

Ubiegłotygodniowe przymrozki zaniepokoiły podlaskich plantatorów i sadowników **str. 3**



Tablicę pamiątkową poświęconą Kazimierzowi Kulwieciowi odsłonięto w Suwałkach **str. 5**

Trzy placówki zdrowotne chcą połączyć władze powiatu sokólskiego. Jest uchwała intencyjna **str. 5**

Nr ISSN 0137-9488

Nr indeksu 350133



W niedzielę w Suwałkach, tak jak w całym regionie, odbyły się oficjalne uroczystości upamiętniające rocznicę przyjęcia Konstytucji 3 Maja. Mieszkańcy, przedstawiciele władz państwowych i samorządowych oraz służby mundurowe wspólnie oddali hołd twórcom tego dokumentu, manifestując lokalny patriotyzm i przywiązanie do narodowych tradycji.

- Konstytucja z 1791 roku, była odważnym, klarownym programem dla Polski. Obiecującym zmiany i reformy, mające zapewnić Ojczyźnie lepszą przyszłość. Warto, zwracając się ku współczesności wykorzystać ciągle aktualne nauki i aspiracje sprzed 235 lat. Wiemy, że Konstytucja to fundament, na którym stoi gmach państwa. Chcemy, żeby autorytet Państwa, wolności obywatelskie i porządek społeczny gwarantowały bezpieczeństwo Rzeczypospolitej i pomyślność jej obywateli - mówił prezydent Suwałk Czesław Renkiewicz.

DRUGI

Oddano do użytku obwodnicę Kolna

Ponad 32 mln zł z budżetu Województwa Podlaskiego, ponad 50 mln z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg, 2,5 roku pracy w trudnym terenie i w czwartek, 30 kwietnia, możliwe stało się otwarcie obwodnicy Kolna w ciągu drogi wojewódzkiej 647.

- Cieszymy się z 5,5 km zupełnie nowej drogi, która jest nie tylko obwodnicą Kolna, ale także istotnym uzupełnieniem szlaku prowadzącego z gminy Turośl do Stawisk, gdzie już można dostać się np. na ekspresową S61. Dla mieszkańców Kolna i tego regionu ważne jest, że użytkownicy tej trasy nie będą wjeżdżać do miasta i dodatkowo korkować ulic. Będzie bezpieczniej. Turyści sprawniej przedostaną się w kierunku Pizsa czy Giżycka, a firmy otrzymują dodatkowe im-

puls rozwoju - mówił członek zarządu woj. podlaskiego Jacek Piorunek.

- Ten odcinek w części rozwiązuje nasze problemy komunikacyjne. Tu, od tego ronda, gdzie jesteśmy, musi być jeszcze spięty z drogą krajową 63 w kierunku Pizsa. To na niej od majowego weekendu do połowy września tworzą się największe korki. Rekordowe potrafią się ciągnąć od Kolna do województwa warmińsko-mazurskiego, czyli ponad 10 kilometrów. W mieście jest bezpieczniejsze bo są światła i rondo, ale ruch jest spowolniony - tłumaczył burmistrz Kolna Andrzej Duda.

Na całym odcinku obwodnicy powstała droga dla pieszych i rowerów, zbudowano też trzy skrzyżowania (ronda). opr. (R)

EDUKACJA W REGIONIE DO EGZAMINÓW PRZYSTĄPI 10525 OSÓB

Ruszają matury 2026. Dziś język polski

Podlaskie

Anna Gryza-Aneszko, Magda Ciasnowska

Ruszył wielki maturalny maraton. W tym roku w woj. podlaskim do egzaminu dojrzałości po raz pierwszy przystąpi 10525 osób. Dziś maturzyści zmierzają się z egzaminem pisemnym z języka polskiego.

- Stresu trochę jest jak przed każdym ważnym wydarzeniem w życiu. Powtórzyłam sobie wszystko, żeby mieć pewność, że co mogłam to zrobiłam, a weekend przeznaczyłam już na odpoczynek, żeby uspokoić głowę. Czuję się dobrze przygotowana do matury, teraz chcę tylko tam wejść i napisać - mówiła nam jeszcze przed egzaminami suwalcanka Zuzanna Buraczewska.

Maturzystka z I Liceum Ogólnokształcącego w Suwałkach zdaje egzaminy podstawowe z języka polskiego, matematyki oraz języka niemieckiego i dodatkowo rozszerzenia z języka polskiego, angielskiego i niemieckiego.

Jak co roku, młodzież zastanawiała się też, jakie tematy mogą pojawić się na dzisiejszym egzaminie.

- Głównie rozmawialiśmy na temat tego, co może pojawić się na rozprawce. Przypuszczamy, że to będą zagadnienia związane z cierpieniem, przyjaźnią, miłością albo buntem. Czy to się sprawdzi, przekonamy się. Ale powtarzając lektury miałam gdzieś tam w głowie co by do tych zagadnień pasowało - mówiła nam Zuzia. Przyznała, że najbardziej obawia się niezrozumienia polecenia czy złej interpretacji tematu rozprawki.

Dzisiaj w regionie maturę pisać będzie ponad 10 tys. osób. W Białymstoku 4886 - ponad tysiąc osób więcej niż w ubiegłym roku. W Łomży jest 1296 maturzystów (971 w ubiegłym roku), a Suwałkach - 1035 (810 przed rokiem).



Zuzanna Buraczewska, maturzystka z I LO w Suwałkach przyznaje, że się trochę stresuje, ale czuje, że jest do matury bardzo dobrze przygotowana

Tradycyjnie na początek maturzyści sprawdzają swoją wiedzę z języka polskiego. We wtorek czeka ich matematyka, a w środę - język obcy.

Jak zwykle, jeśli chodzi o rozszerzenia, największym zainteresowaniem wśród maturzystów cieszy się język angielski. - Będzie go zdawać 7608 osób. Na drugim miejscu mamy matematykę, do której przystąpi 3085 osób, na trzecim geografii - 2380 - zdradza Agnieszka Muzyk, dyrektor Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w Łomży.

Tegoroczna matura przyniosła kilka niewielkich zmian.

- Trochę inaczej będzie wyglądał egzamin z języka polskiego. Ale to takie dobre zmiany „kosmetyczne” - przyznaje Agnieszka Muzyk. - Będzie nieco mniej wymagań, dzięki czemu powinien być trochę łatwiejszy.

Uczniowie mogą odetchnąć z ulgą dzięki skróconej liście lektur obowiązkowych, choć zakres materiału nadal pozostaje wymagający. Zmiany objęły także egzaminy z języków obcych. W ar-

kuszach pojawiło się więcej zadań otwartych, które wymagają samodzielnego formułowania odpowiedzi. Takie podejście ma lepiej sprawdzić faktyczne umiejętności zdających i ograniczyć przypadkowe zdobywanie punktów.

- Nie ma się czym stresować. Trzeba zaufać swojej wiedzy i umiejętnościom oraz zachować spokój. To jest najważniejsze - zaznacza dyrektor OKE w Łomży.

Każdy maturzysta musi obowiązkowo przystąpić do trzech egzaminów pisemnych na poziomie podstawowym: z języka polskiego, matematyki i języka obcego nowożytnego. Obowiązkowe są też dwa egzaminy ustne: z polskiego i z języka obcego. Abiturienti szkół lub klas z językiem nauczania mniejszości narodowych muszą dodatkowo przystąpić do egzaminu pisemnego i egzaminu ustnego z tego języka.

Maturzyści muszą też przystąpić obowiązkowo do jednego pisemnego egzaminu na poziomie rozszerzonym. Chętni mogą przystąpić maksymalnie jeszcze do pięciu takich egzaminów.

Jutro w naszej gazecie Strefa Biznesu

- Elity oszalały, a rachunki płacą inni
- Bot pracuje za dwie osoby
- Sektor odnawialnej energii w Polsce przechodzi jeden z najtrudniejszych okresów

Zamów prenumeratę

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

#BadajŁatki. Dermobus rusza w trasę

Nasza akcja
Dorota Naumczyk

Już za tydzień, 11 maja, na ulice podlaskich miast wyruszy dermobus, w którym można będzie bezpłatnie zbadać znamiona. Na jego trasie znajdują się: Choroszcz, Mońki, Michałowo, Wasilków i Białystok.

Czerniak to jeden z najbardziej agresywnych nowotworów skóry. W Polsce co roku diagnozuje się 4 tysiące nowych zachorowań. Około 1.300-1.400 z nich to już stadium zaawansowane lub przerzutowe. Czerniak odpowiada za największą liczbę zgonów wśród wszystkich nowotworów skóry, przy czym w Polsce umieralność jest o 20% wyższa niż średnia europejska. Częściej chorują kobiety (55%) niż mężczyźni. Średni wiek w chwili

diagnozy to ok. 65-66 lat, ale warto wiedzieć, że czerniak to też jeden z najczęstszych nowotworów u młodych dorosłych (20-39 lat).

Profilaktyka ma ogromne znaczenie

Tymczasem wcześniej wykryte nowotwory skóry są w niemal 100% wyleczalne. Kluczowe znaczenie ma profilaktyka, regularna kontrola znamion oraz – w przypadku zauważenia niepokojących zmian na skórze – szybka konsultacja dermatologiczna. Dlatego też „Kurier Poranny” i „Gazeta Współczesna” organizują akcję profilaktyczną #BadajŁatki, podczas której mieszkańcy naszego regionu będą mogli bezpłatnie zbadać znamiona.

W dniach 11-15 maja do pięciu podlaskich miejscowości zawita dermobus, czyli mobilny



FOT. POLSKA PROFILAKTYKA SP. Z O.O.

W dniach 11-15 maja do pięciu podlaskich miejscowości zawita Dermobus, czyli mobilny punkt badań

punkt badań. Każdego dnia przebadanych w nim zostanie około 50 osób. W badaniu mogą wziąć udział wszyscy chętni. Minimalny wiek pacjenta to 5 lat. Osoby w wieku 5-18 lat muszą stawiać się na badanie z rodzicem lub dorosłym opiekunem pra-

nym. Nie trzeba się wcześniej rejestrować, wystarczy przyjść w wyznaczonych godzinach i ustawić w kolejce.

W dermobusie realizowane będą bezpłatne badania dermatoskopowe znamion oraz ocena zmian skórnych pod kątem ry-

zyka czerniaka i innych nowotworów skóry. Każdy uczestnik badania otrzyma informację o ewentualnej konieczności dalszej diagnostyki.

Trasa Dermobusa

- 11 maja (poniedziałek) godz. 10-16, **Choroszcz** - Rynek 11 Li-stopada;
- 12 maja (wtorek) godz. 12-18, **Mońki** - skwer przy Komedzie Powiatowej Policji (wjazd od ul. Tysiąclecia);
- 13 maja (środa) godz. 12-18, **Michałowo** - przy Inkubatorze Przedsiębiorczości (ul. Seweryna Michałowskiego 1);
- 14 maja (czwartek) godz. 12-18, **Wasilków** - skwer w centrum miasta, przy rondzie przy ul. Kościelnej;
- 15 maja (piątek) godz. 10-16, **Białystok** - plac przy DH CENTRAL (ul. M. Skłodowskiej-Curie 2/1).

W każdym miejscu, gdzie stanie dermobus, znajdzie się też stoisko profilaktyczne podlaskiego NFZ, na którym można będzie przeprowadzić m.in. analizę składu ciała, nauczyć się samobadania piersi i jąder oraz porozmawiać z konsultantami zdrowotnymi, którzy dobraćą pakiet darmowych badań w ramach programów profilaktycznych NFZ i powiedzą gdzie wykonać mammografię, kolonoskopię i test HPV-HR (wykrywający wirusa brodawczaka ludzkiego). Na stoisku NFZ można też będzie aktywować Internetowe Konto Pacjenta, aplikację mojeIKP oraz „od ręki” wyrobić Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ).

Patronat nad akcją #BadajŁatki objęło Białostockie Centrum Onkologii i podlaski NFZ.

AUTOREKLAMA

0011517847

ORGANIZATOR



PARTNER GŁÓWNY



PARTNERZY GŁÓWNI LOKALIZACYJNI



PARTNERZY

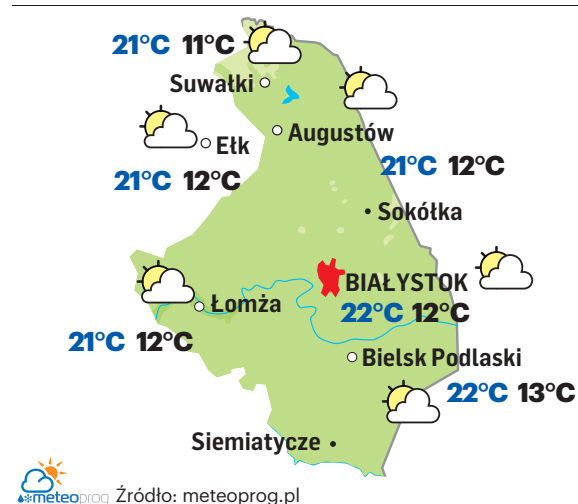


PARTNERZY MERYTORYCZNI



Narodowy Fundusz Zdrowia
Podlaski Oddział Województwa w Białymstoku

Pogoda w regionie



Źródło: meteoprogram.pl

4 MAJA 2026

Dziś 124. dzień roku
Do sylwestra pozostało 241 dni.

Wschód słońca w Białymstoku

o godzinie 4.47, zachód o godzinie 20.01. Dzień będzie trwał 15 godzin i 14 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 1 godzinę i 42 minuty i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 7 godzin i 42 minuty.

Imieniny dziś obchodzą:
Monika, Florian

KALENDARIUM

1592

W Wiedniu odbył się ślub „per procura” króla Polski Zygmunta III Wazy (na portrecie) z Anną Habsburżanką.

1863

W nocy z 4 na 5 maja oddział Ignacego Mystkowskiego urządził pod Stokiem zasadzkę na wojska carskie, odnosząc jedno z największych polskich zwycięstw podczas powstania styczniowego.



FOT. DOMENA PUBLICZNA

1981

Premiera komedii filmowej Miś w reżyserii Stanisława Barei. To pierwsza część trylogii o Ryszardzie Ochódzkim, prezesie Klubu Sportowego „Tęcza”

1897

129 osób zginęło w wyniku pożaru wywołanego zapaleniem się taśmy filmowej podczas pokazu kinowego w Paryżu.

1998

Amerykański terrorysta Ted Kaczynski (znany jako „Unabomber”) został skazany przez sąd w Sacramento w Kalifornii na karę dożywotniego pozbawienia wolności.

Przeszedł na emeryturę. I ma zapłacić 50 razy wyższy podatek

Interwencje
Tomasz Maleta

Nie pozostaje nic innego, jak tylko burzyć stodołę - nie kryje goryczy rolnik-emeryt. Uważa, że z chwilą przejścia na emeryturę został niesprawiedliwie potraktowany. Bo ma zapłacić 50 razy większy podatek od tego, który rocznie odprowadzał, gdy gospodarował.

Półki zdrowie dopisywało, to ziemię trzymałem - mówi Henryk Fiłonowicz. Mieszka w podsupraskiej miejscowości Łaźnie. Gospodarował na ok. 2,5 hektarach, część gruntów dzierżawił. Cztery lata temu przeszedł na emeryturę. Nadal jednak korzystał z dzierżawionej łąki. Ale gdy coraz bardziej zapadał na zdrowiu, postanowił zrezygnować z rolniczej działalności. Tym samym powierzchnia jego gospodarstwa spadła do 0,8 ha. Na gruntowej nieruchomości, która mu się ostała, poza domem była też stodoła i niewielki chlew, z których korzystał, gdy prowadził działalność rolniczą.

- Myślałem, że na emeryturze będę miał już tylko święty spokój - mówi były rolnik. - Było tak do czasu, gdy przeczytałem pismo z gminy, ile mam zapłacić podatku od nieruchomości. Aż się nogi pode mną ugięły. 50 razy więcej niż dotychczas.

Uważa, że został w ten sposób ukarany przez gminę za to, że przeszedł na emeryturę.



FOT. W. WOJTKIEWICZ

Urzednicy uważają, że nie jestem już rolnikiem, a ja nadal nim jestem, ale rolnikiem-emerytem - podkreśla Henryk Fiłonowicz

- Urzednicy uważają, że nie jestem już rolnikiem, a ja wprost przeciwnie: nadal nim jestem, ale rolnikiem-emerytem - podkreśla.

Ponieważ nie zgadzał się z wysokością podatku, odwołał się od decyzji urzędu gminy do Samorządowego Kolegium Odwoławczego. Nie podzieliło ono racji rolnika.

- Mogę odwołać się do sądu, ale tylko w zakresie, czy moja skarga została rozpatrzona zgodnie z prawem - mówi Henryk Fiłonowicz. - Ale mi nie o to chodzi, a o to, skąd taka stawka i dlaczego karze się rolnika za to, że przeszedł na emeryturę. Przecież, gdy wsiadam do autobusu, to jako emeryt mam ulgę na przejazd. Abonamentu płacić nie muszę, bo jestem emeryt. Do emerytury dodają mi dodatki ze względu na wiek. A tutaj, że zachorowa-

łem i nie mam już sił, to dostaję kopa w plecy?

Zgodnie z prawem zwolnione z podatku od nieruchomości mogą być budynki gospodarcze położone na gruntach gospodarstw rolnych. Ale tylko wtedy, gdy służą wyłącznie działalności rolniczej. To oznacza, że np. że za dom mieszkalny, który stoi obok, właściciel płaci pełną stawkę.

By jednak rolnik został objęty ulgą podatkową za budynki gospodarcze muszą one nie tylko służyć prowadzeniu działalności rolniczej, ale znajdować się w gospodarstwie o powierzchni 1 ha. W przypadku rolnika z Łaźni jego użytek rolny po oddaniu dzierżawy spadł do 0,8 ha. To oznaczało, że roczny podatek od nieruchomości z ponad 30 zł wzrósł do 1500 zł.

- Gmina proponowała, że wydzierżawi mi kawałek łąki, żeby miał powyżej 1 hektara i wtedy będzie niższy podatek, ok. 500 zł, ale uważam, że i tak za wysoki - mówi Henryk Fiłonowicz. - Całe życie mieszkalem w tym domu, na tym podwórku. Dlaczego jak przeszedłem na emeryturę jestem karany takim podatkiem?

Stawki podatku od nieruchomości ustalają radni. Zgodnie z uchwałami Rady Gminy w Supraślu w ostatnich dwóch latach od budynków pozostałych, bo tej kategorii podlegały zabudowania niesłużące prowadzeniu działalności rolniczej, wynosiły: w 2025 roku - 7,93 za mkw., w 2026 roku 8,17 za mkw.

Mariusz Żukowski, sekretarz gminy Supraśl, informuje, że zgodnie z prawem sam fakt posiadania majątku, gruntu powoduje powstanie obowiązku podatkowego. - W przypadku podatku od nieruchomości, często bywa tak, że stara, ledwo stojąca stodoła jest największym obciążeniem - zwraca uwagę.

Zazwyczaj gminy stosują maksymalne, dopuszczalne przez prawo, stawki podatku od nieruchomości. Teoretycznie mogą wprowadzić, także od budynków na gruntach rolniczych mniejszych niż hektar, niższe stawki. W praktyce jednak tego nie robią z obawy o ubytek dochodów.

- Chyba nie pozostanie nic innego, jak zburzyć stodołę i chlewik - zapowiada rozgoryczony rolnik z Łaźni.

Dwa lata zarządu: miliony z UE, bon turystyczny, ale też nowa strategia

Samorząd
Andrzej Kłopotowski

Fundusze unijne, inwestycje, kultura czy promocja - to niektóre aspekty z życia województwa, na które zwracał uwagę w czwartek Zarząd Województwa Podlaskiego. Okazją do podsumowań była druga rocznica prac zarządu w obecnym składzie.

Zarząd w obecnej kadencji samorządu województwa tworzą: marszałek Łukasz Prokorym, wicemarszałkowie Wiesława Burnos i Marek Malinowski oraz członkowie Jacek Piorunek i Bogdan Dyjuk.

- W ciągu dwóch lat zarząd województwa ogłosił prawie 200 naborów, z czego 93 to są nabory z Europejskiego Funduszu Społecznego a 103 to nabory w ramach Funduszu Rozwoju Regionalnego. W wyniku tych naborów wpłynęło ponad 1200 wniosków, które otrzymały dofinansowanie na kwotę 3 mld 100 mln zł - tak o wykorzystaniu funduszy unijnych mówi marszałek Łukasz Prokorym.

W trakcie tych dwóch lat pojawiły się nowe cele strategiczne, związane ze wsparciem przemysłu obronnego, gotowości cywilnej i cyberbezpieczeństwa. - Lobbując za tymi celami w Komisji Europejskiej, razem z regionami granicznymi Unii Europejskiej z Polski, Litwy, Łotwy, Estonii, Finlandii czy Rumunii, lobbowaliśmy za innymi, wprowadzonymi zmianami. Cały nasz program Fundusze Europejskie dla Podlaskiego, podobnie jak inne programy regionalne, został wydłużony o rok. Czyli do końca 2028 roku będą dokonywane nabory, a kwalifikowalność środków musi być najpóźniej na 31 grudnia 2030. Zostało wprowadzone prefinansowanie na poziomie 20 proc. czyli nasi beneficjenci uzyskali możliwość otrzymywania zaliczki, zanim jeszcze rozpoczną wykonywanie swojego zadania.

Marszałek zauważa, że na nowe priorytety przesunięto ponad 173,6 mln euro. Dodatkowo województwo Podlaskie na lata 2028-2034. W planach są szerokie konsultacje m.in. z radami przedsiębiorców, izbami, zrzeszeniami, klastami czy związkami gmin. Dokument trafi na sejmik do końca roku.

Wśród inwestycji strategicznych - o wartości 150 mln zł - są Dolina Rolnicza 4.0, Podlaski Przemysł 4.0 oraz Podlaskie Centrum Eksportera. W puli tej są też działania na rzecz budowy potencjału regionu PPO. Na badania i innowacje poszło blisko 390 mln zł. Unia wspiera też działania edukacyjne, szkolenia i te, które związane są z zatrudnieniem.

Wicemarszałek Wiesława Burnos wskazuje, że podlaskie placówki zdrowotne pozyskały miliony złotych. W czerwcu rozliczane ma być tylko KPO na kwotę 311 mln zł.

Białostockie Centrum Onkologii uzyskało wsparcie kwotą aż 409 mln zł. Właśnie podpisana została umowa na budowę Breast Cancer Unit. Kosztować ma blisko 280 mln zł (z czego dofinansowanie to 220 mln zł). BCO buduje też przychodnię przy Ogrodowej. Swoją przychodnię specjalistyczną rozpoczyna budować „Śniadecja” - w tym czasie pozyskała 124 mln zł. Kwota 106 mln zł zasilila Szpital Wojewódzki w Suwałkach, zaś blisko 150 mln zł szpital w Łomży.

Wśród najważniejszych inwestycji wicemarszałek wylicza modernizację białostockich Spodków na potrzeby Podlaskiego Instytutu Kultury, budowę Muzeum bł. ks. Jerzego Popiełuski w Okopach, hajnowskie Xylopolis, działania w nowogródzkim Skansenie Kurpiowskim czy nowy Ośrodek Opiekuńczo-Terapeutyczny w Wasilkowie. Pulę około 53 mln zł przekazano na działania związane z bioróżnorodnością biologiczną.

Przez dwa lata pula 1,2 mld zł poszła na budowę, remonty i utrzymanie dróg. Wicemarszałek Marek Malinowski mówi, że najważniejsze działania to budowa drogi Bielsk Podlaski-Hajnówka oraz obwodnice miejscowości Kolno i Sokoły. Ważna jest umowa na 380 mln zł z PolRegio, dotycząca połączeń kolejowych w regionie.

Jacek Piorunek dodaje, że prócz inwestycji w kulturę ważna jest bieżąca działalność instytucji marszałkowskich - to m.in. Teatr Dramatyczny, Muzeum Podlaskie, Tetr Wierszalin, Podlaski Instytut Kultury, Centrum Kultury Białoruskiej czy skanseny w Nowogrodzie, Ciechanowcu i Wasilkowie.

Wreszcie pion turystyki. W nim - za kwotę 17 mln zł - realizowane były np. Turystyczna Osemka, program Poznajemy Podlaskie czy cieszący się ogromną popularnością Podlaski Bon Turystyczny. Jak wylicza Bogdan Dyjuk, każdy wygenerowany bon przyniósł 1530 zł, jakie turysta zostawił w regionie.

Przymrozki zaniepokoiły rolników. Ale ma być już cieplej

Rolnictwo
Martyna Jurkowska

Tegoroczna aura daje się we znaki rolnikom. W ubiegłym tygodniu temperatura lokalnie spadła do minus 4 stopni Celsjusza. I choć jeszcze za wcześnie, aby sadownicy czy plantatorzy mogli mówić o ewentualnych stratach w zbiorach, to sytuacja jest niepokojąca. Obawy mają też rolnicy, którzy martwią się o niższe plony.

- Rolnicy boją się o jęczmień ozimy. Bo jeżeli on zmarznie i nie wykształci wszystkich pędów, to będzie oznaczało niższe plony. Niestety, w tej kwestii rolnik jest zdany na pogodę, bo przy dużej powierzchni nie ma szans na zabezpieczenie upraw tak, jak robią np. plantatorzy truskawek - mówi Marek Sińiło, wiceprezes Podlaskiej Izby Rolniczej.

Tegoroczna aura nie jest łaskawa dla rolników i plantatorów. Do trwającej od tygodni suszy, dołączyły przymrozki. Na szczęście, temperatura nie spadła aż tak bardzo, żeby wyrządzić już szkody w uprawach.

