Czwartek 10 lutego 2022

Cena **3,30 zł**
w tym 8% VAT

Kurier Poranny

W centrum wydarzeń od 30 lat

www.poranny.pl

Nr 28 (9670)

Miasto rozda mieszkańcom 250 budek dla ptaków. Akcja odbędzie się w najbliższą niedzielę

STR. 2

Dziś dodatek „Badania profilaktyczne", a w nim m.in. jakie badania warto wykonywać regularnie, czy wysoki cholesterol może być dziedziczny

STR. 8-11

FOT. 123RF

Prenumerata 85 875 07 30 godz. 9.00-16.00

FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Białostoczanka wywalczyła awans do piątkowego ćwierćfinału w short tracku na dystansie 1000 m

STR. 15

Adam Niedzielski: To początek końca pandemii w Polsce

Minister zdrowia poinformował o nowych zasadach dotyczących kwarantanny, a minister edukacji - o powrocie nauki stacjonarnej

STR. 6

Redaktor wydania:
Urszula Ludwiczak

Nr ISSN 0866-9511
Nr indeksu 350354

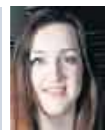
Coraz więcej cudzoziemców pracuje w woj. podlaskim. To głównie Białorusini

STR. 3

Społeczność białoruska napisała petycję do prezydenta

Mówią „nie" łączeniu przedszkola ze szkołą

Magda Ciasnowska
magda.ciasnowska@polskapress.pl



Edukacja

Petycję sprzeciwiającą się połączeniu Przedszkola Samorządowego nr 14 ze Szkołą Podstawową nr 4 napisało do prezydenta Białegostoku kilkanaście organizacji związanych z mniejszością białoruską. To kolejna próba zmiany decyzji władz miasta.

Od września br. mają powstać trzy nowe zespoły przedszkolne: Przedszkole Samorządowe nr 25 i PS nr 52 mają stać się zespołem nr 4, PS nr 32 i 64 - zespołem nr 2, a PS nr 28, 29 i 44 - zespołem nr 3. W planach jest również połączenie PS nr 14 z SP nr 4 - miałyby tworzyć Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 7. Połączenie placówek urzędnicy tłumaczą potrzebą szukania oszczędności w oświacie. Według ich wyliczeń takie działania miałyby dać milion złotych. Jak zapewniają władze, nie zmieni się nic poza likwidacją jednego etatu dyrektorskiego.

To jednak nie przekonuje rodziców, a w przypadku Przedszkola Samorządowego nr 14, także przedstawicieli mniejszości białoruskiej. To jedyna tego typu placówka w Białymstoku z polskim i białoruskim językiem nauczania. Uczęszczają tam dzieci białoruskiej mniejszości narodowej, diaspory białoruskiej (współczesnej imigracji białoruskiej mieszkającej w Białymstoku), ale także narodowości polskiej.

Najpierw powstała petycja, pod którą odpisało się ponad 700 osób, a organizacje białoruskie wyraziły swoje stanowisko podczas spotkania z władzami miasta, które odbyło się 26 stycznia. Nie przyniosło ono jednak rezultatów.

Powstała więc kolejna petycja skierowana do prezydenta miasta, dotyczącą połączenia tych dwóch placówek. Tym razem złożyli ją przedstawiciele kilkunastu organizacji reprezentujących społeczność białoruską w Polsce. Ich zdaniem, ani szkoła, ani przedszkole nie odniosą na zapowiadanych zmianach żadnych korzyści. Sugerują też, że szkoła nie posiada wystarczającej infrastruktury, z której mogłyby korzystać dzieci z przedszkola.

Największa obawa dotyczy jednak prowadzenia zajęć w języku białoruskim. - Dotychczasowa autonomia przedszkola, umożliwiająca nauczanie dzieci w języku białoruskim, zostanie zlikwidowana w utworzonym zespole. Władze Białegostoku nie widzą bowiem różnicy pomiędzy placówką edukacyjną z białoruskim językiem nauczania (w której szereg zajęć jest prowadzonych w języku białoruskim), a placówką z dodatkowym językiem nauczania (w której nauczanie odbywa się w języku polskim, a język białoruski jest tylko dodatkowym przedmiotem) - czytamy w petycji.

Autorów petycji martwi też brak gwarancji, że status języka białoruskiego w przedszkolu nie ulegnie zmianie po połączeniu ze szkołą. Dodają, że proponowane przez miasto zasady nauki języka białoruskiego w zespole ograniczają krąg osób, które mogą z niej skorzystać. Przewiduje się bowiem taką możliwość tylko dla mniejszości narodowych, bez uwzględnienia innych obywateli Polski, a także diaspory białoruskiej.

> **Dotychczasowa autonomia przedszkola, umożliwiająca nauczanie dzieci w języku białoruskim, zostanie zlikwidowana w utworzonym zespole**
>
> autorzy petycji do prezydenta

Tylko na to władzom miasta pozwala jednak polskie prawo.

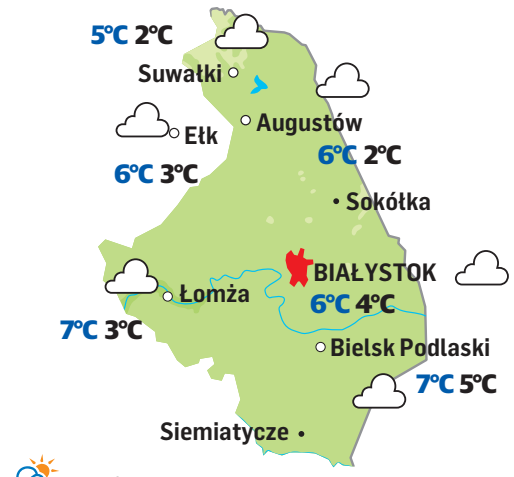
- Twierdzenie, że łączenie przedszkola w zespół ze szkołą to kolejne działanie mające na celu wyrugowanie języka białoruskiego z publicznych placówek edukacyjnych Miasta Białegostoku jest stwierdzeniem bardzo niefortunnym. Podobnie jak próba wymuszenia na Urzędzie Miejskim podjęcia działań niezgodnych z obowiązującymi przepisami prawa, tj. zorganizowania nauki języka białoruskiego dla uczniów niebędących obywatelami polskimi - czytamy w podpisanym przez zastępcę prezydenta Rafała Rudnickiego piśmie, skierowanym do Stowarzyszenia na rzecz Dzieci i Młodzieży Uczących się Języka Białoruskiego AB-BA.

Wczoraj rzeczniczka prezydenta Białegostoku poinformowała, że 8 lutego władze miasta wystosowały pismo do premiera Mateusza Morawieckiego. Proszą w nim o pomoc w rozwiązaniu problemów formalno-prawnych jak i finansowych związanych z nauką języka białoruskiego dzieci niebędących obywatelami Polski. Zgodnie bowiem z prawem, „dla uczniów niebędących obywatelami polskimi, podlegających obowiązkowi szkolnemu naukę języka kraju pochodzenia może organizować w szkole placówka dyplomatyczna lub konsularna kraju ich pochodzenia działająca na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej albo stowarzyszenie kulturalno-oświatowe danej narodowości (...) ". Te przepisy nie są wystarczające. - W podlaskich szkołach spotykają się bowiem dzieci będące obywatelami białoruskimi, jak i dzieci posiadające obywatelstwo polskie, należące do mniejszości narodowej białoruskiej. Oczekiwaniem społeczności białoruskiej jest umożliwienie dzieciom nieposiadającym polskiego obywatelstwa korzystania z nauki języka białoruskiego, jak i nauczania w języku białoruskim, na takich samych zasadach, jak dzieci mniejszości białoruskiej - czytamy w piśmie.

- Obowiązujące przepisy prawa nie są dostosowane do obecnej sytuacji i w naszej ocenie uniemożliwiają samorządom organizację takiej nauki. Przypomnijmy, że w zeszłym roku Białystok musiał zwrócić ministerstwu edukacji ponad 140 tys. zł subwencji, ponieważ kontrola wykazała, że w SP nr 4 języka białoruskiego, jako języka mniejszości, uczyły się także dzieci narodowości białoruskiej, niebędące obywatelami polskimi - informuje Urszula Boublej, rzeczniczka prezydenta Białegostoku. ©℗

eprasa.pl e5a833b8aa

Pogoda w regionie



Źródło: meteoprog.pl

10 LUTEGO 2022

Dziś 41. dzień roku
Do sylwestra pozostało 324 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 6.55, zachód o godzinie 16.28. Dzień będzie trwać 9 godzin i 32 minuty. Jest krótszy od najdłuższego w 2022 r. dnia w Białymstoku (20 czerwca) o 7 godzin i 20 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) 2 godziny i 3 minuty.

Imieniny dziś obchodzą:
Jacek, Scholastyka

KARTKA Z KALENDARZA

1920
Gen. Józef Haller (na zdjęciu) dokonał symbolicznych zaślubin Polski z Morzem Bałtyckim. Tym samym potwierdzono wykonanie jednego z punktów postanowień traktatu wersalskiego, przyznającego Polsce 140-kilometrowy odcinek wybrzeża.

1940
Sowieci rozpoczęli masowe deportacje ludności polskiej z terenów zajętych po 17 września 1939 przez Armię Czerwoną. Ponad 200 tys. osób wywieziono do obozów położonych w Starobielsku na Ukrainie, na Syberii i w Kazachstanie. Deportacja objęła głównie urzędników państwowych, właścicieli ziemskich i osadników wojskowych. Działalność ta trwała do najazdu Niemiec na ZSRR w czerwcu 1941 r.

2002
Skoczek narciarski Adam Małysz zdobył brązowy medal na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w amerykańskim Salt Lake City.

FOT. DOMENA PUBLICZNA

ZAGROŻENIE KORONAWIRUSEM W WOJ. PODLASKIM W LICZBACH (DANE Z 09.02)

9
liczba osób, które zmarły w wyniku zakażenia koronawirusem

1143
liczba nowych przypadków zakażenia

554517
liczba osób w pełni zaszczepionych przeciwko COVID-19

40
ze 118 – liczba zajętych respiratorów dla pacjentów z COVID-19

687
z 1423 – liczba zajętych łóżek przeznaczonych dla pacjentów z COVID-19

Miasto rozda mieszkańcom 250 budek dla ptaków

FOT. UM BIAŁYSTOK

Miasto kupiło w sumie 328 budek lęgowych dla ptaków za prawie 10 tys. zł. 78 z nich trafi do placówek oświatowych

Akcja

250 budek lęgowych dla ptaków trafi do mieszkańców Białegostoku, którzy będą chcieli powiesić je na swojej działce, na terenie miasta. W niedzielę 200 takich domków będzie można – po wypełnieniu ankiety – otrzymać w Parku Planty. To kolejne działania Miasta mające na celu ochronę przyrody i bioróżnorodności Białegostoku.

Budki lęgowe wykorzystywane są głównie przez małe ptaki - dziuplaki wtórne. Są to najczęściej sikory, wróbel, mazurek, pleszka, kowalik, krętogłów, dzięciołek, muchołówka żałobna i białoszyja. W Białymstoku w takich budkach możemy spotkać przede wszystkim bogatki, modraszki, mazurki, wróble, pleszki, kowaliki, muchołówki żałobne.

200 budek Miasto przekaże mieszkańcom w najbliższą niedzielę, 13 lutego, od godz. 12.00 do 15.00. Będą czekały na chętnych w Parku Planty, w Alei Zakochanych (od strony ulicy Akademickiej).

- Już teraz chcemy zaproponować mieszkańcom Białegostoku, aby zaprosili ptaki do naszego miasta, do swoich ogrodów. Przygotowaliśmy budki, które można powiesić blisko domu i dzięki temu obserwować ptaki, jednocześnie tworząc im miejsce do lęgu. Chcemy w ten sposób zachęcić białostoczan do prowadzenia działań związanych z ochroną ptaków zamieszkujących teren miasta - powiedział prezydent Tadeusz Truskolaski.

Jedna osoba będzie mogła otrzymać jedną budkę lęgową dla ptaków. Do każdej budki dołączona będzie ulotka z instrukcją dotycząca jej prawidłowego zawieszenia. Warunkiem otrzymania budki będzie powieszenie jej na terenie Białegostoku, w sposób zgodny z otrzymaną instrukcją.

Aby otrzymać budkę dla ptaków trzeba będzie wypełnić ankietę oraz wyrazić zgody na wykonanie zdjęcia budki w miejscu jej powieszenia. Ankieta będzie dostępna na miejscu oraz na stronie internetowej Miasta.

Kolejne budki (50 sztuk) będą rozdawane mieszkańcom później, od 14 lutego od godz. 8.00, po przesłaniu ankiety na adres: budkidlaptakow@um.bialystok.pl. **(R)**

Prenumerata Zadzwoń!
85 875 07 30

Najważniejsze są regularne badania profilaktyczne

Rozmowa

z prof. Janiną Markowską, która specjalizuje się w ginekologii i onkologii.

FOT. WALDEMAR WYLEGALSKI

Jak dużym problem są obecnie choroby nowotworowe?
Rak jest globalnym problemem zdrowia - jest drugą przyczyną zgonów po chorobach układu krążenia i serca. Epidemiologiczne dane wykazały, że jedna na pięć osób na świecie zachoruje na raka. Jeden na ośmiu mężczyzn i jedna na jedenaście kobiet, którzy zachorowali na raka umrze.

Jaka to jest skala?
Na świecie jest ponad 19 milionów zachorowań na raki. W Unii Europejskiej 2,7 miliona. To dużo. Najczęstsze nowotwory to u kobiet rak piesi, stanowiący ok. 25 proc. wszystkich nowotworów złośliwych, ponad 2 miliony to zachorowania na raka płuc. Bardzo częsty jest też rak jelita grubego i żołądka oraz gruczołu krokowego.

Większość z nich jednak przeżyje?
Obecnie, na świecie żyje 50 milionów osób, które żyją pięć lat z chorobą nowotworową.

Dlaczego więc chorujemy?
O tym decyduje kilka czynników, styl życia jest najważniejszy, stanowi ok. 70 proc. ryzyka. Styl życia obejmuje palenie papierosów, nadużywanie alkoholu, nieprawidłową dietę. Nadwaga i otyłość odpowiada m.in. za zwiększoną zachorowalność na nowotwory żołądka, trzustki, wątroby, piersi, endometrium, prostaty i wiele innych.

A genetyka?
Można powiedzieć: dobre geny, komfort życia. To fakt. Co z tym możemy zrobić? Mamy wpływ również na genetykę. Najważniejsza jest prewencja. Zadbajmy o to.

W jakim zakresie?
Dla przykładu, szczepienia przeciw HPV. Teraz jest szczepionka, która działa na dziewięć typów wirusa. Poza tym są też laboratoria genetyczne. W większych poradniach onkologicznych są też genetycy, którzy badają chorego, jeśli ma pewne cechy mogące sugerować udział z rozwojem genetycznym raka.

Jak to sprawdzić?
Jeśli wiemy, że w rodzinie wcześniej występowały np. raki piersi, to należy sprawdzić, czy kobieta nie ma tzw. dziedzicznego raka piersi.

Co możemy zrobić z informacją, że jesteśmy nosicielami mutacji?
Prewencja u tych chorych, którzy mają mutację np. np. u kobiet, które urodziły zaplanowaną liczbę dzieci, wykonuje się profilaktyczne wycięcie przydatków. Jest to działanie w pewnym stopniu okrutne, bo nie ma 100 proc. pewności, że rozwinąłby się rak, ale jest silna predyspozycja genetyczna stanowiąca ryzyko jego rozwoju.

A poza tym?
Kontrola, kontrola i jeszcze raz kontrola. Są tacy ludzie, którzy w ciągu życia nie chodzą do lekarza, bo nic się nie dzieje. Trzeba się jednak badać.

O jakich badaniach należy pamiętać?
Morfologia, obrazowanie płuc, po 40 roku życia kolonoskopia, zwłaszcza w rodzinach, gdzie już wystąpił rak jelita grubego. Mężczyźni powinni też badać swoją prostatę, a kobiety wykonywać cytologię i mammografię.

Dlaczego jest to tak ważne?
Wczesne wykrycie to bardzo dobra prognoza! Większość raków w stanie początkowego rozwoju jest wyleczalnych.

Dlaczego nie chodzimy do lekarza?
Nie rozumiem tego, bo wiele osób mogłoby, przy okazji badań profilaktycznych mieć wykryty stan przedrakowy i szybo wprowadzić leczenie, np. usunąć polipy z jelita. Świadomość dotycząca nowotworów złośliwych jest bardzo ważna!

Czy kwestie systemowe mają na to wpływ?
Nie do końca. Są przecież darmowe badania: mammografia i cytologia. I co? Kobiety nie chodzą, chociaż mają taką możliwość. Jest zdecydowanie za mała świadomość. Ja także próbuję na nią wpływać, przez edukację w różnych miejscach.

Rozmawiała: Alicja Durka ©℗

O badaniach piszemy też na str. 8-11

eprasa.pl e5a833b8aa

Mniej za Bielmlek. O ile zgodzi się sąd

Bielsk Podlaski

Andrzej Matys
Andrzej.Matys@polskapress.pl

Została ustalona niższa cena za majątek Spółdzielni Mleczarskiej Bielmlek w upadłości, ale musi ją jeszcze zatwierdzić sędzia komisarz. Wtedy zostanie ogłoszony kolejny przetarg.

