisu 22:22.

W drugiej kwarcie zespół Żubrów uzyskał przewagę 6 punktów 46:40. Trzecia kwarta to remis 18:18.

FOT. PAWEŁ BALEJKO

Koszykarze Żubrów Abakus Okna z drugim zwycięstwem w I lidze

Na ostatnie 10 minut Białostoczanie wychodzili prowadząc 64:58. Trochę obawialiśmy się czwartej kwarty pamiętając ostatnie porażki naszej drużyny, gdy traciła prowadzenie na rzecz gości. I tak też było w Inowrocławiu. Z jednym zastrzeżeniem, że to gospodarze nie trafili rzutu na zwycięstwo. Żubry wygrywały w 33 minucie już 72:58. Niestety, kolejne minuty to słaba skuteczność naszego zespołu. Noteć na 2 minuty przed końcem objęła prowadzenie 76:74. Na 11 sekund przed ostatnią syreną trafił Mitrović i Noteć zwyciężała 80:78. Za trzy punkty na 7 sekund przed końcem trafił Douglas i było 81:80 dla Żubrów. W ostatniej akcji nie trafił Mitrović.

KSK Qemetica Noteć Inowrocław - Żubry Abakus Okna Białystok 80:81 (22:22, 18:24, 18:18, 22:17)

Żubry Abakus Okna: Haynes-Jones 14, Karpik 14, Douglas 19, Tyszka 1, Kowalenko 4, Kutta 8, Klawa 6, Itrich 8, Szpakowski, Proczek 7.

1. SKS Fulimpex	20	35	1696-1587
2. Astoria Bydgoszcz	19	35	1729-1486
3. ŁKS Coolpack Łódź	19	33	1642-1477
4. Decka Pelplin	20	33	1739-1651
5. Solvera Sokół Łańcut	20	33	1723-1731
6. PGE Spójnia Stargard	19	31	1576-1546
7. GKS Tychy	20	31	1644-1673
8. Enea Basket Poznań	20	30	1608-1587
9. Novimex Polonia 1912	19	28	1486-1545
10. WKK Active Hotel	19	28	1533-1552
11. KKS Polonia Warszawa	19	28	1522-1596
12. Resovia	19	27	1584-1584
13. Kotwica Kołobrzeg	19	27	1512-1462
14. Noteć Inowrocław	20	26	1607-1732
15. Weegree AZS	19	25	1546-1596
16. Miners Katowice	20	24	1599-1729
17. Żubry Abakus Okna	19	21	1456-1668

©℗

Wigry niespodziewanie wygrały w Wilnie Żalgirisem

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuka@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Kolejne mecze sparingowe rozegrali nasi trzecioligowcy. Na uwagę zasługuje szczególnie wynik Wigier Suwałki, które wygrały w Wilnie z Żalgirisem 2:1.**

Jakkolwiek to tylko mecz kontrolny, pokonanie najbardziej znanego klubu z Litwy i to na wyjeździe z pewnością ma swoją wymowę.

- Mecz był bardzo szybki, intensywny, stał na bardzo dobrym poziomie i cieszy, że dorównaliśmy przeciwnikowi, stanęliśmy na wysokości zadania - mówi trener Wigier Arkadiusz Szczerbowski, cytowany przez stronę suwalki24.pl

Spotkanie lepiej rozpoczęli gospodarze, wychodząc w 29. minucie na prowadzenie. Litwini przejęli źle wyprowadzoną przez suwalczan piłkę, a akcję golem skończył Paulius Golubickas.

FOT. FACEBOOK.COM/WIGRYSUWALKI

Wigry mają powody do satysfakcji. W dwóch meczach sparingowych suwalczanie odnieśli dwa zwycięstwa.

Potem do głosy doszli dopingowani w Wilnie przez dużą grupę swoich kibiców goście i tuż przed przerwą doszło do wyrównania. Po dośrodkowaniu z lewej strony Kacpra Głowickiego, głową nie do obrony uderzył Bartosz Guzdek i było 1:1.

Rozstrzygnięcie sparingu nastąpiło w 88. minucie. Pięknym podaniem z linii środkowej boiska popisał się Jan Kaszkiel i Jakub Kwiatkowski wykorzystał sytuację sam na sam z bramkarzem, zapewniając swojemu zespołowi zwycięstwo.

Wcześniej Wigry pokonały w Białymstoku KS Wasilków 2:0. Beniaminek III ligi spisał się znacznie lepiej w kolejnej grze kontrolnej, ogrywając grającą szczebel niżej Wissę Szczuczyn 4:1.

Nie powiodło się ŁKS-owi Łomża, który dosyć nieoczekiwanie uległ u siebie czwartoligowemu Stomilowi Olszyn 0:2.

WYNIKI

Żalgiris Wilno - Wigry Suwałki 1:2. Bramki: 0:1 - Golubickas (29), 1:1 - Guzdek (44), 1:2 - Kwiatkowski (88).

ŁKS Łomża - Stomil Olsztyn 0:2. Bramki: Unno (38), zawodnik testowany (86).

KS Wasilków - Wissa Szczuczyn 4:1. Bramki dla Wasilkowa: Boateng - dwie, Milewski, zawodnik testowany.

©℗

eprasa.pl b238943850

W Łodzi na bogato, w Rakowie reprezentant Polski

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Od piątku będziemy ponownie emocjonować się meczami wracającej po przerwie PKO BP Ekstraklasy. Kluby przed wznowieniem rozgrywek gorączkowo kompletują swoje kadry.

W weekend transferami zaskoczyli działacze Cracovii, Górnika Zabrze, Rakowa Częstochowa czy wreszcie Widzewa Łódź, który jako jedyny w stawce nie szczędzi milionów - euro, nie złotych.

Zimujący na drugim miejscu Górnik zafundował swoim kibicom frapującą sobotę. Od rana zapowiadał tajemniczy powrót, by dopiero wieczorem odkryć karty. Przez cały dzień trwała zatem zabawa w zgadywanie. Najczęściej powtarzano nazwisko... Arkadiusza Milika. Na tego piłkarza przy Roosevelta przyjdzie jednak jeszcze zaczekać. Bohaterem niespodzianki okazał się bowiem Paweł Bochniewicz zaprezentowany podczas internetowej transmisji. 29-latek przez lata występował w barwach holenderskiego SC Heerenveen. Ostatni rok stracił z powodu kontuzji kolana.

FOT. SYLWIA DĄBROWA/POLSKA PRESS

Paweł Dawidowicz to bez wątpienia zawodnik z dużym międzynarodowym obyciem

„Dziękuję bardzo za wyjątkowo miłe przyjęcie, ale miesiąc miodowy trwa do pierwszego błędu" - napisał w sieci. To już szósty transfer zabrzan w zimowym okienku.

Na pierwszy ruch zdecydowała się natomiast Cracovia. Z Brazylii ściągnęła byłego zawodnika m.in. Miedzi Legnica i Rakowa Częstochowa, Szwajcara z hiszpańskim paszportem Maxime'a Domingueza. 29-latek ma pomóc w drugiej linii. Tyły, tak jak Górnik, postanowił za to zabezpieczyć wspomniany Raków. I to w zaskakujący sposób. Z wolnego transferu zakontraktował bowiem Pawła Dawidowicza. 30-latek jesienią stracił miejsce w reprezentacji Polski, ponieważ nie miał w ogóle klubu. Latem po miesiącu rozstał się z saudyjskim Al-Hazm, nie rozgrywając dla niego nawet jednego meczu. Teraz chce się odbudować i dzięki temu wrócić do kadry.

Kto wie, czy najlepszego środka pola wiosną nie będzie mieć z kolei Widzew Łódź. Do Juljana Shehu i sprowadzonego z FC Kopenhagi Lukasa Leragera dołączył bowiem jego rodak - Emil Kornvig. Duńczyk jeszcze w czwartek strzelił gola dla norweskiego Brann w Lidze Europy. Wydano na niego aż 3 mln euro. To jeden z najdroższych transferów w historii ekstraklasy. Więcej zapłacono dotąd tylko za Osmana Bukariego (5,5 mln) - też nowego gracza Widzewa. Ten zespół znajdujący się tuż nad strefą spadkową czeka na wiosnę od razu prawdziwy test, bo do Łodzi przyjedzie Jagiellonia Białystok, która w ostatnim sparingu pokazała moc. Co więcej, według ostatnich doniesień może przechwycić byłego zawodnika m.in. Śląska Wrocław Nahuela Leivę, łączonego z liderem, a więc Wisłą Płock.

Żadnego transferu nie dokonali dotąd działacze Motoru Lublin, Piasta Gliwice i Zagłębia Lubin.