I choć na ostateczne oceny jest jeszcze za wcześnie, to wiele wskazuje na to, że takiego dramatu, jak w minionym roku, nie będzie. Wtedy mróz zaatakował, gdy kwiaty były już w rozkwicie i spora część plonów po prostu nie wydała owoców.

- W tamtym roku zima była łagodna i wszystkie truskawki, które wychodziły już w lutym i marcu, zmarzły. Jak będzie te-

Tegoroczna aura nie jest łaskawa dla rolników i plantatorów owoców miękkich. Do trwającej od tygodni suszy, dołączyły przymrozki

raz? Na odpowiedź jest jeszcze zbyt wcześnie, na razie wszystkie sadzonki są przykryte. Dopiero, gdy je odkryjemy to zobaczymy, jak to wszystko wygląda. Ale to dopiero za kilka dni - mówi Martyna Koc z plantacji Truskawkowy Zawrót Głowy w gminie Mały Płock.

Powodów do niepokoju nie widzą też na razie właściciele Gospodarstwa Sadowniczo - Szkółkarskiego w Kurianach. Marta Skibicka zapewnia, że temperatury nie spadły aż tak nisko, żeby mogły wymrozić kwiatostany, które nie są jeszcze mocno rozwinięte.

- W okolicach Białegostoku było w miarę ok, ale w okolicach Siemiatycz albo pod Warszawą, gdzie jest dużo sadowników i są nieco wyższe temperatury, a przez to drzewka bardziej wykwitnięte, to tam się już mówi o tym, że tegoroczne plony będą dużo mniejsze. U nas mam nadzieję, że do tego nie dojdzie.

Nasze rośliny nie miały na tyle dużo ciepła, żeby ruszyć - podkreśla Marta Skibicka.

I dodaje, że w chwilach przymrozków ratowało ich... nawadnianie.

- Nad ranem, jak zbierał się ten mróz, to włączaliśmy nawadnianie. Bo woda tworzy niejako warstwę ochronną z lodu dla roślin - wyjaśnia.

Jak wynika z prognoz Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej, w najbliższych dniach ma być bardzo ciepło.

- W poniedziałek, wtorek dosyć pogodnie z wysoką temperaturą około 22-24 stopni Celsjusza, natomiast później od zachodu zacznie nasuwać się strefa przelotnych opadów deszczu, nietykalne również burze. Pogoda trochę się więc popsuje, natomiast cały czas będzie stosunkowo ciepło, około 20 stopni Celsjusza - mówi Michał Kowalczyk synoptyk, IMGW-PiB.

FESTIWAL



FOT. KRZYSZTOF ZDANUŹYK/PUW

XXII Międzyszkolny Integracyjny Festiwal Piosenki i Tańca „Śpiewajmy razem, tańczmy razem” odbył się w czwartek w Szkole Podstawowej nr 50 z Oddziałami Integracyjnymi im. Świętej Jadwigi Królowej Polski w Białymstoku. Można było zobaczyć 17 występów. Wśród wykonawców byli uczniowie SP nr 50 oraz 10 innych, białostockich placówek - szkół podstawowych i przedszkoli.

Festiwal to święto całej społeczności szkolnej i bardzo ważne wydarzenie w kalendarzu SP nr 50. Młodszy występował na scenie, a starsi uczniowie pomagali w organizacji wydarzenia, witali gości, przygotowywali prezenty. - Cała szkoła wie, że to jest specjalny dzień, nasz wyjątkowy dzień integracji. Wszystkich nas łączy muzyka - mówi Ewa Maria Chociey, dyrektor szkoły.

- Udział mojego dziecka w festiwalu to dla nas coś więcej niż tylko występ - dodaje Marta Muszyńska, mama Maksa, ucznia III klasy w SP nr 50. - To przede wszystkim ogromna radość z przygotowań i samego bycia na scenie. Mój syn naprawdę to uwielbia i czeka na ten moment z dużą ekscytacją. Dla mnie jako rodzica takie wydarzenia są bardzo ważne, bo pokazują w praktyce coś, o czym często się mówi, ale rzadziej naprawdę doświadcza. Pokazują, że dzieci, niezależnie od poziomu sprawności, są do siebie bardzo podobne w emocjach, potrzebach i radości bycia razem, a jednocześnie każde z nich jest wyjątkowe na swój sposób. (UK)

Zdrowie
opr. (R)

Kardiologowie i kardiochirurdzy z Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku po raz pierwszy zastosowali zestaw urządzeń do wspomagania pracy chorego serca, które przez prawie dwa tygodnie zastąpiły ten organ u chorego mężczyzny.

Na początku kwietnia pan Radosław domowymi sposobami leczył przeziębienie. Mniej więcej po dwóch tygodniach takiej kuracji, zaczął się czuć bardzo źle. Lekarz rodzinny od razu skierował go do szpitala.

- Jak przychodziłem tutaj, miałem problem z oddychaniem, pracą serca. Opadałem z sił. Nawet spod prysznicza nie dałem rady wyjść - wspomina 35-latek. Dodaje, że wcześniej nie miał takich problemów.

Zdiagnozowana została u niego ciężka niewydolność serca. Miał bardzo poważne zaburzenie rytmu. To był stan zagrożający życiu. Od razu trafił do Kliniki Kardiologii. Począ-



FOT. USK BIAŁYSTOK

Pana Radosława czeka jeszcze dalsze leczenie, ale też konieczność ustalenia, dlaczego doszło do tej sytuacji

kowe leczenie dało szybki efekt, a stan mężczyzny się poprawił. W drugiej dobie nagle wszystko się zmieniło.

- Kiedy zobaczyliśmy, że pacjent zaczyna się pogarszać w parametrach, przede wszystkim krwi, od razu poprosiliśmy o konsultację pod kątem leczenia interwencyjnego - tłumaczy szef kliniki prof. Karol Kamiński.

- Pacjent był w ciężkim wstrząsie kardiogenym, miał praktycznie „stojące” serce. Jedyną możliwością uratowania życia było wszczepienie pozastrojowej pompy wspomagającej krążenie i oddychania (tzw. ECMO), które natlenowuje krew

i zapobiega niedokrwieniu narządów. To dało nam czas, żeby zdecydować co dalej - dodaje dr Szymon Kocańda, zastępca kierownika Kliniki Kardiologii USK.

Od decyzji do podłączenia urządzenia (specjalne kaniule wkłuwa się w żyłę udową i tętnicę udową) minęło kilkanaście minut. Pacjent ponownie dobrze zareagował. Dwie doby jego stan był stabilny, a potem ponownie zaczął się pogarszać. Lekarze trochę się tego spodziewali. Choć ECMO natlenowuje krew i wspomaga pracę narządów, to w dłuższym okresie obciąża serce nie pozwalając mu na wyrzucanie

krwi z lewej komory. Dlatego konieczne było podłączenie pompy odbarczającej lewą komorę serca. Urządzenie to pomaga przepompowywać krew z lewej komory do aorty pacjenta. - Te dwa urządzenia, pracujące wspólnie, w pewien sposób dają nam krótkotrwałe sztuczne serce - informuje prof. Karol Kamiński.

Pierwszy raz w białostockim szpitalu użyto takiej kombinacji urządzeń. Oba podłączył dr Szymon Kocańda z zespołem.

Wspomaganie pracy serca pana Radosława trwało niespełna dwa tygodnie. Dzięki temu serce samo się trochę naprawiło. Pierwsze zostało odłączone ECMO, a czwartek w południe odłączono pompę wspierającą pracę serca. Pacjent czuł się dobrze. Po zabiegu miał trafić do Kliniki Kardiologii na dodatkowe badania, by za kilka dni wrócić do domu.

- Pacjent miał naprawdę złe rokowania. Nawet nie chcę myśleć, co by się stało, gdyby to wszystko wydarzyło się nawet kilka godzin później - zauważa prof. Tomasz Hirnle, szef Kliniki Kardiologii USK.

Miasto zerwało współpracę z wykonawcami żłobka i fontanny

Inwestycje

Andrzej Kłopotowski

Firma JL nie buduje już żłobka miejskiego przy ulicy Kawalerskiej. Z kolei Park M zejdzie z placu budowy fontanny multimedialnej na Plantach. Miasto zerwało z nimi umowy. Zapowiada walkę o odszkodowania przed sądem i deklaruje pełne wsparcie dla rodziców dzieci, które miały rozpocząć edukację w nowym żłobku.

- Powodem zerwania umów są rażąca bezczynność firm oraz opóźnienia, które w przypadku placówki opiekuńczej oznaczają utratę niemal 17 mln zł dofinansowania z Krajowego Planu Odbudowy. Miasto zapowiada walkę o odszkodowania przed sądem i deklaruje pełne wsparcie dla rodziców dzieci, które miały rozpocząć edukację w nowym żłobku - informuje biuro prasowe w magistracie.

Termin oddania budynku żłobka minął w marcu. Tymczasem przy ulicy Kawalerskiej 38

spółka JL z Łomży zrealizowała prace jedynie w 40 procentach. Niedotrzymanie terminów uniemożliwia rozliczenie wsparcia z KPO, które pokrywało 95% kosztów inwestycji. W związku z utratą 17 mln zł dofinansowania, Miasto wystąpi do sądu, domagając się zwrotu utraconych funduszy oraz kar umownych w wysokości 2,7 mln zł.

Oznacza to perturbacje przy rekrutacji do tego żłobka - miał przyjąć maluchy od września. Rodzice zgłosili tu 128 dzieci w tzw. pierwszej preferencji. Mia-

sto zapewnia jednak, że wszystkie zgłoszone do placówki dzieci znajdą miejsce w innych miejskich żłobkach. Wszyscy rodzice otrzymali już taką informację. Wymaga to jednak kilku formalności. M.in. 30 kwietnia uruchomiona została możliwość ponownej edycji wniosków o przyjęcie do miejskiego żłobka, rodzice, którzy w swoich wnioskach wskazywali w preferencji pierwszej Filię Żłobka Miejskiego Nr 4 przy ul. Kawalerskiej mogą teraz edytować swój wniosek oraz wybrać inną placówkę. Dy-

rektorzy żłobków odpowiedzialni za przeprowadzenie rekrutacji będą kontaktować się z rodzicami w momencie gdy dziecko zostanie się do wybranej placówki i dopiero wtedy zostaną poproszeni o dostarczenie nowego wniosku.

Perturbacje dotyczą też fontanny w Alei Zakochanych.

- Miasto zakończyło współpracę z firmą Park-M Poland, odpowiedzialną za wartość niemal 18 mln zł przebudowę multimedialnej fontanny w Parku Planty. Tu powodem zerwania umowy była

„rażąca bezczynność” - przez pół roku od podpisania kontraktu wykonawca zrealizował zaledwie 2 proc. prac - podaje miasto.

Mimo gotowości podwykonawców, główny wykonawca nie udostępniał im frontu robót, nie zapewnił stałego nadzoru technicznego, a budowa przez pewien czas pozostawała bez kierownika. Wykonawca próbował tłumaczyć opóźnienia warunkami pogodowymi oraz rzekomymi błędami w dokumentacji, co Miasto uznało za celowe działania mające ukryć zwłokę.

REKLAMA

0011504040

OGLĄDAJ

TVP info

DOWIEDZ SIĘ WIECEJ

WWW.TVP.INFO/POLSKANATAK

ORGANIZATORZY AKCJI

Chcą połączyć placówki. I pozyskać 70 mln zł

Powiat sokólski
Martyna Jurkowska

Trudna sytuacja finansowa i brak kadry to główne powody, dla których władze powiatu sokólskiego chcą skonsolidować trzy placówki zdrowotne: w Sokółce, Krynkach i Dąbrowie Białostockiej. Liczą przy tym na 70 mln zł wsparcia z budżetu państwa. W czwartek radni większością głosów przyjęli uchwałę intencyjną w tej sprawie.

– W tej chwili nadarzyła się okazja, bo został ogłoszony konkurs na restrukturyzację placówek. To jest szansa dla szpitali w Dąbrowie Białostockiej i Krynkach. Dla Sokółki to nie ma zbytniego znaczenia. Dzięki połączeniu możemy dostać do 70 mln zł na restrukturyzację, będziemy mogli poczynić inwestycje. Zadużenia nam nie skasują, bo to nie jest umorzenie długów, ale będzie to na inwestycje, które będą wynikać z planu naprawy i potrzeb medycznych – wyjaśniał podczas sesji starosta sokólski Piotr Rečko.

Chodzi o konsolidację trzech placówek medycznych, które prowadzi powiat. To Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy w Krynkach oraz dwa szpitale: w Sokółce i Dąbrowie Białostockiej. Ten ostatni jest w bardzo złej kondycji.

– Sytuacja jest dramatyczna, bo nie ma lekarzy internistów. Dyrektor nie jest w stanie znaleźć lekarza internisty, który mógłby poprowadzić oddział internistyczny. Szpital zwraca kwotę niewykonaną na poziomie 1 mln zł z poprzednich lat. Ilość środków finansowych, które wpływają, nie pokrywa nawet wynagrodzeń. Na wynagrodzenia brakuje 200 tys. zł miesięcznie, a na pozostałe elementy około 300 tys. zł. Miesiąc w miesiąc brakuje nam 500 tys. zł na funkcjonowanie tego podmiotu. To oznacza, że trzeba brać kredyt, żeby utrzymać tę placówkę. To jest równia pochyła – tłumaczył starosta.

Mimo, że władze powiatu do tematu konsolidacji pochodzą z ostrożnością, mają konkretny plan. Funkcjonujące obecnie w powiecie placówki chcą dostosować do potrzeb.

W Krynkach miałyby powstać hospicjum, a sam ośrodek byłby nastawiony na opiekę nad osobami z problemami psychicznymi, a także rozwój rehabilitacji i fizjoterapii. W Dąbrowie Białostockiej planowany jest ośrodek rehabilitacji oraz nowe formy opieki długoterminowej, w tym dla dzieci. Szpital w Sokółce pozostałby w niezmienionej formie, a pozyskane pieniądze, dedykowane tej placówce, zostałyby przeznaczone na dokończenie inwestycji.

Uchwała intencyjna dopiero otwiera drogę do konsolidacji i w pierwszej kolejności pozwoli na złożenie wniosku do ministerstwa i jak zapewnia starosta, o niczym jeszcze nie przesądza. Dlatego jednocześnie ruszyły działania mające ograniczyć koszty. Trwa m.in. centralizacja usług administracyjnych i zaplecza technicznego szpitali.

– Na podstawie umowy z dyrektorem przejmemy obsługę informatyczną, prawną, zamówień publicznych, kadry, kuchnię. Centrum usług wspólnych to oszczędności rzędu 163 tys. zł miesięcznie – zapewnia Rečko.

Odsłonięto tablicę wybitnego przyrodnika

Suwałki
Anna Gryza-Aneszko

Przy rondzie im. Kazimierza Kulwiecia w Suwałkach odsłonięto tablicę pamiątkową poświęconą temu wybitnemu przyrodnikowi, badaczowi i popularyzatorowi Suwalszczyzny.

Kazimierz Kulwieć całe życie poświęcił badaniu oraz popularyzowaniu walorów Suwalszczyzny. Nowa tablica ma przypominać mieszkańcom i turystom o jego dorobku oraz wkładzie w rozwój krajoznawstwa i ochrony środowiska. Znajduje się przy rondzie noszącym jego imię, u zbiegu ulic Powstańców Wielkopolskich oraz Zastawie.

– Inicjatywa ustawienia tablicy przy rondzie im. Kazimierza Kulwiecia to ważny krok w pielęgnowaniu lokalnej tożsamości. To nie tylko plenerowa lekcja historii, ale przede wszystkim wyraz wdzięczności dla człowieka, który uczył kolejne pokolenia, jak kochać i szanować suwalską naturę – powiedział Czesław Renkiewicz, prezydent Suwałk.

AUGUSTÓW



Osoby sympatyzujące z Konfederacją Korony Polskiej zgromadziły się w piątek na targowicy miejskiej w Augustowie, wyrażając tym samym swoje niezadowolenie z aktualnej sytuacji m.in. w sektorze rolnym. Wsparcia udzielił im Grzegorz Braun.

Zebrani krytykowali umowy z państwami Mercosur, napływ produktów rolnych z Ukrainy, a także planowane regulacje dotyczące tzw. planów ogólnych w Polsce. Głos zabierali również rolnicy z regionu. - Czy musimy poświęcić polskie rolnictwo dla mięsa z Mercosuru? Czy nie stać nas na polski kawałek wołowiny? W branży mleczarskiej tak samo konsument powinien mieć świadomość, że pije polskie mleko, je polski ser od polskiego rolnika. Jeżeli o nas nie zawalczycie, po prostu skapitulujemy - mówił Krzysztof Kazimierski, rolnik z gminy Raczek.

Rolnik z gminy Augustów, Grzegorz Raczek mówił o tym, że części rolników nie stać na nawozy czy opryski. - Wszystko jest kontrolowane, a mamy napływ żywności niekontrolowanej. Tak nie może być - podkreślał.

Europoseł Grzegorz Braun wspierając rolników podkreślał w swoim wystąpieniu, że należy bronić niepodległości kraju i normalności. - A normalność jest taka, że gospodarz gospodaruje, jak mu się podoba. Normalność to jest wolność w swoim gospodarstwie. Polski rolnik jest ginącym gatunkiem. Produkcja rolno-spożywcza jest zakorzeniona w rzeczywistości, w ziemi. To realna praca i produkt. Utrzymanie polskiej produkcji to jest polska racja stanu i interes narodowy - mówił Braun. (AG)

MATERIAL INFORMACYJNY BGK

BGK wspiera rozwój polskich firm nawet na najtrudniejszych rynkach świata

Bank Gospodarstwa Krajowego (BGK) wraz z KUKE od 2009 roku ściśle współpracują, wspierając polski eksport i inwestycje. - Naszym celem jest wsparcie rodzimych eksporterów, a przez to zwiększenie polskiego eksportu także na rynkach podwyższonego ryzyka - Naszym celem jest wsparcie rodzimych eksporterów, a przez to zwiększenie polskiego eksportu także na rynkach podwyższonego ryzyka - podkreśla Piotr Kuffel, dyrektor Biura Ekspansji Zagranicznej w Banku Gospodarstwa Krajowego.

BGK zapewnia finansowanie (m.in. kredyty i wykup wierzytelności), a KUKE ubezpiecza ryzyko oraz udziela gwarancji zabezpieczających te transakcje (nawet do 80% kwoty finansowania), co umożliwia bezpieczną ekspansję zagraniczną, w tym na rynki podwyższonego ryzyka.

– Naszym celem jest wsparcie rodzimych eksporterów, a przez to zwiększenie polskiego eksportu także na rynkach podwyższonego ryzyka, ponieważ na rynkach europejskich to wsparcie już jest mniej potrzebne. W 2009 roku zapadła decyzja, że BGK razem z KUKE będzie realizować program rządowy Finansowe Wsparcie

Ekspertu, w ramach którego dostępny jest szereg instrumentów finansowych. Są to instrumenty zarówno krótkoterminowe, jak i długoterminowe, które mają wspierać wzrost polskiego eksportu na rynkach mniej oczywistych, gdzie pieniądze jest droższe, a ryzyko wyższe. Myślę tutaj o rynkach afrykańskich czy rynkach Azji Centralnej – powiedział Piotr Kuffel.

Wspieranie zagranicznych inwestycji polskich firm

Jednocześnie Bank Gospodarstwa Krajowego prowadzi również własną działalność wspierającą ekspansję polskich przedsiębiorstw.

– Drugim filarem naszej aktywności w tym obszarze jest finansowanie zagranicznych inwestycji polskich firm w ramach działalności własnej. Już w 2014 roku zauważyliśmy, że polski biznes osiągnął odpowiedni poziom skalowalności na rynku regionalnym. W takiej sytuacji samo funkcjonowanie w roli eksportera bywa niewystarczające. Często też wymogi konkretnych branż, w których działają firmy, skłaniają je, a wręcz zmuszają, do inwestowania poza granicami kraju, niezadko także na innych kontynentach – powiedział Piotr Kuffel.

Jak wyjaśnił, chodzi zarówno o inwestycje polegające na przejęciach zagranicznych podmiotów, jak i inwestycje realizowane od podstaw typu greenfield lub brownfield, zlokalizowane na całym świecie. Inwestycje greenfield to projekty realizowane od zera, na „czystym polu”, natomiast inwestycje brownfield dotyczą terenów już wcześniej zagospodarowanych.

– Możemy przypomnieć, że zaczęliśmy od transakcji wspierającej przemysł motoryzacyjny, polskiego producenta komponentów w Azji, Meksyku i Indiach. Natomiast większość tego typu transakcji kierowana jest tam, gdzie polski biznes chce inwestować, czyli na rynki stabilniejsze: Europy Zachodniej oraz Ameryki Północnej – dodał Kuffel.

Wspieranie polskiego eksportu

– Trzecim obszarem naszej aktywności jest wspieranie polskich eksporterów na rynku krajowym. Zapewniamy finansowanie obrotowe i inwestycyjne w Polsce w związku z potrzebą rozbudowy przez te firmy mocy produkcyjnych, która ma wspierać działalność proeksportową – dodał dyrektor.

Dyrektor zwrócił uwagę, że duża część krajowych przedsiębiorstw spełnia minimalny poziom eksportu na poziomie 20%.

– Najpopularniejszym i jednocześnie najczęściej wykorzystywanym instrumentem w finansowaniu eksportu jest akredytywa eksportowa. Dzięki niej polski przedsiębiorca ma pewność, że otrzyma środki bezpośrednio z BGK za wyeksportowane towary, ponieważ to bank jest płatnikiem. Zlecenie płatności następuje po zrealizowaniu eksportu. Z kolei z punktu widzenia kontrahenta zagranicznego – zwłaszcza na rynkach podwyższonego ryzyka, gdzie koszt pieniądza lokalnie, np. w Nigerii czy Kazachstanie, jest znacznie wyższy niż w Polsce – instrument ten pozwala wydłużyć okres finansowania nawet do dwóch lat – podkreślił Piotr Kuffel. Oznacza to, że polski eksporter ma zabezpieczoną płatność, natomiast zagraniczny kontrahent otrzymuje możliwość rozłożenia jej w czasie nawet na dłuższy okres.

– W przypadku inwestycji zagranicznych mówimy o kredycie inwestycyjnym, który możemy udzielić bezpośrednio spółce celowej realizującej inwestycję – często jest to spółka córka lub joint venture. Udziela-

my wówczas finansowania długoterminowego, którego podstawowym zabezpieczeniem są aktywa zagraniczne, np. hipoteki czy zastawy rejestrowe w kraju realizacji inwestycji – dodał przedstawiciel BGK. Ekspert zaznaczył, że ze względu na różne reżimy prawne nie zawsze jest to możliwe, dlatego bank dostosowuje formę zabezpieczeń do warunków konkretnej transakcji.

– Szyjemy ofertę finansową na miarę w zależności od możliwości i potrzeb polskich inwestorów. Kredyt udzielany jest zazwyczaj na okres od pięciu do dziesięciu lat. Wszystko zależy od ryzyka projektu i jego zdolności do spłaty – podkreślił Piotr Kuffel.

Na liście sukcesów duże znane spółki z Polski

Przypomniał również, że BGK rozpoczął wspieranie zagranicznej ekspansji polskich firm w 2014 roku.

– W 2015 roku zrealizowaliśmy pierwszą transakcję w trzech lokalizacjach w sektorze motoryzacyjnym – dotyczyła ona spółki Boryszew. Kolejnym przykładem są inwestycje hotelowe prowadzone przez polskich inwestorów za granicą, m.in. w Wielkiej Brytanii – w Edynburgu oraz przy lotnisku w Luton. Zapewniliśmy

finansowanie tych projektów, uwzględniając fakt, że były one powiązane z eksportem – moduły hotelowe powstawały w Polsce. W ostatnim czasie sfinansowaliśmy także cztery elektrownie fotowoltaiczne grupy R.Power w Rumunii oraz współfinansowaliśmy przejęcie dużej sieci fitness w Turcji przez Benefit Systems – podsumował Piotr Kuffel. Bank Gospodarstwa Krajowego to polski bank rozwoju, który wspiera zrównoważony rozwój społeczno-gospodarczy Polski. Realizuje strategiczne projekty infrastrukturalne, wspiera innowacje oraz rozwój polskich przedsiębiorstw w kraju i za granicą. Obecnie bank pracuje między innymi nad uruchomieniem nowych produktów, wśród których są kredyty dla samorządów z długim, nawet 50-letnim okresem spłaty. Bank przygotowuje się także do rozbudowania oferty wspierającej local content. Na koniec 2025 r. bank zanotował rekordowe zaangażowanie kapitałowo-gwarancyjne na poziomie 202 mld zł (wzrost o 6,2% r/r). Wysoki był także wynik netto banku. Wyniósł on 3,2 mld zł (wzrost o 11% r/r). Wynik Grupy Kapitałowej BGK był na poziomie 4 mld zł (wzrost o 12% r/r).

KRÓTKO

WARSZAWA

Prezydent Nawrocki powołał Radę Nowej Konstytucji

Prezydent Karol Nawrocki powołał w niedzielę, w Warszawie Radę Nowej Konstytucji. - Zaczynamy pracę nad konstytucją nowej generacji roku 2030 - podkreślił Nawrocki.