Po pierwszym, nieudanym przetargu syndyk masy upadłości Bielmleku przygotowuje się do ponownej próby sprzedaży majątku spółdzielni. Nowy przetarg z ceną niższą o 1/3 może zostać ogłoszony w marcu. Obniżka dotyczy zarówno mleczarni w Bielsku Podlaskim, jak i zakładu drzewnego w Hajnówce, który należy do Bielmleku.

- Rada Wierzycieli spółdzielni podjęła dwie uchwały zezwalające na sprzedaż w cenie nie niższej niż 3/4 kwoty oszacowania. Te wartości muszą jeszcze zostać przedstawione sądowi, a sąd musi je wyłożyć, gdyż można je zaskarżyć. Nie ma jeszcze informacji, czy już zostały wyłożone - informuje Józef Gliński, syndyk masy upadłości Bielmleku.

Dodaje, że obniżka obowiązuje od ceny rynkowej, która wynosi 150 mln zł, co oznacza, że przetarg na majątek mleczarni rozpocznie się od kwoty 112,5 mln zł. W przypadku zakładu w Hajnówce (wartego 2,7 mln zł) jest to nieco ponad 2 mln zł.

Jeśli nie będzie zastrzeżeń do nowych cen, syndyk chce nowe przetargi ogłosić jak najszybciej.

- Mam nadzieję, że może uda się to zrobić w drugiej dekadzie marca, a najpóźniej - w końcu marca - zapowiada Gliński. - O tym, ile jest wart zakład, zadecyduje rynek. To obiekt specyficzny, którym zainteresowane są tylko spółdzielnie mleczarskie. To bardzo ograniczony krąg inwestorów.

Przyznaje, że jako syndyk sam szuka podmiotów, które mogą być zainteresowane kupnem Bielmleku, ale z pytaniami o stan majątku zgłaszają się też firmy krajowe i zagraniczne.

Nadal w zawieszeniu pozostaje kwestia ponoszenia kosztów utrzymania zakładu. W grudniu ub.r. syndyk podpisał z dzierżawiącym wcześniej Bielmlek Laktopolem wstępne porozumienie, w którym strony ustaliły, że do czasu sprzedaży Bielmleku (ale nie dłużej niż do końca kwietnia 2022 r.) umowa dzierżawy zostanie zawieszona. Koszty utrzymania zostały podzielone mniej więcej po połowie. Jak tłumaczył nam wtedy syndyk, chodziło o około 400 tys. zł miesięcznie. Na mocy porozumienia syndyk opłacał rachunki z pieniędzy, które wpłacili na konto spółdzielni rolnicy z tytułu zaległych udziałów.

- Na dziś stan jest taki, że Laktopol wypowiedział umowę dzierżawy w październiku 2021 r. ze skutkiem natychmiastowym. Ja uważam, że nie miał do tego podstawy, więc obowiązuje sześciomiesięczny okres wypowiedzenia. Niestety, tego wstępnego porozumienia nie zaakceptowała Rada Wierzycieli. Nie zaakceptował go jeszcze również sędzia komisarz. Na razie więc czekam - mówi syndyk. Przyznaje jednak, że formalnie koszty utrzymania (rachunki za energię i opał) ponosi Laktopol.

Nie ma też jeszcze decyzji ubezpieczycieli w sprawie wypłaty odszkodowania za straty po pożarze proszkowni Bielmleku we wrześniu ub.r. Postępowanie ciągle trwa.

- W związku z tym, że postępowanie prowadzone przez ubezpieczycieli nadmiernie się przedłuża, co odwleka wypłatę odszkodowania, noszę się z zamiarem złożenia skargi do Komisji Nadzoru Finansowego - zapowiada Gliński. ©℗

Punkty wymazowe czynne całą dobę

Koronawirus

Izolda Hukałowicz
Izolda.Hukalowicz@polskapress.pl

W woj. podlaskim działa sześć punktów wymazowych czynnych całą dobę. To ułatwienie dla osób, które chcą sprawdzić, czy są zakażone koronawirusem. Teraz mogą wykonać wymaz o każdej porze dnia i nocy.

W naszym regionie całodobowe punkty funkcjonują w trzech miastach: Białymstoku (ul. Antoniukowska 25, ul. Łąkowa 9 lok. 1B, ul. Złota 5, ul. Jana Pawła II 47 - tu planowane uruchomienie nastąpi jutro), Kolnie (ul. Wojska Polskiego 69) oraz Suwałkach (ul. T. Kościuszki 71). Dostępne są w nich także szybkie testy antygenowe.

W Podlaskiem działa łącznie 36 mobilnych punktów poboru wymazu. W ponad 20 można też poddać się szybkim testom antygenowym. Szczegółowa mapka z wykazem punktów znajduje się na stronie internetowej pacjent.gov.pl.

Przypomnijmy, że zlecenie na test PCR może wystawić m.in. lekarz podstawowej opieki zdrowotnej lub nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Możliwość wystawiania zleceń na test w kierunku koronawirusa za pośrednictwem systemu gabinet.gov.pl dotyczy też lekarzy, którzy nie mają umów z NFZ.

Szybkie testy antygenowe to opcja, która funkcjonuje od niedawna. Można zrobić je w aptekach, laboratoriach lub stacjonarnych punktach wymazowych. Badanie wykonuje farmaceuta lub pracownik medyczny, a wynik poznajemy po kilkunastu minutach. Skierowanie nie jest potrzebne. ©℗

Cudzoziemców pięć razy więcej niż pięć lat temu

Andrzej Matys
Andrzej.Matys@polskapress.pl

Rynek pracy

Liczba cudzoziemców legalnie pracujących w województwie podlaskim w ciągu ostatnich pięciu lat zwiększyła się o 554 proc. Na koniec 2016 r. wynosiła 4 tys., a na koniec 2021 r. - już 22,1 tys. W całej Polsce legalnie pracujących obcokrajowców jest 875 tys., a wzrost w porównywalnym okresie wyniósł prawie 300 proc.

FOT. ZUS BIAŁYSTOK

- Największy wzrost liczby pracowników z zagranicznym paszportem nastąpił w regionie w 2021 r. - mówi Katarzyna Krupicka z ZUS

- Liczba cudzoziemców, którzy legalnie mieszkają i pracują w Polsce, z roku na rok stale rośnie. Pięć lat temu liczba zgłoszonych do ubezpieczenia w ZUS obcokrajowców wynosiła 293 tys. i była mniejsza o 582 tys. od obecnego stanu. W naszym regionie przyrost jest o wiele bardziej dynamiczny. Od końca 2016 r. liczba pracujących osób z zagranicznym paszportem zwiększyła się z 4 tys. do 22,1 tys. obecnie. Największy wzrost nastąpił w 2021 r. Wtedy do oddziału ZUS w Białymstoku zgłoszonych zostało do ubezpieczenia 6,8 tys. obcokrajowców - informuje Katarzyna Krupicka, regionalny rzecznik prasowy ZUS województwa podlaskiego.

Obcokrajowców zatrudnia w swoich zakładach np. narewski Pronar, ale pracują oni także w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku.

- Cudzoziemcy pracują u nas od dawna. Część z nich przyjechała do Białegostoku na studia, a potem została i pracuje. Przed pandemią pracę w szpitalu podejmowali głównie Białorusini, pod warunkiem że nostryfikowali swój dyplom. Była to długa procedura, ale w związku z pandemią jej zasady uproszczono i teraz lekarze mają pięć lat na nostryfikację - tłumaczy Katarzyna Malinowska-Olczyk, rzecznik Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku. - Białorusini to nadal dominująca nacja - zatrudniamy ich 12, ale ostatnio o możliwość pracy pytają również lekarze z Ukrainy. Ci, którzy pracują w USK, świetnie się odnaleźli w naszych warunkach, a pacjenci bardzo ich sobie cenią - dodaje.

W Podlaskiem najliczniejszą od lat grupą zagranicznych pracowników są obywatele Białorusi, których jest 9,3 tys. (13 proc. wszystkich przyjezdnych z tego kraju).

Druga bardzo liczna narodowość to Ukraińcy. W województwie podlaskim legalnie pracuje ich 8,6 tys. To jednak tylko 1,4 proc. ubezpieczonych cudzoziemców w skali kraju, podczas gdy w całej Polsce stanowią oni 72 proc. przybyłych z zagranicy.

- Jednak to nie oni najczęściej stawiają na prowadzenie własnej działalności gospodarczej. Mimo tego, że 7 tys. obywateli Ukrainy wybrało samozatrudnienie w Polsce, w stosunku do ich ogólnej liczby to zaledwie 1 proc. W przypadku Białorusinów 3,6 proc. z nich samodzielnie zorganizowało sobie miejsce pracy. Ogółem w Polsce zagranicznych przedsiębiorców mamy 24 tys., a w naszym regionie - 650, w tym 387 to Białorusini - wylicza rzeczniczka ZUS-u.

Zdecydowaną większość zgłoszonych w woj. podlaskim do ubezpieczenia obcokrajowców stanowią pracownicy (prawie 13 tys.) W kraju zatrudnionych na umowie o pracę jest 520 tys. osób, co stanowi 59 proc. wszystkich przyjezdnych i zgłoszonych do ubezpieczenia. Zdarzają się jednak również tacy, którzy pracują na umowy zlecenia, na umowy nieoskładkowane lub opłacają składki w Kasie Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego.

- Wśród pracujących w naszym kraju cudzoziemców znaleźli się przedstawiciele 162 narodowości. W województwie podlaskim - 58. W naszym regonie nie znajdziemy pracowników, którzy przyjechali z Aruby czy Grenady, ale mamy obywateli Rwandy, Algierii czy Jordanii - dodaje Katarzyna Krupicka. ©℗

Rolnik narzeka na grasujące wilki. Żaden urząd nie potrafi mu pomóc

Gmina Augustów

Andrzej Matys
Andrzej.Matys@polskapress.pl

Mieszkaniec Żarnowa I k. Augustowa skarży się, że wilki zagryzły jego owcę i podchodzą coraz bliżej zabudowań.
- Wiem, że wilk jest pod ochroną, ale robi się coraz groźniej. Wilki stają się groźne nie tylko dla zwierząt, ale i dla ludzi - podkreśla Leszek Milanowski.

Uważa, że wilki przestały bać się ludzi, bo nie można na nie polować. Drapieżniki chodzą wokół zabudowań jego i sąsiadów. Napadają na psy, zagryzły owcę. Mówi, że wilki pojawiły się w grudniu, a ich wizyty w okolicach Żarnowa nasiliły się, ponieważ w lasach nie ma dzików, które wystrzelano z powodu afrykańskiego pomoru świń. Saren i jeleni też jest coraz mniej, więc wilki szukają pokarmu.

- Zaczynają zaglądać do gospodarstw i na obrzeża miasta. Tak bywa każdego dnia, są nagrania, filmiki. Dwa tygodnie temu po południu zagryzły u mnie owcę, która była za ogrodzeniem. Z kolei na polu była jama borsuka. Jednego dnia, przez lornetkę, widziałem koło tego miejsca wilki. Podjechałem tam nazajutrz i zobaczyłem, że zjadły borsuka. Ta wataha liczy siedem-osiem sztuk. Gdy wilki będą głodne i wejdą do gospodarstwa, mogą ucierpieć i zwierzęta, i np. dzieci. Coś z tym trzeba zrobić - mówi Leszek Milanowski.

Sprawę zgłaszał m.in. pracownikom ośrodka doradztwa rolniczego, wójtowi i na policję. Zamówił fotopułapkę, żeby pokazać wszystkim, że wilki w okolice jego wsi przychodzą często. I że jest to problem.

Marek Gąsiewski, kierownik Powiatowego Zespołu Doradztwa Rolniczego w Augustowie, o wilkach słyszał od rolnika i widział zdjęcia.

- Ale jedyne, co mogliśmy zrobić, to poinformować ludzi, że w okolicach Augustowa pojawiły się wilki. Wywiesiliśmy ogłoszenia w urzędzie. Poinformowałem też wójta - dodaje.

Wójt zna sprawę i widział filmik z wilkami.

- Daliśmy panu Milanowskiemu kontakt do RDOŚ, żeby wystąpił o odszkodowanie. Na razie bezpośredniego zagrożenia nie ma, problem może pojawić się wiosną, gdy zwierzęta wyjdą na łąki - uważa wójt Zbigniew Tadeusz Buksiński.

Z kolei w Wydziale Spraw Terenowych RDOŚ w Suwałkach usłyszeliśmy, że było jedno zgłoszenie ataku wilków na owce. Rolnik został poinformowany o procedurze składania wniosku o odszkodowanie, ale dokumentów jeszcze nie złożył.

Według prof. Krzysztofa Schmidta, wicedyrektora Instytutu Biologii Ssaków PAN w Białowieży, ofiarami wilków najczęściej padają zwierzęta gospodarskie, które przebywają w niestrzeżonych miejscach, nawet blisko zabudowań. I to człowiek musi zadbać o bezpieczeństwo zwierząt gospodarskich.

- Wilki od zawsze podchodzą w pobliże zabudowań, a w Puszczy Augustowskiej to był częsty problem. W przeciwieństwie do bydła, owce zawsze były łatwym łupem. Generalnie jednak wilki polują na kopytne, które są dostępne przez cały rok. Ich główne danie to jeleń - wyjaśnia prof. Schmidt. ©℗

eprasa.pl e5a833b8aa

Radni chcą, by łatwiej było zbierać podpisy

Tomasz Maleta
tomasz.maleta@polskapress.pl

Inicjatywa

Z inicjatywy radnych Polska 2050 Podlaskie do Rady Miasta Białystok został złożony wniosek o zmianie uchwały w sprawie obywatelskiej inicjatywy uchwałodawczej. Po raz pierwszy w historii samorządu podpisali się pod nim radni wszystkich opcji politycznych. Zmiana umożliwi zbieranie podpisów pod inicjatywami obywatelskimi w sposób elektroniczny.

Dziś, by uchwała obywatelska trafiła pod obrady rady miasta, mieszkańcy muszą uzbierać co najmniej 300 podpisów w formie papierowej.

Mając na uwadze fakt, że działania takie mogą być znacznie utrudnione ze względu na pandemię COVID-19, radni Polska 2050 Podlaskie podjęli inicjatywę, która ma na celu ułatwienie zbierania poparcia w sposób bezpieczny i zgodny z dziś panującymi trendami.

– Na szczególne podkreślenie zasługuje fakt, że jest to pierwsza w Białymstoku uchwała, pod którą podpisali się przedstawiciele wszystkich opcji politycznych obecnych w radzie, czyli PO, PiS i Polska 2050 Podlaskie. To dobrze, że w słusznych sprawach radni są w stanie działać ponad podziałami – informuje Marta Martyniuk ze Stowarzyszenia Polska 2050.

Pod projektem podpisali się: radni Polski 2050: Maciej Biernacki i Tomasz Kalinowski, radni PiS: Sebastian Putra i Konrad Zieleniecki oraz radni KO: Karol Masztalerz i Andrzej Perkowski.

– Zgodnie z prawem skierowałem wniosek grupy radnych pod obrady na najbliższej sesji rady miasta – mówi Łukasz Prokorym, przewodniczący rady. Przewidziana jest ona na ostatni dzień lutego. Do tego czasu będzie znana też opinia prezydenta, o którą wystąpił przewodniczący.

Inicjatywa uchwałodawcza funkcjonuje w Białymstoku od 15 lat. Była możliwa dzięki akcji, którą przeprowadził „Kurier Poranny". Kolejnymi działaniami doprowadziliśmy do tego, że zmieniono status miasta tak, by mieszkańcy też mieli wpływ na to, co się w nim dzieje. Prezydent Białegostoku na nasz wniosek przygotował odpowiedni projekt uchwały, którą poparli radni. I od października 2007 roku białostoczanie mogą przygotowywać swoje projekty uchwał.

Pierwotnie, aby jednak mogły wejść w życie, trzeba było zebrać pod nimi co najmniej dwa tysiące podpisów (pod pierwszą uchwałą obywatelską w sprawie nazwanie odcinka bulwarów nad Białą imieniem ks. Stanisława Hałki pod podpisało się 2880 osób). I przekonać radnych. Potem próg poparcia został obniżony najpierw do tysiąca, a potem 300 podpisów.

I co najmniej tyle osób podpisało się pod ostatnimi projektami uchwał, które wpłynęły do rady miasta. Zebrali je białostoczanie, którzy domagają się cofnięcia uchwał podjętych w grudniu przez radnych, na mocy których połączono siedem przedszkoli w trzy zespoły przedszkolne. ©℗

Rocznica

Obchody 80. rocznicy utworzenia AK

Z okazji 80. rocznicy utworzenia Armii Krajowej miasto przygotowało wiele interesujących wydarzeń.

– Armia Krajowa była jedną z najlepiej zorganizowanych podziemnych organizacji wojskowych w Europie, która walczyła z niemieckim okupantem. Pamięć o żołnierzach tej armii jest naszym obowiązkiem. Wspólnie z mieszkańcami naszego miasta chcemy oddać hołd poległym w walkach o niepodległą Polskę – powiedział zastępca prezydenta Białegostoku Rafał Rudnicki.

I tak 14 lutego o godz. 12.00 odbędzie się uroczystość pod pomnikiem AK przy ulicy J. Kilińskiego.