Zaczekać aż do 16 lutego mogą z kolei wszyscy zainteresowani aukcjami charytatywnymi 34. Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Na długiej liście nie brakuje piłkarskich akcentów. Póki co zawrotną sumę osiągnął... zegarek słynnego Ronaldinho, licytowany już w przeddzień finału za nad 74 tysięcy złotych. Szczęśliwy zwycięzca otrzyma go z rąk legendy, u boku której będzie mógł wystąpić w zamkniętym treningu poprzedzającym kwietniowy weekend w Chorzowie z udziałem byłych gwiazd futbolu.

Kwotę 60 tys. złotych - także już w przeddzień finału WOSP - przekroczyła natomiast koszulka Roberta Lewandowskiego z niedawnego finału o Superpuchar Hiszpanii, w której „Lewy" strzelił gola Realowi Madryt. Licytować można też choćby dwa zaproszenia od... prezesa PZPN Cezarego Kuleszy do jego loży na marcowy mecz w Warszawie z Albanią w barażach o MŚ 2026. Pytanie, jaką ostatecznie osiągną cenę, pozostaje oczywiście otwarte.

©℗

Ligi zagraniczne: Zieliński bohaterem Interu, klęski Bayernu i Liverpoolu

Damian Świderski
redakcja@polskapress.pl

W ligach TOP 5 na czoło wysuwa się wybitny mecz Piotra Zielińskiego przeciwko Pisie (6:2), a także klęski Bayernu Monachium i Liverpoolu. Debiut w Stade Rennes zaliczył Sebastian Szymański.

ANGLIA

W 23. serii gier w Anglii West Ham nie dał szans Sunderlandowi. Młoty wygrały 3:1, dzięki między innymi świetnemu Jarrodowi Bowenowi. West Ham jest coraz bliżej opuszczenia strefy spadkowej. Tottenham nie może się podnieść w tym sezonie z wielkiego kryzysu. Koguty tylko zremisowały z 19. w tabeli Burnley 2:2.

Manchester City po przegranej 0:2 w Derbach z United wygrał z ostatnim w tabeli Wolverhampton 2:0 dzięki bramkom Marmousha i Semenyo. Fulham zbliżyło się do czołowej piątki dzięki wygranej nad Brighton 2:1.

W hicie soboty Liverpool miał nadzieję na wygraną i zbliżenie się do Aston Villi i Manchesteru City, ale sensacyjnie uległ Bournemouth 2:3. Decydującą bramkę strzelił Adli w 95. minucie meczu.

PREMIER LEAGUE

Wyniki 23. kolejki: West Ham - Sunderland 3:1, Tottenham - Burnley 2:2, Manchester City - Wolverhampton 2:0, Fulham - Brighton 2:1, Liverpool - Bournemouth 2:3.

FRANCJA

W lidze francuskiej rozegrano mecze 19. kolejki. PSG męczyło się ze słabym Auxerre, ale dzięki Bradleyowi Barcoli Paryżanie wygrali 1:0. Świetne dotąd RC Lens tym razem rozegrało słaby mecz i niespodziewanie uległo 1:3 Marsylii. Le Havre sensacyjnie postawił się AS Monaco i zremisował 0:0.

W meczu Rennes - Lorient wystąpiło dwóch Polaków: Przemysław Frankowski i Sebastian Szymański.

Dla Szymańskiego był to debiut w nowych barwach. 26-latek wszedł na murawę w 77. minucie, zmieniając Mahdiego Camarę. Zagrał poprawnie, choć nie oddał żadnego strzału. Frankowski wybiegł na murawę w podstawowym składzie i grał do 59. minuty. Rennes przegrało 0:2.

LIGUE 1

Wyniki 19. kolejki: Auxerre - PSG 0:1, Le Havre - Monaco 0:0, RC Lens - Marsylia 1:3, Rennes - Lorient 0:2.

FOT. GRZEGORZ WAJDA

Rewelacyjnie zagrał Piotr Zieliński. Strzelił bramkę z karnego na 1:2 i miał ponad 90 procent celnych podań

NIEMCY

W Bundeslidze na starcie kolejki St. Puli z Arkadiuszem Pyrką i Adamem Dźwigałą w składzie zremisowało bezbramkowo z HSV Hamburg. Najwyżej oceniony w swym zespole Dźwigała zszedł z boiska w 65 minucie z żółtą kartką. Pyrka dotrwał na placu gry do końcowego gwizdka.

W meczu Mainz - VFL Wolfsburg nieźle zaprezentował się Kamil Grabara. Reprezentant Polski obronił rzut karny, ale Mainz było wyraźnie lepsze i wygrało z Wilkami 3:1. Kacper Potulski cały mecz przesiedział na ławce rezerwowych.

Natomiast największą sensację sprawił Augsburg. Walczący o utrzymanie klub wygrał na Allianz Arenie z Bayernem Monachium 2:1. Goście, którzy do przerwy nieznacznie przegrywali, decydujący szturm w derbach Bawarii przeprowadzili w końcowym kwadransie, gdy na listę strzelców wpisali się Arthur Chaves i Han-Noah Messengo. Ten drugi wynik spotkania ustalił w 81. minucie.

BUNDESLIGA

Wyniki 19. kolejki: St. Puli - HSV 0:0, RB Lipsk - Heindenheim 3:0, Hoffenheim - Eintracht Frankfurt 3:1, Bayer - Werder 1:0, Borussia Dortmund - Union Berlin 3:0, Mainz - VFL Wolfsburg 3:1, Augsburg - Bayern Monachium 2:1.

HISZPANIA

W lidze hiszpańskiej Levante wygrało ważny mecz w walce o utrzymanie z Elche. Skończyło się 3:2 po dramatycznej końcówce. Gdy w 2. minucie doliczonego czasu Adam Boayar doprowadził do wyrównania, wydawało się, że bardziej zadowoleni z murawy zejdą gości. Cztery minuty później do bramki Elche trafił jednak Alan Matturro.

Valencia również pokonała Espanyol 3:2, a decydująca bramka także padła w ostatnich sekundach z rzutu karnego.

Real Madryt dzięki dubletowi Kyliana Mbappe wygrał z Villarreal 2:0. Królewscy, którzy kilka dni temu skompromitowali się z Albacete i niedawno zmienili trenera, nadal oczywiście liczą się w walce o tytuł. W zależności od tego, kto pierwszy rozgrywa dany mecz w ligowej kolejce, zmieniają się na prowadzeniu z Barceloną.

LA LIGA

Wyniki 21. kolejki: Levante - Elche 3:2, Osasuna - Rayo 3:1, Valencia - Espanyol 3:2, Sevilla - Athletic Bilbao 2:1, Real Madryt - Villareal 2:0.

WŁOCHY

W lidze włoskiej Lecce zanotowało bezbramkowy remis z Lazio. Nawet na ławce - niestety - nie usiadł jednak Filip Marchwiński.

Wybitne mecze zagrali zawodnicy Como i Interu Mediolan. Como rozgromiło Torino aż 6:0, a Inter mimo tego, że przegrywał już 0:2 z Pisą, to ostatecznie także zdobył aż 6 goli. Rewelacyjnie zagrał Piotr Zieliński: strzelił bramkę z „11" na 1:2, a ponad 90 proc. jego podań było celnych. Został oceniony na 8,7.

SERIE A

Wyniki 22. kolejki : Lecce - Lazio 0:0, Cagliari - Fiorentina 2:1, Como - Torino 6:0, Inter - Pisa 6:2. ©℗

eprasa.pl b238943850

Sporty zimowe gotowe do rywalizacji ze światem

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

Dzisiaj PKOl. zatwierdzi skład reprezentacji Polski na XXV Zimowe Igrzyska Olimpijskie, które organizują Mediolan i Cortina d'Ampezzo. 4 dni później odbędzie się jedyne przed wyjazdem ślubowanie.

Najwięcej – 21 zawodników – zgłosił Polski Związek Narciarski. Ekipa naszych łyżwiarzy z toru długiego i krótkiego będzie liczyć 14 sportowców.

Na zamknięcie systemu zgłoszeń cały czas czekają w Polskim Związku Łyżwiarstwa Figurowego. Jest szansa, że w konkursie drużynowym wystąpi para taneczna Sofia Dowhal i Wiktor Kulesza.

Narodowe komitety olimpijskie miały czas na rejestrację zawodników do 26 stycznia.

– Na tych igrzyskach mamy kilka realnych szans medalowych i kilka dyscyplin, które zawsze wywołują emocje – powiedział szef misji olimpijskiej, niegdyś chorąży reprezentacji Konrad Niedźwiedzki. – Myślę, że dla kibiców niemal codziennie będzie coś ciekawego.