Podczas uroczystości na Zamku Królewskim akty powołania otrzymali pierwsi członkowie Rady: była prezesa Trybunału Konstytucyjnego Julia Przyłębska, konstytucjonalista Ryszard Piotrowski, sędzia i b. minister sprawiedliwości Barbara Piwnik oraz prawnik, b. marszałek Sejmu Józef Zych, b. marszałek Sejmu Marek Jurek, prof. Ryszard Legutko, konstytucjonalistka prof. Anna Łabno.

Jak poinformowała w komunikacie Kancelaria Prezydenta, w skład Rady powołani zostali również: adwokat, działacz opozycji demokratycznej w PRL Piotr Andrzejewski; socjolog, b. europoseł PiS prof. Zdzisław Krasnodębski; Jacek Majchrowski. PAP

ZAKOPANE

Wiosenny redyk



Mieszkańcy i turyści zgromadzeni w centrum Zakopanego stali się świadkami wyjątkowego widowiska. Dwieście pięćdziesiąt owiec prowadzonych przez bacę Andrzeja Klusia przeszło głównymi ulicami miasta, kierując się na letni wypas. Wydarzenie przyciągnęło tłumy obserwatorów.

WARSZAWA

W czasie mszy św. za ojczyznę w archikatedrze warszawskiej abp Adrian Galbas ostrzegł, że zewnętrznym graczom polskie spory są bardzo na rękę. Podkreślił, że „nawet najlepsza konstytucja nie zagwarantuje dobrego funkcjonowania państwa, jeśli nie będzie w nim wystarczającej reprezentacji cnotliwych obywateli”. Zaznaczył, że „polityki nie można oddzielać od moralności”, ponieważ prowadzi to „państwo do katastrofy”.

”

Jedynym rozsądnym wyjściem w sytuacji głębokich podziałów i zagrożenia kraju jest przebaczenie

abp Adrian Galbas metropolita warszawski

Andrzej Poczobut odznaczony. „Nie czuję się bohaterem”

Karolina Wrońska
Warszawa

Prezydent wręczył Order Orła Białego Andrzejowi Poczobutowi, dziennikarzowi zwolnionemu z białoruskiego więzienia, gdzie przebywał od marca 2021 r.

- Nie czuję się bohaterem, jestem zwykłym człowiekiem, który żyjąc w nieprzyzwoitych czasach próbuje zachować się przyzwoicie - mówił Andrzej Poczobut, odbierając z rąk prezydenta Order Orła Białego.

Prezydent odznaczył Poczobut Orderem 11 listopada 2025 r., „w uznaniu znamienitych zasług w działalności na rzecz Polaków na Białorusi, w szczególności za walkę o prawa człowieka i niezłomną postawę w konfrontacji z przejawami odradzających się reżimów totalitarnych”. Zaproszenie do odebrania Orderu prezydent skierował w minionym tygodniu, gdy Poczobut zwolniono z białoruskiego więzienia.

- Jako historyk i były prezes IPN nie waham się powiedzieć, że Andrzej Poczobut to bohater i człowiek niezłomny. To człowiek niezłomny, który dał wyraz polskości, przywiązania do historycznej prawdy, do prawdy o żołnierzach AK, do walki o prawa człowieka, o demokrację - mówił prezydent.

- W reżimie Łukaszenki był gotowy pójść do więzienia, nie uciekł, poszedł do więzienia,



Po odebraniu odznaczenia przez Andrzeja Poczobuta zgromadzeni uhonorowali go długimi owacjami

spędził lata w więzieniu i wrócił jako zwycięzca - dodał Karol Nawrocki.

Poczobut powiedział, że odbierając wysokie odznaczenie państwowe czuje się onieśmieszony. - Nie czuję się bohaterem, dla mnie bohaterami tej historii są przede wszystkim żołnierze Armii Krajowej, dowódcy Armii Krajowej, osoby, o gloryfikację których byłem oskarżony.

Podkreślił, że ci żołnierze i dowódcy do ostatniej chwili życia z bronią w ręku bronili niepodległości i wolności kraju, a ich pamięć do dzisiaj jest na Białorusi szargana. - Na tym tle ja wypa-

dam - tylko po prostu jestem zwykłym człowiekiem, który żyjąc w nieprzyzwoitych czasach próbuje zachować się przyzwoicie. Tylko tyle i aż tyle - powiedział Poczobut. Dodał, że odbiera przyznanie mu Orderu Orła Białego jako symboliczne uhonorowanie działalności wszystkich członków Związku Polaków na Białorusi, organizacji, do której należy. Mówił, że na Białorusi ludzie są prześladowani nie za działalność polityczną, tylko za to, że chcą, żeby ich dzieci znały i uczyły się języka polskiego, za to, że odwiedzają groby bohaterów.

Poczobut podziękował byłemu i obecnemu prezydentowi - Andrzejowi Dudzie i Karolowi Nawrockiemu oraz rządowi Mateusza Morawieckiego i Donalda Tuska za działania na rzecz jego uwolnienia.

- Jest coś, co nas wszystkich łączy i to jest polskość. I to jest piękne i za to wszystkim wam bardzo serdecznie dziękuję - zakończył wystąpienie Poczobut.

Oprócz Poczobuta Orderem Orła Białego uhonorowani zostali dyrygentka Agnieszka Duczmal-Jaroszewska, działaczka opozycji niepodległościowej Hanna Łukowska-Karniej oraz reżyser Lech Majewski.

W sobotę z Andrzejem Poczobutem spotkał się premier Donald Tusk. Jak podkreślił szef rządu, rozmawiał z dziennikarzem „o Polsce, o wolności i przyszłości”.

Szef rządu pytany podczas briefingu przed wylotem do Erywanii o stan zdrowia Poczobuta powiedział, że jest to „niezwykle silny człowiek, pełen energii”. Wskazał, że tematem rozmów w trakcie spotkania było m.in. to, że całe swoje życie poświęcił on na ochronę interesów Polaków mieszkających na Białorusi, ryzykując „życiem i wolnością”.

Tusk wyraził także zadowolenie z faktu odebrania przez Poczobut Orderu Orła Białego. - To są te chwile, te sytuacje, w których chyba w Polsce nie ma jakichś różnic. Jestem przekonany, że takich momentów powinno być więcej - przekazał. PAP

REKLAMA

0011516173

Ogłoszenie o przetargu ograniczonym,
który odbędzie się w dniu **9 lipca 2026 roku** w siedzibie

Urzędu Miasta i Gminy w Międzychodzie
ul. Marszałka Piłsudskiego 2,
64-400 Międzychód.

Przetarg ograniczony dotyczy działek nr 60/8 o pow. 0,3271 ha oraz nr 60/36 o pow. 0,5049 ha obręb Międzychód, księga wieczysta nr PO2A/00018539/8. Tereny przeznaczone pod zabudowę techniczno-produkcyjną, baz, magazynów i składów. Cena wywoławcza 1 248 000,00 zł + 23% podatek VAT, wadium 249.600,00 zł.

Ogłoszenia zostały umieszczone na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta i Gminy w Międzychodzie przy ulicy Marszałka Piłsudskiego 2 oraz na stronie internetowej Urzędu i w Biuletynie Informacji Publicznej.
Tel. do kontaktu 957488100 wew. 313.

Wystartowała rakietą z satelitą dla polskiej armii. „Wojsko Polskie zyskuje nowe zdolności”

Aleksandra Jaros
Warszawa

Rakietą firmy SpaceX z czwartym satelitą ICEYE dla polskiego wojska ok. godz. 9 czasu polskiego wystartowała w niedzielę z bazy kosmicznej w Kalifornii.

Rakietą nośną z 45 ładunkami, w tym satelitą polsko-fińskiej firmy ICEYE dostarczanym Siłom Zbrojnym RP w ramach programu MikroSAR, została

wystrzelona z bazy kosmicznej Vandenberg.

„Budujemy wojskową konstelację radarową POLSARIS, dzięki której Wojsko Polskie zyskuje nowe zdolności obrazowania Ziemi bez względu na porę dnia czy warunki atmosferyczne. Zyskujemy dostęp do kluczowych danych w sytuacjach, które wymagają natychmiastowego działania - to realne wsparcie dla wojsk operacyjnych i całego systemu bezpieczeństwa państwa” - napisał minister

obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz na X.

28 listopada 2025 r. na orbitę trafił pierwszy satelita ICEYE dla Sił Zbrojnych RP, a w marcu br. kolejne dwa. Wszystkie polskie satelity są wyposażone w autorski radar z syntetyczną aperturą (SAR). Technologia ta pozwala satelicie „widzieć” w dzień i w nocy, a fale mikrofalowe przenikają przez chmury, dym i mgłę.

„Dzięki temu możliwe jest precyzyjne wykrywanie obiektów i zmian w terenie, niezależ-

nie od pogody. Ponieważ satelity radarowe nie wykorzystują światła widzialnego, obraz jest monochromatyczny. Odporność na warunki atmosferyczne i zdolność do obrazowania 24/7 sprawiają, że SAR jest idealnym narzędziem do zastosowań wojskowych oraz w zarządzaniu kryzysowym” - podała firma ICEYE.

Szef MON dodał, że wszystkie przeprowadzone testy wypadły pomyślnie, więc firma przekaze Polsce system do pełnego użytkowania. PAP

Trump: Iran nie zapłacił jeszcze wystarczająco wysokiej ceny

oprac. Anna Nagel
Waszyngton, Teheran

Prezydent USA Donald Trump powiedział w sobotę, że wkrótce rozważy nową propozycję pokojową Iranu.

„Wkrótce dokonam przeglądu planu, który Iran nam właśnie przesłał, ale nie mogę sobie wyobrazić, aby był on akceptowalny, skoro Iran nie zapłacił jeszcze wystarczająco wysokiej ceny za to, co zrobił ludzkości i światu w ciągu ostatnich 47 lat” - napisał Trump we wpisie na platformie Truth Social.

Wcześniej, w rozmowie z dziennikarzami na lotnisku w Palm Beach, powiedział też, że może wznowić ataki na Iran, jeśli władze w Teheranie będą się „źle zachowywać”.

Nie jest jasne, co zawiera nowa irańska propozycja. Według agencji Reutera, odrzucony wcześniej przez Trumpa plan umożliwiłby żeglugę przez Cieśninę Ormuz i zakończyłby blokadę Iranu przez USA, jednocześnie odkładając rozmowy na temat irańskiego programu nuklearnego na później.

Irańskie media podały, że 14-punktowa propozycja Teheranu obejmowała wycofanie sił amerykańskich z obszarów otaczających Iran, zniesienie blokady, uwolnienie zamrożonych aktywów Iranu, wypłatę odszkodowań, zniesienie sankcji i zakończenie wojny na wszystkich frontach, w tym w Libanie,



W piątek Trump mówił, że choć Iran poczynił „wielkie kroki” i chce porozumienia, to nie jest usatysfakcjonowany jego propozycjami. Oceniał, że może nie dojść do porozumienia

a także nowy mechanizm kontroli cieśniny Ormuz.

Wznowienie wojny z USA

Wznowienie wojny ze Stanami Zjednoczonymi jest prawdopodobne - oświadczył w sobotę zastępca szefa sztabu irańskich sił zbrojnych, gen. Mohammad Dżafar Asadi, cytowany przez agencję Fars. Słowa te padły po tym, jak Donald Trump odrzucił najnowszą propozycję pokojową Teheranu.

„Wydarzenia pokazały, że Stany Zjednoczone nie dotrzymały żadnych obietnic ani po-

rozumień” - powiedział Asadi, dodając, że „dla wroga przygotowano zaskakujące działania, wykraczające poza jego wyobrażenia”.

Iran przekazał w piątek amerykańskim władzom - za pośrednictwem Pakistanu - nową propozycję porozumienia, nie ujawniając jej szczegółów. Trump oświadczył jednak, że „nie jest nią usatysfakcjonowany”.

Wkrótce dokonam przeglądu planu, który Iran nam właśnie przesłał, ale nie mogę sobie wyobrazić, aby był on akceptowalny

Niezależnie od tego, czy chodzi o kontynuację wojny, czy o działania dyplomatyczne, Teheran jest „gotowy” na oba scenariusze, a „piłka jest po stronie Stanów Zjednoczonych” - ocenił wiceminister spraw zagranicznych Kazem Gharibabadi, cytowany przez CNN.

Irańskie media państwowe potwierdziły twarde stanowisko w sprawie żeglugi przez Cieśninę Ormuz, podkreślając, że to Teheran sprawuje nad nią kontrolę.

PAP

Tankowce floty cieni zaatakowane przez Ukrainę pod Noworosyjskiem

oprac. Anna Nagel
Waszyng

Siły ukraińskie zaatakowały dwa tankowce rosyjskiej floty cieni u wejścia do rosyjskiego portu Noworosyjsk nad Morzem Czarnym - poinformował w niedzielę prezydent Wołodymyr Zełenski.

Prezydent Ukrainy zapowiedział przy tym, że jego kraj będzie rozwijał potencjał ataków dalekiego zasięgu.

„Nasi żołnierze nadal stosują sankcje wobec rosyjskiej floty cieni. (...) Te tankowce były intensywnie wykorzystywane do transportowania ropy. Ale już nie są” - napisał Zełenski na Telegramie.

Podkreślił, że ukraiński potencjał ataków dalekiego zasięgu

będzie nadal kompleksowo rozwijany „na morzu, w powietrzu i na ziemi”.

Również w niedzielę agencja Reutera podała, powołując się na gubernatora obwodu leningradzkiego na zachodzie Rosji Aleksandra Drozdę, że ukraińskie drony zaatakowały rosyjski port Primorsk nad Bałtykiem. Dodał, że nie doszło do wycieku ropy, a pożar został ugaszony.

Według niezależnego portalu Astra, który przeanalizował dane NASA FIRMS o anomaliiach temperatury, trafiony mógł zostać terminal naftowy oraz system obrony powietrznej, najprawdopodobniej Pancir.

Drozdę napisał na Telegramie, że w nocy z soboty na niedzielę nad obwodem leningradzkim stracono ponad 60 dronów. PAP



Wołodymyr Zełenski opublikował nagranie pokazujące moment ataku na dwa statki rosyjskiej „floty cieni”

Pierwsza ofiara wojny z Iranem w branży lotniczej. Linie Spirit zbankrutowały

Kazimierz Sikorski
Nowy Jork

Bankrutujące tanie linie lotnicze Spirit Airlines zaprzestały działalności w sobotę. To pierwsza ofiara w branży związana z wojną z Iranem.

Upadek przewoźnika z powodu rosnących cen paliw wywołał wojnę z Iranem pochłonie tysiące miejsc pracy.

To cios dla prezydenta Donalda Trumpa, który proponował 500 milionów dolarów na ratowanie Spirit, pomimo sprzeciwu swoich najbliższych doradców.

Upadek Spirit z dnia na dzień uwypukla konsekwencje wojny USA-Izrael z Iranem. Podczas gdy Spirit już przed szokiem paliwowym zmagał się z problemami, globalni przewoźnicy także walczą



Linie Spirit nie wytrzymały rosnących cen paliw

o przetrwanie, bo ceny paliwa lotniczego idą w górę. Iran nadal wstrzymuje praktycznie cały ruch przez Cieśninę Ormuz, a Marynarka Wojenna USA blokuje irańskie porty.

Sekretarz transportu Sean Duffy podał, że wierzyciele od-

rzucili umowę pomimo wysiłków administracji Trumpa, aby utrzymać Spirit przy życiu. Upadek spowoduje utratę 15 000 miejsc pracy.

Niektórzy z największych wierzycieli Spirit sprzeciwili się rządowemu programowi ratunkowemu. Żaden amerykański przewoźnik wielkości Spirit - w zeszłym roku odpowiadał za 5 proc. lotów w USA - nie zbankrutował od dwóch dekad.

Spirit pomógł utrzymać niższe ceny na rynkach, na których konkurował z dużymi przewoźnikami.

W sobotni poranek na platformie X, gdzie podróżni często narzekają na opóźnione lub odwołane loty, wielu zamieściło nostalgiczne posty o zamknięciu tanich linii lotniczych.

United Airlines, Delta Air Lines, JetBlue i Southwest

wprowadzają limity cen biletów dla klientów Spirit, którzy muszą zmienić rezerwację odwołanych lotów. Konkurencyjne linie lotnicze również oferują darmowe miejsca, aby ułatwić pracownikom powrót do domu.

Spirit zbudował markę wokół przystępnych cen dla oszczędnych podróżnych, gotowych zrezygnować z dodatków, takich jak bagaż rejestrowany i przydzielanie miejsc. Popyt osłabł po pandemii, bo pasażerowie woleli wybierać podróże oparte na komforcie, co sprawiło, że tani przewoźnicy popadli w tarapaty.

Zamknięcie Spirit przyniesie korzyści rywalom, takim jak JetBlue i Frontier Airlines, którzy też odczuwają szok cenowy. Spirit zaplanował 4119 lotów krajowych między 1 a 15 maja, oferując 809 638 miejsc.

Sztuczna inteligencja wkracza do pubów

Kazimierz Sikorski
Londyn

Greene King, jedna z największych brytyjskich sieci pubów, korzysta z wirtualnego asystenta AI o imieniu „Charlie” do odbierania telefonów w swoich lokalach, m.in. w Londynie.

Sieć pubów Greene King wdrożyła asystentów opartych na sztucznej inteligencji do pracy w swoich pubach, po tym, jak firmy z branży hotelarskiej zmagają się z rosnącymi kosztami.

Przejęcie na cyfrową obsługę baru następuje w czasie, gdy brytyjski sektor hotelarski zmagają się z rosnącą presją związaną z podwyżkami podatków i nowymi przepisami dotyczącymi praw pracowników, które wpływają na zdol-

ność rekrutacji pracowników. Wirtualny asystent jest wdrażany w celu „zwiększenia efektywności” w Rutland Arms w Hammersmith i trzech z 10 lokali Greene King w dzielnicy Square Mile i jej okolicach.

Sieć pubów ogłosiła, że testuje AI w procesach takich jak gospodarka odpadami w dwóch pubach w Leicestershire.

Rzecznik Greene King: „Testujemy asystenta głosowego opartego na sztucznej inteligencji w wybranych pubach i restauracjach, dążąc do wykorzystania możliwości cyfrowych i zwiększenia efektywności w naszej sieci”.

Historyk pubów i autor książki „Londyńskie zagubione puby”, Sam Cullen, powiedział, że spotkanie wirtualnego asystenta podczas dzwonienia do pubu byłoby dla niego „niepokojące”.

Każdy łęg cieszy. Od 40 lat walczymy o powrót sokołów wędrownych

Szymon Paż

Uznaje się je za najszybsze ptaki świata - w locie nurkowym za ofiarą przekraczają 300 km/h, niektórzy twierdzą, że bywa i 400 km/h. O gniazdo mogą nawet walczyć z dużo większym bielikiem. Poznajcie sokoły wędrowne.

To właśnie one gnieźdzą się na specjalnych platformach zamontowanych na wysokich konstrukcjach w całym kraju. Ich codzienne życie można śledzić dzięki kamerom na stronie Stowarzyszenia Na Rzecz Dzikich Zwierząt Sokół (peregrinus.pl). Pasja i troska, z jakimi wielu spogląda na obraz kamer - ornitologów, miłośników przyrody, zwykłych fanów - wynika z rzadkości, jaką są sokoły wędrowne w Polsce. Ten dawniej powszechny i popularny ptak wyginął w Polsce w latach 60. Od 40 lat walczymy o jego powrót. Z coraz lepszymi efektami.

Tak reintrodukowaliśmy sokoła wędrownego w Polsce

Jak mówi Sławomir Sielicki ze Stowarzyszenia Sokół, występujące na Niżu Polskim sokoły był to dość wyjątkowy ekotyp nadrzewny - ptaki te gnieźdzą się najchętniej w górach, na półkach skalnych. Tymczasem u nas i w sąsiednich krajach zamieszkiwały także w lasach. Były chętnie używane przez elity do polowań na inne ptaki. Dzięki temu były pod ochroną - człowiek zabijający sokoła mógł zapłacić za to życiem czy częścią ciała. Elitarność polowania z sokołami sprawiła, że gdy po II wojnie światowej populacja sokołów zaczęła drastycznie maleć, wiele osób to dostrzegło. A potem zaczęło walczyć o ich powrót do Polski.

Najważniejszą przyczyną ich wyginiecia były środki ochrony roślin typu DDT. Odkładający się w panterkach owadów, te były zjadane przez ptaki, na które polowały sokoły. I jak się okazało - wpływały na odkładanie wapnia w skorupkach sokołoch jaj tak, że stawały się one wyjątkowo kruche i były z łatwością uszkadzane przez wysiadujące je ptaki.

Bardzo dużą rolę w reintrodukcji gatunku odegrali sokolnicy z Krakowa, Włocławka



Po niemal 40 latach prowadzenia programu reintrodukcji dziś w Polsce mamy ponad 100 par sokołów wędrownych. Dla porównania bielików jest 1100-1400 par

oraz Czempinia koło Poznania. Wielką pomocą służył Niemiec, doktor weterynarii, Günter Trommer, który przeprowadził się do Polski. To właśnie myśliwi-sokolnicy, wraz m.in. ze Stowarzyszeniem Sokół, zarządzali Programem Restytucji Populacji Sokola Wędrownego w Polsce. Przed nami takie programy podjęli tylko Amerykanie i Niemcy.

- Do momentu rozpoczęcia akcji byliśmy oceniani jako ci, którzy raczej wybierają pisklęta tudzież jaja z gniazd niż ci, którzy chcą sokoły wypuścić na wolność. Ale udowodniliśmy, że to nieprawda. W naszym środowisku był wielki szacunek dla tego ptaka. I ornitolicy na pewno przekonali się do nas. Zaoferowali współpracę i jakoś to się zaczęło układać - opowiada Adam Dopierała, sokolnik z Nekli.

Po kilkunastu latach funkcjonowania programu reintrodukcji, w 1998 r. sokoły wędrowne gniazdujące na platformie zamontowanej na Pałacu Kultury i Nauki po raz pierwszy przystąpiły do lęgu. Był to pierwszy dobrze widoczny sukces programu. Dziś Stowarzyszenie Sokół prowadzi go samodzielnie. Przez lata stowarzyszenie budowało platformy lęgowe na wysokich budynkach w całej Polsce, m.in. w Warszawie, Płocku, Włocławku,

Poznanu czy Łodzi, obrączkowało młode ptaki, wypuszczało na wolność dziesiątki rocznie - do dziś ponad 1500. Skutecznie. O ile przez lata największe sukcesy odnoszono, budując sztuczne platformy w miastach, w 2025 r. po raz pierwszy od dekad liczba młodych sokołów wędrownych urodzonych w polskich lasach oficjalnie przekroczyła liczbę urodzonych w miastach i w górach. Tymczasem pierwsze gniazdo w lasach odnotowano dopiero w 2012 r.

Dziś oficjalne statystyki mówią o ponad 100 parach sokołów w Polsce. Dla porównania jastrzębi - innych popularnych ptaków drapieżnych - jest kilkanaście tysięcy. Bielików - które w Polsce też przeżywały bardzo trudne chwile - od 1000 do 1400 par.

Jak żyją sokoły wędrowne?

Sokoły nie budują własnych gniazd. W górach gnieźdzą się na półkach skalnych, w miastach świetnie radzą sobie na stworzonych dla nich platformach. - Na takich półkach, sztucznych gniazdach w miastach są bezpieczne, bo praktycznie żadnych naturalnych wrogów tam nie mają. I czują się tam dobrze - mówi Sławomir Sielicki z Sokola. - W lesie

muszą zająć gniazdo wybudowane przez kruka, myszołowa lub bielika i tam się zadomowić. Muszą więc znaleźć najpierw to gniazdo, jeśli nie jest puste - stoczyć bój z właścicielem, żeby móc tam łęg wyprowadzić. Więc to nie jest takie proste i dlatego odbudowanie tej nadrzewnej populacji wymagało dużo wysiłku - opowiada Dopierała.

Sokoły zdolność rozrodczą uzyskują w wieku 2-3 lat, chociaż zdarzają się łęgi rocznych ptaków, dożywają zazwyczaj 15-18 lat, w wyjątkowych przypadkach nawet 20. Jak mówi Sielicki, niemal zawsze w łęgu pojawiają się 4 jaja, rzadziej 3 lub 5. W większości młode wylęgają się ze wszystkim - im bardziej doświadczona para, tym łatwiej to idzie. Po około 5-6 tygodniach od wyklucia młode sokoły są gotowe do samodzielnego lotu. Początkowo pozostają z rodzicami, od których uczą się polować, z czasem odlatują „na swoje”. - Niektóre ptaki faktycznie pozostają w okolicy gniazda nawet do wiosny i zdarza się w kolejnym sezonie lęgowym nawet trochę pomagają w inkubacji następnych młodych. Dopóki one mają upierzenie juwenalne, czyli pierwszoroczne, to nie są przez rodziców przeganiane - opowiada Sielicki. Młode różnią się

ubarwieniem od dorosłych. Dorosłe ptaki mają pióra wierzchnie w kolorze stalowym, a na piersi i brzuchu białe lub kremowe upierzenie z poprzecznymi prążkami. Młode ptaki są praktycznie całe brązowe, a na brzuchu i na piersi pionowe łezki.

Jak polują sokoły wędrowne?

Sokoły wędrowne to ornitofagi - polują wyłącznie na ptaki i wyłącznie w locie. - Krąży wysoko, wysoko i szuka potencjalnej ofiary. Mając wzrok osiem razy lepszy niż my, widzi i kalkuluje. Jeżeli droga lotu potencjalnej ofiary akurat jest w jego zasięgu, to pikuje z ogromną prędkością, przekraczającą 300 km/h i uderza w powietrzu - opowiada Dopierała.