Od 14 lutego do 14 marca będzie można oglądać wystawę „80. rocznica utworzenia AK" przygotowaną przez Muzeum Wojska na Placu Świętego Konstantyna Wielkiego.

Również od 14 lutego w budynku Muzeum Wojska białostoczanie będą mogli otrzymać jednodniówkę zatytułowaną „Zwycięstwo będzie Twoją nagrodą". Poza tekstem historycznym poświęconym Armii Krajowej czytelnicy znajdą w nim archiwalne fotografie żołnierzy AK, reprodukcje dokumentów, zdjęcia eksponatów ze zbiorów muzeum.

Natomiast na budynku Muzeum Wojska oraz na placu przed Teatrem Dramatycznym zawisną wielkoformatowe banery ilustrowane m.in. reprodukcjami akwarel Waleriana Bieleckiego ps. „Inżynier Jan", żołnierza AK. **(R)**

FOT. W. WOJTKIELEWICZ

Edukacja

Spotkanie z najlepszymi

Prezydent Tadeusz Truskolaski spotkał się z dyrektorami i uczniami siedmiu najlepszych szkół średnich prowadzonych przez Miasto Białystok. Są to placówki, które znalazły się w rankingu miesięcznika „Perspektywy". Spotkanie było okazją do rozmowy o sukcesach i osiągnięciach miejskich placówek.

W rankingu podobnie jak przed rokiem najlepszym liceum w Podlaskiem zostało II Liceum Ogólnokształcące w Białymstoku. W kategorii szkół technicznych pozycję lidera utrzymało Technikum Elektryczne w Białymstoku. – To nie tylko prestiżowe wyróżnienie, ale przede wszystkim miarodajny wyznacznik jakości kształcenia. Tak znacząca obecność białostockich placówek w zestawieniu jest dla nas wszystkich powodem do radości i dumy – powiedział prezydent Tadeusz Truskolaski. – Na ogromne uznanie zasługuje zaangażowanie dyrekcji oraz nauczycieli w pracę nad rozwojem talentów i pasji młodzieży, a także sukcesy, ambicja i wytrwałość uczniów.

W rankingu, na wysokich lokatach, znalazło się siedem miejskich szkół. Tytułem „Złotej Szkoły" uhonorowano pięć placówek, a srebrnej – dwie. W pierwszej setce w kraju znalazły się II Liceum Ogólnokształcące (13. miejsce), I Liceum Ogólnokształcące (35. miejsce) oraz Technikum Elektryczne (73. miejsce) III Liceum Ogólnokształcące (171. miejsce), VI Liceum Ogólnokształcące (190. miejsce), IV Liceum Ogólnokształcące (298. miejsce) i Technikum Handlowo-Ekonomiczne (104. miejsce). **(R)**

REKLAMA 0810409042

eprasa.pl e5a833b8aa

Ofiary Niemców spoczną w poświęconej ziemi

Joanna Bajkiewicz
Joanna.Bajkiewicz@polskapress.pl

Jedwabne

Dwie polskie rodziny z Jedwabnego zostały bestialsko zamordowane w pobliskim Lesie Przestrzelskim za pomoc Polskiemu Państwu Podziemnemu. Niemieccy żandarmi rozstrzelali ich członków 11 sierpnia 1943 r. Po latach ciała zostaną pochowane z honorami na miejscowym cmentarzu.

FOT. STOWARZYSZENIE WIZNA 1939

Szczątki Władysławy i Franciszka Mościckich oraz Anny i Józefa Bronakowskich odnaleziono w Lesie Przestrzelskim

- Zgłosiła się do nas zrozpaczona rodzina pomordowanych. Jedna z córek, która uszła z życiem, a miała wówczas 15 lat, bardzo chciała, by ciała jej rodziców zostały pochowane w poświęconej ziemi, a nie zakopane w lesie jak zwierzęta - opowiada Michał Sochoń, wiceprezes Stowarzyszenia „Wizna 1939".

Jego członkowie we współpracy z żołnierzami Wojsk Obrony Terytorialnej oraz Laboratorium Kryminalistycznym Żandarmerii Wojskowej zdobyli wszystkie pozwolenia i 12 czerwca ub. r. odnaleźli oraz ekshumowali szczątki Władysławy i Franciszka Mościckich oraz Anny i Józefa Bronakowskich - jednych z wielu ofiar Niemców w Lesie Przestrzelskim.

- Chcieliśmy zadośćuczynić pani Sabinie, jak i pozostałym dwóm córkom państwa Bronakowskich, żeby pochować ich rodziców uroczyście i w asyście wojskowej - dodaje Sochoń. I podkreśla, że to nie koniec historii w Lesie Przestrzelskim. - Okazuje się, że to taki las śmierci. Bardzo dużo Polaków zostało tam zamordowanych. Niemieccy żandarmi wykopywali tam mogiły, a potem prowadzali do nich ludzi, rozstrzeliwali i zakopywali. Na pewno będziemy chcieli zrobić pomnik, by jak najwięcej osób mogło dowiedzieć się o tej historii - mówi.

Tymczasem zachęca wszystkich do udziału w uroczystościach pogrzebowych, które odbędą się w najbliższą sobotę, 12 lutego br.

O godz. 13, w kościele pw. św. Jakuba Apostoła w Jedwabnem, odbędzie się msza św. pogrzebowa pod przewodnictwem biskupa łomżyńskiego ks. Janusza Stepnowskiego, po czym nastąpi przejście w kondukcie na cmentarz i złożenie do grobu ekshumowanych szczątków pomordowanych rodzin.

- W tym dniu symbolicznie pożegnamy także Aleksandra Mościckiego - brata Franciszka Mościckiego, który został zabrany na posterunek w Jedwabnem, a następnie wywieziony na Majdanek i tam zamordowany, a także Janinę Bronakowską - córkę Józefa Bronakowskiego, rozstrzelaną przez Niemców w okolicach Stawisk - dodaje wiceprezes Stowarzyszenia „Wizna 1939". ©℗

Każdy może zgłosić uwagi do Strategii

Łomża

Joanna Bajkiewicz
Joanna.Bajkiewicz@polskapress.pl

Magistrat zaprasza mieszkańców Łomży oraz sąsiednie gminy, by wyrażali swoje opinie, zgłaszali uwagi oraz podawali ewentualne propozycje zmian do projektu „Strategii Rozwoju Miasta Łomża do roku 2030".

Dokument wskazuje cele strategiczne i kierunki rozwoju, w jakich powinno zmierzać miasto, aby zapewnić sobie stały, zrównoważony rozwój, a mieszkańcom - konsekwentne polepszanie warunków życia.

- Liczymy, że projekt będzie odpowiedzią na potrzeby i oczekiwania mieszkańców, a w kolejnej perspektywie funduszy europejskich zwiększy szanse na pozyskanie zewnętrznych środków finansowych na istotne dla rozwoju przedsięwzięcia - informują urzędnicy i zachęcają mieszkańców do aktywnego udziału w konsultacjach, które ruszą 22 lutego i potrwają do 29 marca.

Przez ten czas można zgłaszać uwagi na piśmie, wypełniając formularz dostępny na stronie lomza.pl (tam też można zapoznać się z projektem „Strategii"). Uwagi można zgłosić też ustnie 25 lutego oraz 1, 16 i 23 marca: w godz. 13-16 podczas dyżurów telefonicznych (nr tel. 697 108 880) lub w godz. 16.30-18.30 w trakcie spotkań online. Wyniki konsultacji będą znane do 4 kwietnia. ©℗

Suwałki

Urzędnicy zapukają do drzwi mieszkańców

Urząd Miejski w Suwałkach informuje, że od dziś do 1 marca pracownicy magistratu będą doręczać decyzje podatkowe i zawiadomienia o zmianie wysokości opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi. Korespondencja będzie doręczana od poniedziałku do soboty. Wyposażeni w identyfikatory pracownicy nie będą pobierać żadnych opłat. Mieszkańcy, których nie będzie w domu, a otrzymają awizo, będą mogli odebrać korespondencję w siedzibie urzędu miasta przy ul. Mickiewicza 1 od poniedziałku do piątku w godz. 8-15.30. **(R)**

Łomża

Uczczą pamięć zesłanych na Sybir

Obchody 82. rocznicy pierwszej masowej wywózki Polaków na Sybir rozpoczną się dziś, o godz. 14.30 od złożenia kwiatów przed tablicą „Pamięci Zesłanych przez sowieckiego okupanta w latach 1940-1941 na nieludzką ziemię" przy Miejskiej Hali Targowej (ul. Sikorskiego 176A). 15 minut później zostaną złożone kwiaty przed pomnikiem Sybiraków przy ul. Katyńskiej . O godz. 15 rozpocznie się msza św. w Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w intencji Sybiraków i ich rodzin. Organizatorami są Oddział Związku Sybiraków w Łomży i prezydent miasta. **(JBA)**

FOT. MAT. PRASOWE

Wasilków

Wełną utkane

Wernisaż wystawy „Wełną utkane" i spotkanie z autorką tkanin dwuosnowowych – Lucyną Kędzierską odbędzie się jutro, o godz. 18 w MOAK w Wasilkowie. Będzie to jednocześnie finisaż – goszczącej w Wasilkowie od połowy grudnia ub.r. – wystawy plenerowej „Mobilna wizytówka", która promuje bazę Twórców Ludowych Województwa Podlaskiego „E-Tradycja".
Lucyna Kędzierska tkactwem ludowym (tzw. dwuosnowowym) zajmuje się od dzieciństwa. Tkaniny wykonuje ręcznie z naturalnej wełny owczej na krosnach. Jej praca jest efektem kontynuacji wieloletniej rodzinnej tradycji zapoczątkowanej przez jej babcię. Wzory na tkaninach są najczęściej zaczerpnięte z otoczenia, gospodarstwa domowego, niekiedy przedstawiają dawne tradycje i obrzędy ludowe.
Jeden ze wzorów z tkaniny Lucyny Kędzierskiej został umieszczony na największym muralu o tematyce ludowym w Polsce „Tkana opowieść". Można go zobaczyć przy ul. Radzymińskiej w Białymstoku. **(UK)**

Potrzebni ochotnicy do liczenia zwierzyny

Biebrzański Park Narodowy

Magda Ciasnowska
Magda.Ciasnowska@polskapress.pl

Łosie, jelenie, sarny, zające, lisy, kuny, a nawet duże drapieżniki, czyli wilki i rysie – tych mieszkańców Biebrzańskiego Parku Narodowego będzie można spotkać podczas zbliżającej się inwentaryzacji zwierzyny. Jej organizatorzy liczą na pomoc wolontariuszy.

Inwentaryzacja organizowana jest w ramach przygotowywanego projektu Planu Ochrony Parku. Towarzystwo Ochrony Siedlisk „Prohabitat" będzie prowadzić ją w dniach 21-25 lutego. W trakcie pierwszych dwóch dni inwentaryzowany będzie basen dolny doliny Biebrzy, później - środkowy i górny.

W inwentaryzacji może wziąć udział każdy. Organizatorzy zapewniają darmowe noclegi, a na koniec każdego dnia - ciepły posiłek. Dojazd do siedziby BPN i miejsca zbiórki pozostaje we własnym zakresie.

Zbiórka wszystkich chętnych jest zaplanowana na godz. 8, 21 lutego r. (poniedziałek) w siedzibie Parku w Osowcu-Twierdzy. Po przeprowadzeniu szkolenia uczestników liczenia na sali konferencyjnej wolontariusze wyruszą w teren.

Ze względu na sytuację pandemiczną ich liczba będzie ograniczona do 25 osób. Uczestnicy powinni posiadać obuwie terenowe lub gumowce oraz ubiór dostosowany do panującej pogody.

Zainteresowani mogą zgłaszać się mailowo (Z.Borowski@ibles.waw.pl) lub telefonicznie (nr 603 580 881) do 15 lutego. ©℗

REKLAMA 0010418893

OBWIESZCZENIE WOJEWODY PODLASKIEGO

Na podstawie art. 9q ust. 2 i 4 ustawy z dnia 28 marca 2003 r. o transporcie kolejowym (Dz. U. z 2021 r., poz. 1984), w związku z art. 155 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeksu postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r., poz. 735 ze zm.), zwanej dalej „Kpa", oraz art. 72 ust. 6 i 6a ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2021 r., poz. 247 ze zm.), zwanej dalej „ustawą środowiskową", **Wojewoda Podlaski podaje do publicznej wiadomości**, że na wniosek PKP Polskich Linii Kolejowych S.A. Wojewoda Podlaski wydał decyzję z dnia 4 lutego 2022 r., znak: AB-IV.747.2.2022.EK, zmieniającą ostateczną decyzję Wojewody Podlaskiego z dnia 17 października 2019 r., znak: AB-IV.747.2.5.2019.NK, o ustaleniu PKP Polskim Liniom Kolejowym S.A. lokalizacji linii kolejowej realizowanej w ramach projektu pn.: „Prace na linii E75 na odcinku Czyżew-Białystok", polegającej na przebudowie linii kolejowej nr 6 (E75), w km 107,267 ÷ 108,533 oraz 108,570 ÷ 113,750 (**Odcinek A – Szlak Małkinia-Czyżew wraz ze stacją Czyżew**) na działkach położonych w gminie Czyżew, powiat wysokomazowiecki, woj. podlaskie, częściowo zmienioną w postępowaniu odwoławczym ostateczną decyzją Ministra Rozwoju z dnia 8 czerwca 2020 r., znak: DL-II.7620.16.2019.ML.12 (DL-II.4620.28.2019.ML) oraz częściowo zmienioną w postępowaniu wznowieniowym ostateczną decyzją Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 16 listopada 2021 r., znak: DLI-I.7620.13.2021.IM.2, w zakresie:

I. prac planowanych do realizacji w ramach ww. decyzji poprzez:
1) zmianę dotychczasowego zapisu tiret 1 i tiret 2 w pkt 4 „układ drogowy" z:
– *rozbiórka 2 przejazdów kat. D i kat. A oraz zmiana 2 przejazdów do kat. B,*
– *budowa czterech dróg dojazdowych w celu zachowania płynności ruchu oraz usprawnienia jego funkcjonowania,*
na:
– *rozbiórka 2 szt. istniejących przejazdów kat. D w km 107,705 i 108,911 oraz rozbiórka 2 szt. istniejących przejazdów kat. A w km 111,144 i 113,345,*
– *budowa 5 dróg dojazdowych w celu zachowania płynności ruchu oraz usprawnienia jego funkcjonowania;*
2) dodanie dodatkowego zapisu w pkt 9 „telekomunikacja":
– *budowa systemów informacji pasażerskiej SDIP oraz monitoringu SMW,*
– *budowa systemu stwierdzania końca pociągu SKP;*

II. zatwierdzenia rysunku Nr 002 A, 003 C i 005 B w skali 1:500, stanowiących załączniki graficzne do niniejszej decyzji, przedstawiających ww. zmiany oraz określających zmianę przebiegu linii rozgraniczającej poprzez włączenie do zakresu inwestycji dodatkowej części działki ew. nr 271/1, obr. 0002 Czyżew Osada, gm. Czyżew, pow. wysokomazowiecki, należącej w całości do PKP Polskich Linii Kolejowych S.A.

Zgodnie z art. 10 § 1 oraz art. 73 Kpa, strony mogą zapoznać się z treścią decyzji oraz z dokumentacją sprawy w siedzibie Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku, ul. Mickiewicza 3, w Punkcie Obsługi Klienta w godz. 9^{00}-14^{00}, **w terminie 10 – 24 lutego 2022 r.** Zapoznanie się z aktami sprawy osobiście będzie możliwe wyłącznie po uprzednim umówieniu się pod poniżej podanym numerem telefonu na konkretny dzień i godzinę.

Dodatkowo, stosownie do art. 72 ust. 6 ustawy środowiskowej, **treść przedmiotowej decyzji zostanie udostępniona w podanym wyżej terminie**, tj. na okres 14 dni, w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku.

Jednocześnie informuję, iż z uwagi na konieczność ograniczenia bezpośrednich kontaktów w związku z obecnym zagrożeniem zakażeniem wirusem SARS-CoV-2 i rozprzestrzenianiem się choroby zakaźnej u ludzi, wywołanej tym wirusem (COVID-19), preferowaną formą kontaktu z tut. organem jest kontakt telefoniczny **(tel. 85 74 39 283)**, mailowy **(ekochanska@bialystok.uw.gov.pl)** lub ePUAP **(/4868hwsklk/SkrytkaESP)**. Pracownik organu w miarę możliwości udzieli niezbędnych informacji oraz wyjaśnień w przedmiotowej sprawie. Istnieje także możliwość przesłania części dokumentacji (w miarę możliwości technicznych, pojedyncze strony) w formie skanu na adres elektroniczny wskazany przez stronę, po uprzednim zwróceniu się do organu z taką prośbą.