Biathlon

Natalia Sidorowicz (AZS AWF Katowice), Joanna Jakieła (BKS WP Kościelisko), Kamila Żuk (AZS AWF Katowice), Anna Mąka (BKS WP Kościelisko), Jan Guńka (Turbacz XC), Konrad Badacz (Karkonosze Jelenia Góra), Grzegorz Galica (Turbacz XC) i Marcin Zawół (AZS AWF Wrocław).

Biegi narciarskie

Izabela Marcisz (SS Prządki Ski), Eliza Rucka-Michałek (MKS Istebna), Monika Skinder (MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski), Aleksandra Kołodziej (LKS Witów ski Mszana Górna), Dominik Bury (MKS Istebna), Sebastian Bryja (KS Obidowiec Obidowa) i Maciej Staręga (UKS Rawa Siedlce).

Bobsleje

Linda Weiszewski (Flota Gdynia) i Klaudia Adamek (Flota Gdynia).

Kombinacja norweska

Kacper Jarząbek (TS Wisła Zakopane) i Miłosz Krzempek (TS WSS Wisła).

Łyżwiarstwo figurowe

Jekatierina Kurakowa (MKS Axel Toruń), Władimir Somojłow (MKS Axel Toruń) i Julia Szczecinina/Michał Woźniak (UKŁ Spin Katowice).

FOT. ANDRZEJ BANAŚ/POLSKA PRESS

Dla Kai Ziomek-Nogal będą to już trzecie w karierze zimowe igrzyska olimpijskie

Łyżwiarstwo szybkie

Kaja Ziomek-Nogal (Cuprum Lubin), Martyna Baran (WTŁ Stegny Warszawa), Andżelika Wójcik (Cuprum Lubin), Karolina Bosiek (Pilica Tomaszów Mazowiecki), Natalia Czerwonka (Akademia Sportowego Rozwoju Natalii Czerwonki), Damian Żurek (Pilica Tomaszów Mazowiecki), Marek Kania (Fundacja ŁiSW Legia Warszawa), Piotr Michalski (AZS AWF Katowice) i Władimir Siemirunnij (Pilica Tomaszów Mazowiecki).

Narciarstwo alpejskie

Maryna Gąsienica-Daniel (TS Wisła Zakopane), Nikola Komorowska (AZS Zakopane)*, Piotr Habdas (Żywiecki Klub Narciarski).

*Narciarka alpejska Nikola Komorowska zrezygnowała z udziału w zimowych igrzyskach olimpijskich we Włoszech. W oświadczeniu przesłanym w niedzielę PAP zawodniczka wskazała na presję mediów i narastający hejt, który wpłynął na jej zdrowie psychiczne. Polski Związek Narciarski przyznał się do błędu przy pierwotnym ustalaniu składu alpejek i w zwolnione miejsce wyznaczył spełniającą kryteria Anielę Sawicką (KS MMS Dendysski).

Saneczkarstwo

3 zawodniczki + 3 zawodników.

Short track

Natalia Maliszewska (ŁKS Juvenia Białystok), Gabriela Topolska (ŁKS Juvenia Białystok), Kamila Sellier (Stoczniowiec Gdańsk), Michał Niewiński (ŁKS Juvenia Białystok) i Felix Pigeon (AZS KU Politechniki Opolskiej Opole).

Skialpinizm

Iwona Januszyk (Klub Skialpinistyczny Kandahar) i Jan Elantkowski (TKN Tatra Team).

Skoki narciarskie

Pola Bełtowska (AZS Zakopane), Anna Twardosz (AZS AWF Katowice), Kacper Tomasiak (LKS Klimczok Bystra), Kamil Stoch (KS Evenement Zakopane) i Paweł Wąsek (TS WSS Wisła).

Snowboard

Aleksandra Król-Walas (KS F2Dawidek Team.pl), Maria Bukowska-Chyc (AZS Zakopane), Oskar Kwiatkowski (AZS Zakopane) i Michał Nowaczyk (AZS Zakopane).

©℗

Dariusz Gęsior: W każdym roczniku jest numer jeden, ale nie każdy to Pietuszewski

Jacek Sroka
redakcja@polskapress.pl

Rozmowa z Dariuszem Gęsiorem, trenerem reprezentacji Polski U-15, który w przeszłości był mistrzem kraju z Ruchem Chorzów i Widzewem Łódź.

Zimą w polskiej piłce głośno było o transferze Oskara Pietuszewskiego do FC Porto. Widzi Pan w swojej kadrze jego potencjalnych następców?

Właśnie wróciłem z obozu Talent Pro w Turcji, w którym brało udział 40 chłopaków z trzech roczników: 2009, 2010 i 2011. Poprzednio bywał na takich zgrupowaniach Pietuszewski. Niektórzy z obecnych na obozie zawodników jeszcze niedawno trenowali z nim na takich wyjazdach organizowanych przez PZPN. Zawodnicy mogli przekonać się, że ta droga, by za chwilę coś znaczyć w piłce, nie jest długa, zresztą my im też to uświadamialiśmy. Może nie od razu, by grać w pierwszej reprezentacji jako 17-latek, natomiast być zawodnikiem „pchającym" się do ekstraklasy, grać w klubie i zasłużyć na dobry transfer. Chodzi o to, żeby wiedzieli, że to oni mają największy wpływ na swój rozwój.

Pan też miał okazję widywać Pietuszewskiego na tych obozach. Czym się wyróżniał?

Poznałem go, kiedy miał 14 lat. To nie jest tak, że co roku trafiają się tacy zawodnicy, jak Oskar. My wiemy, kto ma ponadprzeciętny talent. U niego było widać jednak nie tylko talent, ale i charakter. Trzy lata wcześniej miałem zawodnika mającego podobne parametry, zwód, inteligencję na boisku. Był chyba nawet lepszy, stanowiąc może i 50 procent wartości zespołu, natomiast szwankowało u niego podejście do gry i zaangażowanie. W każdym roczniku jest jakiś „numer 1", ale uważam, że indywidualności jest w naszej piłce za mało. Coraz mniej jest też niestety dzieci, a poza tym ich sprawność ogólna jest coraz słabsza.

Jak wygląda taki obóz dla najbardziej utalentowanych młodych polskich zawodników?

Bierze w nim udział po piętnastu chłopaków z kategorii U-15 i U-16 oraz dziesięciu z U-17, bo część tych 17-latków wyjeżdża już na zgrupowania ze swoimi klubami, dołączając do drużyn seniorów. Obóz organizowany jest przez PZPN co pół roku i naprawdę robi wrażenie. Bierze w nim udział spora grupa trenerów, w tym oczywiście selekcjonerzy tych kategorii wiekowych, ale nie ma tam zajęć taktycznych, są za to treningi wpływające na indywidualny rozwój. Były osobne zajęcia dla graczy na poszczególnych pozycjach – sam z racji swoich boiskowych doświadczeń prowadziłem razem z Radkiem Sobolewskim treningi ze środkowymi pomocnikami. Były treningi dwóch współpracujących ze sobą na bosku formacji, zajęcia z psychologiem i inne spotkania uświadamiające w zakresie treningu mentalnego. Dodatkową atrakcję stanowiły spotkania m.in. z selekcjonerami pierwszej reprezentacji Janem Urbanem i młodzieżówki Jerzym Brzęczkiem. Trener Urban miał pogadankę z chłopakami, a ci zadawali mu pytania.

FOT. JACEK SROKA

Dariusz Gęsior jako piłkarz był wicemistrzem olimpijskim i rozegrał aż 427 meczów w ekstraklasie

I o co pytali selekcjonera naszej kadry ci młodzi chłopcy?

Pytali, co jest najważniejsze, by stać się profesjonalnym piłkarzem. Trener odpowiedział, że umiejętności są oczywiście ważne, ale na pierwszym miejscu jest charakter. Sporo chłopaków, niemających wielkich umiejętności, dzięki zawziętości i charakterowi wyrobiło sobie markę. Może nie byli błyskotliwi, ale grali na bardzo dobrym poziomie. Czasem z kolei przepadali ci z wielkimi umiejętnościami technicznymi.

W obozach Talent Pro uczestniczą też piłkarze z klubów zagranicznych, którzy wyjechali z Polski albo urodzili się za granicą, ale mają polskie korzenie.