Poluje w zasadzie na wszystkie ptaki, które nie są od niego wyraźnie większe. W miastach w szczególności na gołębie. Uderzając z wielką prędkością w plecy, głowę czy szyję, zazwyczaj zabija uderzeniem. Raczej nie strąca ofiar na ziemię, chwytając je w powietrzu. Jeśli ofiara nie zginie od uderzenia, np. dlatego, że sokoł złapie ofiarę w locie poziomym, to złapanym w szpony ptakom dziobem łamie kręgi szyjne. Czasem jednak sokoł musi stoczyć

na ziemi walkę z ofiarą. Tak bywa w przypadku polowań z sokołami. - Gdy doświadczony ptak łowny, jak mówimy ćwik, precyzyjnie uderzy lecącego bażanta, to albo już po samym uderzeniu traci on życie, albo jest na tyle oszołomiony, że jak spadnie na ziemię, to sokoł nie musi podejmować strasznej walki, żeby go uśmiercić.

Kto i co zagraża sokołom?

Jako dość duże ptaki drapieżne sokoły nie mają wielu naturalnych wrogów. Gniazdując wysoko, nie muszą za bardzo troszczyć się o drapieżców na ziemi. W locie inne duże drapieżne ptaki nie mogą im dorównać, choć to nie znaczy, że nie będą im utrudniać życia - sokolej konkurencji nie lubią przede wszystkim bieliki. Sokoły mogą jednak paść ofiarą innych ptaków w gniazdach. Adam Dopierała wskazuje na jastrzębie, jako te, które mogą wykraść z gniazda młode. Sławomir Sielicki wskazuje zaś na polujące nocą puchacz. Może też dać się im we znaki sroga zima - coraz częściej pozostają w Polsce w tym czasie, dając się we znaki ptasim grypom. Zdarza się też, że sokoł ucierpi w walce o gniazdo z innym sokołem.

Największym wrogiem sokoła pozostaje jednak człowiek. W przeszłości wykradano jaja z gniazda, by wychować ptaki na łowne. Dziś to już się nie zdarza. Sokoły pozostają jednak w konflikcie z hodowcami gołębi.

- Sokół wędrowny jest oportunistą, czyli poluje na to, co mu najłatwiej złapać, czego jest najwięcej. Najwięcej jest, stety czy niestety, gołębi pocztowych, skalnych, miejskich. Ci, którzy hodują gołębie i którym sokoł złapie gołębia, są niestety niepokieszeni i niestety w wielu miejscach intensywnie trują sokoły - opowiada Sławomir Sielicki z Sokola. - Mogę częściowo zrozumieć hodowcę gołębi, który całe życie je pielęgnuje, odchowuje, dba o nie tak, jak my o nasze sokoły, albo jeszcze dłużej, jeszcze bardziej. To też jest kosztowne hobby. Puszczając na lot, wraca ten jego piękny gołąb i widzi, jak go łapie sokoł. On tego sokoła... Trzeba mieć naprawdę ogromną wiedzę przyrodniczą i wielkie serce, by to zaakceptować - dodaje sokolnik Adam Dopierała.

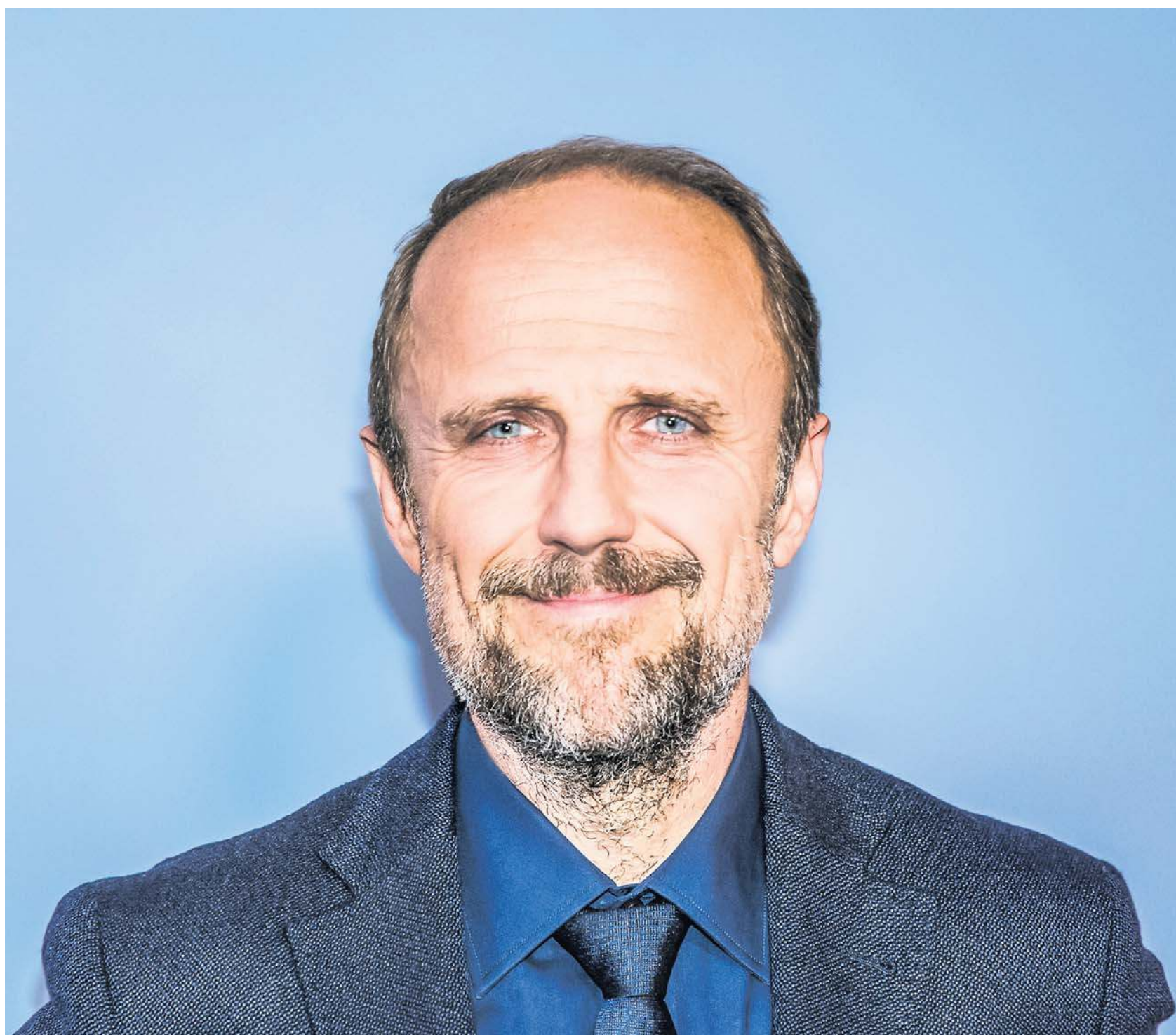
FOT. WOJCIECH ALABRUDZIŃSKI

Czas **Z RODZINĄ**

Poniedziałek, 4.05.2026

Dla *Łukasza Simlata* aktorstwo jest narkotykiem

Początkowo grał głównie czarne charaktery.
Z czasem odkrył jednak u siebie komediowy talent



FOT. SYLWIA DĄBROWA / POLSKA PRESS

PORADY • STR. 11

Pokrzywa. Skarbnica
zdrowia, którą masz
pod ręką

ZDROWIE • STR. 12-13

Nawracające *infekcje*
dróg moczowych
obniżają komfort życia

KWIATY • STR. 14

Co zrobić wiosną,
aby *budleja Dawida*
pięknie zakwitła latem

► LUDZIE

Łukasz Simlat choć gra w kinie i telewizji od ponad dwóch dekad, dopiero w ostatnich latach udało mu się przebić do pierwszej ligi. Początkowo grał głównie czarne charaktery. Z czasem odkrył jednak u siebie komediowy talent

PORTRET

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



Wychował się w Sosnowcu, ale nie został górnikiem. Od dziecka lubił aktorskie popisy – i zostało mu to do dzisiaj. Świetnie sprawdza się zarówno w filmie i serialu, jak i na deskach teatru.

U boku dziadka

1. Nigdy nie poznał swego ojca, bo ten zostawił rodzinę jeszcze przed jego narodzinami. Dlatego cały ciężar wychowania dzieci spadł na matkę. Ta była lekarką, więc aby utrzymać siebie i trójkę pociech, pracowała całe dni. Mały Łukasz często towarzyszył jej w szpitalu i przychodni, a potem nawet wędrował z nią po domach z prywatnymi wizytami.

Ojca zastąpił chłopakowi dziadek, który przeżył dwie wojny światowe. Miał więc co opowiadać wnukowi. „Zobacz, synusiu, to jest pistolet, który zabrałem Niemcowi” – wspominał, a Łukaszowi od razu zapalały się oczy. Dziadek często zabierał chłopca na działkę, gdzie uprawiał owoce i warzywa w cieniu górniczych hałd sosnowieckiej kopalni.

Wyglupy na wideo

2. Jako jedyny mężczyzna w domu, Łukasz musiał szybko dożyć i przejąć wiele obowiązków. Mając dziesięć lat, naprawił nawet samemu mamie malucha. Nie zatracił jednak dziecięcej radości. Lubiał się wygłupiać i popisywać, kiedy więc odwiedzała ich rodzina, przebierał się w góralski strój i śpiewał przed zebranymi podhalańskie przyspiewki.

Tak mu się to spodobało, że będąc w liceum, wyprosił u mamy kamerę wideo. Potem wraz z kolegami wymyślał absurdalne skecze i kręcił krótkie filmy. Oglądając teatr telewizji, pomyślał w pewnym momencie: „Też tak chcę”. Mama zapisała go więc do katowickiego studia aktorskiego Art-Play. Chłopak przygotował się tam na medal i zdał do warszawskiej akademii za pierwszym razem.

Cukierki w metrze

3. Szkoła teatralna okazała się dla Łukasza wymarzoneym miejscem. Nie dość,

Pierwszą ważną rolę zagrał w „Kochankach z Marony”, Potem zabłysnął w „Zjednoczonych Stanach Miłości”, za które otrzymał prestiżową nagrodę w Gdyni



ŁUKASZ SIMLAT



Początkowo nie miał szczęścia w zawodzie. Kiedy jego koledzy i koleżanki już robili kariery, występując w teatrze i kinie, on odbijał się od kolejnych drzwi. Dlatego musiał dorabiać różnymi chałturami: występował na dniach miast i rozdawał cukierki w metrze w stroju Mikołaja

że trafił na wspianiałych wykładowców, to z miejsca odnalazł się wśród studenckiej braci. „Przez cztery lata szkoły byłem zamknięty w jakimś kloszu, nie poznałem miasta, żyłem nakręcony z zachwyty, w jakiej ja jestem szkole!” – wspomina dzisiaj. Nic więc dziwnego, że zrobił dyplom z wielkimi nadziejami.

Niestety: aktorska rzeczywistość z miejsca go otrzeźwiła. Początkowo nie miał szczęścia w zawodzie. Kiedy jego koledzy i koleżanki już robili kariery, występując w teatrze i kinie, on odbijał się od kolejnych drzwi. Dlatego musiał dorabiać różnymi chałturami: występował na dniach miast, re-

klamował różne produkty i rozdawał cukierki w metrze w stroju Mikołaja.

Nagroda w Gdyni

4. Dopiero po siedmiu latach od skończenia studiów, dostał etat w stołecznym Teatrze Powszechnym. W międzyczasie powoli wspinał się po szczeblach filmowej kariery. Szansę zaistnienia na ekranie stworzyła mu Izabela Cywińska – najpierw w serialu „Boża podszewka”, a potem w filmie „Kochankowie z Marony”. Jednak to dopiero występ w „Zjednoczonych Stanach Miłości” dał mu prestiżową nagrodę na festiwalu w Gdyni.

Za jej sprawą, zaczął grać coraz ciekawsze role. Początkowo większość z nich miała dramatyczny charakter. Z czasem objawił jednak komediowy talent – najpierw w serialu „BrzydUla”, a potem w „Rojsie”, w którym jego kreację powszechnie uznano za majstersztyk. Ostatnio właściwie nie znika z ekranów: widzieliśmy go w „Sonacie”, „Kosie”, „Drużynie AA”, a obecnie w „Królu dopalaczy”.

Żeglując na Mazurach

5. Ponieważ należy do aktorów, którzy głęboko wchodzą w rolę, po zakończeniu zdjęć musi zafundować sobie reset. Wtedy najczęściej wyjeżdża na Mazury. Od czasów liceum uwielbia żeglować, kupił więc tam dom i żagłówek. Chętnie odwiedza też rodzinny Sosnowiec, by spotkać się z bliskimi czy kolegami ze szkoły. Mieszka od studiów w Warszawie, ale jak przyznaje, nie czuje się tam jak w domu.

Niechętnie rozmawia z mediami o swym życiu prywatnym. Wiadomo, że jest żonaty – ale niewiele więcej. „Zdarza mi się dzielić z żoną moimi aktorskimi pomysłami, bo to ona jest moim pierwszym katalizatorem. Ale nie odgrywam scen w domu i bardzo nie lubię tego robić” – podkreśla. Kiedy jest w mieście, odpoczywa grając w tenisa. Czasem wraca też do swej muzycznej pasji i grywa na gitarze.

► PORADNIK

Pokrzywa, jak ją przetworzyć, by zjeść, czego użyć do odnowienia wyblakłych plastikowych mebli ogrodowych, co zrobić z pieczywem, które już przyschło i do czego można wykorzystać lakier do paznokci - o tym piszemy w dzisiejszym **miniporadniku**

PO(4)RADY

**Wspieranie****Pokrzywa - skarbnica zdrowia, którą masz pod ręką**

Zanim wyrwiesz pokrzywę z ogrodu, pomyśl dwa razy. Ta niepozorna roślina to prawdziwa bomba witamin i minerałów. Regularne sięganie po pokrzywę może: poprawić kondycję skóry i włosów, wspierać pracę wątroby i nerek, obniżyć poziom cukru i ciśnienie, wspomagać trawienie i oczyszczanie organizmu. Jeśli masz niedobory żelaza, szczególnie warto włączyć ją do diety.

Zbieranie pokrzywy jest proste, ale trzeba pamiętać o kilku zasadach: zbieraj ją z dala od dróg i zanieczyszczeń, wybieraj młode rośliny – starsze, kwitnące, mogą zawierać szkodliwe substancje, zakładaj rękawice (świeża pokrzywa parzy!), możesz wracać po nią kilka razy w sezonie – młode pędy odrastają po ścięciu.

Dobra wiadomość: po zwiędnięciu lub krótkiej obróbce termicznej pokrzywa przestaje parzyć.

Młoda pokrzywa to prawdziwy wiosenny przysmak. Wystarczy ją zblanszować (czyli na chwilę wrzucić do wrzątku), żeby pozbyć się parzących właściwości.

A potem: dodaj ją do sałatki, wrzuć do jajeczniczy lub omletu, przygotuj aromatyczną zupę z pokrzywy.

01.

Renowacja**Jak odnowić wyblakłe meble ogrodowe z plastiku?**

Z pomocą przychodzi produkt znany głównie mężczyznom. I w tym wypadku wcale nie mamy na myśli popularnego kosmetyku, ale WD-40. Jest to uznany na całym świecie produkt z kategorii środków smarujących i rozpuszczalników. WD-40 ma szerokie zastosowanie – od usuwania rdzy, poprzez ochronę przed korozją, aż po usuwanie uporczywych plam. Produkt jest dostępny w różnych formach, takich jak spray lub płyn, co ułatwia jego stosowanie w zależności od potrzeb.

Jak wyczyścić krzesła z plastiku za pomocą tego środka? Najpierw meble przetrzyj wilgotną szmatką z dodatkiem płynu do mycia naczyń, aby zmyć kurz, piach itp. Następnie krzesła wytrzyj do sucha i spryskaj WD-40. Odczekaj kilkanaście minut, a następnie wypoleruj czystą szmatką. Twoje meble ogrodowe będą jak nowe!

02.



03.

Oszczędzanie**Co można zrobić z pieczywem, które nam zostało?**

Czerstwy chleb możemy wykorzystać do przygotowania wszelkiego rodzaju grzank, tostów czy zapiekane: z serem żółtym, z pomidorami, z pieczarkami.

Jeśli wolimy wersję na słodko, zdecydujmy się na tosty francuskie. Potrzebne będą: pieczywo (najlepiej pszenne lub tostowe, choć doskonale sprawdzi się również chałka lub bagietka), 2 roztrzepane jajka, pół szklanki mleka, cukier puder, masło (do smażenia), 1 łyżeczka cukru waniliowego.

Do roztrzepanych wcześniej jajek dodajemy łyżeczkę cukru waniliowego oraz dolewamy trochę mleka. Czerstwe pieczywo kroimy w średniej grubości plastry i obtaczamy z obydwu stron w jajku. Na rozgrzanej patelni rozprowadzamy 2-3 łyżki masła. Tosty smażymy ok. 1,5-2 min z każdej strony, powinny być ładnie zarumienione, dlatego by uniknąć przypalenia, pilnujemy, aby ogień pod patelnią nie był zbyt duży. Tosty układamy na talerz wyłożony wcześniej papierowym ręcznikiem. Przed smażeniem kolejnej partii tostów myjemy lub osuszamy patelnię papierowym ręcznikiem i zaczynamy od początku. Tosty możemy podawać z ulubionymi dodatkami. Doskonale sprawdzą się w tej roli cukier puder, syrop klonowy, świeże owoce lub domowe dżemy i marmolady.

Ratowanie**Do czego może się przydać stary lakier do paznokci?**

Zużyty lub brzydki lakier do paznokci można wykorzystać w wielu dziedzinach i sytuacjach.

Gdy pojawi się oczko w rajstopach, wystarczy nanieść lakier w miejscach dziurki, wówczas mamy gwarancję, że nie zrobi się ona większa, a oczko nie pójdzie dalej.

Jeśli mamy problem z nawleczeniem nitki na igłę, z pomocą również przyjdzie nam lakier. Wystarczy zamoczyć końcówkę nitki. Wówczas nawleczenie jej na igłę pójdzie znacznie łatwiej.

Rozdwojone końcówki sznurowadeł mogą być prawdziwym koszmarem, zwłaszcza wtedy, kiedy chcemy przewlec je przez małą dziurkę w bucie. To bardzo podobna sytuacja do nitki z igłą. Dlatego, aby zaoszczędzić sobie czasu i wielu nerwów, zanurzcie końcówki sznurowadeł w lakierze do paznokci i po kłopotcie.

Paragon to kawałek papierka, który często trzeba przechowywać latami. Jednak ma on to do siebie, że po jakimś czasie blaknie. Uniknij tego, impregnując go bezbarwnym lakierem do paznokci.

Lakier do paznokci może służyć też jako środek do renowacji przedmiotów. Wysszczerbiona miseczka czy dekoracyjny talerz, a może szczeliny czy drzazgi w ulubionym drewnianym stoliku? Tutaj również z pomocą przychodzi lakier do paznokci, dzięki któremu stare rzeczy odzyskają dawny blask, a powierzchnia stanie się gładka.

04.



FOT. KATARZYNA LASZCZAK, PIXABAY

► ZDROWIE

Nawracające infekcje dróg moczowych to problem, który dotyka przede wszystkim kobiety i znacząco obniża komfort życia pacjentów – mówi **Małgorzata Kotarczyk**, kierownik Oddziału Nefrologii i Stacji Dializ Wojewódzkiego szpitala im. NMP w Częstochowie

MEDYCYNĄ OBRAZOWĄ

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



C

Czym są nawracające infekcje nerek i pęcherza moczowego i jak często dotykają pacjentów??

Zakażenie dróg moczowych oznacza obecność patogenów powyżej zwieracza pęcherza moczowego. Są to drobnoustroje chrobotwórcze, które można wyhodować na standardowych pożywkach mikrobiologicznych stosowanych w laboratoriach diagnostycznych. W warunkach prawidłowych moczu na poziomie nerek, moczowodów i pęcherza moczowego powinien być jałowy, czyli nie powinniśmy stwierdzać wzrostu bakterii w badaniu mikrobiologicznym. Warto jednak zaznaczyć, że współczesne badania pokazują, iż w drogach moczowych mogą występować również bakterie należące do naturalnego mikrobiomu, które nie tylko nie wywołują choroby, ale czasem wręcz hamują rozwój infekcji. Natomiast w praktyce klinicznej zakażenie rozpoznajemy wtedy, gdy mamy do czynienia z obecnością bakterii chorobotwórczych powodujących objawy kliniczne. Za nawracające zakażenia dróg moczowych uznaje się sytuację, w której występują co najmniej dwa epizody zakażenia w ciągu sześciu miesięcy lub trzy i więcej epizodów w ciągu jednego roku.

Dlaczego niektóre osoby chorują wielokrotnie, mimo że stosują standardowe leczenie?

Nawracające zakażenia dróg moczowych zdecydowanie częściej dotyczą kobiet. U kobiet do około 50.-60. roku życia występują nawet kilkadziesiąt razy częściej niż u mężczyzn. Wynika to przede wszystkim z budowy anatomicznej. Cewka moczowa u kobiet ma około 4 cm długości, podczas gdy u mężczyzn osiąga długość 16-20 cm. Oznacza to, że bakterie u kobiet mają znacznie krótszą drogę do pokonania, aby dostać się do pęcherza moczowego. Dodatkowo ujście cewki moczowej u kobiet znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie przedsionka pochwy, który może stanowić rezerwuuar bakterii chorobotwórczych, oraz w stosunkowo niewielkiej odległości od odbytu. U kobiet aktywnych seksualnie ryzyko zakażeń również jest większe, ponieważ w trakcie współżycia bakterie z tych okolic łatwiej mogą przemieszczać się do układu moczowego.

A wśród kobiet – dlaczego jedne chorują częściej, a inne rzadziej?

Istnieją wyraźne grupy kobiet szczególnie narażone na nawracające infekcje. Pierwszą z nich są młode kobiety na początku życia seksualnego. W tym okresie zakażenia występują częściej, ponieważ pacjentki nie zawsze znają jeszcze zasady profilaktyki i odpowiednich zachowań. Stąd w literaturze medycznej funkcjonuje pojęcie „zakażeń miesiąca miodowego”, kiedy epizodów infekcji jest najwięcej. Z czasem, wraz z doświadczeniem i wdrożeniem właściwych nawyków higienicznych, częstość zakażeń zwykle się zmniejsza. Drugą grupą są kobiety w okresie okołomenopauzalnym i po menopauzie. W tym czasie dochodzi do istotnych zmian hormonalnych, przede wszystkim spadku poziomu estrogenów. Powoduje to zmiany w obrębie narządów płciowych i dolnych dróg moczowych, zaburzenia naturalnej flory bakteryjnej oraz osłabienie mechanizmów obronnych. W efekcie ryzyko zakażeń wyraźnie wzrasta, a infekcje mają tendencję do nawrotów.

Skąd biorą się nawroty – czy zawsze chodzi o niedoleczenie infekcji, czy mogą być inne przyczyny?

Pacjentów należy wyraźnie podzielić na dwie grupy. Pierwszą stanowią osoby z niepowikłanymi zakażeniami dróg moczowych – najczęściej są to kobiety bez chorób towarzyszących, bez wad układu moczowego. W tej grupie nawroty bardzo często związane są z aktywnością seksu-

alną lub nieprawidłowymi zachowaniami i nawykami. Niepowikłane zakażenia dróg moczowych leczymy krótko i to jest niezwykle istotne. Zapalenia pęcherza nie należy leczyć zbyt długo. Pierwszy epizod można leczyć nawet terapią jednodniową, czasem 3-dniową, 5-dniową, maksymalnie do 7 dni. Podobnie postępujemy w nawrotach, jeśli są wywołane typowymi bakteriami. Krótkie leczenie ma na celu ochronę naturalnej flory bakteryjnej pochwy i zapobieganie dodatkowym czynnikom ryzyka. Przedłużanie terapii jest jednym z najczęstszych błędów. Równie ważne jest, aby nie sięgać od razu po „najcięższe” antybiotyki. Zaczynamy od prostych leków, czasem nawet od preparatów bakteriostatycznych. Jeśli to nie przynosi efektu, można sięgnąć po antybiotyk jednodniowy – dostępne są preparaty w formie jednorazowych saszetek, które w wielu przypadkach są skuteczne. Leczenie zawsze powinno być uzupełnione odpowiednim postępowaniem nefarmakologicznym oraz edukacją pacjentki. Zapalenie pęcherza rozwija się szybko, ale przy prawidłowym postępowaniu zwykle równie szybko ustępuje – pod warunkiem, że nie przeciągamy leczenia. W przypadku nawrotów kluczowa staje się edukacja pacjentki: jak reagować na pierwsze objawy, jak postępować, czego unikać i kiedy zgłosić się po pomoc. Dobrze przeszkolona pacjentka, która zna swój organizm i reaguje wcześnie, bardzo często potrafi zapobiec pełnobjawowemu nawrotowi infekcji.

FOT. LUCYNA NENOW / POLSKA PRESS



Lek. Małgorzata Kostarczyk:
Zapalenia pęcherza nie należy leczyć zbyt długo. Przedłużanie terapii jest jednym z najczęstszych błędów. Równie ważne jest, aby nie sięgać od razu po „najcięższe” antybiotyki.

Jak pacjent może skutecznie zapobiegać nawrotom w codziennym życiu?