Ponadto informuję, iż w przypadku osobistej wizyty w tut. Urzędzie w obecnej sytuacji nie będzie możliwe wykonanie kserokopii dokumentacji przez pracownika organu. Strona, która chciałaby skorzystać w siedzibie organu z prawa do zapoznania się z dokumentacją i wykonania jej kserokopii proszona jest o zaopatrzenie się we własny sprzęt (aparat fotograficzny, telefon komórkowy, kartkę i długopis do sporządzenia odpisu lub notatek).

eprasa.pl e5a833b8aa

Lewica: Projekt ustawy o 7-godzinnym dniu pracy

Warszawa
Mikołaj Wójtowicz
mikolaj.wojtowicz@polskapress.pl

Siedmiogodzinny dzień pracy – ustawa w tej sprawie znajdzie się w Sejmie jeszcze w tej kadencji. Projekt planuje złożyć Lewica Razem. To jedna z obietnic programowych polskiej lewicy.

7-godzinny dzień pracy zostanie wdrożony niebawem w Polsce? Pojawił się taki pomysł. Jest to jedna z obietnic programowych polskiej lewicy. Ustawa w sprawie skrócenia godzin pracy ma znaleźć się w Sejmie jeszcze w tej kadencji.

Projekt ustawy planuje złożyć Lewica Razem. W jego świetle Polacy zamiast 8 godzin, pracowaliby 7. Zapewne takie rozwiązanie może spodobać się wielu pracownikom. Jakie są plusy i minusy takiego rozwiązania?

Już w 2018 roku Partia Razem zbierała podpisy pod obywatelskim projektem ustawy o skróceniu czasu pracy. Obecnie projekt ten wymaga aktualizacji i drobnych zmian.

FOT. 123RF

Polacy będą mogli pracować dziennie o godzinę krócej?

Praca przez 7 godzin jest wydajniejsza?

7-godzinny dzień pracy wprowadzono we Francji już w 2005 r. Oznacza to, że 35 godzin pracy w tygodniu stanowi normę, a pozostały przepracowany czas liczy się jako nadgodziny.

Z kolei, jak pokazały badania przeprowadzone w Islandii, osoby pracujące 35-36 godzin w tygodniu mogą być bardziej wydajne od pracujących w standardzie 40-godzinnym.

Plusy i minusy skrócenia godzin pracy

Obecnie trwają badania nad skutkami skrócenia czasu pracy w Hiszpanii i Nowej Zelandii. Według badań Polskiego Instytutu Ekonomicznego Polacy pracują obecnie przeciętnie 39,7 godz. na tydzień.

Jako pierwszy 8-godzinny dzień pracy wprowadził Henry Ford prawie 100 lat temu, udowadniając, że wypoczęty pracownik jest również bardziej wydajny.

Niedzielski: To początek końca pandemii w Polsce

Małgorzata Puzyr
malgorzata.puzyr@polskapress.pl

Warszawa

Podczas konferencji prasowej minister zdrowia Adam Niedzielski ogłosił „początek końca pandemii". Podał też nowe zasady dotyczące kwarantanny i izolacji. Z kolei szef MEiN Przemysław Czarnek przekazał, że od 21 lutego wszystkie dzieci wrócą do nauki stacjonarnej.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Adam Niedzielski i Przemysław Czarnek ogłosili „początek końca pandemii" związany ze skróceniem kwarantanny i powrotem dzieci do nauki stacjonarnej

- Luty będzie miesiącem, kiedy spadki zakażeń powinny być stosunkowo duże i w lutym wyczerpie się poważne zagrożenie dla systemu opieki zdrowotnej. Mam nadzieję, że w marcu będziemy mogli podejmować odważne decyzje dot. znoszenia restrykcji - mówił szef resortu zdrowia podczas konferencji prasowej po spotkaniu nowej Rady ds. COVID-19.

- Tak jak często byłem pesymistą, w tej sytuacji jestem optymistą, mamy tak naprawdę do czynienia z początkiem końca pandemii - ocenił.

Zmiany w obostrzeniach

Jak przekazał minister Adam Niedzielski, od 15 lutego będzie stosowana siedmiodniowa izolacja zamiast standardu dziesięciodniowego. - Kwarantanna będzie naliczana dla współdomowników w okresie izolacji członka rodziny. Nie będzie sytuacji, że domownik pozostaje na kwarantannie w momencie zakończenia izolacji osoby, z którą mieszka - powiedział Niedzielski.

Zlikwidowana będzie także „kwarantanna z kontaktu". Jak tłumaczył minister, chodzi o wszystkie osoby, które do tej pory miały kwarantannę wskazywaną na podstawie wywiadu epidemicznego,z którego wynikało, że miały kontakt z osobą zakażoną.

- To jest zjawisko, które oczywiście miało ogromne znaczenie chociażby w szkołach albo w środowisku pracy. Te kwarantanny zostaną zniesione. W ogóle takiej kwarantanny z kontaktu nie będziemy wprowadzali - powiedział Niedzielski. Od 11 lutego zostaje też zniesiona „kwarantanna przyjazdowa" dla osób zaszczepionych.

Szef resortu zdrowia przekazał również, że około 5 tys. łóżek szpitalnych zostanie przywróconych do innych oddziałów. Jak wyjaśnił, ma to wpłynąć na większą dostępność opieki zdrowotnej dla pacjentów w innych schorzeniach.

Szybszy powrót do szkół

Istotną zmianę ogłosił także minister edukacji i nauki Przemysław Czarnek. - Podjęliśmy decyzję o przyspieszeniu o tydzień powrotu do nauki stacjonarnej w klasach 5-8 szkół podstawowych oraz w szkołach ponadpodstawowych. Nauka zdalna będzie trwała krócej, niż zapowiadaliśmy - przekazał szef resortu edukacji.

- Nauka zdalna nie będzie trwała do końca ferii, tylko wszyscy uczniowie wrócą do nauki stacjonarnej już 21 lutego - poinformował szef MEiN.

Z KRAJU

FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI

Warszawa

Nowe wymagania podczas egzaminów maturalnych

Ministerstwo Edukacji i Nauki przedstawiło wymagania egzaminacyjne obowiązujące w latach 2023-2024. Egzaminy ósmoklasisty oraz maturalny będą przeprowadzane na podstawie wymagań egzaminacyjnych, a nie – jak miało to miejsce do roku 2020 – na podstawie wymagań określonych w podstawie programowej kształcenia ogólnego. Zmiana wynika m.in. z sytuacji związanej z epidemią SARS-CoV-2. **(AIP)**

Warszawa

Pijany kierowca straci pojazd?

Przygotowane w Ministerstwie Sprawiedliwości przepisy mają zwiększyć kary dla kierowców wsiadających za kierownicę po alkoholu. Wśród konsekwencji przewidziana została m.in. konfiskata pojazdu. Proponowane zmiany w prawie to projekt resortu sprawiedliwości, muszą zostać zaakceptowane przez Sejm, Senat, a następnie zostać podpisane przez prezydenta. **(AIP)**

Warszawa

Niższe ceny gazu dla przedsiębiorców

Przedsiębiorcy zapłacą mniej za gaz, spółka PGNiG Obrót Detaliczny po raz kolejny obniżyła ceny. Spadną one o 35 procent w stosunku do tego, ile trzeba było płacić na początku roku. Skorzystają m.in. właściciele piekarni, zakładów fryzjerskich czy restauracji. To w tych branżach ceny gazu najbardziej dały się we znaki na początku 2022 roku. **(AIP)**

Waloryzacja emerytur i rent w 2022 jednak niższa niż oczekiwano?

Warszawa
Zbigniew Biskupski
z.biskupski@polskatimes.pl

Jesteśmy coraz bliżej wiedzy o poziomie waloryzacji emerytur i rent w przyszłym roku. Główny Urząd Statystyczny podał dane dotyczące przeciętnego wynagrodzenia w gospodarce narodowej w IV kwartale 2021 oraz w całym 2021 roku. Ostateczny wskaźnik waloryzacji poda rząd - ma na to czas do 25 lutego.

FOT. 123RF

Na podanie oficjalnie obowiązującego wskaźnika waloryzacji emerytur i rent rząd ma czas do 25 lutego

Przeciętne wynagrodzenie w gospodarce narodowej w 2021 roku wyniosło 5 662,53 zł. Realny wzrost przeciętnego wynagrodzenia w 2021 r. w stosunku do 2020 r. wyniósł 3 procent.

Dla waloryzacji emerytur i rent kluczowe znaczenie ma ten drugi wskaźnik płacowy. Wskaźnik waloryzacji to średnioroczny wskaźnik cen towarów i usług konsumpcyjnych w poprzednim roku kalendarzowym zwiększony o co najmniej 20% realnego wzrostu przeciętnego wynagrodzenia w poprzednim roku kalendarzowym. Na podanie oficjalnie obowiązującego wskaźnika waloryzacji emerytur i rent rząd ma czas do 25 lutego. Pewne już jest, że waloryzacja na pewno nie wyniesie 7- 6,2 procent, jak sugerowali wcześniej minister i wiceminister resortu Rodziny i Polityki Społecznej. Najbardziej prawdopodobne jest, że wskaźnik wyniesie 5,7-5,9 proc.Tak więc od 1 marca wszystkie emerytury i renty wzrosną o niespełna 6 procent. Podwyższona zostanie też najniższa emerytura i renta. Do jakiej wysokości? Przykładowo jeśli wskaźnik waloryzacji wyniesie 5,7 proc. - kwota wzrośnie do 1 322,18 zł - czyli o 71,30 złotych miesięcznie. Najniższa emerytura - a konkretnie jej wysokość - przesądza także o wysokości trzynastego świadczenia, tzw. trzynastki, którą emeryci dostaną w większości w kwietniu bieżącego roku. Będzie to więc kwota między 1 322,18 zł i 1 324,58 zł.

Emerytury i renty podlegają corocznie waloryzacji od dnia 1 marca. Waloryzacja polega na pomnożeniu kwoty świadczenia i podstawy jego wymiaru przez wskaźnik waloryzacji. W wyniku przeprowadzonej waloryzacji kwota świadczenia nie może ulec obniżeniu.

eprasa.pl e5a833b8aa

REKLAMA 0210405601

„Nigdy więcej mokrych plam na bieliźnie!”

DARMOWY ŚRODEK WSPIERA PRACĘ UKŁADU MOCZOWEGO – JUŻ OD 1. UŻYCIA!

Konsumencki Lider Jakość 2020

ODBIERZ BEZPŁATNY PREPARAT I ZAPOMNIJ O MIMOWOLNYM POPUSZCZANIU MOCZU

Przetestuj produkt za 0 zł*

Krępujące dolegliwości związane z nietrzymaniem moczu nie muszą dłużej uprzykrzać Ci życia. Nowa formuła pomaga szybko i dyskretnie złagodzić nadwrażliwość pęcherza oraz może zmniejszyć uporczywe parcie na cewkę moczową, przywracając komfort życia nawet po 3 tygodniach stosowania. „Częste wizyty w toalecie i niekontrolowane popuszczanie moczu to już przeszłość” – potwierdza ponad 164 tysięcy osób w całej Polsce. Kiedy do nich dołączysz?

Jeśli:

- Odczuwasz ciągłe parcie na pęcherz
- Zdarza Ci się popuszczać mocz podczas śmiechu, czy kaszlu
- Często musisz korzystać z WC

TA FORMUŁA JEST WŁAŚNIE DLA CIEBIE!

Mimowolne wycieki moczu podczas intensywnego wysiłku fizycznego, śmiechu, czy kaszlu, popuszczanie o charakterze neurologicznym albo takie, które pojawiło się po ciąży – każdy rodzaj nietrzymania moczu da się pokonać. Nowatorska metoda właśnie dotarła do Polski i może wspomóc proces uszczelniania pęcherza, hamowania niekontrolowanego popuszczania moczu oraz osłabić nieprzyjemne uczucie parcia na cewkę moczową, wydłużając czas pomiędzy kolejnymi wizytami w toalecie. Jak to możliwe?

ZAPANUJ NAD PĘCHERZEM – to łatwiejsze, niż myślisz

By pozbyć się krępujących dolegliwości związanych z nietrzymaniem moczu, potrzeba silnego aktywatora – środka, który pomoże zwiększyć sprężystość oraz szczelność tkanek budujących układ moczowy już na poziomie komórkowym. Innowacyjna formuła może wpływać na regenerację błony śluzowej cewki moczowej i wzmacniać mięśnie dna miednicy, w szybkim czasie zwiększając kontrolę nad pęcherzem.

Paweł Jastrzębski, specjalista ds. urologicznych

Siła 100% naturalnych składników

Warto mieć świadomość, że nowatorska formuła może być najsilniejszą metodą wspierającą walkę z nietrzymaniem moczu, kiedykolwiek powstała. Wykorzystuje bowiem naturalne właściwości regeneracyjne organizmu, pobudzając komórki do wzmożonej produkcji estrogenów i testosteronu - związków odpowiedzialnych za przywracanie prawidłowego odruchu opróżniania pęcherza. Właśnie dlatego efekty takie jak: zwiększenie kontroli nad pęcherzem, zmniejszenie dyskomfortu, czy złagodzenie uczucia parcia na cewkę moczową mogą być zauważalne w bardzo krótkim czasie – bez względu na Twój wiek i płeć oraz przyczynę dolegliwości.

Codzienne stosowanie preparatu pomaga uszczelnić pęcherz, zahamować niekontrolowane popuszczanie moczu, a także wzmocnić mięśnie dna miednicy **nawet o 81%.**

Koniec wstydliwych incydentów

Eksperci są zgodni, że nowy preparat może łagodzić problem nietrzymania moczu na niespotykanym dotychczas poziomie. To zasługa silnie stężonych składników, które wykazują zdolność do hamowania nadreaktywności pęcherza moczowego, a do tego mogą niwelować uczucie parcia na cewkę, regenerować i uelastyczniać ściany pęcherza oraz budować odpowiednie napięcie i jędrność tkanek układu moczowego. Szacuje się, że aż 9/10 osób odzyskuje większą kontrolę nad trzymaniem moczu już po 5-6 zastosowaniach, a każda z nich jest w stanie wytrzymać z pełnym pęcherzem nawet 4x dłużej.

Już nie boję się, że nie dobiegnę do toalety

Ciągłe parcie na pęcherz i brak kontroli nad trzymaniem moczu całkiem wyłączyły mnie z życia towarzyskiego. Strach było wyjść do restauracji, pojechać pod namiot, pójść na basen… Nie ma słów, by opisać, jak bardzo preparat poprawił komfort mojego życia. Dzięki nowej formule odzyskałam panowanie nad pęcherzem już po 3 tygodniach – nie popuszczam, nie muszę biegać co chwilę do WC, nie obawiam się mokrych plam na spodniach. Żyję normalnie, bez strachu i skrępowania wychodzę do ludzi. Jestem zachwycona!

Agnieszka, 47 lat, Poznań

Żadnych przykrych niespodzianek

Jeżdżę tirami, wiele godzin spędzam w podróży, a nerwowe poszukiwania toalety w trasie były nie do zniesienia. Wiele razy nie zdążyłem dojechać do WC na czas. Wstyd, upokorzenie – problemy z pęcherzem totalnie odbierały mi poczucie męskości. O nowym preparacie dowiedziałem się od kolegi. Wystarczył miesiąc stosowania tego środka, bym zapomniał o problemach z popuszczaniem moczu. Nie odczuwam ciągłego parcia, bólu i dyskomfortu, a przede wszystkim w 100% kontroluję swój pęcherz. Polecam.

Mirosław, 55 lat, Katowice

DARMOWA FORMUŁA MOŻE POMÓC:

- ZNIWELOWAĆ PROBLEM NIETRZYMANIA MOCZU
- ODZYSKAĆ KONTROLĘ NAD PĘCHERZEM
- ZMNIEJSZYĆ PARCIE NA CEWKĘ MOCZOWĄ
- WYDŁUŻYĆ CZAS WYTRZYMANIA Z PEŁNYM PĘCHERZEM
- ZAHAMOWAĆ MIMOWOLNE POPUSZCZANIE MOCZU

Spiesz się by zdobyć bezpłatny preparat!

Z programu skorzystało już ponad 164 tysięcy osób, które z pomocą nowej formuły odzyskały kontrolę nad trzymaniem moczu i pozbyły się krępującego popuszczania już po kilkunastu dniach. Ty też możesz odzyskać komfort korzystania z toalety i pozbyć się uciążliwego parcia na pęcherz – a to wszystko szybko, naturalnie i dyskretnie. Sprawdź jak odebrać preparat za darmo i zapomnij o nietrzymaniu moczu, jak 164 000 Polaków.

Regulamin - rglmnprmojpk.com

LICZBA DARMOWYCH OPAKOWAŃ JEST OGRANICZONA!

Wkładki higeniczne mogę rzucić w kąt!

Stosuję nowy środek od miesiąca – od tego czasu znacznie rzadziej dochodzi do przykrych incydentów, nie moczę się nocami, ustąpił też ból i nieprzyjemne parcie nawet tuż po skorzystaniu z toalety. Kilka dni temu zrezygnowałam nawet z wkładek higienicznych. Czuję się o wiele bardziej niezależna, znów bez obaw śmieję się, kaszlę i wychodzę na długie spacery. Z całego serca polecam.

Stanisława, 72 lata, Olsztyn

ODZYSKAJ PEŁNĄ KONTROLĘ NAD TRZYMANIEM MOCZU

ZADZWOŃ TERAZ – produkty GRATIS czekają

***Pierwsze 100 osób, które zadzwonią do 24.02.2022 r., OTRZYMA 100% REFUNDACJI OD PRODUCENTA**

ZADZWOŃ: 32 283 93 59

pon. - pt. 08:00 - 20:00, sob. - nd. 09:00 - 20:00.
Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.