Nie zawsze kluby zagraniczne puszczają na takie konsultacje zawodników. Teraz tych spoza Polski było więcej niż zwykle. Bywa, że po takich wyróżniających się Polaków „pukają" reprezentacje innych krajów. Prowadząc wcześniej kadrę z rocznika 2008, miałem na jednym z turniejów Igora Tyjona z Blackburn Rovers, ale on już wcześniej wybrał grę dla Anglii. Prowadzimy rozmowy z rodzicami i z samymi chłopakami, ale nie zawsze da się ich przekonać, że u nas będą się lepiej rozwijali.

Ilu piłkarzy obserwuje szkoleniowiec kadry do lat 15?

Na pewno najwięcej spośród wszystkich selekcjonerów, bo w późniejszym wieku ta grupa obserwowanych piłkarzy zwykle się zawęża. W kręgu moich zainteresowań są wszyscy zawodnicy z tego rocznika. Oczywiście, nie znam wszystkich osobiście, ale jak ktoś powie nazwisko i klub, to na pewno go skojarzę, bo wszystkie mecze Centralnej Ligi Juniorów w tej kategorii, a nieraz i lig wojewódzkich, się obserwuje. W jednym roczniku w dwa lata w reprezentacji zadebiutowało prawie 100 zawodników.

Są też jednak mecze nieoficjalne dla zawodników z danego rocznika, którzy urodzili się w drugiej połowie roku.

W PZPN każdy trener kadry U-15 czy U-16 prowadzi dwa zespoły. Jeden jest złożony z najbardziej wyróżniających się zawodników i drugi, tzw. future, gdzie znajdują są piłkarze, których rozwój fizyczny jest na poziomie niższym o rok, dwa, a czasem i 2,5 roku. To wielka różnica, dlatego oni rozgrywają swoje mecze. Trzeba im dawać szansę, pokazywać, że są dla nas ważni, bo w przyszłości może być z nich pociecha. Rozwój fizyczny ma znaczenie i trzeba wszystkich monitorować.

©℗

eprasa.pl b238943850

Faworyt odleciał konkurencji

Artur Bogacki
artur.bogacki@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. **Konkurs indywidualny MŚ w lotach w Oberstdorfie potwierdził, że z naszymi skokami nie jest dobrze. Do tego wokół ogłoszenia kadry olimpijskiej są kontrowersje.**

FOT. MARCIN SZKODZIŃSKI

Słoweniec Domen Prevc w tym sezonie zdominował rywalizację skoczków narciarskich

Zacznijmy od powołań trenera Macieja Maciusiaka na igrzyska Mediolan - Cortina D'Ampezzo. Miał znacznie trudniejsze zadanie niż poprzednicy, bo wybierał nie pięciu, a tylko trzech zawodników, więc wiadomo było, że nie wszyscy (nie tylko skoczkowie) będą zadowoleni. Pewniakiem był jedynie najlepszy tej zimy w naszej ekipie, debiutujący w PŚ Kacper Tomasiak. Numerem 2 w kadrze był Kamil Stoch, skakał bez dawnego błysku, ale nieźle i dość obiecująco. Tyle że ostatnio w Zakopanem się pogubił, a w MŚ w lotach poprawy nie było widać.

Te dwa nazwiska nie budzą kontrowersji. Są one natomiast przy trzecim z powołanych - Pawle Wąsku. Nie można powiedzieć, że w tym sezonie skakał lepiej niż Dawid Kubacki czy Maciej Kot (Piotr Żyła i Aleksander Zniszczoł z tego wyścigu odpadli w zasadzie wcześniej), niemniej to on uzupełnił kadrę.

Najwyraźniej wzięto pod uwagę ranking olimpijski FIS (co zresztą zapowiadano przed sezonem), do którego punkty zdobywało się w zimie i lecie przez ostatnie kilkanaście miesięcy, a to Wąsek, mimo gorszej formy obecnie, był w nim najwyżej ze wszystkich Polaków. Ponadto, w odróżnieniu od Kota i Kubackiego to zawodnik - choć to brutalne stwierdzenie - lepiej rokujący na przyszłość. W tym roku kończy 27 lat, a koledzy z kadry - 35 i 36. Do tego oni nie są w aż takiej dyspozycji, by dawać nadzieję na walkę o czołowe lokaty.

- Ja muszę to przyjąć na klatę. Wiem, jak skakałem od początku sezonu, wiem, że nie dałem trenerowi wystarczających argumentów, żeby dostać ten kredyt zaufania na igrzyska. Raz taki kredyt dostałem, wróciłem z medalem, może teraz ktoś inny tego potrzebuje, żeby też mógł osiągnąć fajny wynik - tak Dawid Kubacki ocenił decyzję przed kamerą Eurosportu.

Kadra na IO została podana tuż przed MŚ w lotach. Do Oberstdorfu nie pojechali Tomasiak i Wąsek. W konkursie indywidualnym na mamuciej skoczni Polacy nie odegrali większej roli (niedzielna drużynówka zakończyła się po zamknięciu wydania). Cała zgłoszona czwórka awansowała do konkursu, ale patrząc na skoki i formę, można było mieć obawy, czy przebrną pierwszą serię. Ostatecznie szybko odpadli Zniszczoł (33.), Stoch (34.) i Kubacki (35.).

Do dalszej rywalizacji - łącznie cztery serie przez dwa dni - dostał się tylko Żyła. Na półmetku był 16., z pewną szansą na powalczenie o czołową dziesiątkę, do której tracił 13,4 pkt. „Wewiór" takiego ataku nie przypuścił, ale generalnie ze swojego występu może być zadowolony. Słabszy wynikowo był tylko trzeci skok (188,5 m), po nim w praktyce mógł zapomnieć o „10". Po finałowej serii Polak ostatecznie poprawił się o jedno „oczko" był 15.

Bohaterem mistrzostw świata został Słoweniec Domen Prevc. Lider klasyfikacji Pucharu Świata, na lotach w Oberstdorfie rządził niepodzielnie, zdeklasował konkurencję. Po pierwszym dniu prowadził z przewagą 14,3 pkt nad Renem Nikaido. W pierwszym skoku w sobotę zszokował obserwatorów i w zasadzie przyklepał złoto. Obniżono mu belkę startową o 4 pozycje, a i tak poleciał najdalej, na 232 m, o ponad 10 metrów więcej niż naciskający go Japończyk (ostatecznie był 3., wyprzedził go Norweg Marius Lindvik). W finale tak efektownie było, ale i tak wygrał w pięknym stylu, z ogromną przewagą - 59,5 pkt

Wyniki MŚ w lotach: 1. Domen Prevc (Słowenia) 905,4 pkt (204, 224,5, 232 i 224,5 m), 2. Marius Lindvik (Norwegia) 845,9 (226,5, 212, 221 i 213,5 m), 3. Ren Nikaido (Japonia) 842,4 (230,5, 224,5, 221,5 i 220 m), 4. Jan Hoerl (Austria) 818,8 (207, 230, 211,5 i 224 m), 5. Stephan Embacher (Austria) 811,5 (209, 204,5, 212,5 i 227,5 m)... 16. Piotr Żyła (Polska) 763,9 (211, 206,5, 188,5 i 212 m), 33. Aleksander Zniszczoł (Polska) 163,7 (195 m), 34. Kamil Stoch (Polska) 162,2 (191,5 m), 35. Dawid Kubacki (Polska) 161,1 (192,5 m). ©℗

Olimpijska forma w Inzell łyżwiarza Damiana Żurka

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Damian Żurek wygrał rywalizację Pucharu Świata w Inzell na 500 m i zajął drugie miejsce na dystansie dwukrotnie dłuższym.

Były to siódmy i ósmy indywidualny medal Damiana Żurka w sezonie 2025/2026.

Największa nadzieja Polski na igrzyska

26-letni zawodnik KS Pilica Tomaszów Mazowiecki, zdobywając srebrny medal na 1000 m w Inzell, zajął drugie miejsce w całym cyklu Pucharu Świata na tym dystansie.

Na 500 m i 1000 m Żurek triumfował w styczniu w mistrzostwach Europy w swoim rodzinnym mieście.

Panczenista z Tomaszowa Mazowieckiego jest jedną z największych polskich nadziei na medal w zbliżających się igrzyskach olimpijskich Mediolan-Cortina d'Ampezzo (6-22 lutego).

- Jestem bardzo zadowolony i cieszę się z dobrej dyspozycji na tych zawodach, tym bardziej że to ostatni start kontrolny przed igrzyskami olimpijskimi. Skupiam się na ostatnich szlifach. A czy w Mediolanie mogę być jeszcze szybszy? Zobaczymy. Mam nadzieję, że tak, ale czas pokaże - powiedział Żurek, cytowany w informacji prasowej Polskiego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego.