Pracując od 30 lat w poradni i na oddziale nefrologicznym, zauważyłam jedno: najważniejsze, co pacjenci powinni wynieść z rozmów o infekcjach dróg moczowych, to nauka codziennego postępowania profilaktycznego. Pacjenci, którzy są odpowiednio przeszkoleni, znacznie rzadziej doświadczają nawrotów. Podstawą jest odpowiednie nawodnienie – minimum 8 szklanek płynów dziennie, może to być woda, woda gazowana lub herbata. Regularne oddawanie moczu pozwala wypłukać bakterie, zanim zdążą przylgnąć do ścian pęcherza. W momencie pojawienia się pierwszych objawów infekcji należy zwiększyć ilość przyjmowanych płynów. Kolejnym elementem jest regularne oddawanie moczu, najlepiej co 2-3 godziny, a w razie silnego parcia nie należy go odwlekać. Higiena intymna po oddaniu moczu i stolca jest równie istotna – kobiety powinny myć okolice intymne zwykłą wodą lub delikatnym środkiem do higieny intymnej, a mężczyźni pamiętać o odciąganiu napletka przynajmniej raz lub dwa razy dziennie. Przed stosunkiem seksualnym oboje partnerzy powinni zadbać o higienę. Ważne są także odpowiednie środki higieniczne i bielizna. Podpaski powinny być stosowane tylko w okresie menstruacji, a w ciągu dnia – jeśli używamy ich np. w podróży – należy je zmieniać co 2-3 godziny. Bielizna powinna być przewiewna, najlepiej bawełniana, a odzież – nieuciskająca, szczególnie kobiety powinny unikać obcisłych spodni i nie spać w ubraniu, aby nie drażnić okolic krocza. Dla kobiet w okresie menopauzy profilaktyka jest szczególnie ważna, ponieważ zmniejsza się wydzielanie estrogenów, co wpływa na fizjologię narządów rodnych. Należy dbać o odpowiednie nawilżenie okolic intymnych, stosować lubrykanty podczas współżycia, aby zmniejszyć ryzyko mikrourazów sprzyjających infekcjom.

Jak nawroty infekcji wpływają na komfort życia pacjentów i ich zdrowie psychiczne?

Nawracające zakażenia dróg moczowych znacząco obniżają komfort życia pacjentów. Mogą nasilać lęk, wywoływać objawy nerwicowe, a w przypadku ciężkich lub powtarzających się infekcji – szczególnie u osób z wadami wrodzonymi, nabytymi czy innymi schorzeniami – nawet prowadzić do depresji. Dla pacjentów z powikłaniami, takimi jak tzw. pęcherz neurogeny, wsparcie psychologiczne czy psychiatryczne jest szczególnie istotne. Pomaga radzić sobie z chronicznym stresem, niepokojem i obniżoną jakością życia wynikającą z nawracających infekcji.

► ZDROWIE

● **Przewlekłe zapalenia pęcherza** mogą prowadzić do marskości lub zwłóknienia pęcherza ● **Infekcje w górnych partiach układu moczowego** mogą powodować zwężenia moczowodów, bliznowacenie nerek. ● **Nieleczone lub powtarzające się infekcje** mogą prowadzić nawet do **niewydolności nerek**.

► LEK. MAŁGORZATA KOSTARCZYK

01.

Nawracające zakażenia dróg moczowych zdecydowanie częściej dotyczą kobiet.

U kobiet do około 50.–60. roku życia występują nawet kilkadziesiąt razy częściej niż u mężczyzn. Wynika to przede wszystkim z budowy anatomicznej.

02.

Istnieją wyraźne grupy kobiet szczególnie narażone na nawracające infekcje.

Pierwszą z nich są młode kobiety na początku życia seksualnego. Drugą grupą są kobiety w okresie okołomenopauzalnym i po menopauzie. W tym czasie dochodzi do istotnych zmian hormonalnych.

03.

Choroby współistniejące są bardzo istotnym czynnikiem ryzyka pogarszającym przebieg zakażeń dróg moczowych.

Cukrzyca jest jednym z kluczowych przykładów – zwłaszcza gdy jest źle kontrolowana. Wówczas w moczu pojawia się zwiększona ilość glukozy, która stanowi doskonałą pożywkę dla bakterii w pęcherzu moczowym, co sprzyja szybkiemu rozwojowi infekcji.



04.

Zapalenie pęcherza rozwija się szybko, ale przy prawidłowym postępowaniu zwykle równie szybko ustępuje – pod warunkiem, że nie przeciągamy leczenia.

W przypadku nawrotów kluczowa staje się edukacja pacjentki: jak reagować na pierwsze objawy, jak postępować, czego unikać i kiedy zgłosić się po pomoc.

05.

Nawracające zakażenia dróg moczowych znacząco obniżają komfort życia pacjentów.

Mogą nasilać lęk, wywoływać objawy nerwicowe, a w przypadku ciężkich lub powtarzających się infekcji – szczególnie u osób z wadami wrodzonymi, nabytymi czy innymi schorzeniami – nawet prowadzić do depresji.

► PRZYRODA

Budleja Dawida nazywana jest też motylim krzewem, ponieważ **w okresie kwitnienia jej pachnące kwiatostany licznie przyciągają owady**. Na pierwszy rzut oka mogą przypominać lilaki, jednak kwitną latem i pachną zupełnie inaczej

PAMIĘTAJCIE O OGRODACH

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



Budleja Dawida, znana też jako motyli krzew, przepięknie kwitnie latem. Jednak, żeby miała mnóstwo kwiatów, trzeba o nią zadbać wiosną

B

Budleja Dawida (łac. *Buddleja davidii*) to bardzo duży, rozłożysty, pochodzący z południowych Chin krzew, osiągający w naturalnym środowisku nawet 5 m wysokości i choć w naszym kraju rzadko przekracza 2-3 m wys., i tak potrzebuje dla siebie sporo miejsca. Ze względu na ogromną popularność, roślina doczekała się też jednak szeregu karłowatych odmian, które dorastają do wys. ok. 1-1,5 m i nadają się do uprawy w każdym, nawet niewielkim ogrodzie. Kwitnie w kilku kolorach – na różowo, fioletowo, białą, bordową. Niezależnie, jaki kolor mają kwiaty budlei, w ich środku zawsze znajduje się żółte oczko. Liście są zielone lub srebrnoszare. Krzew osiąga nawet ponad 3 metry wysokości i szeroko się rozrasta.

Budleja, czyli motyli krzew

Motylokrzew jest rośliną nektarodajną, a swoim zapachem wabi różnego rodzaju motyle. – Są to między innymi pawie oczka, rusałki, bielinki, cytrynki – wymienia Jarosław Mikietyński, wieloletni ogrodnik Ogrodu Botanicznego Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, a obecnie Ogrodu Botanicznego Krajowego Centrum Roślinnych Zasobów Genowych IHAR-PIB.

Pszczółki też zbierają nektar, ale z tego krzewu akurat rzadko. Dlaczego? – Dlatego, że kwiat budlei jest specyficznie zbudowany, ma rurkowaty kształt. Budowa taka nie pozwala pszczołom wejść do niego i zebrać nektar – tłumaczy ogrodnik. – Motylom jest łatwiej, bo mają aparat ssący o długości nawet 3 centymetrów i nie muszą wchodzić do kwiatu, żeby zebrać nektar. Jednak i pszczoły można spotkać na kwiatkach budlei.

Bogactwo odmian

Istnieje około 100 odmian budlei Dawida. Najczęściej spotykane są:

Black Night – ma ciemnofioletowe kwiaty, wyglądające z daleka, na czarne. Krzew ten osiąga do 3 metrów wysokości.

Pink Delight – jest podobnie wysoka co Black Night, z tym że jej kwiaty kwitną na różowo.

Royal Red – jest nieco mniejsza od Pink Delight. Ma czerwone, purpurowe kwiaty. Krzew rośnie do około 2 metrów.

Santana – jest podobna do Royal Red, ale mniejsza, osiąga najwyżej około 1,5 metra wysokości.

Uprawa w ogrodzie

Budleja Dawida lubi słońce. Im więcej słońca dostaje, tym ma więcej kwiatów o intensywnym, głębokim kolorze. Podlewanie powinno być regularne, ale niezbyt obfite, wyjątek stanowi susza. Ziemia, na której rośnie budleja, powinna być spulchniona przed zasadzeniem tej rośliny, ponieważ motyli krzew źle znosi brak powietrza w glebie. Budleja nie lubi kwaśnych ziem.

Krzak budlei Dawida nie jest trudny w uprawie. Należy go sadzić na wiosnę, ale nie na początku sezonu, gdy jeszcze mogą wystąpić mrozy. – Roślina powinna być osłonięta od strony zachodniej, ponieważ mogą szkodzić jej wiatry, które najczęściej wieją z zachodu – zaznacza Mikietyński. Ekspert kontynuuje: – Nie zalecałbym przesadzania, a jeśli już, to do tego należy brać rośliny roczne lub dwuletnie. Starsze mogą się nie przyjąć. Ogródnik radzi dalej: – Aby motyli krzew ładniej i dłużej kwitł, trzeba usunąć u samej nasady przekwitłe kwiatostany.

Przycinanie krzewów

Budleja kwitnie na pędach tegorocznych, dlatego trzeba ją regularnie przycinać. Robi się to wiosną, w marcu – kwietniu. Niekiedy pojawiają się zalecenia, żeby budleję przyciąć jesienią, jednak wtedy krzew jest znacznie bardziej wrażliwy na przemarznięcie, a i tak budleja miewa problemy z odpornością na mroz. Na zimę lepiej ją okryć, szczególnie młode krzewy. Jeśli budleja przemarznie,

późną wiosną warto ją bardzo mocno przyciąć – najczęściej wtedy „odbije” od korzeni.

Jakie nawozy stosować?

Wiosną każdego roku należy krzew zasilać, wybierając do tego celu nawozy wieloskładnikowe przeznaczone dla roślin kwitnących. Takie nawozy zawierają dobrze zbilansowany zestaw niezbędnych mikro- i makroelementów, a dodatkowo jest w nich więcej związków odpowiadających za powstawanie i rozwój kwiatów (potas), a mniej substancji wpływających na bujny wzrost części zielonych (azot). Takie nawozy stosuje się zwykle 2-3 razy w sezonie, w dawkach i terminach zalecanych przez producenta.

Innym rozwiązaniem jest zasilenie krzewu raz w sezonie nawozem długodziałającym, który stopniowo uwalnia do podłoża składniki pokarmowe przez wiele tygodni (nawet do 6 miesięcy). Ma on przewagę nad innymi, gdyż oszczędza nam pracy przy nawożeniu roślin i minimalizuje ryzyko przenawożenia krzewów.

Szkodniki kontra motyli krzew

– Budleja jest rośliną odporną na choroby, jedynym jej utrapieniem mogą być mszyce – zaznacza Jarosław Mikietyński. – Szkodnik ten może zaatakować wszystkie części krzewu. Mszyca powoduje przede wszystkim odbarwienie liści, żerując na ich dolnej stronie.

Katarzyna Piojda



Jeśli chcesz, żeby twoja budleja dobrze rosła i kwitła, musisz ją posadzić w słonecznym miejscu. Najlepiej, by było zaciszne i osłonięte od wiatru. Należy też regularnie usuwać u samej nasady przekwitłe kwiatostany

MAGAZYN

SPORTOWY24

4.05.2026

Jagiellonia Futsal Białystok rozbiła w rewanżowym meczu barażowym ASG Stanley Futsal Team Brzeg aż 11:1 i wróciła do ekstraklasy STR. 16



FOT. DAWID PRZESTRZEŃSKI

Jagiellonia wraca do ekstraklasy

W IV lidze zespoły z podium odniosły zwycięstwa. Najwyżej - bo 9:1, wygrał Ruch Wysokie Mazowieckie STR. 16

Tłum kibiców Jagiellonii przybył na spotkanie z Jesusem Imazem, który przeszedł do historii klubu STR. 20

BAS KB Białystok uległ 2:3 po dramatycznym meczu KS-wi Piła i nie zdobył medalu I ligi siatkarek STR. 20

SPORTOWY24.PL

Udany start Karoliny Hołdy w Sarajewie

Tenisistka stołowa Dojlid Białystok Karolina Hołda potwierdza wysoką formę na arenie międzynarodowej. Bezpośrednio po udanym występie na Mistrzostwach Polski Juniorów w Krakowie (23-26 kwietnia), gdzie zdobyła dwa medale: złoty w drużynie oraz brązowy w grze podwójnej, wzięła udział w turnieju World Table Tennis Youth Contender Sarajevo 2026 (27-30 kwietnia).

W Sarajewie, występując w parze z reprezentantem Czech Matysem Koleckarem, wywalczyła brązowy medal w grze mieszanej. Kluczowym momentem turnieju był ćwierćfinałowy pojedynek z parą turecką Berk Oztopark / Busra Demir, zakończony zwycięstwem 3:2, po emocjonującym meczu i wygranej 11:9 w decydującym secie.

W półfinale polsko-czeski duet uległ parze Jacopo Cipriano / Franka Miskic (Włochy/Chorwacja) 1:3.

W 1/8 finału turnieju singlowego Karolina Hołda triumfowała w rywalizacji z Turczynką Busrą Demir 3:1 (11:9, 11:9, 8:11, 11:5), a w ćwierćfinale przegrała ze Szwedką Siri Benjergard 2:3 (11:8, 11:4, 11:13, 6:11, 0:11).

Futsal Po dwóch latach przerwy Jagiellonia Futsal ponownie zagra w ekstraklasie

KOSMICZNY MECZ JAGIELLONII FUTSAL

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

FUTSAL. Komplet widzów oglądał w hali UwB powrót Jagiellonii Futsal do ekstraklasy. W rewanżowym meczu barażowym Białostoczanie pokonali ASG Stanley Futsal Team Brzeg 11:1

Jagiellonia FUTSAL 11 (8)

Futsal Team Brzeg 1 (0)

Bramki: 1:0 Surmiak 5, 2:0 Kolesnykow 8, 3:0 Kucharski 10, 4:0 Dzienis 11, 5:0 Dzienis 12, 6:0 Kucharski 12, 7:0 Tachacki 16, 8:0 Łabieniec 17, 9:0 Neme 23, 10:0 Makal 24, 11:0 Skiepro 27, 11:1 Makowski 39

Jagiellonia Futsal: Jurij Kozaczenco (Kamil Dobrenko) - Helver Tachack, Christian Neme, Piotr Skiepro, Oksandr Kolesnykow, Wiktor Kalinowski, Kamil Surmiak, Mateusz Łabieniec, Grzegorz Makal, Mateusz Ostapczuk, Jacek Dzienis, Kamil Kucharski, Olivier Ambrożej. Trener: Vasko Vujović.

Futsaliści Jagiellonii Białystok byli pewniakami do awansu do ekstraklasy. W pierwszym spotkaniu, rozegranym na wy-



Jagiellonia Futsal Białystok świętuje powrót do ekstraklasy

jeździe, rozbili rywala ASG Stanley Futsal Team Brzeg aż 8:0. Rewanż wydawał się więc tylko formalnością i przypieczętowaniem powrotu Białostoczan na najwyższym poziomie rozgrywkowy. I tak też było.

Podopieczni trenera Vasko Vujovica rozegrali kosmiczny mecz. Już po pierwszej połowie prowadzili 8:0. Pierwsze trzy gole były bramkami telewizyjnymi o pięknej „urodzie”. Wspaniałe uderzenia Kamila Surmiaka, Oksandra Ko-

lesnykowa i Kamila Kucharskiego pozwoliły Jagiellonii Futsal Białystok wyjść na prowadzenie po 10 minutach gry 3:0. Dalsze minuty to absolutna dominacja Żółto-Czerwonych. Goście byli bezradni i tylko wyciągali piłkę z własnej siatki.

Do przerwy było już 8:0 dla Jagiellonii.

W drugiej połowie pewna już Jagiellonia dołożyła trzy bramki, a goście w końcówce zdobyli jeszcze honorowe trafienie, jedyne w całym dwumeczu.

Już wcześniej było wiadomo, że Fogo Futsal Ekstraklasę opuszczają Dremman Exlaba Futsal Opole, Widzew Łódź i Ruch Chorzów. Ich miejsce zajęli Wiara Lecha Poznań, KKF Motus Kazimierza Wielka i właśnie Jagiellonia Futsal Białystok.

Po dwóch zwycięstwach i przywróceniu Ekstraklasy dla Białegostoku, czuję emocje, które wystarczyłyby na dwa życia. Tak czuję się w tym momencie. Jestem bardzo szczęśliwy, ponieważ tutaj ludzie kochają futsal, kochają Jagiellonię i cieszą się, że jestem częścią tego wszystkiego oraz że mogłem pomóc temu miastu i temu klubowi - mówił po meczu trener Żółto-Czerwonych Vasko Vujović.

©

Olimpia Zambrów pokonała MOSP Białystok. Orzeł odczuł sportową złość Ruchu

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Zespoły z podium IV ligi odniosły zwycięstwa w 26. kolejce spotkań.

Liderująca Olimpia Zambrów pokonała 3:0 MOSP Białystok, Warmia Grajewo wygrała 2:0 w Kryninie, a Ruch Wysokie Mazowieckie rozgromił 9:1 Orła Kolno.

W Zambrowie Olimpia w pierwszej połowie nie umiała znaleźć sposobu na defensywę będącego na skraju degradacji MOSP-u, ale wkrótce po zmianie stron dopięła swego, a potem dodała jeszcze dwa trafienia, odnosząc już 23. zwycięstwo w tym sezonie.

- Dobry mecz, trochę musimy popracować nad skutecznością, ale ogólnie rzecz biorąc jesteśmy zadowoleni z wyniku, z tego, że dopisujemy kolejne trzy punkty w naszej sytuacji, a to jest najważniejsze - ocenił na konferencji prasowej trener Olimpii Michał Kolanowski.

Trener Orła Kolno zrezygnował z posady

Zespół z Wysokiego Mazowieckiego w poprzedniej kolejce poniósł niespodziewaną porażkę 0:1 w Brańsku z Pionierem i wyzwoleło to w jego piłka-



Kapitan Olimpii Zambrów Przemysław Jastrzębski cieszy się z gola w meczu z MOSP-em Białystok. Lider IV ligi odniósł już 23. zwycięstwo w sezonie i jest już blisko awansu.

rzach sportową złość, którą boleśnie odczuli rywale z Kolna. Orzeł wiosną spisyje się słabo i jeszcze nie cieszył się ze zwycięstwa (trzy remisy i sześć porażek) a klęska na stadionie Ruchu przepełniła czarę goryczy i z funkcji zrezygnował trener gości Kazimierz Pułaski.

Po ostatniej porażce podjąłem trudną, ale - w mojej opinii - jedyną słuszną decyzję o rezygnacji z funkcji trenera seniorów KKS Orzeł Kolno. Wierzę, że dla dobra klubu zespół potrzebuje teraz nowego impulsu, by przełamać ten trudny moment w 2026 roku - napisał Kazimierz Pułaski, cytowany przez facebookowy profil Orła Kolno.

Wilczki zwyciężyły w tej rundzie po raz ósmy z rzędu, ogrywając Krypniankę 2:0. Oba gole były dziełem Dawida Kalinowskiego, który do przerwy wykorzystał dwie sytuacja sam na sam z bramkarzem.

Niewiele gorzej od ekipy z Grajewa spisują się wiosną Czarni Czarna Białostocka, którzy odnieśli cenne zwycięstwo 2:1 z Turem Bielsk Podlaski, co pokonanych gości kosztowało

utrata czwartego miejsca w tabeli.

Czarni wiosną wygrali już osiem razy, a sposób na nich znalazła tylko Olimpia (5:0). Zespół trenera Mateusza Woronieckiego należy już traktować jak pełnoprawnego członka czwartoligowej czołówki.

Katastrofalny bilans Sparty Augustów

Na dole tabeli kolejnej klęski doznała Sparta Augustów, która u siebie przegrała z Hetmanem Skłodowskim Tykocin aż 0:7. Beniaminek z nad Netty w tej rundzie nie zdobył jeszcze żadnego punktu i nie strzelił gola. Jego bilans bramkowy jest katastrofalny i wynosi - 100 (11 bramek zdobytych, 111 straconych). Augustowianie zapewne chcieliby, by ten sezon już dobiegł końca i można było odbudować się w klasie okręgowej.

WYNIKI 26. KOLEJKI
Olimpia Zambrów - MOSP Białystok 3:0 (0:0). Bramki: 1:0 - Steć (54), 2:0 - Jastrzębski (61), 3:0 - Steć (81).

Ruch Wysokie Mazowieckie - Orzeł Kolno 9:1 (4:1). Bramki: 1:0 - Kuźma (3), 2:0 - Kuźma (22), 3:0 - Mingielewicz (25-samobójcza), 4:0 - Grzybowski (31), 4:1 - Domurat (45), 5:1 - Demiańczuk (53), 6:1 - Ożarowski (56-samobójcza), 7:1 - Kiczuk (57), 8:1 - Mazgola (75), 9:1 - Wyszynski (83).

Sparta Augustów - Hetman Skłodowsky Tykocin 0:7 (0:1). Bramki: 0:1 - Szoł (10), 0:2 -

K. Chilmon (47), 0:3 - Moczulski (58), 0:4 - Moczulski (59), 0:5 - Kos (71), 0:6 - Szoł (75), 0:7 - Nowakowski (87).

Krypnianka Krypno - Warmia Grajewo 0:2 (0:2). Bramki: 0:1 - D. Kalinowski (20), 0:2 - D. Kalinowski (44).

KS Śniadowo - Promień Mońki 2:1 (0:1). Bramki: 0:1 - Ołw (30), 1:1 - Kadłubowski (59), 2:1 - Pisiak (90).

Wissa Szczuczyn - Pionier Brańsk 1:0 (1:0). Bramka: 1:0 - Tercjak (28).

Czarni Czarna Białostocka - Tur Bielsk Podlaski 2:1 (1:1). Bramki: 0:1 - Padzialsinski (16), 1:1 - Stolarewski (40), 2:1 - Goldowski (50).
LZS Krynk - KS Michałowo 3:3 (1:2). Bramki: 0:1 - Grabowski (3), 0:2 - Szadłowski (35), 1:2 - Szymanowicz (42), 2:2 - Szymanowicz (47), 3:2 - Leszczyński (78), 3:3 - Grabowski (90).

Mecz: Supraślanka Supraśl - Turośnianka Turośń Kościelna został przełożony na 6 maja.

1. Olimpia Zambrów	26	70	106-14
2. Warmia Grajewo	25	59	83-34
3. Ruch Wysokie Maz.	25	52	78-28
4. Wissa Szczuczyn	24	50	84-27
5. Tur Bielsk Podlaski	26	50	65-44
6. Czarni Czarna B.	26	49	58-45
7. Pionier Brańsk	26	46	73-40
8. Hetman Tykocin	25	40	69-66
9. Turośnianka Turośń K.	25	37	54-41
10. Promień Mońki	26	37	57-45
11. KS Śniadowo	26	31	48-67
12. Supraślanka Supraśl	25	29	51-56
13. Orzeł Kolno	26	24	44-85
14. Krypnianka Krypno	26	23	41-74
15. LZS Krynk	25	19	48-82
16. KS Michałowo	26	19	35-85
17. MOSP Białystok	26	14	29-90
18. Sparta Augustów	26	4	11-111

©

PKO Ekstraklasa Rozgrywki są na ostatnim, finałowym wirażu. To widać

Lech mknie po obronę tytułu. Legia - tylko i aż poutzymanie

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Majówkowy weekend z PKO Ekstraklasą, z racji rozgrywania finału Pucharu Polski, został okrojony z dwóch meczów.

Emocji jednak i tak nie brakowało - zwłaszcza w stolicy, gdzie Legia rzutem na taśmę ograła drżący o byt Widzew.

Liga jest na ostatnim, finałowym wirażu. To czuć w każdym meczu. Już na otwarcie 31. kolejki z równowagi dał się wyprowadzić Jacek Zieliński. Trener Korony nie zrozumiał, dlaczego tuż przed ostatnim gwizdkiem sędzia Patryk Gryckiewicz zatrzymał potencjalną akcję na wagę 3 punktów z Piastem Gliwice, zamiast poczekać na jej rozwój i wtedy ewentualnie dokonać weryfikacji przed monitorem VAR. Zamiast tego szybko wznowił grę, dopatrując się faulu sunącego na bramkę Antonina. Wściekły Zieliński wykrzyczał coś w kierunku arbitra, za co dostał czerwoną kartkę - pierwszą w sezonie, skutkującą zawieszeniem na co najmniej dwa mecze.

Korona jest na powierzchni, ale nie wygrała żadnego z pięciu ostatnich spotkań. Pracę po sezonie ma stracić dyrektor sportowy Paweł Tomczyk, który nie trafił z transferami. Do piłkarzy wielkie pretensje mieli zresztą kibice z młyna. Doszło do rozmów pod sektorem, ale nie rękoczynów - oświadczył klub w wydanym szybko komunikacie, dementując słowa z konferencji... trenera Zielińskiego, wprowadzonego przez kogoś w błąd.



Juergen Elitim jest podobno na liście życzeń Widzewa, ale ucieszył się z punktów Legii

W jeszcze gorszej sytuacji znajduje się pogrążony w kryzysie Widzew, który od dłuższego czasu zajmuje miejsce w strefie spadkowej. W piątkowy wieczór dobiła go Legia - dosłownie w ostatniej akcji meczu. Łazienkowska oszalała z radości, gdy Rafał Adamski dołożył nogę do uderzenia Bartosza Kapustki i tym samym dał stołecznej drużynie upragnione punkty.