SUPLEMENT DIETY REKLAMOWANY W TV

*Medal przyznany **RevitaPharm** w programie Konsumencki Lider Jakości – **Debiut Roku 2020**

eprasa.pl e5a833b8aa

Zadbaj o swoje zdrowie w każdym wieku. Badaj się regularnie

Profilaktyka

Agata Siemiaszko, red
agata.siemiaszko@polskapress.pl

Profilaktyka zdrowotna to działania podejmowane po to, by zapobiegać rozwojowi chorób i innych zagrożeń dla zdrowia człowieka. Do takich działań należy wykonywanie badań lekarskich, by wykryć ewentualne nieprawidłowości mogące świadczyć o chorobie lub mogące do niej doprowadzić. Warto raz w roku wykonać badania profilaktyczne, w tym morfologię ogólną czy badanie moczu - bez względu na wiek, płeć, czy stan zdrowia.

FOT. 123 RF

Morfologia ogólna jest podstawowym badaniem, za pomocą którego można wykryć wiele schorzeń

Istnieje wiele chorób, które nieleczone mogą powodować wiele poważnych skutków zdrowotnych. Nie wszystkie schorzenia początkowo wykazują dolegliwości, a niektóre objawiają się dopiero przy bardzo zaawansowanej postaci choroby. Rozwojowi wielu chorób można zapobiec przez wykonanie prostych badań z krwi lub moczu. Wczesne wykrycie zaburzeń parametrów krwi zmniejsza ryzyko rozwoju wielu powikłań i zwiększa szanse na pełne wyleczenie.

Warto zatem zadbać o swoje zdrowie i regularnie wykonywać badania profilaktyczne, których głównym celem jest wczesna diagnostyka choroby oraz szybsze wprowadzenie odpowiedniego leczenia.

Większość badań profilaktycznych jest bezpłatna, jednak wymaga skierowania wystawionego przez lekarza rodzinnego.

Do najważniejszych badań należą:

- morfologia ogólna - jest podstawowym badaniem, za pomocą którego można wykryć wiele schorzeń, w tym niedokrwistość, niektóre nowotwory (jajnika, prostaty oraz białaczkę), infekcje, stany zapalne, zaburzenia odporności oraz choroby immunologiczne,
- badanie moczu - przeprowadzenie analizy moczu pozwala określić, w jakim stanie jest układ moczowy pacjenta. Dodatkowo za pomocą badania można wykryć choroby nerek, wątroby oraz trzustki,
- poziom glukozy we krwi - regularny pomiar stężenia cukru we krwi pomaga szybko zdiagnozować choroby, w tym cukrzycę typu 2,
- badanie lipidogramu - pozwala określić poziom trójglicerydów we krwi oraz cholesterolu frakcji LDL i HDL. Nieprawidłowości w lipidogramie mogą świadczyć o zakrzepicy, miażdżycy oraz problemach z układem sercowo-naczyniowym,
- badanie ciśnienia tętniczego krwi - warto wykonywać je samodzielnie raz na 3 miesiące. Szybkie wykrycie anomalii pozwala zmniejszyć ryzyko rozwoju wielu powikłań, w tym udaru mózgu i zawału serca,
- EKG - badanie obrazujące funkcjonowanie serca. Jego nieprawidłowy zapis może świadczyć o arytmii lub przebytym utajonym zawale serca,
- cytologia - jest to bardzo ważne badanie, które panie powinny wykonywać regularnie. Za jego pomocą można wykryć nowotwór szyjki macicy, który często przebiega bezobjawowo,
- mammografia - wczesne wykrycie raka piersi zwiększa szanse na całkowite wyleczenie,
- badanie prostaty - rak prostaty jest jednym z najczęstszych nowotworów u mężczyzn. Niestety zazwyczaj przebiega bezobjawowo, a pierwsze dolegliwości pojawiają się dopiero przy zaawansowanej postaci choroby. Warto, aby panowie raz w roku wykonali stężenie PSA, czyli hormonu produkowanego przez gruczoł krokowy.

REKLAMA 0010409917

eprasa.pl e5a833b8aa

REKLAMA 0010407281

NovaLab
Laboratoria Medyczne

ADRES LABORATORIM	TELEFON
SUWAŁKI, ul. Młynarskiego 9	87 567 16 83
AUGUSTÓW, ul. Chreptowicza 1	87 644 54 44
AUGUSTÓW, ul. Szpitalna 12	87 643 00 11
EŁK, ul. Toruńska 10	87 610 91 94
SEJNY, ul. Rittlera 2	87 567 61 43

SZEROKI ZAKRES BADAŃ:
podstawowych • specjalistycznych • profilaktycznych

BADANIA:
morfologia krwi, analiza moczu,
parametry biochemiczne, hormony,
markery nowotworowe, alergeny

Diagnostyka w kierunku COVID-19
WWW.NOVALAB.PL

REKLAMA 0010418315

ultramed
GABINET USG

OFERUJEMY:
- USG dzieci od urodzenia
- profesjonalnych lekarzy radiologów
- wysokiej klasy aparaty USG
- atrakcyjne ceny badań USG
- krótki czas oczekiwania na badanie

Wykonujemy biopsję cienkoigłową!
NOWOŚĆ ! ECHO SERCA.

BADANIA USG WYKONUJEMY:
pn.-pt. 7.30-21.00, sobota 8.00-18.00
ul. Bema 2
lok. nr 29 (parter),
lok. nr 43 (parter),
lok. nr 45 (parter)
lok. 112 i lok. 113 (I piętro)
Białystok

W naszych gabinetach za badania zapłacisz:
VISA blik

Rejestracja telefoniczna:
795 795 014
792 793 460
czynna pon.-pt. 8.00-16.00

REKLAMA 0010416902

DIAGNOSTYKA
laboratoria medyczne
...więcej niż wynik

BADANIA LABORATORYJNE

DIAGNOSTYKA BLISKO CIEBIE
...jesteśmy w Twoim mieście

- Najszersza oferta badań laboratoryjnych
- Blisko 3000 badań podstawowych i specjalistycznych
- Wyniki on-line
- Karta Stałego Klienta

www.diagnostyka.pl

eprasa.pl e5a833b8aa

Wysoki cholesterol może być dziedziczny

Układ krążenia

Agata Siemiaszko
agata.siemiaszko@polskapress.pl

Hipercholesterolemia to schorzenie spowodowane długotrwale utrzymującym się, wysokim stężeniem cholesterolu w osoczu krwi. Rodzinne predyspozycje wykazuje wiele osób, a opóźnienie diagnostyki i leczenia zwiększa ryzyko rozwoju chorób układu sercowo-naczyniowego, w tym miażdżycy i zawału serca.

FOT. 123 RF

Badanie stężenia lipidów we krwi należy robić co 5 lat

Cholesterol jest składnikiem komórek, a także bierze udział w syntezie witaminy D3 i hormonów. Mimo że jest niezbędny do funkcjonowania organizmu, to długotrwałe podwyższone stężenie (powyżej 200 mg/dl krwi) może być niebezpieczne. Szczególnie groźny jest wzrost frakcji LDL, czyli „złego cholesterolu".

Co może być przyczyną?

Główną przyczyną hipercholesterolemii jest chronicznie utrzymujący się wysoki poziom cholesterolu całkowitego, w tym głównie LDL. Wyróżnia się dwa możliwe powody zaburzeń przemian cholesterolu. Pierwszy jest pochodzenia pierwotnego, czyli występowanie defektu jednego genu (hipercholesterolemia rodzinna) lub kilku (hipercholesterolemia wielogenowa). Dodatkowo nieprawidłowa dieta, obfitująca w tłuszcze nasycone jest źródłem cholesterolu pokarmowego, który przyczynia się do szybszego ujawnienia wielogenowej hipercholesterolemii.

Drugą przyczyną są wtórne zaburzenia, spowodowane przez długotrwałe stosowanie leków (prostageny, glikokortykosteroidy oraz leki stosowane w leczeniu HIV), niektóre choroby, takie jak cholestaza wątrobowa, zespół nerczycowy, niedoczynność tarczycy, łuszczyca, a także brak aktywności fizycznej i dieta obfitująca w nasycone kwasy tłuszczowe.

Wysoki cholesterol w genach

Hipercholesterolemia rodzinna, to genetyczne predyspozycje do wysokiego stężenia cholesterolu w osoczu krwi. Późno zdiagnozowana i niewłaściwie leczona może skrócić długość życia nawet o 20 lat. W Europie 1 na 500 osób ma mutację genetyczną, prowadzącą do rozwoju tej choroby. Jej charakterystyczną cechą jest występowanie zaburzeń lipidowych u dzieci, często w krótkim czasie po urodzeniu. W badaniu lipidogramu występują również wysokie wartości frakcji LDL, przy widocznie niższych stężeniach frakcji HDL, czyli „dobrego cholesterolu". Objawem różnicującym hiperlipidemię rodzinną są tak zwane żółtaki - żółte zmiany grudkowe w okolicy powiek, związane z odkładaniem się nadmiaru cholesterolu w skórze. Pojawiają się zazwyczaj w trzeciej dekadzie życia.

Jeśli w rodzinie występował podwyższony cholesterol, ważne jest, aby regularnie badać jego stężenie we krwi. Szybka diagnoza i rozpoczęcie prawidłowego leczenia zmniejszają ryzyko miażdżycy oraz zawału serca. Ryzyko dziedziczenia hipercholesterolemii pierwotnej wynosi nawet 50 proc.

Objawy wysokiego cholesterolu

Początkowo podwyższone stężenie cholesterolu frakcji LDL nie daje jednoznacznych objawów. Nieświadomy pacjent często dowiaduje się o hipercholesterolemii dopiero po przebytym zawale serca lub udarze mózgu. Objawy hipercholesterolemii są następstwem odkładania się cholesterolu w naczyniach, co prowadzi do powstawania blaszki miażdżycowej.

Wśród niecharakterystycznych objawów hipercholesterolemii można wymienić ból kończyn dolnych, nocne skurcze stóp, zmiany skórne w okolicy łydek, zimną skórę na stopach, odrętwienie oraz zauważalne trudniejsze gojenie się ran. Natomiast do symptomów długotrwałego podwyższonego stężenia cholesterolu w organizmie zaliczyć można:

- żółte przebarwienia na powiekach łokciach i ścięgnach Achillesa,
- bóle w klatce piersiowej, spowodowany chorobą wieńcową,
- zapalenie oraz ból ścięgien Achillesa,
- rąbek starczy rogówki, czyli pojawienie się białej obwódki wokół tęczówki, powstały w skutek odkładania się lipidów,
- niedokrwienie narządów oraz kończyn, z powodu zwężenia średnicy tętnic.

Jak diagnozować i leczyć?

W celu zdiagnozowania zaburzeń lipidowych należy regularnie raz na 5 lat oznaczyć stężenie cholesterolu w osoczu krwi. W przypadku osób z wysokim ryzykiem chorób sercowo-naczyniowych, należy wykonać dodatkowo pełne badanie lipidogramu, czyli dokładnego podziału na poszczególne frakcje. Ważne, aby pobranie krwi odbywało na czczo, a ostatni posiłek powinien być spożyty 12 godzin przed badaniem.

Leczenie zaburzeń cholesterolowych rozpoczyna się od oceny ryzyka powikłań ze strony układu krążenia. W przypadku niskiego, terapia obejmuje głównie zmianę nawyków żywieniowych oraz wdrożenie umiarkowanej aktywności fizycznej. U chorych na cukrzycę, nadciśnienie i chorobę niedokrwienną serca, konieczne jest dodatkowe wprowadzenie leczenia farmakologicznego, głównie przez podanie statyn. Działanie ich polega na hamowaniu wytwarzania cholesterolu w wątrobie oraz zapobieganiu pęknięcia blaszki miażdżycowej, co zmniejsza ryzyko zawału serca.

REKLAMA 0010407268

REKLAMA 0010418290

eprasa.pl e5a833b8aa

Mężczyźni rzadziej chodzą do lekarzy

Zdrowie
Bogna Skarul

Dane Głównego Urzędu Statystycznego z ostatnich lat jasno dowodzą, że mężczyźni dużo rzadziej niż kobiety chodzą do lekarza. Dlaczego tak się dzieje?

W leczeniu mężczyzn niezbędne jest nowoczesne podejście i profilaktyka, pozwalające na wzmacnianie zdrowia panów na każdym etapie rozwoju biologicznego, a także kompleksowe diagnozowanie i leczenie już powstałych chorób. W ostatniej dekadzie odsetek panów chodzących do lekarza wynosił 55-64 proc., podczas gdy w przypadku pań był on ok. 10 proc. większy.

Jednocześnie statystyki medyczne pokazują, iż to mężczyźni chorują częściej - najpoważniejsze z dolegliwości, będące przyczyną zgonów tej płci, to choroby układu krążenia (40,8 proc.) oraz nowotwory złośliwe (25,9 proc.). Niewątpliwie niechęć mężczyzn do wizyt lekarskich jest jedną z przyczyn ich krótszego średnio o 8 lat niż kobiet życia. Potwierdzają to dane Światowej Organizacji Zdrowia, wskazujące, iż polscy mężczyźni żyją przeciętnie 72 lata, podczas gdy kobiety średnio 80 lat.

Statystyczny mężczyzna unika lekarzy

Jak wynika z raportu Men's Health Network, 90 proc. kobiet regularnie chodzi do lekarza. W przypadku mężczyzn odsetek ten wynosi zaledwie 62 proc. Badanie AAFP wykazało, że 55 proc. mężczyzn w ogóle nie odwiedziło lekarza na przestrzeni ostatniego roku. 53 proc. ankietowanych panów w ogóle nie chce poruszać tematu ich zdrowia, wynika z kolei z badania prowadzonego w 2016 roku przez Cleveland Clinic. To samo badanie wykazało, że 60 proc. mężczyzn odmawia wizyty u lekarza, o ile nie dotyczy ich poważny problem zdrowotny.* Trudno się dziwić, że za ponad 80 proc. decyzji dotyczących zdrowia rodziny stoją kobiety (badanie fundacji Kaiser Foundation).

Dlaczego mężczyźni unikają badań

Zapytani o najważniejsze powody unikania lekarzy (w przeprowadzonym badaniu statystycznym z 2018 r.), mężczyźni wskazywali na:

- brak czasu, wynikający z zapracowania (tak uważa 22 proc.)
- strach przed tym, co mogłoby wykazać badanie (21 proc.)
- obawę przed dyskomfortem, powodowanym przez badanie (18 proc.)
- niechęć do odpowiadania na osobiste pytania, które padłyby podczas badania (8 proc.)

Znajomość powodów, dla których mężczyźni niechętnie goszczą w gabinetach lekarskich to pierwszy krok do zachęcenia ich do wizyty. O ile trudno zagwarantować pacjentom, że badanie nie wykaże nic niepokojącego, pozostałe obiekcje można racjonalnie przewalczyć.

Kluczem do pozyskania pacjentów-mężczyzn będzie przekonanie ich, że wizytę można umówić i przeprowadzić szybko i sprawnie oraz że nie musi wiązać się z osobistym dyskomfortem.

REKLAMA 0010415588

ALDERM
DERMATOLOGIA I MEDYCYNA ESTETYCZNA

BIAŁYSTOK, ul. Bema 2, I p., gabinet nr 134
www.alderm.info tel. 728 722 300

DERMATOLOGIA OGÓLNA m.in:

- Diagnostyka i leczenie chorób skóry, włosów i paznokci u dorosłych i dzieci
- Dermatoskopowe badanie znamion
- Usuwanie drobnych zmian skórnych takich jak: brodawki wirusowe, włókniaki, brodawki łojotokowe, rogowacenie słoneczne (kriochirurgia, elektrochirurgia, laser CO2)
- Fototerapia (UVB 311 nm)

KOSMETOLOGIA m.in:

- Zabiegi do różnych typów skóry
- Mikrodermabrazja
- Peeling kawitacyjny
- Peelingi medyczne kwasami
- Maska LED
- Masaż

DERMATOLOGIA ESTETYCZNA m.in:

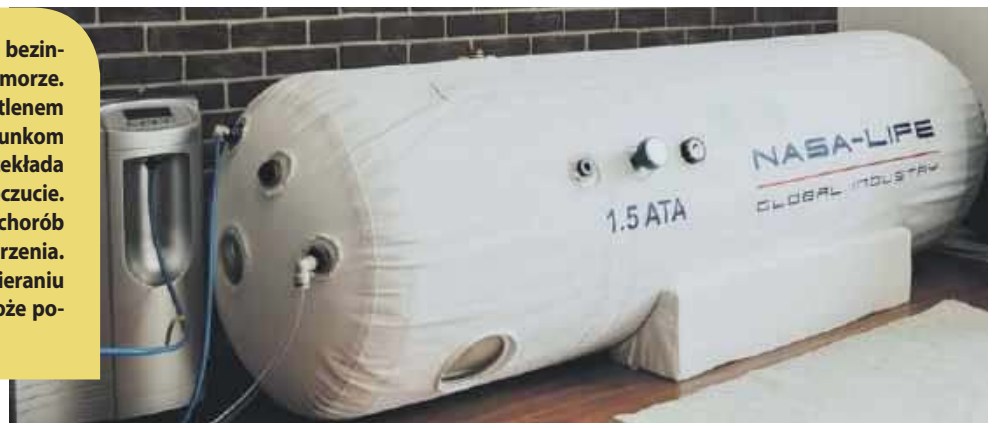
- Zabiegowe leczenie defektów skórnych
- Laser frakcyjny CO2
- „Botox", kwas hialuronowy
- Modelowanie ust
- Zamykanie naczynek
- Mezoterapia igłowa
- Osocze bogatopłytkowe

REKLAMA 0010417376

WOŁKOWICZ
Zdrowie Sport

TLENOTERAPIA HIPERBARYCZNA

TLENOTERAPIA HIPERBARYCZNA – to naturalny, bezinwazyjny zabieg, odbywający się w specjalnej komorze. Polega na oddychaniu czystym, 100-procentowym tlenem pod odpowiednim ciśnieniem. Dzięki takim warunkom tlen w znacznej ilości trafia do organizmu, co przekłada się na poprawę ogólnej kondycji i lepsze samopoczucie. Regularne zabiegi wspomagają leczenie wielu chorób i schorzeń, a nawet mogą spowalniać procesy starzenia. Tlenoterapia odgrywa również istotną rolę we wspieraniu terapii nowotworów. A to nie wszystko, w czym może pomóc terapia tlenem.