Na dystansie 500 m dobrze spisał się inny z Polaków Marek Kania z Legii Warszawa, który osiągnął szósty czas.

W rywalizacji na 1000 m Piotr Michalski z AZS AWF Katowice zajął czternaste miejsce.

W Inzell brązowy medal na 500 m zajęła Kaja Ziomek-Nogal z MKS Cuprum Lubin. Andżelika Wójcik z AZS AWF Katowice uplasowała się na piątej pozycji, a Martyna Baran z WTŁ Stegny Warszawa była dziesiąta, natomiast Karolina Bosiek z Pilicy Tomaszów Mazowiecki - trzynasta.

Na 1000 m Bosiek uplasowała się na trzynastej pozycji, Natalia Czerwonka z Akademii Sportowego Rozwoju w Tomaszowie Maz. na siedemnastej, a Iga Wojtasik z AZS AWF Katowice - na ostatniej w gronie dwudziestu zawodniczek.

Rekord Polski Semirunnija na 5000 m

Reprezentujący Polskę Rosjanin Władimir Semirunnij z Pilicy Tomaszów Maz., złoty medalista mistrzostw Europy na 5000 m i srebrny na 1500 m, uzyskał 6.07,81, co pozwoliło mu zająć szóste miejsce. To czas lepszy od jego dotychczasowego najlepszego wyniku - 6.09,18, który był też rekordem Polski.

W dywizji A na 1500 metrów pojechała Czerwonka, która także zaprezentuje się na igrzyskach olimpijskich w Mediolanie. Nasza zawodniczka, która w znakomitym stylu dostała się do elity, tym razem zajęła osiemnaste miejsce.©℗

FOT. POLSKI ZWIĄZEK ŁYŻWIARSTWA SZYBKIEGO

Damian Żurek w PŚ w Inzell zdobył złoto i srebro

Dramat Maryny Gąsienicy-Daniel. Biało-Czerwoni bez olimpijskiej formy

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

Maryna Gąsienica-Daniel nie ukończyła slalomu giganta w czeskim Szpindlerowym Młynie, zaliczanego do alpejskiego Pucharu Świata. Polka po pierwszym przejeździe była szósta.

32-letnia zawodniczka wypadła z trasy w drugim przejeździe. Wygrała Szwedka Sara Hector, wyprzedzając Amerykanki, Paulę Moltzan oraz słynną Mikaelę Shiffrin. Gąsienica-Daniel zajmuje 26. miejsce w klasyfikacji generalnej. Biorąc pod uwagę tylko slalom gigant, Polka jest 10. W całym cyklu prowadzi Shiffrin, a w tej konkurencj liderką jest Scheib. W slalomie zadebiutowała Aniela Sawicka, zajmując 38. miejsce, wygrała Shiffrin.

Polskie skoczkinie znowu słabo

Mizernie zaprezentowały się Polki w skokach narciarskich podczas Pucharu Świata w japońskim Sapporo. W pierwszym dniu rywalizacji, Anna Twardosz była 32., a Pola Bełtowska odpadła już w kwalifikacjach. Zwyciężyła Słowenka Nika Prevc. W niedzielę Twardosz zajęła 33. miejsce, Bełtowska była 40. Ponownie wygrała Prevc, która prowadzi też w klasyfikacji generalnej. Twardosz jest 24. Bełtowska zajmuje 50. miejsce.

Saneczkarze poza „10"

Wojciech Chmielewski, Michał Gancarczyk, Nikola Domowicz i Dominika Piwkowska zajęli dziewiąte miejsce podczas zawodów Pucharu Świata w saneczkarstwie w niemieckim Oberhofie.

W parach mieszanych Mateusz Sochowicz i Klaudia Domaradzka zajęli 14. pozycję. W rywalizacji dwójek Domowicz i Piwkowska były 13., a Chmielewski i Gancarczyk uplasowali się na 14. miejscu.

Biatloniści nieco lepiej

Joanna Jakieła i Wojciech Skorusa zajęli ósme miejsce w supermikście podczas zawodów Pucharu Świata w czeskim Novym Mescie na Morave. Po dyskwalifikacji Niemców wygrali Finowie. Anna Mąka, Kamila Żuk, Jan Guńka i Marcin Zawół wywalczyli 12. lokatę w sztafecie mieszanej. Wygrali Włosi. W biegu indywidualnym na 12,5 km najlepsza z Polek Natalia Sidorowicz zajęła 11. miejsce. Kamila Żuk była 26., Anna Mąka - 40, a Joanna Jakieła - 74. W biegu na 15 km wśród mężczyzn Konrad Badacz był 22. Marcin Zawół 54., Wojciech Skorusa 60., a Jan Guńka 61.

W biegach bez finałów

Bardzo słabo wypadli Biało-Czerwoni w zawodach PŚ w biegach narciarskich w szwajcarskim Goms. Polskie sztafety kobiet i mężczyzn nie awansowały do finałów, w których startowało po 15 najlepszych duetów. Podobnie było w sprintach. Żadnemu z reprezentantów Polski nie udało się przebrnąć kwalifikacji. ©℗

eprasa.pl b238943850

Kazimierska pobiła rekord Chojeckiej sprzed 23 lat

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Klaudia Kazimierska podczas mityngu w Bostonie, zajmując trzecie miejsce, poprawiła halowy rekord Polski w biegu na 1500 m sprzed 23 lat. Drugi na 800 m był Filip Ostrowski.

Klaudia Kazimierska, finalistka igrzysk olimpijskich 2024 w Paryżu i mistrzostw świata 2025 w Tokio, wypełniła minimum na halowe mistrzostwa świata w Toruniu (20-22 marca). W Bostonie finiszowała trzecia, ale bieg miał mocną obsadę. Wygrała z najlepszym w tym roku rezultatem Kenijka Dorcus Ewoi - 4.01,22.

Dotychczas rekord Polski należał do Chojeckiej i wynosił od 2003 roku 4.03,58. Czas Kazimierskiej jest lepszy o 1,8 s.

W tym samym mityngu Amerykanin Josh Hoey czasem 1.42,50 poprawił halowy rekord świata w biegu na 800 m. Poprzedni najlepszy rezultat należał od 1997 roku do Duńczyka Wilsona Kipketera - 1.42,67.

Drugi w tym biegu był Filip Ostrowski - 1.44,68. To najlepszy w tym roku wynik w Europie i drugi w historii polskiej lekkiej atletyki. Rekord kraju należy od 2012 roku do Adama Kszczota - 1.44,57.

Ostrowski, podobnie jak Kazimierska, wypełnił minimum na halowe mistrzostwa świata w Toruniu.

Porażka na Eurow futsalu

Futsalowa reprezentacja Polski przegrała z Węgrami 2:4 (2:1) w swoim pierwszym grupowym meczu mistrzostw Europy w słoweńskiej Lublanie.

Zespół węgierski - teoretycznie - powinien być najłatwiejszym rywalem Polaków w grupie, ale w sobotni wieczór okazał się lepszy.

Zawodnicy reprezentacji Polski w meczu z Węgrami oddali 49 strzałów na bramkę rywala. W pierwszej kolejce mistrzostw Europy więcej uderzały tylko dwa zespoły - Ukraina (53 strzały) i Czechy (66 strzałów).

Sebastian Leszczak z BSF-u ABJ Powiat Bochnia oddał po 6 celnych i niecelnych uderzeń, a 3 jego próby zostały zablokowane. Mikołaj Zastawnik z Rekordu Bielsko-Biała strzelał 11 razy, w tym 4 niecelnie.

Dla Biało-Czerwonych to trzeci z rzędu i czwarty w historii występ w mistrzostwach Europy. Turniej jest rozgrywany w Słowenii, Litwie i Łotwie. Polacy dotychczas nie wygrali meczu na Euro, mają na koncie dwa remisy.

Polska zagra w Lublanie jeszcze w Włochami (wtorek, godzina 20.30) i Portugalią (czwartek, godzina 20.30). Do ćwierćfinału awansują po dwie drużyny z każdej z czterech grup.

- Ten mecz przegraliśmy na poziomie mentalnym. Straciliśmy kapitana (Tomasza Kriezela po czerwonej kartce w 14. minucie - przyp. red.) i później moi zawodnicy nie grali już dobrze, nie czuli się pewnie - stwierdził selekcjoner Błażej Korczyński.