Zdaniem Rafała Rostkowskiego Legii nie należało się jednak rzut wolny. Były sędzia zacytował osiem anonimowych opinii kolegów - jak to ujął we wpisie - „z dużym doświadczeniem”, którzy również nie dopatrzili się przewinienia Frana Alvareza na Rubenie Vinagre. Jeden z nich napisał: - Lepiej było tego nie gwizdać. - Sędzia (Woj-

ciech) Myć prowadził mecz doskonale, bardziej czeptałbym się poziomowi piłkarzy, to nie było dobre widowisko - stwierdził natomiast Michał Listkiewicz. Jemu i wielu innym najbardziej spodobała się seria efektownych opraw ultrasów zwieńczona fajerwerkami przed stadionem. Legia ten mecz okupiła kontuzjami dwóch wahadłowych z reprezentacyjnym doświadczeniem - Pawła Wszołka i jego zmiennika Arkadiusza Recy. Marka Papszuna cieszyć może z kolei to, że utrzymanie jest na wyciągnięcie ręki.

Deserem po sobotnim finale Pucharu Polski okazał się mecz na Lubelszczyźnie. Motor na nowym murawie chciał zaskoczyć faworyzowanego Lecha. Chcieć nie znaczy jednak móc. Przewodzący tabeli gość zagrał na swo-

ich zasadach. W 40 minucie strzelił zwycięskiego gola, gdy świetnie nad piłką zapanował Leo Bengtsson. Szwed najpierw odwrócił się z nią w biegu w kierunku bramki, po czym uderzył nie do obrony.

Wygrana byłaby okazalsza, gdyby nie trzy interwencje Gaspiera Tratnika. Dla Kolejorza ten wyjazd miał jednak słodkogorzki smak. Niby umocnił się na prowadzeniu, ale kosztem utraty swojego najlepszego gracza. Po kwadransie na noszach został zniesiony Ali Gholizadeh. Reprezentant Iranu źle stanął i w efekcie poważnie uszkodził najprawdopodobniej kolano. 30-latek ukrył twarz w dłoniach, wiedząc że najpewniej przepadnie mu udział w zbliżających się mistrzostwach świata. ©

31. KOLEJKA EKSTRAKLASY

KORONA KIELCE - PIAST GLIWICE 1:1
Bramki: Blanik 56 - Juande 53

LEGIA WARSZAWA - WIDZEW ŁÓDŹ 1:0
Bramki: Adamski 90+7

MOTOR LUBLIN - LECH POZNAŃ 0:1
Bramki: Bengtsson 40

GKS KATOWICE - BRUK-BET TERMALICA NIECIECZA 5:1
Bramki: Kasperkiewicz 18 (bram. samob.), Skurin 22, Marković 31, 64, Kowalczyk 58 - Zapolnik 42

1. Lech Poznań	31	55	56-41
2. Górnik Zabrze	30	49	43-34
3. GKS Katowice	31	47	48-42
4. Jagiellonia Białystok	30	46	48-37
5. Raków Częstochowa	30	46	43-28
6. Wisła Płock	30	45	32-28
7. Zagłębie Lubin	30	44	43-36
8. Piast Gliwice	31	40	4-41
9. Legia Warszawa	31	40	35-36
10. Radomiak Radom	30	40	46-43
11. Korona Kielce	31	39	38-37
12. Motor Lublin	31	39	39-46
13. Lechia Gdańsk	30	38	57-54
14. Pogoń Szczecin	30	38	40-45
15. Cracovia	30	38	35-38
16. Widzew Łódź	31	36	36-38
17. Arka Gdynia	30	34	31-54
18. Bruk-Bet Nieciecza	31	28	37-60

Program 32. kolejki

Piątek 08.05

Raków Częstochowa - Korona Kielce (godz. 18.00), Lech Poznań - Arka Gdynia (godz. 20.30).

Sobota 09.05

Widzew Łódź - Lechia Gdańsk (godz. 14.45), Jagiellonia Białystok - Pogoń Szczecin (godz. 17.30), Górnik Zabrze - Zagłębie Lubin (godz. 20.15).

Niedziela 10.05

Piast Gliwice - GKS Katowice (godz. 12.15), Wisła Płock - Motor Lublin (godz. 14.45), Bruk-Bet Nieciecza - Legia Warszawa (godz. 17.30).

Poniedziałek 11.05

Cracovia - Radomiak Radom (godz. 19.00).

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

16 goli

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

15 goli

Mikael Ishak (Lech Poznań), Jonatan Brunes (Raków Częstochowa)

13 goli

Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok)

12 goli

Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok), Sebastian Bergier (Widzew Łódź)

BOHATER WEEKENDU

Bartosz Kapustka (Legia Warszawa)

Bez niego nie byłoby wydarzenia zwycięstwa nad Widzewem Łódź. To on w finałowej akcji oddał strzał, po którym piłkę zmierzającą do siatki musnął jeszcze Rafał Adamski, który zapisany został ostatecznie w protokole jako autor gola. Wygląda na to, że stołeczna drużyna jednak nie spadnie z Ekstraklasy. A łódzka?



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Niels Fredriksen nie był pewny wygranej. Ale Marek Papszun był już zadowolony

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Broniący tytułu piłkarze Lecha pokonali w Lublinie Motor 1:0. W ostatnich sekundach Legia uratowała z kolei zwycięstwo z łódzkim Widzewem.

Trener piłkarzy Lecha Poznań - Niels Fredriksen przyznał po wyjazdowym zwycięstwie nad Motorem Lublin, że do końca jego zespół nie mógł być pewny tej wygranej.

- Widać, że musimy jeszcze pracować nad skutecznością - ocenił.

Spotkanie Motoru z Lechem rozegrane zostało na nowej murawie, którą wreszcie - po zimowych problemach i... późniejszych przepychankach - rozłożono na lubelskim stadionie.

- Pochwała należy się gospodarzom za znakomicie przygotowane boisko, bo w ten sposób możemy zwiększyć poziom gry w ekstraklasie - nie krył uznania trener poznańskiej ekipy,

rozpoczynając od tych słów swoje wystąpienie na pomeczowej konferencji.

To, że piłkarze mieli możliwość grania na równiutkiej murawie, niewątpliwie bardziej sprzyjało gościom, którzy mają zawodników o większych umiejętnościach technicznych. Faktycznie, Poznaniacy lepiej operowali piłką i stworzyli więcej sytuacji, z których mogli zdobyć kolejne bramki.

- Wygrał zespół, który w ogólnym rozrachunku był lepszy, jednak muszę pochwa-

lić swoich piłkarzy, że zagraли znacznie lepiej niż w ostatnim meczu z Widzewem i próbowali się odgrzyźć. Mogliśmy stracić coś więcej niż trzy punkty, ale drużyna pokazała, że mentalnie nie mamy się o co martwić, bo nastawienia i zaangażowania nie można jej odmówić - stwierdził Mateusz Stolarski, trener Motoru.

Z kolei trener Legii Warszawa Marek Papszun był zadowolony z postawy swojej drużyny po zwycięstwie nad Widzewem Łódź.

- Byliśmy bardziej zdeterminowani - ocenił.

Wydawało się, że mecz zakończy się remisem, lecz w ostatniej akcji - po sporym zamieszaniu - piłkę w bramce umieścił stojący niemal na linii bramkowej Rafał Adamski, który dostawił stopę po uderzeniu Bartosza Kapustki.

- Gratuluję piłkarzom. Kibice po raz kolejny byli naszym dwunastym zawodnikiem. To zwycięstwo jest dla nich nagrodą. W ostatniej akcji meczu strzelamy gola. Tego nie dało

się lepiej wyreżyserować. Nie było to jednak wielkie widowisko, bo grały dwie drużyny walczące o utrzymanie - powiedział Papszun na konferencji prasowej.

Legia podniosła się po bolesnej porażce z Lechem Poznań (0:4) w poprzedniej kolejce.

- Cieszę się, że stanęliśmy szybko na nogi po mizernym wyniku w Poznaniu. Wielu zawodników pokazało, że ma Legię w sercu, nawet jeśli po sezonie odejdą z klubu - podkreślił Papszun. ©

Piłkarze 50 tysięcy kibiców na trybunach, dwa gole i jedna czerwona kartka w finale STS Pucharu Polski Zabrze oszalało ze szczęścia. Raków rozczarował

Rafał Musioł
r.musiol@dz.com.pl

Górniki Zabrze 2 (1)
Raków Częstochowa 0

Bramki
1:0 Roberto Massimo (32),
2:0 Maksym Chłani (65)

Górniki Łubik ■ - Sacek (83. Olkowski), Janicki, Josema, Janża ■ (89. Ambros) - Kubicki, Hellebrand, Sadilek, Chłani (83. Dimi ■), Massimo (74. Zmrzył) - Liseth (89. Podolski). Trener: Michał Gasparik.

Raków Zych - Dawidowicz (56. Ameyaw), Racovitan, Svarnas - Tudor, Bulat, Repka ■, Silva (66. Amorim) - Makuch (46. Fadiga), Lopez ■ (66. Rocha ■) - Brunes ■ (90+2). Trener: Łukasz Tomczyk.

Sędziował Jarosław Przybył (Kluczbork)
Widzów 50.072

Wypełniony po brzegi PGE Narodowy, piękna majowa pogoda i piłkarze Górnika oraz Rakowa walczący o STS Puchar Polski. W sobotę w Warszawie było wszystko to, co kibice lubią najbardziej.



Pierwszego gola strzelił Roberto Massimo (nr 15, z prawej)

Przed startem o trofeum, 5 milionów złotych i gwarantowane miejsce w III rundzie kwalifikacji Ligi Europy (w przypadku dołożenia mistrzostwa lub wicemistrzostwa kraju zamieni się to w przepustkę do eliminacji Ligi Mistrzów) obaj trenerzy odżegnywali się od uznania ich zespołów za faworyta. Obaj też zastanawiali się, jak wyprowadzić rywala w pole. Michał Gasparik starał się

ukryć gotowość do gry Erika Janży, Łukasz Tomczyk nie zdradzał jak bardzo liczy na Ivi Lopeza, który strzelał gole w każdym finale, w jakim zagrał. Oczywiście były natomiast nadzieje pokładane w Jonatanie Braucie Brunecie, mającym szansę, by zostać królem snajperów tej edycji rozgrywek.

Górniki po raz ostatni grał w finale w 2001 roku, a zdobył Puchar w 1972. Związaną z tym



W końcówce spotkania na murawie doszło do awantury

presję dało się odczuć i była też widoczna w pierwszych minutach meczu, gdy obrońcy w dziwnie usztywniony sposób walczyli, by powstrzymać Częstochowian. W miarę upływu czasu piłkarze Gasparika łapali jednak rytm i w 32. minucie objęli prowadzenie. Z rzutu rożnego dośrodkował Janża, prosto na głowę stojącego tuż przy „krótkim” słupku Roberto Massimo i 25-letni Niemiec

uderzeniem głową wpakował piłkę do siatki. Cały sztab i kibice Górnika eksplodowali z radości.

Raków nie miał pomysłu jak odpowiedzieć na to zdarzenie i z wynikiem 0:1 schodził do szatni na przerwę.

Po niej Częstochowianie też jednak byli bezradni, a Górnik grał swoje i pokazywał rosnącą pewność siebie. W 65. minucie zadał rywalom drugi cios. Mak-

sym Chłani, który był bohaterem jednego z tekstów w przedmeczowym programie („Dzień Chłania?”), ośmieszył Frana Tudora, pognął na bramkę i bez problemów pokonał Oliwier Zycha! Zapas dwóch goli w starciu z tak dysponowanym Rakowem dawał już wielki komfort graczom Gasparika.

Zabrzańscy bezdyskusyjnie panowali na murawie aż do ostatniego gwizdka sędziego, który niemal znikł w donośnej euforii panującej wśród kibiców Górnika. Nieco wcześniej miały jednak miejsce dwa znaczące wydarzenia. Najpierw na murawę wszedł Łukasz Podolski, co stanowiło symboliczne zwieńczenie jego gry w klubie, którego ma zostać już wkrótce właścicielem. Chwilę później po absurdalnie brutalnym faulu na Poldim z boiska został wyrzucony sfrustrowany Brunes i doszło do potężnej awantury.

Górniki wygrał finał całkowicie zasłużenie, odnosząc trzecie zwycięstwo w tym sezonie nad Rakowem. ©

Dziękuję, że znaleźliście mnie na Słowacji

Rafał Musioł
r.musiol@dz.com.pl

Rozmowa z Michałem Gasparikiem, trenerem Górnika Zabrze

Wygraliście finał bezdyskusyjnie...

Zagraliśmy świetny mecz, a piłkarze wykonali to wszystko, co sobie założyliśmy. Nie popełniliśmy żadnych błędów, co było najważniejsze. Pierwsza bramka była decydująca. Potem czekaliśmy na kontrę i też nam to wyszło.

Doping też mieliście fantastyczny.

Czuliśmy się jak w Zabrzu, a może nawet lepiej, bo energia szła niesamowita. Kibice bardzo nam pomogli, to dla nich wygraliśmy.

Czy Raków czymkolwiek pana zaskoczył?

Oni mają jasny system. W finale też Raków nic ekstra nie zrobił, dlatego my w większości kontrolowaliśmy mecz. Wiedziałem, że początek tak będzie wyglądał, bo doświadczenie było na pewno po stronie rywala. Potem padł gol i wszystko było tak, jak powinno być. Pokazaliśmy, że



Michał Gasparik podczas finału Pucharu Polski

potrafimy kontrolować mecz i rozgrywać końcówki.

Trochę pan zaskoczył, stawiając na Roberto Massimo, a tymczasem on strzelił gola
Ćwiczyliśmy ten wariant z nim już w lidze, wiedziałem, że ciągle nie pokazuje wszystkiego. Przed meczem powiedziałem mu, że kolejnej szansy nie będzie. I zdobył bardzo ważną bramkę. Cieszę się, że miałem szczęśliwą rękę, stawiając go od pierwszej minuty.

Czym tak mocno podpadły panu reklamy przy ławce?

Stały za blisko, więc je odrzuciłem (w tym momencie Łukasz Podolski dodał ze śmiechem: i teraz zamiast pięciu „baniek” dostaniemy trzy).

Przed wami jeszcze cztery ligowe mecze. Nie będzie problemu z zachowaniem koncentracji?

Żadnego. Wiemy, jaka szansa też otwiera się przed nami w lidze i chcemy ją wykorzystać. Wygranie Pucharu nie będzie miało wpływu na zespół. Teraz jednak przez dwa dni możemy trochę poimprezować.

To pana czwarty puchar w karierze. Trzy poprzednie zdobył pan ze Spartakiem Trnava.

A w finale grałem po raz piąty. Za każdym razem jest świetne uczucie, ale trudno to porównywać. Na pewno dziękuję ludziom z Górnika, że dali mi szansę, że znaleźli mnie na Słowacji. Cieszę się, że napisaliśmy małą historię, a ja jestem jej częścią.

Który puchar jest ładniejszy jako przedmiot - słowacki czy polski?

Powiem tak - z polskiego mogę się napić (śmiech). ©

Zostawiam sobie otwartą furtkę

Rafał Musioł
r.musiol@dz.com.pl

Rozmowa z Łukaszem Podolskim, piłkarzem Górnika Zabrze.

Zaraz po meczu zasugerował pan, że może to być jeden z ostatnich momentów kariery...

Plany są takie, żeby skończyć, ale zawsze byliście zaskoczeni decyzjami przez ostatnie lata, może teraz też tak będzie. Może coś też jest w trakcie, jakaś niespodzianka, ale to to zobaczymy. Zawsze zostawiam sobie furtkę otwartą. Ludzie tylko myślą to, co widzą z zewnątrz. A w środku jest tyle pracy, że czasami rodzina stoi na drugim miejscu, a wszystko inne na pierwszym i ten kierunek trzeba trochę zmienić. Też mam rodzinę, dzieci i inne sprawy. Ale zobaczymy.

Kiedy podejmie pan decyzję?

Cieszymy się dzisiaj, jutro z Pucharu, a potem znów liga, przygotowania na te ostatnie cztery mecze, po to, żeby to miejsce, jakie teraz mamy, utrzymać. Może uda się jeszcze trochę więcej? I potem na spokojnie usiądę sobie i zobaczę, jak to pójdzie dalej.



Łukasz Podolski na razie ma 8 procent akcji Górnika

Ma pan całkiem pokaźną kolekcję pucharów...

Wszędzie gdzie grałem, to je zdobywałem. Dziś to coś wspaniałego, bo wygranie z Górnikiem jest trudniejsze niż z Arsenalem czy Galatasaray, czy w Japonii. To coś niezwykłego dla kibiców, dla pracowników klubu, dla nas wszystkich. Mamy wielką radość. Ale jedziemy dalej i musimy pracować. W Niemczech mówi się, że największe błędy popełnia się wtedy, gdy jest dobrze.

Puchar odbierał pan ze Stanisławem Oślizłą.

To piękna historia. Pierwszy krok w Katowicach, jak wylądowałem, to przy samolocie stał już Stanisław Oślizło. „Dusił” mnie, że tak się cieszysz, że będę grał w tym klubie. Fajna sprawa, że wtedy był ten pierwszy krok z nim, a teraz może mój ostatni też, że on stał teraz z pucharem.

Jest pan już „jedną nogą” właścicielem Górnika...

Na razie mam 8 procent akcji, to raczej jednym palcem. Idzie to do przodu, ale zobaczymy co się wydarzy. Data jest niby wyznaczona na 23 maja, ale zobaczymy, czy to się da podpisać.

Gdyby dziś był pan właścicielem, musiałby pan wypłacić premię za zdobycie Pucharu Polski...

Ze mną premie ciężko się negocjuje, jestem też biznesmenem. Finanse też muszą się układać. Za puchar klub dostanie 5 milionów złotych, to będzie jak zawsze, pieniądze przyjdą i fru. Dziwiłem się, że nie było przed meczem dyskusji z Zarządem, jaka będzie premia. Ale pieniądze nie są motywacją dla nas, chcieliśmy ten puchar przywieźć do Zabrza i tylko to było ważne. ©

Kacper Woryna wygrywa Grand Prix Niemiec

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

Trochę nieoczekiwanie, niespełna 30-letni Kacper Woryna wygrał w bawarskim Landshut zawody żużlowe o Grand Prix Niemiec - pierwszą eliminację indywidualnych mistrzostw świata.

Landshut po raz czwarty gościł turniej żużlowy Grand Prix. Przed dwoma laty, Bartosz Zmarzlik był tu drugi, a przed rokiem wygrał.

W tym sezonie, Kacper Woryna - wnuczek Antoniego Woryny, pierwszego Polaka, który wywalczył medal indywidualnych mistrzostw świata na żużlu (1966), debiutuje jako stały uczestnik cyklu Grand Prix. Na torze „Ellermühle Speedway Stadium”, sprawił wielką niespodziankę, pokonując dużo bardziej utytułowanych rywali.

W fazie zasadniczej zawodów w Landshut, Woryna zdobył 8 punktów, co dało mu ledwie 6. miejsce. Miał nawet szansę na znalezienie się w czołowej „dwójce” i zapewnienie sobie bezpośredniego awansu do finału, ale w swoim czwartym wy-

ścigu dotknął na starcie taśmy i został zdyskwalifikowany.

W fazie zasadniczej bezkonkurencyjny był brązowy medalista ubiegłorocznych mistrzostw Daniel Bewley, który wygrał wszystkie pięć wyścigów. Zmarzlik, 6-krotny mistrz świata, jeździł bez błysku - czterokrotnie był drugi i odniósł jedno zwycięstwo. Mimo to z dorobkiem 11 punktów awansował do finału.

W pierwszym wyścigu ostatniej szansy Woryna prowadził od startu do mety, pozostawiając w pokonanym polu m.in. ubiegłoroczny wicemistrza świata Australijczyka Brady'ego Kurtza. W drugim pojechali Patryk Dudek i Dominik Kubera, ale to nie oni odegrali główne role w walce o awans. W efektownym stylu uzyskał go Brytyjczyk Robert Lambert, który na ostatnim okrążeniu wyprzedził Szweda Fredrika Lindgrena.

W wielkim finale najlepiej wystartował Bewley, ale jadący z tyłu Woryna na pierwszym okrążeniu minął wszystkich rywali i prowadzenia nie oddał już do mety. Bewley przyjechał drugi, a trzecie miejsce przypadło Zmarzlikowi, który do końca musiał odpierać ataki Lamberta.



FOT. ANDREW SURMA/SPA USA/EAST NEWS

- Spokojnie, jest fajnie, ale jeszcze dziewięć rund do końca - uspokaja Kacper Woryna

Tym samym, Woryna odniósł jeden z największych sukcesów w karierze. Mistrz świata juniorów z 2017 roku i drużynowy mistrz Europy z 2022 ostatnio jest w wysokiej formie. Poprzez eliminacje uzyskał awans do cyklu GP, a przed miesiącem wygrał w Opolu prestiżowy turniej o Złoty Kask.

Tegoroczny cykl mistrzostw świata składa się z dziesięciu turniejów. Kolejny turniej odbędzie się 23 maja w Pradze.

GRAND PRIX NIEMIEC

1. Kacper Woryna (Polska) - 11+3 (1,2,3,1,2,3) - 20 pkt.; 2. Daniel Bewley (W. Brytania) - 17 (3,3,3,3,3,2) - 18; 3. Bartosz Zmarzlik (Polska) - 12 (2,2,2,2,3,1) - 16; 4. Robert Lambert (W. Brytania) - 9+3

(3,1,0,2,3,0) - 14; 5. Fredrik Lindgren (Szwecja) - 8+2 (1,2,1,3,1) - 12; 6. Jason Doyle (Australia) - 7+2 (1,3,0,2,1) - 11; 7. Patryk Dudek (Polska) - 9+1 (3,0,2,1,3) - 10; 8. Jack Holder - 7+1 (3,1,2,0,1) - 9; 9. Brady Kurtz (obaj Australia) - 10+0 (2,3,0,3,2) - 8; 10. Dominik Kubera (Polska) - 6+0 (0,3,2,1,0) - 7; 11. Nazar Parnicki (Ukraina) - 6 (1,0,3,1,1) - 6; 12. Andrzej Lebediew (Łotwa) - 6 (2,1,1,0,2) - 5; 13. Norick Blödm (Niemcy) - 6 (0,1,1,2,2) - 4; 14. Max Fricke (Australia) - 5 (0,2,0,3,0) - 3; 15. Michael Jepsen Jen-

sen - 4 (0,0,3,1,0) - 2; 16. Leon Madsen (obaj Dania) - 3 (2,0,1,0,0) - 1; 17. Kevin Wölbert - 0 (0) - 0; 18. Valentin Grobauer (obaj Niemcy) - ns - 0.

Bieg po biegu:

1. (69,43) Dudek, Madsen, Parnicki, Kubera
2. (68,71) Lambert, Lebediew, Woryna, Blödm
3. (68,46) Holder, Zmarzlik, Doyle, Fricke
4. (68,07) Bewley, Kurtz, Lindgren, Jepsen Jensen
5. (69,79) Bewley, Zmarzlik, Lambert, Dudek
6. (69,99) Kurtz, Fricke, Lebediew, Parnicki
7. (71,09) Doyle, Lindgren, Blödm, Madsen
8. (70,34) Kubera, Woryna, Holder, Jepsen Jensen
9. (69,38) Jepsen Jensen, Dudek, Lebediew, Doyle
10. (69,59) Parnicki, Holder, Lindgren, Lambert
11. (68,90) Woryna, Zmarzlik, Madsen, Kurtz
12. (68,72) Bewley, Kubera, Bloedorn, Fricke
13. (69,45) Kurtz, Blödm, Dudek, Holder
14. (69,38) Bewley, Doyle, Parnicki, Wölbert (Woryna - t)
15. (70,09) Fricke, Lambert, Jepsen Jensen, Madsen
16. (69,38) Lindgren, Zmarzlik, Kubera, Lebediew
17. (69,45) Dudek, Woryna, Lindgren, Fricke
18. (69,51) Zmarzlik, Blödm, Parnicki, Jepsen Jensen
19. (69,71) Bewley, Lebediew, Holder, Madsen
20. (69,00) Lambert, Kurtz, Doyle, Kubera

Półfinały:
21. (69,86) Woryna, Doyle, Holder, Kurtz
22. (69,54) Lambert, Lindgren, Dudek, Kubera

Finał:
23. (69,55) Woryna, Bewley, Zmarzlik, Lambert
© ©

Polacy w Porto już świętują mistrzostwo. Lewandowski błysnął przed El Claciso

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

FC Porto cieszyło się już ze zdobycia mistrzowskiego tytułu w Portugalii, a kluczową rolę odegrało w tym sukcesie polskie trio - Jan Bednarek, Jakub Kiwior i Oskar Pietuszcowski.

Robert Lewandowski wyszedł w podstawowym składzie Barcelony i rozegrał pełne 90 minut w meczu 34. kolejki La Liga z Osasuną Pampeluna (2:1). Polak dopiero w 81. minucie rozpoczął strzelanie w meczu, notując swoje trzynaste trafienie w bieżącym sezonie. 37-letniemu napastnikowi udało się urwać obrońcom, znaleźć odrobinę wolnej przestrzeni, wyskoczyć do piłki, a następnie oddać precyzyjny strzał głową.

Mistrzowskie scenariusze dla Barcy

Później prowadzenie jeszcze podwyższył Ferran Torres. Ekspresowo natomiast gospodarze na Estadio El Sadar strzelili gola kontaktowego, zaskakując mistrzów Hiszpanii tuż przed końcem podstawowego czasu.