Jakie korzyści przynosi tlenoterapia hiperbaryczna?

Rekonwalescencja po COVID-19. Udowodniono, iż zabiegi w komorze hiperbarycznej mogą całkowicie odwrócić ciężką hipoksemię, czyli niedotlenienie, które pojawiło się wskutek zachorowania na COVID-19. Ponadto tlenoterapia pomaga zredukować objawy, takie jak duszności, przewlekłe zmęczenie, problemy z oddychaniem oraz męczący kaszel, które bardzo często utrzymują się przez dłuższy okres po chorobie. Dodatkowo poprawia odporność organizmu, a także łagodzi takie problemy, jak zaburzenia koncentracji, bóle mięśni, kłopoty ze snem, a także likwiduje mgłę mózgową.
Zabiegi w komorze hiperbarycznej **przyspieszają regenerację organizmu po chorobie – regenerują płuca uszkodzone przez koronawirusa.**

Komora hiperbaryczna to znane i często wykorzystywane urządzenie w świecie **sportu**. Dla sportowców oprócz odpowiedniego dotlenienia, istotna jest skuteczna i szybka regeneracja - tlenoterapia jest na to świetnym sposobem. Zwiększa wydolność, **przyspiesza czas rekonwalescencji po urazach**, redukuje ból i obrzęki oraz **niweluje problem tzw. zakwaszenia mięśni**. Co istotne, zwiększa stężenie ATP, które **jest paliwem dla układu mięśniowego**. Dzięki zastosowaniu tlenoterapii dochodzi do przyspieszenia przemiany materii, redukcji tkanki tłuszczowej, zmniejszenia zmęczenia oraz wzmocnienia układu odpornościowego.

Rehabilitacja onkologiczna i wspieranie leczenia nowotworów

Na podstawie dostępnych wyników badań stwierdzono, iż zabiegi w komorze hiperbarycznej wspierają proces apoptozy i **zwiększenie procesu uśmiercania komórek nowotworowych**, a także wspierają chemio- i radioterapię, zwiększając ich działanie podczas leczenia onkologicznego. Tlenoterapia hiperbaryczna jest skuteczna w terapii **guzów piersi** – zmniejsza ich agresywność, obniża ryzyko wystąpienia przerzutów oraz spowalnia wzrost guza w przypadku innych nowotworów. Sesje w komorze hiperbarycznej oczyszczają organizm z toksyn, usuwają z niego metale ciężkie, wzmacniają go i natleniają.

W jakich innych chorobach, może jeszcze Ci pomóc tlenoterapia hiperbaryczna?

Gastrologia. Tlenoterapia hiperbaryczna jest skuteczna w leczeniu:
• chorób zapalnych jelit (WZJG, choroba Leśniowskiego-Crohna)
• choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy
• zapalenie trzustki
• WZW
• infekcje błony śluzowej jamy ustnej
Cukrzyca. Tlenoterapia zapobiega rozwojowi choroby cukrzycowej, a także ma zastosowanie w terapii jej powikłań – stopy cukrzycowej, hipoglikemii, neuropatii oraz nefropatii cukrzycowej, miażdżycy, choroby niedokrwiennej serca. Daje świetne efekty w leczeniu owrzodzeń, trudno gojących się ran oraz pęknięć skóry.
Autyzm. Tlenoterapia poprawia zdolności poznawcze, koncentrację, kontakt wzrokowy oraz komunikowanie się i kontakty społeczne u osób ze spectrum.
Kardiologia. Tlenoterapia poprawia stan pacjentów cierpiących na choroby układu krążenia – obniża ryzyko zawału, zmniejsza arytmię. Tlen hiperbaryczny poprawia funkcjonowanie całego układu krążenia - likwiduje powikłania w leczeniu zakrzepicy żylnej i leczeniu zatorów, a także zmniejsza ryzyko rozwoju powikłań sercowo-naczyniowych.
Hamowanie procesów starzenia. Sesje w komorze usuwają toksyny z organizmu, wpływają na poprawę samopoczucia oraz snu. Tlenoterapia pozwala na zachowanie dobrej kondycji fizycznej, wpływa na poprawę stanu skóry – zmniejszenie widoczności zmarszczek, poprawia jej elastyczność, a tym samym pomaga zachować młody wygląd.
Ortopedia. Tlenoterapia jest skutecznym sposobem na leczenie złamań, zwichnięć, urazów sportowych, a także urazów i złamań w obrębie kręgosłupa. Przynosi ulgę w przypadku objawów zespołu cieśni nadgarstka – zmniejsza obrzęk i ból oraz zwiększa zakres ruchów.
Psychiatria. Dzięki zabiegom w komorze poprawia się pamięć, koncentracja, a także ogólne samopoczucie osób z depresją. Eliminuje stres i lęk.
Odchudzanie. Tlen hiperbaryczny ułatwia spalanie tkanki tłuszczowej, a więc wspomaga odchudzanie oraz uzyskanie szczupłej sylwetki poprzez pobudzenie metabolizmu.
Dermatologia. Zabiegi w komorze zapewniają usuwanie toksyn, przez co wspomagają walkę z trądzikiem oraz leczenie łuszczycy. Pomagają osobom z atopowym zapaleniem skóry, redukując stany zapalne, jak również niwelują grzybicę skóry.
Reumatyzm. Tlenoterapia hamuje rozwój choroby reumatycznej, wspomaga regenerację stawów, redukuje stany zapalne w tych obszarach, a przede wszystkim zmniejsza dolegliwości bólowe.

ZDROWIE I SPORT Karol Wołkowicz
ul. Lipowa 6, 15-427 Białystok, tel. +48 794 602 606
www.zdrowieisportkw.pl
Zdrowie-i-sport-Karol-Wołkowicz zdrowie_i_sport

eprasa.pl e5a833b8aa

REKLAMA 0710387393

Do wynajęcia Apartamenty 1- i 2-pokojowe *Komfort w abonamencie przy Lipowej*

Wyposażony Aneks · Elegancka Łazienka · Markowy Telewizor · Wygodne Łóżko · Nowoczesna Lodówka · Cicha Pralka · Dostępne WiFi

HBH Apartamenty 884 187 999

Przyjazne Kierowcom · Sprawna Komunikacja · Doskonała lokalizacja · Sąsiedztwo Zabytków

Ludzie wracają do miast. Dzieje się tak z prostego powodu: oszczędności. Żyjąc w mieście oszczędza się nie tylko pieniądze ale i czas. Dużo łatwiej o dobrą restaurację czy spacer w parku. Ze Złotej spacerem dotrzemy na Rynek Kościuszki. W okolicy znajdziemy liczne placówki handlowe czy usługowe łącznie z Galerią Jurowiecką. Dodatkowo - ulica Sienkiewicza to wylot w kierunku Supraśla i Wasilkowa. **Budynek Złotej to przede wszystkim elegancka, oszczędna forma.** Siedem pięter ciekawie zaaranżowanych mieszkań i usługowy parter tworzą spójną i atrakcyjną całość. Mieszkania na górnych piętrach są wyposażone w obszerne tarasy. Do parkingu podziemnego można dojechać windą. **Mieszkańcy docenią wysoką jakość wykończeń.**

85 749 99 09
Białystok, ul. Legionowa 28 lok. 202
ROGOWSKI.COM.PL

Pieczołowicie odrestaurowaną kamienicę przy ul. Sienkiewicza 77 wybudowała w obecnym kształcie Magdalena Nachtigal żona kupca który w 1913 r. prowadził intratny biznes - sklep z towarami kolonialnymi i bakaliami oraz skład win.

Rezydencja Złota sąsiaduje z budynkiem Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego.

eprasa.pl e5a833b8aa

Z ŻYCIA GWIAZD

CELEBRYCI

Maja Bohosiewicz żegna oponkę

Jesienią zeszłego roku celebrytka przeprowadziła się do Dubaju, więc często bywa na plaży. Dlatego nie zaniedbuje troski o własne ciało. Ostatnio zamieściła na swym Instagramie zdjęcie w kostiumie do ćwiczeń i napisała: „Idę na dół na siłownię. Na razie się zważyć. Trening zrobię o 17 po pracy. Robimy razem ten miesiąc jakimś miesiącem - żegnam słodką oponkę stworzoną przez gluten, cukier i Aperol". Potem pokazała wagę, która wskazała, że waży 51 kg.

FOT. SYLWIA DĄBROWA

CELEBRYCI

FOT. SYLWIA DĄBROWA

Blanka Lipińska na randce w Sopocie

Od rozstania pisarki z Baronem minęło już sporo czasu. Do tej pory paparazzi nie udało się jednak wypatrzyć Lipińskiej na żadnej randce. Do teraz. Niedawno fotoreporterzy Pudelka zrobili zdjęcie pisarce, jak wychodzi z sopockiego hotelu, wsiada do samochodu i wymienia pocałunki z siedzącym w nim mężczyzną. „Świadek donosi, że para odjechała z piskiem opon" - puentuje serwis.

Marina Łuczenko-Szczęsna ma energię

Piosenkarka zamieściła niedawno na swoim Instagramie serię zdjęć z luksusowego domu. Widać na nich salon z wielką szybą i pięknym widokiem oraz usytuowany przy apartamencie basen, nad którym bawi się jej synek Liam. Słoneczna aura i egzotyczna roślinność wskazują, że dom znajduje się w ciepłych krajach. „Nowa energia" - podpisała Marina fotografie.

CELEBRYCI

FOT. SYLWIA DĄBROWA

Anna Wendzikowska w kolejnej podróży

Lista podróży, które odbyła ostatnio celebrytka (z dziećmi lub bez), jest zadziwiająca. Dopiero co wróciła z Wysp Zielonego Przylądka, a już zamieściła na Instagramie zdjęcie z lotniska, informując swych fanów, że tym razem wzywa ją zima. Internauci zareagowali na to nerwowo, sugerując, że celebrytka cierpi na uzależnienie od podróży. „A toż ja nikomu nie każę. Każdy żyje, jak chce" - odpisała Wendzikowska. (GZL)

Krzyżówka nr 23

Poziomo:

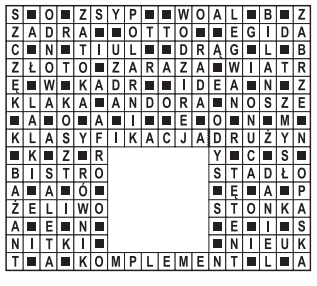
3) antykorozyjny metal,
6) niewłaściwe lub błędne posunięcie,
11) na ramieniu listonosza,
12) żołnierz ciężkiej jazdy,
13) ziarna kaszy jęczmiennej,
14) Christian, paryski kreator mody,
15) część twierdzenia matematycznego,
16) angielskie wśród kuchennych przypraw,
17) ma na sumieniu rozmaite ciemne sprawki, ziółko,
18) najdłuższa rzeka Francji,
19) trując y tlenek węgla,
21) literacka historia rodu,
23) część rozgrywki brydżowej,
26) przełożony klasztoru,
27) płat blachy,
30) w ręku Jerzego Maksymiuka,
31) agresja, napaść,
34) prywatny w gospodarce,
38) łączy siwka z morskim bałwanem,
39) ryba jak cukierek,
40) Popielcowa rozpoczyna Wielki Post,
41) tkanina na garnitury z włókna poliestrowego,
42) świętuje swoje imieniny.

Pionowo:

1) oderwany kawałek tkaniny,
2) był nim ksiądz Kordecki,
3) uczniowie szkoły wojskowej,
4) Mleczna w kosmosie,
5) Diego Armando, argentyński piłkarz,
6) urzędowy spis gruntów,
7) Jarocka lub Santor,
8) żaglowiec w... akwarium,
9) japońskie auto,
10) skórzany rzemieślnik,
20) na czele spółki,
22) święta rzeka Hindusów,
24) meksykański sukulent,
25) obawa przed publicznym występem,
28) na biegunach w piosence Urszuli,
29) tkanina wełniana z przędzy zgrzebnej,
31) strój pary pod drzewem poznania dobra i zła,
32) mieszanina głośnych, piskliwych dźwięków,
33) okucie do mocowania pokryw, drzwi i okien,
35) obraźliwe określenie, wyzwisko,
36) trwały rysunek na skórze,
37) bohater poematu Puszkina, wybawca Ludmiły.

Zamów prenumeratę
85 875 07 30

Rozwiązanie nr 22



TV HIT

FILM

Kapitan Morten...

TVP KULTURA 16:55

Stojący przed sporym wyzwaniem Morten musi się wykazać samodzielnością i wziąć odpowiedzialność za siebie i swoich bliskich. Pomaga mu w tym wiara w siebie i swoje marzenia.

FILM

Wykapany ojciec

TVN 7 21:00

Za sprawą nasienia sprzedanego do banku spermy David stał się ojcem 533 dzieci. 142 osoby weszły na drogę sądową, by poznać jego tożsamość. David postanawia spotkać się z potomkami.

FILM

Och, Karol 2

POLSAT 21:10

Przystojny Karol jest człowiekiem sukcesu – ma świetną posadę i atrakcyjną narzeczoną. Mimo zalet Marysi nie potrafi dotrzymać jej wierności. Gdy kobieta odkrywa zdradę, obmyśla perfidną zemstę.

FILM

Latynoski ogier

TV PULS 23:45

Maximo zawsze żył na koszt starszych kobiet. Gdy kapryśna 80-latka znajduje młodszego niż on partnera, mężczyzna zamieszkuje z siostrą. Nie porzuca pragnienia zdobycia serca bogatej starszej pani.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Krytycznym okiem popatrzysz dzisiaj na poczynania innych osób. Horoskop dzienny zapowiada, że niektóre Twoje uwagi będą ocierać się o złośliwość. Może dojść do awantury...

Ryby (19.02 - 20.03)
Dziel się dzisiaj z innymi swoimi pomysłami. Horoskop na dziś zapowiada, że możesz dzięki temu doprowadzić do zmian, które próbujesz przeforsować od dłuższego czasu.

Baran (21.03 - 19.04)
Przed Tobą niezbyt udany dzień. Horoskop dzienny na czwartek wróży, że na wyboje natkniesz się też tam, gdzie zazwyczaj jest prosto i gładko. Na pomoc innych też nie możesz liczyć.

Byk (20.04 - 20.05)
Horoskop dzienny zapowiada, że łatwo Ci będzie dzisiaj przychodziło angażowanie innych osób do realizacji wspólnych przedsięwzięć.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Wyróżniać Cię będzie dzisiaj wyjątkowa troska o drobiazgi. Horoskop na dziś wyraźnie zapowiada, że ta skrupulatność raczej Ci się opłaci...

Rak (22.06 - 22.07)
Twoje wymagania wobec innych osób mogą przerastać ich możliwości. Horoskop dzienny na czwartek radzi nieco opuścić poprzeczkę.

Lew (23.07 - 22.08)
Żadne wyzwanie nie zachwieje dzisiaj Twoją wiarą we własne możliwości. Horoskop dzienny wróży, że podejmiesz się tych zadań, o których inne osoby boją się nawet myśleć.

Panna (23.08 - 22.09)
Raczej nie popatrzysz dzisiaj przez palce na błędy popełniane przez inne osoby. Horoskop na dziś zapowiada, że wytykanie niedociągnięć może stać się zarzewiem kłótni.

Waga (23.09 - 22.10)
Ktoś zwróci się do Ciebie z prośbą o pomoc. Horoskop dzienny na czwartek to bardzo wyraźna wskazówka, by nie odmawiać, bo Twoje wsparcie jest w tym przypadku nieodzowne.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Poczujesz dzisiaj przypływ sił witalnych. Horoskop dzienny mówi, że zabierzesz się za to, co odkładasz na później od dłuższego czasu.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Czeka Cię dzisiaj rozmowa, od przebiegu której sporo zależy. Horoskop na dziś wyraźnie radzi, jak najlepiej się do niej przygotować.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Horoskop dzienny na czwartek mówi, że na próbę zostanie wystawiona Twoja odporność na zrzędzenie kogoś z bliskiego otoczenia.