W Pucharze Świata w szpadzie w Dosze w 1/16 finału Alicja Klasik uległa Amerykance Anne van Brummen 13:15,Barbara Brych nie sprostała Francuzce Camille Nabeth 13:14, a Damian Michalak przegrał z Węgrem Tiborem Andrasfim 11:15. W Pucharze Świata w szabli w Salt Lake City Zuzanna Cieślar była 38., a Maria Więckiewicz zajęła 57. miejsce. Żadnemu z Panów nie udało się przebić do czołowej „64".©℗

FOT. KLAUDIA KAZIMIERSKA/FACEBOOK

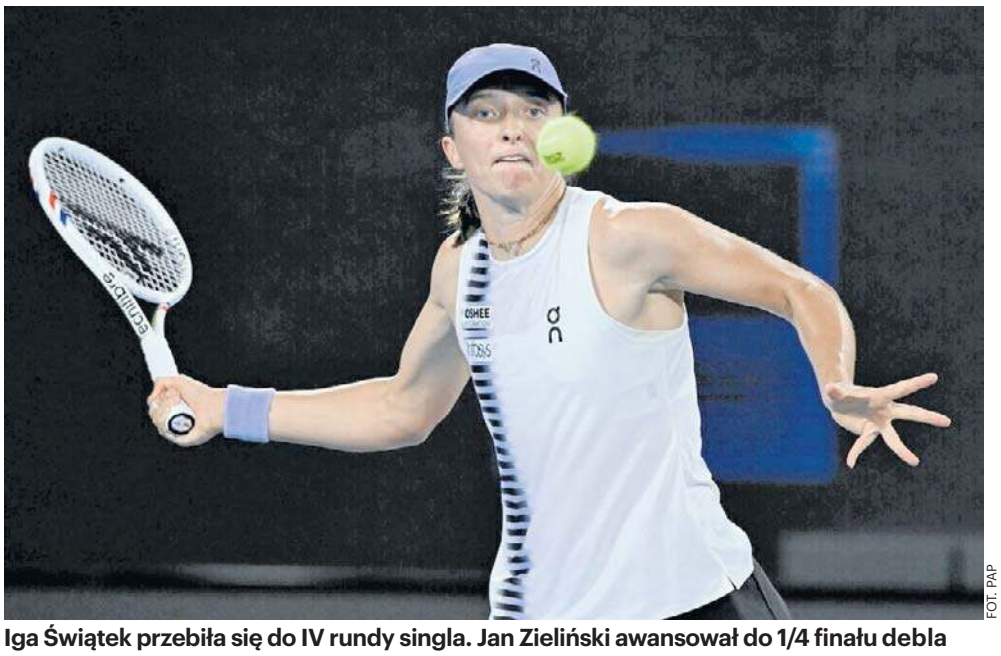
Klaudia Kazimierska na mitingu w Bostonie poprawiła halowy rekord Polski na 1500 m sprzed 23 lat

Tenis Świątek walczy o Karierowego Szlema. Grała też dla WOŚP

DRUGI TYDZIEŃ PO POLSKU

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

Iga Świątek zagra w drugim tygodniu wielkoszlemowego turnieju Australian Open. W czwartej rundzie zmierzy się z reprezentantką gospodarzy Madisson Inglis.



FOT. PAP

Iga Świątek przebiła się do IV rundy singla. Jan Zieliński awansował do 1/4 finału debla

Z szóstki reprezentantów Polski, którzy rozpoczęli wielkoszlemowy Australian Open w grze indywidualnej, w drugim tygodniu rywalizacji wystąpi tylko Iga Świątek. Z turniejem pożegnali się Linda Klimovicova, Magda Linette, Magdalena Fręch, Kamil Majchrzak i Hubert Hurkacz.

Świątek w pierwszej rundzie wygrała z Chinką Yue Yuan 7:6 (7-5), 6:3, w drugiej z Czeszką Marie Bouzkovą 6:2, 6:3. O awans do czwartej rundy zagrała z rozstawioną w tym turnieju Rosjanką Anną Kalinską. Polka mierzyła się z nią po raz czwarty i odniosła trzecie zwycięstwo. W pierwszym secie podopieczna trenera Wima Fissette'a nie miała żadnych problemów, zwyciężając 6:1. Druga partia zakończyła się takim samym wynikiem, tyle że dla starszej o trzy lata od Świątek rywalki. W decydującym secie raszynianka wróciła na właściwe tory, aKalinska nie była w stanie utrzymać wysokiego poziomu gry. Piłki, które wcześniej uderzała w kort w niemal czterdziestostopniowym upale, nie były już tak celne. Świątek wygrała pewnie 6:1, a cały mecz 2:1.

- To ekscytujące grać znów w czwartej rundzie. Mam nadzieję, że nie będziecie dla mnie zbyt brutalni - zwróciła się do miejscowej publiczności tuż po meczu Świątek.

Polka jeszcze nigdy nie wygrała Australian Open; tylko tego tytułu brakuje jej do wywalczenia Karierowego Wielkiego Szlema. W czwartej rundzie wiceliderka rankingu zmierzy się z reprezentantką gospodarzy Madisson Inglis, która do 1/8 finału awansowała bez wychodzenia na kort. Z powodu kontuzji wycofała się bowiem jej rywalka Japonka Naomi Osaka, której trenerem jest były szkoleniowiec naszej tenisistki Tomasz Wiktorowski. Świątek z Inglis grała wcześniej tylko raz i pokonała ją w 2021 roku w Adelajdzie 6:1, 6:3. Notowana na 168. miejscu w światowym zestawieniu 28-letnia Australijka rozgrywa w Melbourne turniej życia. Ma już za sobą siedem wyczerpujących spotkań, a do głównej drabinki turnieju singla przebijała się przez kwalifikacje. Urodzona w Perth zawodniczka osiągnęła największy sukces w karierze w Wielkim Szlemie - wcześniej dotarła do trzeciej rundy AO w 2022 roku.

Świątek podczas weekendu grała nie tylko na korcie, ale też dla Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Polka przekazała na licytację swoją rakietę z autografem oraz oryginalny ręcznik z Wimbledonu 2025 roku, w którym triumfowała. Rakietę na aukcję wystawiła też Magda Linette. W zbiórkę dla WOŚP zaangażowali się także inni wybitni polscy sportowcy, jak m.in. Robert Lewandowski czy Jeremy Sochan.

Adam Godlewski

„Krótka piłka"

NIELOTY NARCIARSKIE. I NIESMAK

Indywidualny konkurs na mistrzostwach świata w lotach narciarskich przelał czarę goryczy - wbrew bowiem nazwie imprezy trener Maciej Maciusiak wystawił do rywalizacji Piotra Żyłę i trzech nielotów. A w efekcie tego - więcej zawodników w decydujących seriach w Oberstdorfie mieli Finowie i Szwajcarzy, a my spadliśmy do poziomu ligi tworzonej przez „jedynaków" z Bułgarii, Francji, Włoch i Ukrainy - a zatem nacji, oczywiście przy całym dla nich szacunku, w skokach narciarskich odgrywających rolę marginalną.

Trzeba spojrzeć prawdzie w oczy - w naszych skokach w przededniu zimowych igrzysk jest gorzej niż źle. Przed rokiem wydawało się, że kadra Biało-Czerwonych osiągnęła już dno pod wodzą Thomasa Thurnbichlera, którego zawodnicy mieli już serdecznie dość, i że pod kierunkiem lubianego przez reprezentantów Maciusiaka będzie mogła wyłącznie się odbić. Tymczasem w obecnym sezonie katastrofa jest jeszcze większa. A oceniając uczciwie - nie tylko jesteśmy ze skokami mega głęboko w dupie, ale też tak bardzo się tam urządziliśmy, że nie widać żadnych symptomów, iż w dającej się określić przyszłości stamtąd się wydobędziemy.

Trwający sezon ma wymiar sentymentalny dla Kamila Stocha, którego organizatorzy i kibice poszczególnych konkursów i całych międzynarodowych imprez żegnają z pompą i szacunkiem należnym wielkim mistrzom. I słusznie, bo nasz as był jednym z największych w historii całej dyscypliny, i na okazywane względy po prostu zasłużył osiągniętymi wynikami. Z wyraźnym jednak naciskiem na czas przeszły - bo właśnie BYŁ... I to już dość dawno temu.

Na to, aby wymienić sukcesy Kamila nie starczyłoby tu miejsca, ale tym bardziej powinien on - dla własnej higieny i legendy - zakończyć karierę po igrzyskach w Pekinie w roku 2022. A najpóźniej po sezonie 2022-23, kiedy jeszcze - zwłaszcza w okolicach Turnieju Czterech Skoczni - nawiązywał walkę z czołową 10 na świecie, ale po raz pierwszy od lat nie wskoczył na podium. Bo później już ani razu nie zmieścił się w TOP10. I obecnie jest mocno... przeterminowany. A przecież naprawdę wielcy mistrzowie - pokroju Adama Małysza - wiedzieli, kiedy ze sceny zejść. Niepokonanym, a w każdym razie bez szkody dla swego dorobku.