Piłkarze Flicka po sobotnim zwycięstwie nad Osasuną mają na koncie już 88 punktów. I w przejściowej tabeli (przed ro-

zegraniem wszystkich spotkań 34. serii gier) wypracowali aż czternaście oczek przewagi nad drugim Realem Madryt, ale ze świętowaniem obrony tytułu musieli poczekać - co najmniej - do niedzielnego meczu (rozegranego po zamknięciu tego wydania) Królewskich z Espanyolem. Iliczyć, że derbowy rywal z Barcelony urwie punkty zespołowi trenera Álvaro Arbeloi. Tak czy inaczej, do zaplanowanego za tydzień El Clasico Barcelona przystąpi w roli faworyta.

- Chciałbym znowu celebrować mistrzostwo z Barceloną. To wspinały moment, wygrać ligę i świętować z kibicami na ulicach miasta. Nie wiem, kiedy to nastąpi, a nie będziemy rozmawiać o mojej przyszłości, dopóki nie wygramy ligi - powiedział po meczu Lewandowski. - Do rozegrania zostały nam cztery mecze i naszym celem jest wygranie ich wszystkich. Zdobyć 100 punktów w sezonie, to byłoby coś.

FC Porto z Polakami świętowało tytuł

Mistrzostwo Portugalii po kolejnej skromnej wygranej zapewniło sobie FC Porto. „Smoki” wygrały u siebie z niżej notowaną Alvercą (1:0) po голу polskiego obrońcy Jana Bednarka, który przesądził o 31. tytule w bogatej



FOT. GRZEGORZ WAJDA

Lewandowski będzie rozmawiał o swojej przyszłości dopiero wtedy, gdy Barca zapewni sobie mistrzostwo

historii klubu z Estádio do Dragão. W meczu 32. kolejki do przerwy występował drugi z Polaków, Jakub Kiwior, który został zmieniony w 46. minucie. Z kolei Oskar Pietuszcowski pojawił się na boisku chwilę po upływie godziny.

Dziennikarze podkreślają znaczenie gola Bednarka w 40. minucie, dzięki któremu gospodarze przypieczętowali wygranę ligi. Relacjonując sobotnie

spotkanie na Estadio do Dragao stacja Sport TV i radio Antena 1 oceniły jednak, że „Smoki” zbyt skromnie pokonały gości. Wspomniane media odnotowały, iż wywalczone w sobotę trofeum jest pierwszym tytułem mistrzowskim w karierze prezesa FC Porto Andre Villasa-Boasa. Przy okazji przypomniano, że to on był kluczową postacią przy zakontraktowaniu przez klub polskiego tercetu.

Według portugalskich dziennikarzy dobra postawa duetu Bednarek - Kiwior spowodowanego na początku sezonu z ligi angielskiej, była decydująca dla „odważnej decyzji” zakupu w styczniu przez FC Porto 17-letniego skrzydłowego z Polski, Oskara Pietuszcowskiego, który kosztował ponad osiem milionów euro z łatwymi do aktywowania dla Jagiellonii bonusami.

Nasi pokazali się w Serie A

Reszta Polaków w ligach zagranicznych? Niewiele się działo we włoskiej Serie A. W podstawowych składach wyszli tylko Adam Buksa, który w meczu Udinese z Torino (2:0) miał jedną dogodną sytuację po strzale w słupek. I został zmieniony przed końcowym gwizdkiem. Od pierwszej minuty zagrał też Nicola Zalewski (dostał najwyższą notę) dla Atalanty Bergamo w meczu z Genoa (0:0). Był aktywny na skrzydle i w swoim stylu często szukał dryblingów, jednak nie przełożyło się to na gole. A bezbramkowy rezultat utrzymał się do końca spotkania.

W Niemczech z kolei kolejnego pełnego meczu nie rozegrał wypożyczony z Wolfsburga do FC Köln Jakub Kamiński. Jego drużyna bramkowo (2:2) zremi-

sowała z Unionem Berlin prowadzonym przez trenerkę Marie-Louise Etę.

Bogusz zagrał dla Houston

Za wielką wodą w pełnym wymiarze czasowym zagrał Mateusz Bogusz dla Houston Dynamo, które po голу byłego piłkarza Górnika Zabrze Lawrence'a Ennaliego odniosło zwycięstwo nad Colorado w amerykańskiej lidze MLS.

WYNIKI MECZÓW LIG TOP 5

35. kolejka Premier League:

Leeds - Burnley 3:1, Brentford - West Ham 3:0, Newcastle - Brighton 3:1, Wolverhampton - Sunderland 1:1, Arsenal - Fulham 3:0.

32. kolejka Ligue 1:

Nantes - Olympique Marsylia 3:0, PSG - Lorient 2:2, Metz - AS Monaco 1:2, Nice - Lens 1:1.

34. kolejka La Liga:

Girona - Mallorca 0:1, Villarreal - Levante 5:1, Valencia - Atletico Madryt 0:2, Deportivo Alaves - Athletic Bilbao 2:4, Osasuna - FC Barcelona 1:2.

32. kolejka Bundesligi:

Union Berlin - FC Koeln 2:2, Eintracht Frankfurt - HSV 1:2, Bayern - Heidenheim 3:3, Werder Brema - Augsburg 1:3, Hoffenheim - Stuttgart 3:3, Bayer Leverkusen - RB Lipsk 4:1.

35. kolejka Serie A:

Pisa FC - Lecce 1:2, Udinese - Torino 2:0, Como - SSC Napoli 0:0, Atalanta - Genoa 0:0.
© ©

Strzelanina w meczu Jagiellonii II i remis 3:3

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. W 29. kolejce spotkań Jagiellonia II Białystok zremisowała na wyjeździe z wiceliderem rozgrywek Wartą Sieradz 3:3. Zwycięstwa zanotowały Wigry Suwałki i KS Wasilków

Jagiellonia II Białystok zremisowała z Wartą Sieradz 3:3 grając od 47 minuty w „dziesiątkę” po tym jak Olaf Pawelczyk ujrzał ruga żółtą, a w konsekwencji czerwoną kartkę.

– Na pewno czujemy lekkiego niedosyt, aczkolwiek szanujemy ten zdobyty punkt. Uważam, że pierwsza połowa była jedną z lepszych w naszym wykonaniu odkąd pracujemy razem. Po pierwszej połowie prowadziliśmy 3:1 i dominowaliśmy, tworzyliśmy sytuację w polu karnym przeciwników. Straciliśmy bramkę po stałym fragmencie gry i strzale z dystansu. Nie wybronił się w tej sytuacji. Po przerwie dostajemy drugą żółtą kartkę i gonimy całą drugą połowę bez jednego zawodnika. Poświęcenie i chęć utrzymania wyniku i zdobycia punktu było na bardzo dużym poziomie – mówił dla klubowych mediów Jagiellonii trener Żółto-Czerwonych Daniel Rusek.

Wigry Suwałki wygrały pewnie na wyjeździe z Lechią Tomaszów Mazowiecki 3:1 i do Warty mają siedem punktów straty.

KS Wasilków ambitnie broni się przed spadkiem. Wygrana wyjazdowa z Żąbkowia 3:0 dała trzy kolejne punkty w tabeli. Sytuacja naszej drużyny w tabeli wciąż jest jednak bardzo trudna.

Mecz ŁKS Łomża z Legią II Warszawa zakończył się po zamknięciu numeru gazety.



Piłkarze Jagiellonii II Białystok po emocjonującym meczu zremisowali z wiceliderem III ligi Wartą 3:3

WYNIKI

Lechia Tomaszów Mazowiecki - Wigry Suwałki 1:3 (1:2). Bramki: 0:1 Filip Michałowski 8, 0:2 Filip Michałowski 10, 1:2 Piotr Gębala 40, 1:3 Przemysław Modzelewski 81.

Wigry: Taudul - Ozga, Machała, Pajnowski, Matus (46 E. Matus, 89 Fronczak), Głowicki, Baranowicz, Gużewski, Rejterada (58. Zagórski), Święty (58. Modzelewski), Michałowski (46. Guzek).

Żąbkovia Żąbki - KS Wasilków 0:3 (0:1).

Bramki: 0:1 Maciej Radaszkiewicz 20, 0:2 Maksymilian Cholewa 55, 0:3 Arkadiusz Mazurek 83. **KS Wasilków:** Żydaczek - Bayer, Wysocki, Niedźwiecki, Dawidowicz, Borys (46. Ptasinski), Wotkiewicz, Cholewa (72. Orpik), Wasilewski (72. Kuprianowicz), Mazurek (80. Hrysko), Radaszkiewicz (87. Fronc).

Warta Sieradz - Jagiellonia II Białystok 3:3 (1:3). Bramki: 0:1 Jakub Jakimiuk 9, 0:2 Jakub Jakimiuk 26, 1:2 Piotr Mielczarek 35, 1:3 Szymon Stypułkowski 40 z karnego, 2:3 Jakub Murat 50, 3:3 Jakub Piel 65.

Jagiellonia II: Kożuchowski - Lipiński, Duchnowski, Krasiewicz, Burkowski (72. Rusilowicz), Ziarek, Pawelczyk, Stypułkowski, Jakimiuk (85. Mystkowski), Ambroziński (67. Wołosik), Kononow

Pozostałe wyniki 29. kolejki

GKS Bełchatów - Olimpia Elbląg 3:1 (1:0).	
KS CK Troszyn - Znicz Biała Piska 2:0 (0:0).	
Mławianka Mława - Broń Radom 3:2 (2:1).	
Wisła II Płock - Widzew II Łódź 0:1 (0:0).	
1. Legia II Warszawa	28 72 73-22
2. Warta Sieradz	29 60 56-31
3. ŁKS Łomża	28 56 61-27
4. Wigry Suwałki	29 53 52-38
5. KS CK Troszyn	29 50 68-41
6. Wisła II Płock	29 47 45-44
7. Lechia Tomaszów Maz.	29 42 58-46
8. Widzew II Łódź	29 42 59-60
9. Jagiellonia II Białystok	29 42 42-40
10. Żąbkovia Żąbki	29 39 63-56
11. Świt Nowy Dwór Maz.	28 35 40-52
12. Mławianka Mława	29 34 49-53
13. GKS Bełchatów	29 34 49-60
14. Olimpia Elbląg	29 33 39-54
15. Broń Radom	29 31 34-52
16. GKS Wilkielec	28 29 31-45
17. KS Wasilków	29 23 35-65
18. Znicz Biała Piska	29 11 19-87

© ©

Siatkówka Niesamowity mecz w Białymstoku na zakończenie sezonu

ŁZY ROZPACZY ZAMIAST RADOŚCI

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

Niesamowity przebieg miał mecz, decydujący o brązowym medalu I ligi siatkarek. Po dramatycznej walce BAS Kombinat Budowlany Białystok przegrał u siebie z Eneą KS-em Piła 2:3.

O tym, jak blisko Podlasianki były tego, by cieszyć się z brązowych krążków, najlepiej świadczy fakt, że wygrywając 2:1 w setach w czwartej partii prowadziły 22:17, a potem nie wykorzystały aż pięciu meczboli.

W pierwszym secie było to, czego po poprzednich starciach ekip ze stolicy Podlasia i Piły można się było spodziewać, czyli długich wymian i zaciętej, emocjonującej walki o każdy punkt. W końcówce gospodynie odskoczyły na 22:20 po ataku Amelii Senicy i miały piłkę w górze. Niestety, tym razem Senica pomyliła się, potem Pilanki wyrównały i wygrały 25:23.

Kiedy kibice szykowali się do kolejnej dawki ogromnych emocji, te na długo się skończyły. Stało się tak, po Białostoczanki zaczęły bezlitośnie gromić swoje przeciwniczki. W drugiej partii weszły od prowadzenia 12:4 i rozbiły drużynę z Piły do 13.

Niewiele lepiej wyglądał dla przyjezdnych trzeci set. Wśród gospodyń nie było słabych punktów, wszystko funkcjonowało znakomicie i punkty trafiały



Siatkarki BAS-u KB Białystok (z prawej) stoczyły fantastyczną batalię z KS-em Piła

na ich konto taśmowo. Trenerzy z Piły brali czasy, robili zmiany w składzie, ale efekt był mizerny, bo ich siatkarki uciulały ledwie 16 oczek.

W czwartej odsłonie przewaga Białostoczanek nie była aż tak miażdżąca, ale kiedy Katarzyna Stepko uderzyła z przechodzącej piłki, zrobiło się już 22:17 i wydawało się, że koniec spotkania jest bliski.

Niestety, tak się nie stało. Podlasianki stanęły, pozwoliły przeciwniczkom m. in. zaszerwować dwa asy i straciły pięć punktów

z rzędu - 22:22! Nasze siatkarki nie załamały się i za moment, po asie Stepko, było 24:22. Niestety, oba meczbole nie zostały wykorzystane i zaczęła się gra na przewagi. W niej gospodynie miały jeszcze trzy piłki meczowe, jednak nie zamknęły meczu i ostatecznie przegrały 30:32.

Decydujący moment tie-breaka nastąpił przy prowadzeniu Podlasierek 7:6. Przyjezdne zdobyły pięć punktów z rzędu i nie pozwoliły już na odwrócenie losów potyczki, zwyciężając 15:11 i w całym meczu 3:2.

Białostoczanki były tak blisko wielkiej radości, a skończyły się łzami rozpaczy. Mimo niepowodzenia, BAS KB Białystok zasłużył na wielkie brawa, bo rozegrał bardzo dobry sezon, mając na tle konkurentek niezwykle szczupłą kadrę.

© ©

WYNIKI

BAS Kombinat Budowlany Białystok - Enea KS Piła 2:3 (23:25, 25:13, 25:16, 30:32, 11:15).

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

Tłumy kibiców Jagi na spotkaniu z Jesusem Imazem

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Hiszpan Jesus Imaz stał się niedawno legendą nie tylko Jagiellonii Białystok, ale i całej ekstraklasy, zostając najsukcesowniejszym obcokrajowcem w historii naszej ligi.

Z tej okazji Hiszpan spotkał się z kibicami Dumy Podlasia, podpisując w Jaga Fan Shopie limitowaną serię koszulek oraz inne klubowe gadzety.

Imaz w wygranym 3:0 wyjazdowym spotkaniu z Arką Gdynia strzelił gole numer 109. i 110., wyprzedzając tym samym Portugalczyka Flavio Paixao, z którym przez jakiś czas dzielił rekordowe osiągnięcie.

Oto najsukcesowniejsi piłkarze zagraniczni w polskiej ekstraklasie: Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok, Wisła Kraków) -



Hiszpan Jesus Imaz ma fanów także wśród najmłodszych sympatyków Jagiellonii Białystok

110 goli, Flavio Paixao (Śląsk Wrocław, Lechia Gdańsk) - 108 goli, Mikael Ishak (Lech Poznań) - 91 goli, Miroslav Radović (Legia Warszawa) - 66 goli, Igor Angulo (Górniki Zabrze) - 62 gole.

Jagiellonia, z okazji historycznego wyczynu swego za-

wodnika wypuściła na rynek limitowaną serię okolicznościowych koszulek, które snajper Białostoczan podpisywał w Jaga Fan Shopie przy ul. Lipowej. Fani zaczęli się gromadzić na długo przed zaplanowanym na godz. 17 spotkaniem ze

swoim idolem, a kolejka sięgała aż za skrzyżowanie z ulicą Malmęda.

Jagiellończyk składał autografy również na szalikach i innych klubowych gadżetach. Każdy chciał też zrobić zdjęcie z najsukcesowniejszym obcokrajowcem polskiej ekstraklasy, najchętniej z palcem na ustach, czyli gestem, którym Imaz uciszył trybuny na Legii Warszawa, strzelając gola na 1:1 w mistrzowskim sezonie Żółto-Czerwonych.

Hiszpan chętnie odpowiadał też na pytania, a fani chcieli wiedzieć, który swój gol uważa za najładniejszy lub najważniejszy, jak mu się żyje w Białymstoku i na którym miejscu Jaga skończy bieżący sezon. Kibiców było tyle, że spotkanie przeciągnęło się znacznie ponad przewidziane ramy czasowe.

© ©

Skoki narciarskie Adam Małysz wkrótce przestanie być prezesem PZN

APOLONIUSZ TAJNER WRACA DO POLSKICH SKOKÓW I NART

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

O nadchodzących wyborach w Polskim Związku Narciarskim rozmawiamy z Andrzejem Kozakiem, prezesem Tatrzańskiego Związku Narciarskiego.

Ostatnie tygodnie, jeśli chodzi o wydarzenia związane z wyborem nowego szefa PZN są dosyć zaskakujące. Swoją kandydaturę zadeklarował Apoloniusz Tajner.

Nasz statut nie ogranicza liczby kandydatów. Wybory odbędą się 13 czerwca, a kandydaturę pana Tajnera najprawdopodobniej oficjalnie złoży Śląsko-Beskidzki Związek Narciarski. Decyzję w tej sprawie podejmiemy zapewne w tym tygodniu, gdy odbędzie się zebranie jego delegatów. Zawarliśmy z tym okręgiem nieformalne porozumienie, że my jako Tatrzański Związek Narciarski nie wystawiamy innego kandydata. Naszym kandydatem do tej pory był Małysz, a teraz będzie Tajner.

Deklaracja Tajnera mogła chyba zaskoczyć Adama Małysza, który o decyzji swojego byłego trenera dowiedział się, zanim sam ogłosił, czy będzie kandydował w wyborach.

Małysz oraz ja i prezes Andrzej Wąsowicz (prezes ŚBZN, przyp. red.) spotkaliśmy się w Wiśle w połowie marca i ustaliliśmy, że Małysz był i jest naszym kandydatem na kolejną kadencję. W momencie, gdy on złożył rezygnację, to mamy kandydata Tajnera. Nie zamierzamy nikogo innego zgłaszać do wyborów. Od początku, podkreślę jeszcze raz, naszym kandydatem był Adam. Nie chcemy dzielić środowiska, przeciwnie - chcemy go łączyć. Trochę lat nam się to już udaje i chyba dobrze funkcjonuje. Myślę, że jest to dobre przede wszystkim dla polskiego narciarstwa. Mam nadzieję, że także kontrowersje, które powstają wobec tej sytuacji również uda się nam załagodzić.

Co się zatem takiego wydarzyło, że miesiąc później zasadniczo zmieniliście zdanie?
Nic szczególnego. Być może Adam przemyslał, jaką decyzję podjąć odnośnie kolejnych



Apoloniusz Tajner najprawdopodobniej zastąpi w fotelu prezesa PZN Adama Małysza

wyborów, może nie chciał konkurować, bo to na pewno byłoby ciekawe, kto by je wygrał. Ale powiedział nam wtedy w marcu, że jest wszystkim trochę wypalony, że cała biurokracja związana z zarządzaniem związkiem trochę go przerosła. Wbrew temu co się myśli, PZN to jest jednak duża firma ze sporym budżetem, która ma kilkadziesiąt milionów zysku i te pieniądze trzeba wydać. To wszystko wymaga znajomości szeregu spraw związanych z biurokacją. Po decyzji Małysza, że rezygnuje, poinformowałem naszych działaczy, że od tej pory naszym kandydatem jest Apoloniusz Tajner. Trzeba zauważyć, że nasze środowisko, o którym mówi Tajner, jest bardzo szerokie i łączy aż osiem okręgów.

Jak oceniacie cztery lata pracy w związku Małysza?

Na pewno otwierał wiele drzwi i jesteśmy mu za to wdzięczni, za co zresztą podczas ostatniego zjazdu w Krakowie podziękowaliśmy. Finał jego pracy był wspaniały, bo na igrzyskach w Mediolanie zdobyliśmy trzy medale. To

był tak duży sukces jak medal Wojciecha Fortuny w Sapporo w 1972 roku.

Co dalej z Małyszem? Chciecie zatrzymać go w jakiejś roli w PZN? Podczas poprzedniej kadencji Tajnera był dyrektorem sportowym do spraw skoków i kombinacji norweskiej.

Takich ludzi jak Adam nie mamy zbyt wielu i nie możemy ich tracić. Na pewno trochę sobie teraz odpocznie, przemyśli parę spraw i jeśli wyrazi tylko chęć, aby pracować dla związku, złoży jakąś swoją propozycję, to jak najbardziej jesteśmy za. Na pewno mu pomożemy. Te decyzje będą jednak zależeć już od nowego zarządu.

Czego będziecie oczekiwać od Tajnera, który prezesem PZN był już w przeszłości przez szesnaście lat od 2006 do 2022 roku?

Jesteśmy pewni, że jego kadencja będzie przewidywalna. Sprawdził się w tej roli przez wiele lat, to były czasy największych sukcesów Polskiego Związku Narciarskiego. Nie chodzi tylko o wyniki

sportowe. Będziemy oczekiwali, aby te z kolei, nie tylko w skokach narciarskich, ale też innych dyscyplinach były lepsze. Przypomnę, że za jego kadencji mieliśmy w biegach świetną Justyną Kowalczyk, objawił się też talent Maryny Gąsienicy-Daniel. Tajner żył i żyje związkiem. Chyba odnajdywał się w tej pracy dużo lepiej niż w swojej nowej roli posła. Współpracowałem z nim wiele lat i wiem, że potrafił być bardzo zaangażowany. Funkcjonował w Krakowie i niemalże mieszkał w biurze PZN. Prezes, oprócz tego, że reprezentuje związek, musi też panować nad całą sytuacją.

Po wyborach, PZN podejmie współpracę z trenerem Stefanem Horngacherem?

Wyrażamy taką chęć, ale jest to poważne wyzwanie logistyczno-finansowe i decyzję w jego sprawie podejmie już nowy zarząd. Ta sprawa może zostać rozwiązana już 14 czerwca podczas pierwszego posiedzenia nowych władz związku. Na pewno taka wola jest.

©©

Udana sportowa majówka dla naszych zawodników

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

HOKEJ NA LODZIE. Polscy hokeiści od zwycięstwa rozpoczęli udział w mistrzostwach świata Dywizji 1A w Sosnowcu. W pierwszym meczu Biało-Czerwoni pokonali Ukrainę 3:2.

Przed rokiem podczas mistrzostw w rumuńskim Sfantu Gheorghe Biało-Czerwoni przegrali z Ukrainą 1:4. Tym razem, przy mocnym wsparciu polskiej publiczności, udało im się zrewanżować. W pozostałych sobotnich meczach: Japonia przegrała z Francją 3:4, a Litwa z Kazachstanem 1:4. Kolejnymi rywalami reprezentacji Polski będą Francja (mecz rozegrany został w niedzielę, już po zamknięciu wydania), Kazachstan (5.05), Japonia (7.05) oraz Litwa (8.05).

Wszystkie mecze Polaków rozpoczynać się będą o godz. 19.30. Awans na przyszłoroczne mistrzostwa świata Elity wywalczą dwa najlepsze zespoły. Drużyna, która zajmie ostatnie miejsce, zostanie zdegradowana do Dywizji 1B.

Bartnik ze złotem

Tomasz Bartnik (Legia Warszawa) zdobył w chorwackim Osijeku złoty medal strzeleckich mistrzostw Europy w karabinie na 300 metrów z trzech postaw. Polak zgromadził 589 punktów i wyprzedził Szwajcara Pascala Bachmanna-Sentyego o dwa oraz Rumuna pochodzenia węgierskiego Petera Sidiego o trzy. Srebrne krążki w karabinie na 300 metrów w pozycji leżąc zdobyli Karolina Romańczyk (WKS Śląsk Wrocław) oraz Andrzej Burda (Kobudo Opolo). Mistrzostwa Europy w Osijeku w strzelaniu z karabinka małokalibrowego na 50 m, pistoletu na 25 i 50 m oraz karabinu na 300 m zakończyła się 18 maja.

Udany występ Bryla i Łosiaka w Brazylii

Siatkarze plażowi Michał Bryl i Bartosz Łosiak awansowali do półfinału rozgrywek Beach Pro Tour Elite16 w Brasili. W ćwierćfinale wygrali z Holendrami Leonem Luinim i Matthew Immersem 2:0 (21:18, 21:14). Wcześniej Bryl i Łosiak pokonali w 1/8 finału, również bez większych problemów, Norwęgów Hendrika Nikolaia Mola i Mathiasa Berntsena 2:0 (21:16, 21:15).

W niedzielnym półfinale rywalem Polaków byli Łotyśze Martins Plavins oraz Kristians Fokerots, Rozgrywki Beach Pro Tour Elite16 Brasilia są dla pol-

skich siatkarzy drugim turniejem w tegorocznym sezonie reprezentacyjnym - w pierwszych zawodach w brazylijskiej Saquaremie nasz duet zajął piąte miejsce.

Polacy z awansem na mistrzostwa świata

Dwie lekkoatletyczne polskie sztafety zapewniły sobie udział w przyszłorocznych mistrzostwach świata w Pekinie - 4x100 m kobiet oraz mieszana 4x400 m. Biało-Czerwoni awans uzyskali podczas zawodów World Athletics Relays, które odbyły się w Botswanie. Polacy zanotowali dobre starty i zapewnili sobie awans do niedzielnych finałów.

Sztafeta mieszana wystąpiła w składzie: Marcin Karolewski, Justyna Święty-Ersetic, Kajetan Duszyński oraz Natalia Bukowiecka. W składzie sztafety kobiet znalazły się: Magdalena Niemczyk, Marlena Granaszewska, Magdalena Stefanowicz i Pia Skrzyszowska. Mistrzostwa świata w Pekinie odbędą się od 11 do 17 września 2027 roku.

Katarzyna Kawa wygrała turniej WTA 125 na kortach ziemnych w chińskim Huzhou. To największy w karierze sukces Polki.