REDAKCJA
ul. Św. Mikołaja 1, 15-419 Białystok,
tel. 85 74 89 621; fax 85 74 89 620,
redakcja@poranny.pl; redakcja@wspolczesna.pl

Redaktor naczelny
Adam Jakuć,
tel. 85 74 87 400,
adam.jakuc@polskapress.pl

Zastępca redaktora naczelnego ds online
Agnieszka Siewiereniuk-Maciorowska,
tel. 85 74 89 567,
agnieszka.siewiereniuk@polskapress.pl

Magazyn
Dorota Naumczyk,
tel. 85 74 87 458,
dorota.naumczyk@polskapress.pl

Sport
Mariusz Klimaszewski,
tel. 85 74 87 480,
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

Prezes oddziału Polska Press w Białymstoku
Aureliusz Mikos,
tel. 85 74 89 610,
aureliusz.mikos@polskapress.pl

Marketing
Ewa Szmarowska,
tel. 85 74 89 608,
ewa.szmarowska@polskapress.pl

Dział handlowy
Elżbieta Dźwigaj,
tel. 85 74 89 575,
elzbieta.dzwigaj@polskapress.pl

Ogłoszenia
tel. 85 74 89 602/603

Reklama
tel. 85 74 87 444, fax. 85 74 87 440

Dział dystrybucji
prenumerata tel. 85 87 50 730
Prenumeratę przyjmują oddziały RUCH SA, urzędy pocztowe i listonosze.

Druk
Drukarnia w Ignatkach, 16-001 Kleosin, Ignatki 40/2
©℗- 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 stronach www.poranny.pl/tresci lub www.wspolczesna.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.
Polskie Badania Czytelnictwa
Nakład Kontrolowany ZKDP

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 Tomasz Przybek
Członek zarządu Dorota Kania
Członek zarządu Maciej Kossowski
Członek zarządu Miłosz Szulc

Dyrektor artystyczny
Tomasz Bocheński
Dyrektor marketingu
Sławomir Nowak
sławomir.nowak@polskapress.pl
Dyrektor zarządzający biura reklamy
Maciej Kossowski
maciej.kossowski@polskapress.pl
Dyrektor kolportażu
Karol Wlazło karol.wlazlo@polskapress.pl
Agencja AIP
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Adrian Majchrzak, tel. 22 201 44 38,
adrian.majchrzak@polskapress.pl

eprasa.pl e5a833b8aa

Drobne

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

Kierownik działu ogłoszeń: Magdalena Sienkiewicz
magdalena.sienkiewicz@polskapress.pl

Biuro Obsługi Klienta
Białystok, ul. św. Mikołaja 1
Tel. 85 748 96 02, 85 748 96 03, fax 85 748 96 06
e-mail: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Reklamy Białystok
Białystok, ul. św. Mikołaja 1
tel. 85 748 95 96, 85 748 95 93
reklama.bialystok@polskapress.pl

Regionalne Biuro Obsługi Klienta
Ełk, tel. 695 119 718
Suwałki, ul. Kościuszki 78A lok. 4, tel. 500 324 541

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

BIAŁYSTOK, ul. Wesoła 20, 2-pok, parter 38,66m^2, 270.000zł, bezpośrednio. 792-726-834

MIESZKANIA - KUPIĘ

DO remontu mieszkanie, 609-499-555.

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

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

DOMY - SPRZEDAM

DOM 230 m^2 - udział 1/2, Pieczurki, sprzeda syndyk, 236.925 zł, 887181997

LOKALE UŻYTKOWE - DO WYNAJĘCIA

KSIĘŻYNO, parter, 130m^2, 660-706-370

GARAŻE

KUPIĘ garaż murowany, 609-499-555.

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" Legionowa 9/1 lok.135.

FILMY, MUZYKA

KUPIĘ PŁYTY GRAMOFONOWE 609 155 327

MATERIAŁY OPAŁOWE

AB brzoza, dąb, grab, sosna, olcha- sprzedam. Dowóz gratis. 725-481-587

KUPIĘ drewno papierówka, 728-998-381.

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

KUPIMY Twój samochód 1.000-50.000zł. Zadzwoń! 605-541-848

Praca

ZATRUDNIĘ

CIEŚLI, zbrojarzy, murarzy, 503-878-869

HYDRAULIK do montażu instalacji sanitarnych wewnętrznych, pomp ciepła, bez delegacji. 790-287-335.

INŻYNIERA budowy. 503-878-869

MALARZY, szpachlarzy i budowlańców, 608-196-359.

MURARZ-BRYGADZISTA, praca stała, zakwaterowanie, Warszawa. 601-231-296.

NIEMCY: murarz, cieśla, malarz, elektryk, spawacz: 730-011-300.

POMOCNIKA budowlanego. 600738387

PRACA dla Opiekunów seniorów w Polsce z zamieszkaniem u podopiecznego. Wymagane doświadczenie w opiece. Promedica24 Tel 514 780 567

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

GLAZURA, terakota, łazienki, 504-601-911.

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

HYDRAULIK -usługi i schody granitowe, podlaskie. 513-941-391

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

REMONTY, glazura, szpachlowanie, malowanie, tapetowanie.. 784 626 162

STUDNIE wiercone -solidnie! 604-417-531

INSTALACYJNE

ELEKTRYK, woj.podlaskie, 500-501-944.

KOMPUTEROWE

AWARIE -naprawy komputerów, laptopów. Dojazd gratis! 798-922-652

PRZEPROWADZKI

TRANSPORT, przeprowadzki w kraju i zagranicą. 515-730-027

Różne

KUPIĘ dąb, sosnę, świerk, modrzew, gotowe lub wycinamy zakupione drzewo, również pojedyncze sztuki, tel. 579-161-220

ZŁOM kupię, wywiozę. 508-127-829

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągnik rolniczy Zetor, Ursus,MTZ (z napędem lub bez napędu), T 25,C-360, C-360 3p,C-330, C-328 tel 603502876

KUPIĘ ciągnik ursus C330,C360-3p,MF,T25,MTZ stan obojętny. Może być bez prawa do rejestracji.tel 698-282-939

REKLAMA 0010415896

Firma ogrodniczo-krajobrazowa poszukuje

PRACOWNIKÓW

do montażu i zazieleniania dachów i elewacji.

- Dobra zapłata, niemieckie świadczenia socjalne, zapewnione zakwaterowanie i związane z tym wydatki.
- Rozpoczęcie możliwe od zaraz.

Tel. **49 1520 9299727**
Whatsapp: **49 1520 9299727**
Mail: **podanie@leonhards.de**

Oczywiście gwarantujemy kontakt w języku polskim.

aktualne z całej Polski **przetargi**

nasze komunikaty.pl

REKLAMA 0010418721

OBWIESZCZENIE WOJEWODY PODLASKIEGO

Na podstawie art. 9q ust. 2 i 4 ustawy z dnia 28 marca 2003 r. o transporcie kolejowym (Dz. U. z 2021 r., poz. 1984), w związku z art. 155 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeksu postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r., poz. 735 ze zm.), zwanej dalej „Kpa", niniejszym zawiadamiam, że na wniosek PKP Polskich Linii Kolejowych S.A. Wojewoda Podlaski wydał decyzję z dnia 4 lutego 2022 r., znak: AB-IV.747.2.2022.EK, zmieniającą ostateczną decyzję Wojewody Podlaskiego z dnia 17 października 2019 r., znak: AB-IV.747.2.5.2019.NK, o ustaleniu PKP Polskim Liniom Kolejowym S.A. lokalizacji linii kolejowej realizowanej w ramach projektu pn.: „Prace na linii E75 na odcinku Czyżew-Białystok", polegającej na przebudowie linii kolejowej nr 6 (E75), w km 107,267 ÷ 108,533 oraz 108,570 ÷ 113,750 (**Odcinek A – Szlak Małkinia-Czyżew wraz ze stacją Czyżew**) na działkach położonych w gminie Czyżew, powiat wysokomazowiecki, woj. podlaskie, częściowo zmienioną w postępowaniu odwoławczym ostateczną decyzją Ministra Rozwoju z dnia 8 czerwca 2020 r., znak: DL-II.7620.16.2019.ML.12 (DL-II.4620.28.2019.ML) oraz częściowo zmienioną w postępowaniu wznowieniowym ostateczną decyzją Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 16 listopada 2021 r., znak: DLI-I.7620.13.2021.IM.2, w zakresie:

I. prac planowanych do realizacji w ramach ww. decyzji poprzez:
1) zmianę dotychczasowego zapisu tiret 1 i tiret 2 w pkt 4 „układ drogowy" z:
– *rozbiórka 2 przejazdów kat. D i kat. A oraz zmiana 2 przejazdów do kat. B,*
– *budowa czterech dróg dojazdowych w celu zachowania płynności ruchu oraz usprawnienia jego funkcjonowania,*
na:
– *rozbiórka 2 szt. istniejących przejazdów kat. D w km 107,705 i 108,911 oraz rozbiórka 2 szt. istniejących przejazdów kat. A w km 111,144 i 113,345,*
– *budowa 5 dróg dojazdowych w celu zachowania płynności ruchu oraz usprawnienia jego funkcjonowania;*
2) dodanie dodatkowego zapisu w pkt 9 „telekomunikacja":
– *budowa systemów informacji pasażerskiej SDIP oraz monitoringu SMW,*
– *budowa systemu stwierdzania końca pociągu SKP;*

II. zatwierdzenia rysunku Nr 002 A, 003 C i 005 B w skali 1:500, stanowiących załączniki graficzne do niniejszej decyzji, przedstawiających ww. zmiany oraz określających zmianę przebiegu linii rozgraniczającej poprzez włączenie do zakresu inwestycji dodatkowej części działki ew. nr 271/1, obr. 0002 Czyżew Osada, gm. Czyżew, pow. wysokomazowiecki, należącej w całości do PKP Polskich Linii Kolejowych S.A.

Zgodnie z art. 10 § 1 oraz art. 73 Kpa, strony mogą zapoznać się z treścią decyzji oraz z dokumentacją sprawy w siedzibie Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku, ul. Mickiewicza 3, w Punkcie Obsługi Klienta w godz. 9^{00}-14^{00}, **w terminie 10 – 24 lutego 2022 r.** Zapoznanie się z aktami sprawy osobiście będzie możliwe wyłącznie po uprzednim umówieniu się pod poniżej podanym numerem telefonu na konkretny dzień i godzinę.

Jednocześnie informuję, iż z uwagi na konieczność ograniczenia bezpośrednich kontaktów w związku z obecnym zagrożeniem zakażeniem wirusem SARS-CoV-2 i rozprzestrzenianiem się choroby zakaźnej u ludzi, wywołanej tym wirusem (COVID-19), preferowaną formą kontaktu z tut. organem jest kontakt telefoniczny **(tel. 85 74 39 283)**, mailowy **(ekochanska@bialystok.uw.gov.pl)** lub ePUAP **(/4868hwsklk/SkrytkaESP)**. Pracownik organu w miarę możliwości udzieli niezbędnych informacji oraz wyjaśnień w przedmiotowej sprawie. Istnieje także możliwość przesłania części dokumentacji (w miarę możliwości technicznych, pojedyncze strony) w formie skanu na adres elektroniczny wskazany przez stronę, po uprzednim zwróceniu się do organu z taką prośbą.

Ponadto informuję, iż w przypadku osobistej wizyty w tut. Urzędzie w obecnej sytuacji nie będzie możliwe wykonanie kserokopii dokumentacji przez pracownika organu. Strona, która chciałaby skorzystać w siedzibie organu z prawa do zapoznania się z dokumentacją i wykonania jej kserokopii proszona jest o zaopatrzenie się we własny sprzęt (aparat fotograficzny, telefon komórkowy, kartkę i długopis do sporządzenia odpisu lub notatek).

REKLAMA 0010420730

INFORMACJA O WYWIESZENIU WYKAZU NIERUCHOMOŚCI PRZEZNACZONYCH DO SPRZEDAŻY

Wójt Gminy Kuźnica stosownie do art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2021 r. poz. 1899 ze zm.) zawiadamia, że na Biuletynie Informacji Publicznej: bip.kuznica.ug.gov.pl oraz w siedzibie Urzędu Gminy Kuźnica, pl. 1000-lecia Państwa Polskiego 1, 16-123 Kuźnica, wywieszono na okres 21 dni wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Kuźnica – przeznaczonych do sprzedaży.

Wykaz dotyczy następujących nieruchomości: działka o nr geod. 481/2 położona w obrębie Kuźnica, gm. Kuźnica oraz działka o nr geod. 145 położona w obrębie Saczkowce, gm. Kuźnica.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Kuźnica, pl. 1000-lecia Państwa Polskiego 1, 16-123 Kuźnica (pok. nr 21), pod nr telefonu: (85) 722 92 94 oraz adresem poczty elektronicznej: sekretariat@kuznica.ug.gov.pl

Wójt Gminy Kuźnica
Paweł Mikłasz

REKLAMA 0010421191

Podaje się do publicznej wiadomości, że na podstawie uchwały nr 02/27/02/2021 Walnego Zebrania Członków Stowarzyszenia Niezależnych Kierowców „O.K. Taxi" z dnia 27.02.2021 roku o rozwiązaniu Stowarzyszenia i otwarciu jego likwidacji oraz postanowienia Sądu Rejonowego w Białymstoku XII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego z dnia 10.03.2021 roku wszczęta została likwidacja Stowarzyszenia. **Likwidatorem Stowarzyszenia został ustanowiony Robert Antoniuk. Wzywa się do składania ewentualnych roszczeń w stosunku do Stowarzyszenia w terminie do 25.02.2022 roku na adres: ul. Gen. Józefa Hallera 40/165B, 15-814 Białystok lub [../NowaWiadomosc/Do/QIlkBFQ6QUFhIVRZX192dnQBeCtCchE3GBA7O1oLRko/Cwo-XElxfF1JUHB0BEkgTAUhBVIMEdxABAAgSCR0UVVVDEiJdVkE8L01ZTIp9Ji9FJxMUNEwzVIBqLF1AUA0uC1ZWVBYDdkNRNw==]oktaxi.bialystok@onet.pl.**

Likwidator Robert Antoniuk

REKLAMA 0010420872

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Rodzina Kolejowa" w Białymstoku ogłasza przetarg na wykonanie robót remontowych w branży: budowlanej, drogowej, elektrycznej, sanitarnej oraz modernizacji placów zabaw, które będą wykonywane w S.M. „Rodzina Kolejowa" w Białymstoku w roku 2022.

Warunkiem przestąpienia do przetargu jest zakup Specyfikacji Istotnych Warunków Zamówienia, w której zawarte są wszystkie informacje i warunki niezbędne do prawidłowego sporządzenia oferty. Specyfikacja zostanie udostępniona oferentowi drogą elektroniczną po wcześniejszym przesłaniu na adres: *gzm.kierownik@sm-rodzinakolejowa.pl* potwierdzenia płatności (100 zł VAT za SIWZ) wraz z podaniem nr specyfikacji. Postępowanie przetargowe prowadzone będzie zgodnie z „Regulaminem określającym zasady wyboru wykonawców dokumentacji projektowej, robót inwestycyjnych i remontowych w Spółdzielni Mieszkaniowej Rodzina Kolejowa w Białymstoku", dostępnym w siedzibie i na stronie internetowej Spółdzielni.

Bliższe informacje o warunkach złożenia ofert można otrzymać w dziale GZM w Spółdzielni, pokój 302 tel. 502 920 378 w godz. 7^{00}- 15^{00}.

Oferty w zamkniętych kopertach wraz z opisem rodzaju robót prosimy składać w biurze podawczym Spółdzielni przy ul. Wyszyńskiego 3 w terminie do 25-02-2022 r. godz. 9^{00}.

Otwarcie ofert nastąpi w dniu 25-02-2022 r. godz. 10^{00} za pośrednictwem platformy internetowej, której link zostanie wysłany zainteresowanym na adres mailowy.

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo do unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

Oferty złożone w przetargu nie będą zwracane.

eprasa.pl e5a833b8aa

Zwycięski powrót Maliszewskiej

Daniel Ludwiński
daniel.ludwinski@polskapress.pl

Korespondencja z Pekinu

Natalia Maliszewska wywalczyła awans do piątkowego ćwierćfinału rywalizacji na dystansie 1000 metrów. Reprezentantka Polski wygrała swój bieg eliminacyjny.

Ta historia będzie pamiętana przez polskich kibiców przez całe lata - być może wielu z nich zapamięta ją nawet bardziej niż brązowy medal Dawida Kubackiego, czy jakiekolwiek inne wydarzenie igrzysk w Pekinie. Natalia Maliszewska miała być naszą największą nadzieją medalową, jednak w swojej koronnej konkurencji, czyli na dystansie 500 metrów, nie mogła wystartować w ogóle. Pozytywne testy na koronawirusa były tylko jedną stroną całego zamieszania - Polkę w pewnym momencie wypuszczono już do wioski olimpijskiej, by niewiele później, po kolejnym pozytywnym teście, znów odebrać jej nadzieję na start w Pekinie.

W środę już nic nie stało jednak na przeszkodzie, żeby Maliszewska wreszcie wyjechała na lód i wzięła udział w kwalifikacjach na dystansie 1000 metrów. Wprawdzie po starcie została na czwartym miejscu, ale wykorzystała walkę rywalek i szybko przeszła najpierw na drugą, a następnie na pierwszą pozycję. Wygrana z czasem 1:29.610 dała jej oczywiście bezpośredni awans do piątkowego ćwierćfinału, który tego dnia jest zaplanowany na 12.