Szkoda, że Stochowi zabrakło takiej samoświadomości. W efekcie bowiem teraz widocznie brakuje mu klasy, i to nie tylko tej sportowej. Dziś oglądamy nieradzącego sobie z nowymi przepisami i/lub uwarunkowaniami sprzętowymi, a przede wszystkim młodszą konkurencją i niepotrafiącego wyjaśnić przyczyn tej bezradności gościa. I niestety, wielu kibiców - być może nawet większość - w pamięci zachowa tę wersję Kamila, a nie tę naprawdę magiczną z najlepszych sportowo lat. Naprawdę żal takiego rozmieniania się na drobne. A wręcz straszna jest wizja, że jednego z największych gigantów skoków w najsłabszej formie zobaczymy w pożegnalnych igrzyskach. Kamilu, po co ci to było?!

Jedyną osobą, która naprawdę w Oberstdorie odleciała, w naszej ekipie okazał się selekcjoner Maciuciak, który podtrzymał deklarację, że w konkursach olimpijskich polscy skoczkowie będą walczyli o medale. Trenerze, litości! Naprawdę nie ma sensu mocniej się pogrążać...

eprasa.pl b238943850

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Przez internet: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

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

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

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

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

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

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

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

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

PRACA
- zatrudnię
- urzędy pracy
- szukam pracy
- inne

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

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

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

ZWIERZĘTA
- lecznice
- usługi
- inne

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

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

TOWARZYSKIE
USŁUGI KAMIENIARSKIE
USŁUGI POGRZEBOWE

Nieruchomości

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

GM. Filipów, 2,20ha, warunki zabudowy, możliwość podziału, z widokiem na j.Rospuda, 691197860

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

Brygady: cieśli, zbrojarzy -dowolna forma zatrudnienia 609-800-359.

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

POSZUKIWANA księgowa Wspólnot Mieszkaniowych. tel. 883 959 004

SZUKAM kierowcy kat. B., zbiórka odzieży używanej, ok. Stuttgartt. Zapewniam zakwaterowanie. Praca co drugi miesiąc na zmianę. Wynagrodzenie 2200 euro na rękę. Możliwość pracy po godzinach. Niemcy, tel. 0049 1778306707

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym. 601-772-124

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

REMONTOWO -budowlane, wykończenia, tel. 511-969-731.

INSTALACYJNE

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

HYDRAULIK, montaż sanitarny -tanio. 666-936-055

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

SZUKAM codziennego transportu do pracy z Sejn do Suwałk i z powrotem. Dojazd rano, powrót po południu, pon.-pt., będę się dostosowywać do Państwa godzin pracy. Oferuję uczciwe wynagrodzenie. Proszę o kontakt telefoniczny lub SMS 698121650

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

TAKSÓWKA mleczna 100L, napęd, pistolet, mieszadło, grzałka do pojenia cielaków, 9.000zł 577-271-156.

AUTOPROMOCJA

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń, bez wychodzenia z domu

Tutaj zlecisz ogłoszenie
ibo.polskapress.pl

0011467580

„Nie umiera ten, kto trwa w pamięci żywych"

Z głębokim żalem i smutkiem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Pani

Antoniny Kuchlewskiej

wieloletniej Prezes Zarządu
Białostockich Zakładów Graficznych S.A.

Rodzinie i Bliskim

składamy kondolencje
i wyrazy najgłębszego współczucia.

Prezes Zarządu, Rada Nadzorcza i Pracownicy
Białostockich Zakładów Graficznych S.A.

REKLAMA 0011468339

OBWIESZCZENIE
Starosty Wysokomazowieckiego

Zgodnie z art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity – Dz. U. z 2024 r., poz. 311); Starosta Wysokomazowiecki zawiadamia, iż na wniosek Burmistrza Czyżewa z dnia 14.11.2025 r. (uzupełnionego dnia 29.12.2025 r.) reprezentowanego przez pełnomocnika Marcina Macko, zostało wszczęte postępowanie administracyjne dotyczące wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: *„Rozbudowa i przebudowa drogi gminnej nr 107980B w miejscowości Czyżew – Chrapki w km 0+000 – 0+181,82 wraz przebudową infrastruktury technicznej"* oraz z zatwierdzeniem podziału nieruchomości, wycinką drzew i krzewów.

Zakres ww. inwestycji, wg projektu budowlanego, obejmuje: budowę jezdni wraz z poboczami, przebudowę i rozbudowę skrzyżowania z drogą powiatową, przebudowę i budowę zjazdów, budowę rowów, budowę przepustów pod zjazdami, przebudowę sieci telekomunikacyjnej w zakresie usunięcia kolizji, wycinkę drzew i krzewów.

Inwestycja realizowana będzie na terenie obejmującym działki o nr ewid.:
- działka stanowiąca istniejący pas drogowy drogi gminnej:
- 4/7 – obręb m. Czyżew – Chrapki, gm. Czyżew;
- działki ulegające podziałowi przeznaczonych pod projektowany pas drogowy drogi gminnej:
- 4/6, 10/6 – obręb m. Czyżew – Chrapki, gm. Czyżew;
- działki dla których ustanawia się ograniczone korzystanie dla realizacji inwestycji – czasowe zajęcie:
- 25, 4/11 (z podz. dz. nr 4/6), 10/14 (z podz. dz. nr 10/6) – obręb m. Czyżew – Chrapki, gm. Czyżew;
- działka stanowiąca teren wód płynących, dla której ustanawia się ograniczone korzystanie dla realizacji inwestycji – czasowe zajęcie:
-31 – obręb m. Czyżew – Chrapki, gm. Czyżew;

W myśl art. 10 § 1 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego, strony postępowania mają prawo do czynnego udziału w każdym stadium postępowania oraz wypowiedzenia się co do zebranych dowodów i materiałów oraz zgłoszonych żądań. W związku z powyższym informuję strony postepowania, właściwe organy administracji rządowej i samorządowej oraz właścicieli, zarządców i użytkowników terenów objętych inwestycją o możliwości składania wniosków, uwag lub zastrzeżeń dotyczących przedmiotowej sprawy, a także o możliwości wypowiedzenia się co do zebranych dowodów i materiałów oraz zgłoszonych żądań przed wydaniem decyzji kończącej postępowanie.

Z aktami sprawy można zapoznać się w Starostwie Powiatowym w Wysokiem Mazowieckiem ul. Ludowa 15A, 18-200 Wysokie Mazowieckie w pokoju nr 33, od poniedziałku do piątku w godz. 8^{00} – 15^{00}, tel. (86) 275 24 17 wew. 41 w terminie 7 dni od dnia doręczenia niniejszego zawiadomienia.

Po upływie ww. terminu zostanie wydana decyzja kończąca postępowanie administracyjne w I instancji.

Zgodnie z art. 49 ustawy Kodeksu postępowania administracyjnego, zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia, tj. od daty ukazania się obwieszczenia na tablicy ogłoszeń i stronie internetowej Starostwa Powiatowego w Wysokiem Mazowieckiem, Urzędu Miejskiego w Czyżewie oraz w prasie lokalnej.

Dzień publicznego ogłoszenia: 26 stycznia 2026 r.

AUTOREKLAMA

aktualne
z całej Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

REKLAMA 0011468069

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Rodzina Kolejowa" w Białymstoku

ogłasza aukcję nieograniczoną o ustanowienie odrębnej własności **lokali mieszkalnych** i przeniesienie ich własności:

nr 12 przy ulicy Scaleniowej 23 o powierzchni 59,80 m², 4 izby, VI kondygnacja (bez remontu)
Cena wywoławcza: 420.437,00 zł,
nr 56 przy ulicy Narewskiej 9 o powierzchni 37,30 m², 2 izby, V kondygnacja (bez remontu/
Cena wywoławcza: 253.524,00 zł.

Aukcja nieograniczona odbędzie się **dnia 4 lutego 2026 roku o godz. 12.00 w pokoju 311**. Warunkiem przystąpienia jest złożenie wniosku **do dnia 30 stycznia 2026 roku** o gotowości zawarcia umowy o ustanowienie odrębnej własności ww. lokalu w Sekretariacie Spółdzielni, pokój 306, przy ulicy Wyszyńskiego 3 w Białymstoku oraz wpłacenie wadium w wysokości **10% ceny wywoławczej do dnia 2 lutego 2026 roku na konto bankowe nr: 25 1240 2890 1111 0000 3102 4675.**
Potwierdzenie wpłaty wadium należy przedstawić przed rozpoczęciem licytacji.
W przypadku osób pozostających w związku małżeńskim oboje małżonkowie podpisują wniosek i uczestniczą w aukcji. Koszty związane z zawarciem umowy notarialnej ponoszą osoby wyłonione z aukcji. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo odwołania, zerwania lub unieważnienia aukcji bez podania przyczyny. Bliższych informacji udziela Dział Członkowsko-Mieszkaniowy, pokój 202 i 203, telefon: 502 920 615, 502 920 510.