- Liczy się to, że mogłam tu nareszcie wystartować i nikt nie podłożył mi kolejnej kłody pod nogi - Natalia Maliszewska

FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Natalia Maliszewska nareszcie wróciła na lód i zobaczymy ją także w piątkowej walce o medale

Eliminacyjny wyścig był pełen emocji - Maliszewską nieprzepisowo próbowała zatrzymywać Francuzka Tifany Huot Marchand, za co została ostatecznie ukarana.

- Nie ma co już wracać do tego, co było. Trzeba myśleć o tym, co się jeszcze może wydarzyć. Liczy się to, że mogłam wystartować i nikt nie podłożył mi pod nogi kolejnej kłody. Pokazałam wszystkim rywalkom, że dystans 1000 metrów jest konkurencją, w której będę chciała się odgryźć i zademonstrować, że wracam w bardzo ładnym stylu. Cieszę się niesamowicie, choć nogi bolą mnie bardzo. Przez osiem dni nie stałam na lodzie i nie trenowałam, a teraz po trzech dniach od pierwszego treningu musiałam nagle walczyć na najwyższym poziomie, choć po ostatnich treningach byłam bardziej zmęczona niż być powinnam. Wyszłam z tego z twarzą. Bieg był przejechany taktycznie bardzo, bardzo dobrze - powiedziała Maliszewska.

Tuż po niej na lód wyjechała również Kamila Stormowska. Druga z Polek była niestety ostatnia i nie wywalczyła awansu do ćwierćfinału.

Nasze reprezentantki wraz z Nikolą Mazur i Patrycją Maliszewską wzięły udział także w półfinale rywalizacji sztafet. W swoim półfinale zajęły trzecie miejsce i czeka je występ w finale B.

W Capital Indoor Stadium, gdzie odbywa się rywalizacja w short-tracku, wystąpił ponadto Michał Niewiński. Na dystansie 1500 metrów Polak zamknął stawkę swojego ćwierćfinału, ale i tak pobił rekord kraju. - To był ciężki bieg, w którym startowało dużo mocnych i doświadczonych zawodników. Rozgrywałem go dobrze, ale do tych rywali jeszcze trochę mi brakuje - powiedział po swoim występie 18-letni debiutant.

Nieudany start w kombinacji

W środę na igrzyskach rywalizowali także nasi specjaliści od dwóch desek. W kombinacji norweskiej na obiekcie HS 106 Szczepan Kupczak i Andrzej Szczechowicz skakali poniżej 90 metra, przez co już na starcie biegu na 10 km byli dopiero w czwartej dziesiątce. Na trasie nie mogli już nic zdziałać i na mecie zajęli odpowiednio 34. i 35. miejsce. ©℗

Chiński smok na saneczkarskim torze. Dziś wystąpi nasza sztafeta

Pekin 2022

Daniel Ludwiński
daniel.ludwinski@polskapress.pl

Polscy saneczkarze wystartują dzisiaj w sztafecie. Tor, na którym toczy się olimpijska rywalizacja, jest nie tylko nowoczesny, ale i pełen symboliki.

Nie ma chińskiej mitologii bez smoka. Legendarny stwór towarzyszył Chińczykom od najdawniejszych czasów, a i obecnie przedstawiające go obrazy lub rzeźby da się zobaczyć w naprawdę wielu miejscach. I choć dzisiejsi Chińczycy w smoki raczej już nie wierzą (a przynajmniej nie w takie, które mogliby osobiście spotkać), legendarny stwór nadal ma symbolizować szczęście - w tutejszej kulturze jest traktowany inaczej niż w Europie, gdzie często jest bestią, którą należy pokonać.

Organizatorzy igrzysk w Pekinie zadbali o to, by nowo budowane obiekty w jakiś sposób nawiązywały do mitologii, a ze smokiem skojarzyć miał się tor saneczkowy. Miejsce startu to smoczy łeb, z tak umiejscowionym oświetleniem, by poszczególne lampy tworzyły oczy i pysk, natomiast cały tor to wijące się ciało stwora.

FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Na torze w Pekinie na razie jeżdżą sanki, ale w programie będą też bobsleje i skeleton

Na dachu obiektu w Yanqing znajdują się niezliczone drewniane dachówki niewielkich rozmiarów - aż trudno wyobrazić sobie, ile czasu musiało zająć ich staranne ułożenie i ilu ludzi było zaangażowanych w to zadanie. Obok toru biegnie ulica, z której można oglądać przejazdy, a w bezpośrednim sąsiedztwie znajduje się pięciokondygnacyjne biuro prasowe.

W jedynkach Polacy zajęli miejsca w trzeciej dziesiątce - Mateusz Sochowicz był 25., a Klaudia Domaradzka 27.

Wczoraj startowały dwójki . Wojciech Chmielewski i Jakub Kowalewski po pierwszym ślizgu zajmowali 8. pozycję. Drugi był tylko odrobinę gorszy, ale pozwolił utrzymać się w pierwszej 10. Poprzednio w czołowej dziesiątce nasz duet na IO był w... 1976 roku w Innsbrucku. Zatem historycznie rzecz ujmując - osiągnięty wynik należy uznać za więcej niż dobry!

Dziś o 14:30 wystąpi natomiast nasza sztafeta.

- Pojedziemy na maksa i zobaczymy, co to da. Celem jest miejsce w ósemce, ale może uda się coś więcej. To jest bardzo nieprzewidywalna konkurencja - stwierdził Mateusz Sochowicz.

Dla naszego saneczkarza występy w Pekinie są czymś szczególnym, gdyż u progu sezonu właśnie tu miał wypadek - podczas jego treningowego przejazdu w poprzek toru ustawiona była barierka.

- Emocje były. To może nawet nie strach, ale niepewność. Jestem jednak racjonalnie myślącym człowiekiem. Nie było możliwości, żeby znów mogło mi się przydarzyć coś takiego jak wtedy. ©℗

REKLAMA 0410375959

eprasa.pl e5a833b8aa

FOT. FACEBOOK/AZS PWSIP ŁOMŻA

Tenisistki stołowe AZS PWSIP Łomża

AZS PWSIP Łomża walczy o medale

Tenis stołowy

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

Bardzo pracowity weekend miały tenisistki stołowe AZS PWSIP Łomża w ekstraklasie kobiet, które rozegrały trzy mecze wygrywając dwa z nich.

Łomżynianki pokonały Gotyk Toruń 3:2 oraz Akademię Zamojską Zamość 3:1. W spotkaniu z absolutnym faworytem ekstraklasy kobiet KTS ENEA Siarkopol przegrały 0:3. W tabeli łomżynianki utrzymały medalową trzecią pozycję.

14. kolejka,
Gotyk Toruń - AZS PWSIP Łomża 2:3.
Wyniki poszczególnych spotkań: Wiktoria Wróbel - Zhao Xia 3:0 (11:9, 11:1, 11:5), Emilia Maruszak - Magdalena Sikorska 0:3 (5:11, 3:11, 3:11), Zuzanna Błażejewicz - Marta Smętek 2:3 (10:12, 11:7, 11:13, 11:8, 10:12), Wiktoria Wróbel - Magdalena Sikorska 3:2 (11:9, 7:11, 11:8, 13:15, 11:8), Emilia Maruszak - Zhao Xia 0:3 (3:11, 1:11, 2:11).

15. kolejka,
AZS PWSIP Łomża - Akademia Zamojska Zamość 3:1
Magdalena Sikorska - Karolina Lalak 3:1 (11:9, 11:6, 11:13, 11:6), Zhao Xia - Anna Brzyska 3:0 (11:9, 11:9, 11:6), Marta Smętek - Dong Rui Fang 1:3 (3:11, 14:12, 9:11, 7:11), Magdalena Sikorska - Anna Brzyska 3:0 (14:12, 11:8, 11:8)

Mecz rozegrany awansem z 16. kolejki: AZS PWSIP Łomża - Enea Siarkopol Tarnobrzeg 0:3
Zhao Xia - Viktoria Pavlovich 1:3 (9:11, 11:9, 7:11, 3:11), Weronika Łuba-Arnista - Elizabeta Samara 0:3 (3:11, 3:11, 3:11), Marta Smętek - Kinga Stefańska 1:3 (3:11, 8:11, 12:10, 9:11)

1. KTS ENEA Siarkopol	16	45	48:10
2. AZS UE Wrocław	14	32	35:15
3. AZS PWSIP Łomża	16	29	32:27
4. SKTS Sochaczew	14	25	31:22
5. BEBETTO AZS	14	25	30:25
6. Bogoria Grodzisk	15	18	26:34
7. Start Nadarzyn	14	17	25:30
8. Gotyk Toruń	15	16	26:37
9. Akademia Zamojska	13	9	16:35
10. Lucrum Skarbek	15	3	10:44

©℗

Młodzieżowcy Jagi mają ostatnio duże powody do zadowolenia

Wojciech Konończuk
wojiech.ononczuk
@polskapress..pl

Jagiellonia Białystok

Balsamem na serca kibiców Jagiellonii po przykrej porażce białostoczan w Niecieczy jest postawa młodzieży. W meczu reprezentacji Polski U-17 kapitalnego gola strzelił Jakub Lewicki. Kilku innych nastolatków Żółto-Czerwonych też ma powody do zadowolenia.

Lewicki przebywa na zgrupowaniu kadry do lat 17 w Hiszpanii. Drużyna trenera Dariusza Gęsiora zagrała towarzysko z Norwegią, a Jagiellończyk wybiegł w podstawowym składzie Biało-Czerwonych. Już w 13. minucie białostoczanin popisał się fenomenalnym uderzeniem z rzutu wolnego i dał Polsce prowadzenie 1:0. Spotkanie zakończyło się remisem 2:2, a gracz Jagi został zmieniony w ostatnich fragmentach potyczki.

Na obozie w Hiszpanii przebywa też obrońca ekipy ze stolicy Podlasia - Miłosz Skowronek. Nie było go jednak w kadrze meczowej na starcie ze Skandynawami. Być może dostanie szansę w spotkaniu rewanżowym z Norwegią, do którego dojdzie dzisiaj.

W przegranym 1:3 spotkaniu Jagi w Niecieczy ekstraklasowy debiut zaliczył Jakub Lutostański. Niespełna 18-letni napastnik wszedł na boisko w 80. minucie, zmieniając Andrzeja Trubehę.

FOT. JAGIELLONIA.PL

Jakub Lewicki strzelił pięknego gola w reprezentacji Polski U-17

- Oczywiście, jest jakaś satysfakcja. Było to moim marzeniem i celem, by wystąpić w ekstraklasie. Nie mogę jednak na tym poprzestać. Po to trenuję i chcę się rozwijać, aby tych występów zebrać możliwie najwięcej - stwierdza młody zawodnik w rozmowie z klubowymi mediami. - Kiedy wchodziłem na boisku rywale bronili się całą drużyną, dlatego miałem stosunkowo niewiele miejsca. Taka jednak jest piłka seniorska i nie mogę się tym tłumaczyć. Starałem się walczyć, dać z siebie wszystko. Zrobię wszystko, aby trener pozwolił mi zagrać także w kolejnych spotkaniach - dodaje.

„Starałem się walczyć. Zrobię wszystko, aby trener pozwolił mi zagrać w kolejnych spotkaniach".

Jakub Lutostański, piłkarz Jagiellonii Białystok

Lutostański jest czołową postacią drużyny Jagiellonii, występującej w Centralnej Lidze Juniorów U-18, a w rundzie jesiennej zdobył 15 bramek i jest liderem klasyfikacji strzelców. Oby poszedł w ślady Miłosza Matysika, którego pozycja w seniorskim zespole wzrasta. 17-letni stoper zagrał z Bruk-Betem całe spotkanie i nie odstawał poziomem od starszych kolegów.

Jeśli dodać do tego fakt, że białostocki klub zgłosił do rozgrywek ekstraklasy Miłosza Skowronka oraz najmłodszego w tym towarzystwie Jana Faberskiego, który w kwietniu skończy 16 lat, to widać, że młodzież coraz mocniej wkracza do kadry Żółto-Czerwonych. Oby rozwijała się i wykorzystywała swoją szansę. ©℗

Wspinaczkowa reaktywacja

Wspinaczka

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

W nadchodzący weekend w Centrum Wspinaczkowym Flash przy uli. Przędzalnianej 60 w Białymstoku odbędzie się czwarta edycja największej wspinaczkowej imprezy w naszym regionie - Flash Revolution.

Zawody Flash Revolution powracają po przerwie spowodowanej epidemią koronawirusa i obostrzeniami, jakie były z nią związane. Teraz jest już możliwość, by najlepsi zawodnicy spotkali się w Białymstoku na największych zawodach we wspinaczce, które organizowane są w naszym regionie.

Flash Revolution vol. 4 - Reaktywacja są ogólnopolskimi zawodami wspinaczkowymi w boulderingu, czyli wspinaczce polegającej na pokonywaniu krótkich, specjalnie wyznaczonych tras. Podczas tego rodzaju wspinaczki zawodnicy będą pokonywać 4,5 metrową ścianę, bez dodatkowego zabezpieczenia, z materacami zapewniającymi bezpieczeństwo.

FOT. AD

W weekend w Białymstoku wielkie wspinanie na ścianie, czyli Flash Revolution vol. 4

Program zawodów, które odbędą się w Centrum Wspinaczkowym Flash przy ul. Przędzalnianej w Białymstoku przedstawia się następująco:

Czwartek, 10.02 (w godz. 8-20) oraz **piątek - 11.02** (w godz. 8 - 16) zostaną przygotowane drogi wspinaczkowe pod zawody.

Eliminacje dla białostoczan odbędą się w piątek, 11 bm. (godz. 18 - 22). Natomiast w sobotę, 12 bm. (godz. 8 - 15) odbędą się eliminacje dla przejezdnych oraz pozostałych białostoczan.

Półfinały rozegrane zostaną w **sobotę 12 bm.** od godziny 17 do 19. Największe widowisko, czyli finały odbędą się tego samego dnia w godzinach 20 - 22. ©℗

Słoneczni wracają do gry

Futsal

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

Kończy się przerwa między rundami w futsalowej ekstraklasie. MOKS Słoneczny Stok Białystok szykuje się do trudnej walki o pozostanie w elicie. W pierwszym w 2022 roku meczu poprzeczka zawiśnie wysoko, bo do stolicy Podlasia przyjedzie Constract Lubawa.

Podstawowym zmartwieniem Słonecznych jest to, czy przed startem rundy z Kolumbii dotrą certyfikaty pozyskanych niedawno dwóch zawodników - Cristiana Neme i Helvera Tachacka.

- Obaj na treningach i w sparingach prezentują się bardzo dobrze i będą wzmocnieniem szczególnie naszej siły ofensywnej. Ze swojej strony zrobiliśmy wszystko, teraz możemy tylko czekać na dokumenty z ich kraju - mówi trener MKS-u Adrian Citko.

Słoneczni ostro trenowali, bo ich sytuacja w ligowej tabeli jest skomplikowana.

- Daliśmy co prawda plamę w Pucharze Polski z Heliosem Bonito Białystok, który nas wyeliminował, ale poza tym wygrywaliśmy sparing i mecze drugoligowe, solidnie pracowaliśmy na treningach i uważam, że jesteśmy gotowi na to, co nas czeka - przekonuje trener Citko.

A już na inaugurację rundy jego drużynę czeka wielkie wyzwanie. Ekipa z Lubawy zajmuje trzecie miejsce, a na wyjazdach spisuje się bardzo dobrze. Przegrała tylko w Bielsku-Białej z liderującym Rekordem (1:6), a wszystkim pozostałym gospodarzom strzeliła po minimum pięć goli.

Mimo to Słoneczni chcą wziąć rewanż za przegrany 2:4 mecz na wyjeździe. Spotkanie z Constractem rozpocznie się w sobotę - 12 lutego, o godz. 17 w hali VI LO przy ul. Warszawskiej.

PROGRAM 16. KOLEJKI

Sobota: Red Dragons Pniewy - Futsal Team Brzeg (godz. 16), MOKS Słoneczny Stok Białystok - Constract Lubawa (17), Piast Gliwice - Clearex Chorzów (18), Futsal Leszno - Legia Warszawa (18), FC Toruń - Rekord Bielsko-Biała (19).

Niedziela: LSSS Lębork - Dreman Opole Komprachcice (12), AZS UW Wilanów Warszawa - Górnik Polkowice (18), Red Devils Chojnice - AZS UG Gdańsk (18).

1. Rekord Bielsko-Biała	15	40	86-29
2. Piast Gliwice	15	36	66-40
3. Constract Lubawa	15	35	81-39
4. Dreman Opole	15	34	58-35
5. FC Toruń	15	27	46-43
6. Futsal Leszno	15	24	67-42
7. AZS UW Wilanów	15	20	54-47
8. Red Dragons Pniewy	15	20	51-51
9. Clearex Chorzów	15	19	45-48
10. Legia Warszawa	15	17	43-48
11. LSSS Lębork	15	17	47-57
12. Futsal Team Brzeg	15	15	41-61
13. Red Devils Chojnice	15	14	48-64
14. MOKS BIAŁYSTOK	15	10	39-58
15. Górnik Polkowice	15	7	31-100
16. AZS UG Gdańsk	15	6	35-76

eprasa.pl e5a833b8aa