REKLAMA 0011467280

INFORMACJA
O WYKAZIE NIERUCHOMOŚCI PRZEZNACZONEJ DO ODDANIA W UŻYCZENIE

Burmistrz Szepietowa

Informuję, że w dniu 22.01.2026 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Szepietowie wywieszony został wykaz nieruchomości stanowiącej własność Gminy Szepietowo, przeznaczonej do oddania w użyczenie. Wykazem objęta jest nieruchomość gruntowa zabudowana w Szepietowie przy ulicy Sportowej, usytuowana na działce o nr 944/3 (KW LM1W/00025726/5), którą przeznacza się do oddania w drodze użyczenia na rzecz Klubu Sportowego Sparta 1951 Szepietowo na cele związane z prowadzeniem działań statutowych stowarzyszenia. Wykaz podlega wywieszeniu na okres 21 dni.

eprasa.pl b238943850

Prawa zwierząt są naprawdę nadrzędne nad naszymi niesnaskami czy różnymi punktami widzenia

Małgorzata Rozenek-Majdan w „Fakcie” Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Blanka Lipińska jara się nową fryzurą
Pisarka regularnie bywa w salonie fryzjerskim, gdzie funduje sobie kolejne metamorfozy. Teraz wybrała się z następną wizytą, a efektami podzieliła się na Instagramie. Celebrytka jest obecnie posiadaczką białych i krótkich włosów. „Jaram się, uwielbiam te krótkie włosy, uwielbiam to cięcie, uwielbiam ten kolor” – podpisała fotografię.

Julia Wieniawa eksponuje smukłą sylwetkę
Piosenkarka wygrzewa się w Dubaju z przyjaciółmi. W minionym tygodniu smażyła się na pokładzie jachtu, a w przerwie od opalania urządziła sobie małą sesję zdjęciową, do której zapozowała w bikini. Postawiła na skąpy kostium kąpielowy z zawieszką między piersiami, dzięki któremu wyeksponowała smukłą sylwetkę.

Krzysztof Rutkowski nigdy nie zdradził żony
Detektyw i jego żona Maja są barwną parą. Media huczały o rzekomym romansie Rutkowskiego z Dominiką Zasiewską, znaną jako „Wodzianka” z programu Kuby Wojewódzkiego. Para przetrwała kryzys. W podcaście „Mój Świat” detektyw wrócił do tamtych czasów.
– Maja nigdy przeze mnie, jako żona, nie była zdradzona. Pojawił się w naszym życiu epizod z tzw. Wodzianką, ale to minęło i to ona robiła z tego show, jeżeli chodzi o Wodziankę. Ja nie byłem aż tak bardzo aktywny – powiedział Rutkowski.
(GZL) Fot. Anna Kaczmarz

W TELEWIZJI

Zapomniani bohaterowie II wojny światowej
National Geographic, 18:00
Serię przemilczanych opowieści o niebiałych bohaterach II wś przedstawia Idris Elba, którego dziadek walczył w tym konflikcie. Sekwencje bitewne przeplatają się z biografiami, przywracając należne miejsce tym żołnierzom. Pokazują też, jak ich dokonania stały się inspiracją do walki z rasizmem.

Ostatni bój. Legenda 300 Spartan
Canal+ Premium, 22:00
W 480 roku p.n.e. 300 Spartan i niewiele liczniejsi Grecy z innych polis stawili zaciekły opór wielotysięcznej armii króla Kserksesa. Ich postawa stała się symbolem męstwa i poświęcenia w obronie ojczyzny. Tę historię opisał Herodot. Czy jednak możemy ufać słowom greckiego historyka?

Buntownicy z Placu Powstańców
TVP 1, 22:05
Film o grupie TVP ŁŻE, która w styczniu 2019 roku rozpoczęła protesty w centrum Warszawy. Przez ponad 1363 dni, domagała się przestrzegania prawa o mediach publicznych.

Weekend w Tajpej
TVN, 23:05
Działający pod przykrywką policjant (Luke Evans), wbrew zaleceniom agencji rządowej dla której pracuje, leci do Tajpej. Sprawa, nad którą pracuje, szybko okaże się mieć zaskakujący dla niego, prywatny wymiar.

KRZYŻÓWKA NR 12

Poziomo:
1) chytry wybieg, fortel,
6) polski zespół rockowy („Fabryka małp”),
10) polski producent sprzętu AGD,
11) rodzaj kroniki kryminalnej,
12) kłopoty, z których trudno wybrnąć,
13) stadium rozwojowe owada,
14) kształt przedmiotu, wygląd,
17) dodatkowa praca na boku,
20) krótka scenka w wykonaniu Kabaretu Moralnego Niepokoju,
23) nie liczy się z pieniędzmi, bogacz,
25) wartościowy, dodatni wynik,
27) urzędnik kontrolujący publikatory,
28) tnąca część noża,
30) człowiek o wielkiej sile fizycznej,
32) gładka powierzchnia wody,
33) rzucanie ziarna w glebę,
35) rzeka przepływająca przez stolicę Ukrainy,
36) dobrze zbudowany mężczyzna,
37) barwi lakmus na czerwono,
38) prowizoryczny, rzadki ścieg,
39) miejsce seansów filmowych.

Pionowo:
1) przerwa w podróży konno,
2) drobny element całości,
3) mleczarz z musicalu „Skrzypek na dachu”,
4) przydomek bogini Ateny,
5) pióra i puch pokrywające ptaka,
6) górny, trójkątny żagiel przedni,
7) tworzywo imitujące skórę,
8) zapotrzebowanie na towary i usługi,
9) pracuje przy łączeniu blach,
15) model auta z fabryki Toyoty,
16) dostojnik w krajach Wschodu,
18) polowe w harcerskim namiocie,
19) polski port rybacki,
21) partner lalki Barbie,
22) opłata pobierana na granicy,
24) autor artystycznej oprawy,
26) niewielka ilość, odrobina,
28) człowiek lubiący samotność,
29) japońska korporacja elektroniczna,
30) Kara, dowodził tureckimi wojskami pod Wiedniem,
31) wychudzony osobnik, mizerak,
34) cement + kruszywo + woda.

ROZWIĄZANIE NR 11

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dzień sprzyja odważnym decyzjom i spontanicznym działaniom. Zaufaj intuicji, ale horoskop dzienny radzi też nie ignorować rad bliskich.
Ryby (19.02 - 20.03)
Skup się na sprawach domowych oraz finansach. Horoskop na dziś mówi, że spokojne działanie przyniesie lepsze efekty niż pośpiech.
Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowy okażą się kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny na poniedziałek zapowiada, że ktoś zaskoczy cię ciekawą propozycją.
Byk (20.04 - 20.05)
Emocje będą intensywne, ale pomocne. Horoskop dzienny radzi zadbać o siebie i nie bać się jasno mówić, czego potrzebujesz.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś mówi, że to dobry moment, by wyjść z inicjatywą i pokazać swoje talenty.
Rak (22.06 - 22.07)
Szczegóły mają znaczenie. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że porządkowanie spraw przyniesie poczucie kontroli nad sytuacją.
Lew (23.07 - 22.08)
Postaw na równowagę między pracą a odpoczynkiem. Horoskop dzienny mówi, że rozmowa pomoże rozwiązać dawne nieporozumienie.
Panna (23.08 - 22.09)
Intensywny dzień sprzyja ważnym decyzjom. Zaufaj swojej sile, ale horoskop na dziś podpowiada, by unikać manipulowania innymi.
Waga (23.09 - 22.10)
Chęć zmian da o sobie znać. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że krótka podróż lub nowy plan doda ci energii i świeżej motywacji.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Obowiązki mogą przytłaczać, lecz wytrwałość się opłaci. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że krok po kroku zbliżysz się do celu.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność będzie twoim atutem. Horoskop na dziś mówi, że nietypowy pomysł może spotkać się z uznaniem, jeśli dobrze go przedstawisz.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość pomoże lepiej zrozumieć innych. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi zadbać o relacje, ale znaleźć chwilę tylko dla siebie...

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

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

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

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

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

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

eprasa.pl b238943850