W finale Kawa pokonała Słowenkę Veronikę Erjavec 6:0, 6:4. Dzięki temu w najbliższym notowaniu światowego rankingu 33-letnia Polka awansuje ze 163. na 138. miejsce. Kawa otrzymała też nagrodę 15 500 dolarów. Ranga WTA 125 to odpowiednik męskiego challenger. Jeden szczebel poniżej WTA Tour.

Do finału turnieju ATP 175 mężczyzn na kortach ziemnych w Cagliari awansował Hubert Hurkacz. W półfinale Polak wygrał z Argentyńczykiem Romanem Andresem Burruchagą (nr 4.) 4:6, 7:6 (7-3), 6:3. Wrocławianin - niegdyś klasyfikowany w czołowej dziesiątce rankingu ATP - rzadko występuje w turniejach rangi challenger, ale w tym roku zdarzyło się to już po raz drugi. 9 marca przegrał w swoim inauguracyjnym pojedynku w Cap Cana na Dominikanie. Na Sardynii 29-letni Wrocławianin otrzymał tzw. dziką kartę.

W niedzielnym finale rozegranym już po zamknięciu tego wydania, Hurkacz zmierzył się z reprezentantem gospodarzy, Włochem Matteo Arnaldim. ©©

Wywiad tygodnia Przełamanie bariery 1:55:00 byłoby ogromnym szokiem dla świata nauki i sportu, ale...

Fenomenalny rekord świata w maratonie to tylko etap przejściowy, a nie kres możliwości

Adam Godlewski
redakcja@polskapress.pl

Rozmowa z profesorem Janem Chmurą - fizjologiem i maratończykiem, który prowadząc badania także na sobie między 63. a 76. rokiem życia, zdobył m.in. koronę World Marathon Majors oraz koronę Siedmiu Kontynentów. I legitymuje się działającym na wyobraźnię rekordem życiowym 3:22:57.

Człowiek złamał kolejną niewyobrażalną do niedawna granicę - Sebastian Sawe przebiegł maraton poniżej dwóch godzin. Jak podchodzi do takiego wyczynu nauka, fizjologia?

To wydarzenie epokowe, datę 26 kwietnia 2026 roku zapiszemy szczególnie kolorem w historii. Świat sportu czekał od dłuższego czasu na przełamanie bariery dwóch godzin, można ją porównać do przekroczenia granicy dziesięciu sekund w sprincie. Prywatnie - jako maratończyk, który przebiegł dwadzieścia pięć klasycznych maratonów - mogę powiedzieć, że dla mnie to szok. Jako naukowiec wiem jednak, że możliwości człowieka są oczywiście większe. O czym zresztą przekonamy się szybciej niż później.

Jak ten czas, 1:59:30 uzyskany przez Kenijczyka, przekłada się na poszczególne odcinki?

Na wstępie powiem, że rekord padł w Londynie, gdzie - swoją drogą - startowałem w tym samym czasie, kiedy biegł tam Eliud Kipchoge - ówczesny rekordzista świata. I nie ma w tym grama przypadku, bo trasa jest niebywale ciekawa, płaska; wymagająca, ale też sprzyjająca nabraniu właściwej prędkości. Konkretnie - średnia Sawe wyniosła 21,19 km/h. Czyli 5,89 m/s! To naprawdę coś trudnego nawet do wyobrażenia - każdy kilometr przebiegnięty w 2,49 s., każde sto metrów w granicach 16,9 s. Proszę wejść na bieżnię lekkoatletyczną i przebiec po prostu klasyczny sprinterski odcinek w podobnym czasie. Uczeń szkoły średniej powinien - raz - dać radę. Dla 20-latką, może to już być jednak problem. A trzeba jeszcze wziąć pod uwagę, że Sebastian druga część dystansu pokonał o minutę i osiem sekund szybciej,

niż biegł do półmetka! Druga połowa była wręcz znacząco szybsza pomimo narastającego zmęczenia, co pokazuje, jak Kenijczyk jest fenomenalnie wytrenowany. I potwierdza... moją teorię progu psychomotorycznego zmęczenia. W przypadku Sawe przesunięto za nieosiągalne dotąd granice.

Czym możemy tłumaczyć gigantyczne wręcz przyspieszenie maratończyków w ostatnich latach?

Jeśli popatrzymy przez pryzmat 57 ostatnich lat na rekord świata, to rzeczywiście był poprawiany sukcesywnie, ale raczej kosmetycznie. 30 maja 1969 w Antwerpii Dirk Clayton przebiegł dystans w 2:08:34. Czyli wynik przez niemal sześć dekad został przesunięty o nieco ponad 9 minut. Tyle że aż dwie minuty i dziewięć sekund udało się „urwać” w ostatnim czteroleciu. To pokazuje, w jak niewiarygodnym tempie następuje teraz rozwój maratonu na świecie. Rekordy bite są obecnie o minuty, nie sekundy. Świętej pamięci Kevin Kiptum poprawił wynik Kipchoge o ponad minutę i teraz Sawe też „dołożył” ponad minutę. To naprawdę dowód, że nauczyliśmy się wykorzystywać możliwości organizmu człowieka lepiej niż przez całe wcześniejsze półwiecze.

Jak długo, pańskim zdaniem, będziemy czekali na następne - niewyobrażalne dziś - rekordy świata? I czy kolejny znów będzie lepszy o minutę z okładem?

Przełamanie wyniku 1:55:00 byłoby ogromnym szokiem dla świata nauki i sportu, bo nikt nie jest jeszcze na to gotowy, ale myślę, że już powinniśmy się nim...oswajać. Oczywiście wiem, że najnowsze modele prognostyczne jako limit biologiczny naszego organizmu pokazują czas 1:58.00 na dystansie 42 kilometrów i 195 metrów, ale moim zdaniem to etap przejściowy, a nie prawdziwy kres ludzkich możliwości. Naturalnie, mam świadomość, że aby złamać wskazaną przeze mnie granicę biegacz musi każde 100 metrów pokonać średnio w 16,3 sekundy, a każde 5 kilometrów w 13,37 minuty, czyli każdy kilometr przebiegać o 7 sekund szybciej niż świeżo



Rekordzista świata Sebastian Sawe został powitany w Kenii niczym narodowy bohater

kreowany rekordzista świata Sawe i generalnie utrzymać tempo 22 km/h, ale to jest możliwe! Tylko wymaga wyjścia poza schematy i całkowitego przededefiniowania granic ludzkich możliwości. Nasze myślenie musi być ukierunkowane na coraz wyższe obciążenia treningowe. Nauka musi wreszcie wejść w sferę neurofizjologicznego przełamania bariery zmęczenia w mózgu. Współczesny trening właśnie w biegach długodystansowych musi być nakierowany na strefę rezerwy psychomotorycznej, która mieści się między progiem beztlenowym a progiem psychomotorycznym zmęczenia, i jest związana z funkcjonowaniem ośrodkowego układu nerwowego. Musimy wejść w tak zwaną sferę pełnej integracji neurometabolicznej. Czyli nie możemy koncentrować się na pracy nóg, czy na układzie sercowo-naczyniowym, na mięśniach, ale musimy się opierać coraz mocniej - we współczesnej technologii treningowej - o filar neurologiczny, nerwowy.

A przekładając z języka naukowego na praktykę treningową, co zmieni się w pierwszej kolejności?

Trzeba wziąć pod uwagę przede wszystkim wytwarzanie energii. Suplementacja ketonowa czwartej generacji to podstawa. Niezwykle istotna

jest także redefinicja biomechaniki, a dokładnie podejście do obuwia. Buty czwartej generacji o zmiennej sztywności kompozytowej powodują, że im zawodnik przekazuje większą energię podłożu, tym większy zwrot otrzymuje od układu mechanicznego buta. A to zwiększa dynamikę ruchu i prędkość biegu. Dodać trzeba zagadnienia związane aerodynamiką i redukcją oporu, trwając już także badania nad modyfikacją nawierzchni w biegach długodystansowych, ale to temat na osobne opowiadanie. Historia sportu pokazuje, że każda wielka granica była na początku więzieniem umysłu dla zawodników. I na tym trzeba się skupić. Bo chodzi o to, że - oczywiście starannie wyselekcjonowany - zawodnik musi przestać traktować wynik godzin 1:55:00 jako nieosiągalny. Czyli musi przenieść go ze sfery marzeń, uznać za realny i w pełni osiągalny. Nieodczyna jest także personalizacja nutrigenetyczna żywienia - chodzi przede wszystkim o dostosowanie pokarmów do profilu genetycznego biegacza. Do tego dochodzą jeszcze inteligentne protokoły chłodzenia podczas biegu, a także wykorzystanie sensorów do pomiaru stężenia mleczanu glukozy. Te wszystkie czynniki muszą się zgrać, ale wszystkie są już naprawdę w zasięgu naszej ręki.

Wszystko brzmi trochę kosmicznie, ale w sumie przekonująco, tylko mam obawę, że świat sportu pójdzie w kierunku tworzenia super brojlów. I to od bardzo młodego wieku, być może dziecięcego...

Owszem, to prawda, ale nie ma innej drogi we współczesnym świecie, którą można pójść po nowe rekordy i przełamywanie kolejnych barier. Dzisiaj rekord świata Usaina Bolta na 100 metrów to 9,58. Zrobiłem jednak analizę najszybszych sprinterów świata na odcinkach dziesięciometrowych i wyszło mi, że w zasięgu był wynik 9,37.

Na czym opierała się ta analiza?

Kim Collins, Bruny Surin i Maurice Green - oni byli do czterdziestego metra najszybsi na poszczególnych odcinkach 10-metrowych, a od czterdziestego metra już do końca dominował Bolt. Czyli krótko mówiąc, gdyby Bolt poprawił początek biegu do poziomu najlepszych współczesnych mu sprinterów...

... to może odbyłoby się to kosztem takiej fenomenalnej wytrzymałości szybkościowej.

Ciekawe podejście, ale w nauce chodzi o to, żeby pokazywać rezerwy i dążyć do ich pełnego wydobycia. Praktyka pokazała, że nie ze wszystkimi Bolt wy-

grywał do 40. metra, więc należy zakładać, że tam miał największe niewykorzystane zasoby.

Podobały się panu baraż o mundial w wykonaniu piłkarskiej reprezentacji Polski?

Jako wieloletniego kibica futbolu, który nadal prowadzi w klubach badania - w Polsce i za granicą - bardzo dotknęło mnie, że Białe-Czerwone zabraknie na piłkarskich mistrzostwach świata. Bo to najważniejsze zawody, najbardziej prestiżowe. Tyle że z faktami nie sposób dyskutować, a nam brakuje wiele do szerokiej nawet czołówki, począwszy od zdrowego... spojrzenia na rzeczywistość polskiego futbolu. Trzeba już krzyczeć o niedostatkach w szkoleniu, mówienie nie wystarcza. Jedyne pocieszenie jest takie, że zmiana selekcjonera wprowadziła lepszą atmosferę, dzięki której można wydobywać głębszy potencjał, dotrzeć do psychiki zawodnika i sięgnąć po ukryte rezerwy, o których tyle wcześniej mówiliśmy. Jan Urban w znakomity sposób buduje relacje i klimat w kadrze, ale indywidualne błędy spowodowały, że eliminacje przegraliśmy.

Mecz z Albanią był do... zapomnienia. Natomiast ten ze Szwecją wywołał różnorodne komentarze.

A w sumie nie powinien, bo zagraliśmy zdecydowanie najlepsze - moim zdaniem - spotkanie w całych eliminacjach; choć prawdą jest również, że przeciwnik za wysoko nie zawiesił poprzeczki. Niemniej jednak, przegraliśmy niezasłużenie. W tym meczu byliśmy zespołem zdecydowanie lepszym, bardziej kreatywnym i dynamicznym, ale decydująca okazała się większa liczba błędów indywidualnych popełnionych w kluczowych momentach. Mówiąc wprost, zabrakło nam jakości i głębi składu, a złe decyzje podjęte przez czołowych zawodników w defensywie - podjęte oczywiście przy olbrzymim i narastającym zmęczeniu - były brzemienne w skutki. Konkluzja, smutna, jest taka, że nie mieliśmy dostatecznej liczby klasowych zawodników, aby znaleźć się w gronie finalistów mundialu.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Przez internet: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

Tel. 85 748 96 02

e-mail: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Reklamy Białystok

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

reklama.bialystok@polskapress.pl

REKLAMA 0011518190

Czyżew dn. 30.04.2026 r.

OBWIESZCZENIE

o odstąpieniu od przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla projektu dokumentu pn.: „Strategia Rozwoju Gminy Czyżew na lata 2026-2036”.

Na podstawie art. 48 ust. 7 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 (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1112, 1881, 1940, 1535, zwanej dalej „Ustawą”

Burmistrz Czyżewa

podaje do publicznej wiadomości informację o odstąpieniu od przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko (SOOS) dla projektu dokumentu pn.: „Strategia Rozwoju Gminy Czyżew na lata 2026-2036”, zwanego dalej „Strategią”.

Uzasadnienie

Powodem odstąpienia od przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko jest fakt, iż Strategia nie wyznacza ram dla późniejszej realizacji przedsięwzięć mogących znacząco oddziaływać na środowisko lub też mogących spowodować znaczące oddziaływanie na środowisko.

Strategia to plan działania wyznaczający strategiczne cele rozwoju gminy w perspektywie kolejnych lat.

W Strategii, w ramach celów strategicznych przyjęto kierunki działań, w ramach kierunków działań zaplanowano działania. Zaplanowane działania nie stanowią zamkniętego katalogu, ani nie są działaniami, które gmina będzie na pewno realizować, są tylko przykładami działań, które mogą być realizowane w ramach danego kierunku działań.

Należy zaznaczyć, że planowane w ramach Strategii działania, wg posiadanej wiedzy, nie będą należeć do przedsięwzięć zawsze znacząco lub potencjalnie znacząco oddziałujących na środowisko na podstawie Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 10 września 2019 r. w sprawie przedsięwzięć mogących znacząco oddziaływać na środowisko (Dz.U. 2019 poz. 1839 ze zm.). Ponadto każda planowana inwestycja podlegać będzie odrębnej ocenie oddziaływania na środowisko, jeśli będzie to wymagane przepisami.

Przygotowywane w przyszłości przedsięwzięcia będą realizowane z uwzględnieniem najwyższych standardów środowiskowych i w oparciu o obowiązujące przepisy prawa. Strategia terytorialnie będzie obejmowała obszar jednej gminy, tj. gminy Czyżew.

Na podstawie art. 48 ust. 1 i 3, w związku z art. 57 ust. 1 pkt. 2 oraz art. 58 ust. 1 pkt. 2 Ustawy sporządzono wnioski do Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Białymstoku oraz Podlaskiego Państwowego Inspektora Sanitarnego w Białymstoku o uzgodnienie odstąpienia od przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla projektu Strategii.

Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Białymstoku pismem znak WOOŚ.410.7.4.2026. JK z dnia 10.03.2026 r. wyraziła zgodę na odstąpienie od przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla projektu Strategii.

Podlaski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny w Białymstoku pismem znak NZ.0522.21.2026 z dnia 2.03.2026 r. poinformował, że w świetle obowiązujących przepisów projekt Strategii nie wymaga opinii organów Państwowej Inspekcji Sanitarnej. Wynika to z faktu, że planowane w ramach Strategii przedsięwzięcia nie należą do przedsięwzięć zawsze znacząco lub potencjalnie znacząco oddziałujących na środowisko wg Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 10 września 2019 r. w sprawie przedsięwzięć mogących znacząco oddziaływać na środowisko (Dz.U. z 2019 r., poz. 1839 ze zm.).

Wobec powyższego oraz uwzględniając uwarunkowania, o których mowa w art. 49 Ustawy stwierdza się, iż nie ma konieczności przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla projektu Strategii.

Niniejsze obwieszczenie wraz z uzasadnieniem zostaje podane do publicznej wiadomości przez publikację w BIP Gminy Czyżew, na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Czyżewie oraz w prasie lokalnej zgodnie z Art. 48 ust. 7 w nawiązaniu do Art. 3 ust. 1 pkt 11 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 (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1112, 1881, 1940, 1535).

REKLAMA 0011514932

**PODLASKI ODDZIAŁ REGIONALNY
AGENCJI RESTRUKTURYZACJI I MODERNIZACJI ROLNICTWA**
**poszukuje powierzchni biurowej na wynajem pod siedzibę
jednostek terenowych na terenie miasta Zambrów.**

Minimalne wymagania: powierzchnia użytkowa ok. 600 m², zaleca się stworzenie Punktu Obsługi Klienta na poziomie „0”, wydzielony parking dla Najemcy na co najmniej 15 miejsc postojowych, budynek użyteczności publicznej zapewniający dostępność architektoniczną osobom ze szczególnymi potrzebami.

Oferty należy składać w terminie do dnia 11.05.2026 r. do godz. 15:00 w siedzibie Podlaskiego Oddziału Regionalnego ARiMR w Łomży, ul. Nowa 2 (pokój nr 132a) osobiście, pocztą lub przesyłką kurierską (liczy się data wpływu).

Szczegółowe wymagania dotyczące budynku/lokalu oraz treści złożonej oferty dostępne są na stronie internetowej www.arimr.gov.pl (O ARiMR → Zamówienia Publiczne → Zapytania ofertowe/Przetargi sprzedaż → OR10 – Podlaski).

Wszelkie informacje można uzyskać również telefonicznie pod numerem 86 215 63 51 w godz. 8:00 – 15:00 od poniedziałku do piątku.

REKLAMA 0011517731

**OGŁOSZENIE O PISEMNYM PRZETARGU NIEOGRANICZONYM
NA ZBYCIE PRAWA UŻYTKOWANIA WIECZYSTEGO
NIERUCHOMOŚCI WRAZ Z PRAWEM WŁASNOŚCI
BUDYNKÓW I URZĄDZEŃ**

„NIBE-BIAWAR” Sp. z o.o. ogłasza przetarg pisemny nieograniczony na sprzedaż prawa użytkowania wieczystego nieruchomości wraz z prawem własności budynków i urządzeń.

- adres: **al. Jana Pawła II 57, 15-703 Białystok**,
- oznaczenie w ewidencji gruntów: **dz. ew. nr 541/2, obręb 4, Starosielce Pln.**,
- powierzchnia: **3,8125 ha**,
- numer księgi wieczystej: **BI1B/00049785/9**.

Nabywca nieruchomości będzie zobowiązany do wynajęcia części nieruchomości Organizatorowi na okres 12 (dwunastu) miesięcy, z możliwością przedłużenia o okres do 6 (sześciu) miesięcy.

Regulamin przetargu dostępny jest pod adresem: rklegal.pl/nibe-biawar/

Zainteresowanie uczestnictwem w przetargu należy zgłosić na adres e-mail: przetarg.nibe-biawar@rklegal.pl. Warunkiem udostępnienia dokumentacji przetargowej oraz uczestnictwa w przetargu jest złożenie oświadczenia o zobowiązaniu do zachowania poufności.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wniesienie wadium w kwocie **500.000,00 zł**. Wadium należy wpłacić **do dnia 25 maja 2026 r. do godz. 17:00**. Wraz z wpłatą wadium należy złożyć oświadczenie dot. podmiotu/beneficjenta rzeczywistego. Wadium podlega zwrotowi w przypadkach określonych w regulaminie.

Do dnia 25 maja 2026 r. do godz. 17:00 należy dostarczyć także na adres e-mail: przetarg.nibe-biawar@rklegal.pl ofertę wstępną w formie elektronicznej opatrzoną elektronicznym podpisem kwalifikowanym.

REKLAMA 0011514195

BURMISTRZ GONIĄDZA

przeznacza do dzierżawy w trybie przetargu ustnego nieograniczonego nieruchomość stanowiącą własność Gminy Goniądz, położoną w obrębie 2101 Wólka Piaseczna – Łąki Różnych Wsi, gm. Goniądz, oznaczoną w ewidencji gruntów i budynków numerem 495 o pow. 8,5178 ha z przeznaczeniem pod działalność rolniczą.

Cena wywoławcza czynszu dzierżawnego: 4 000,00 zł.

Termin wpłaty wadium w pieniądzu, w kwocie: 400,00 zł do dnia 18 maja 2026 r.

Przetarg odbędzie się w dniu 22 maja 2026 r., godz. 10.00, w siedzibie Gminnego Ośrodka Kultury w Goniądzu, sala Panorama (I piętro), ul. Stary Rynek 24, 19-110 Goniądz.

Ogłoszenie o przetargu podaje się do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Goniądzu oraz na stronie Urzędu Miejskiego www.goniadz.pl, jak również opublikowanie w Biuletynie Informacji publicznej <https://bip-umgoniadz.wrotapodlasia.pl>

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

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia

Ewelinie Buczyńskiej-Kiślaczuk

z powodu śmierci

Taty



składają

Redaktor Naczelny
oraz
Koleżanki i Koledzy
z Polskiego Radia Białystok

Nieruchomości

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

BIAŁYSTOK, os. Białostoczek, 50m², od 1.05, dwóm osobom, niedrogo 780-021-546

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

KSIEŻYNO, działka 3000m², 280zł/m² tel. 600738387.

Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

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

Motoryzacja

ZABYTKOWE KUPIĘ

SKUPUJEMY motocykle, antyki, starocie, pamiątki z PRL. 698-693-846

Praca

ZATRUDNIĘ

DO montażu ogrodzeń, od zaraz 604-417-820.

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

MURARZA i pomocnika budowlanego, tel. 600738387.

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINOWANIE bezpyłowe, 504-745-006

AUTOPROMOCJA

**Kondolencje
i nekrologi
w Twojej gazecie**

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

INSTALACYJNE

HYDRAULIK -solidnie, tel.

668-18-36-66

MONTAŻOWE

OKNA, drzwi -producent. Fachowy

montaż, najtaniej -sprawdź, tel.

85/652-57-86, 514-505-507

PORZĄDKOWE

PRANIE tapicerki i dywanów.

Czyszczenie u klienta. Tel. 518-786-343

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy turnusy 60+ w maju od 1050 zł dostępny masaż leczniczy / dowóz, tel.: 501-642-492.

PROMOCJA - pobyt - 95 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

Różne

ANTYKWARIAT naukowy. Skup

księgozbiorów. 506-105-002

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

Komunikaty

0011518011

Burmistrz Miasta Sejny informuje o podaniu do publicznej wiadomości wykazu nieruchomości położonych w Sejnach, będących własnością Miasta Sejny, przeznaczonych do oddania w użyczenie. Wykaz zamieszczono na tablicy ogłoszeń przed siedzibą Urzędu Miasta Sejny na okres 21 dni tj.: **od 29 kwietnia do 19 maja 2026 r.**, opublikowano na stronie internetowej oraz w Biuletynie Informacji Publicznej urzędu (Zarządzenie nr 43/2026)

0011518021

Burmistrz Miasta Sejny informuje o podaniu do publicznej wiadomości wykazu nieruchomości położonych w Sejnach, będących własnością Miasta Sejny, przeznaczonych do wniesienia aportem do spółki Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej w Sejnach Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością. Wykaz zamieszczono na tablicy ogłoszeń przed siedzibą Urzędu Miasta Sejny na okres 21 dni tj.: **od 29 kwietnia do 19 maja 2026 r.**, opublikowano na stronie internetowej oraz w Biuletynie Informacji Publicznej urzędu (Zarządzenie nr 45/2026).

0011518259

Wyrazy głębokiego i szczerego współczucia

Pani

Jolancie Nalewajko

pracownikowi Sądu Rejonowego w Białymstoku

z powodu śmierci

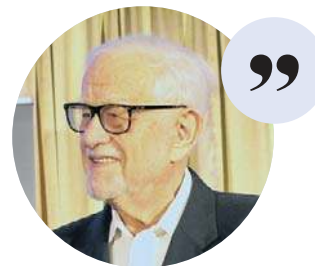
Mamy

składają

*kierownictwo, sędziowie i pracownicy
Sądu Rejonowego w Białymstoku*

Jesteśmy z Kasią ze sobą 30 lat i ona ciągle mnie fascynuje. To piękna i mądra kobieta

Jan Pietrzak o swojej żonie w „Super Expressie” Fot. Piotr Krzyżanowski



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 66

Viki Gabor została zhejtowana

Dariusz G., ojciec młodej piosenkarki, spędził w areszcie dziesięć miesięcy. Prokuratura Okręgowa w Zielonej Górze postawiła mu pięć zarzutów, w tym udział w zorganizowanej grupie przestępczej oraz oszustwa i usiłowanie oszustwa. Przez internet przetończyła się fala hejtu, która dotknęła nie tylko Viki Gabor, ale i całą społeczność romską.

Maja Ostaszewska wraca do spektaklu

Aktorka od lat kojarzona jest z ciemnymi włosami. Czasami jednak dana rola wymaga od niej metamorfozy. Tym razem na potrzeby przedstawienia Ostaszewska pokazała się na Instagramie w jasnym blondzie. – Wracamy do spektaklu Krzysztofa Warlikowskiego „Odyseja. Historia dla Hollywoodu” – wyjaśniła aktorka.

Paulina Gałązka zapomniała o żebrze

W ubiegłym tygodniu w „Tańcu z gwiazdami” widzowie byli świadkami wyjątkowo wymagającego występu Pauliny Gałązki. Aktorka tańczyła ze złamanym żebrzem, co znacząco utrudniło jej przygotowania i sam pokaz. Mimo bólu i ograniczeń fizycznych wykonała taniec do końca, co spotkało się z dużym uznaniem zarówno jury, jak i publiczności. – Jestem na bardzo dobrych, na receptę przepisanych, lekach przeciwbólowych i rzeczywiście zapomniałam o tym żebrze – powiedziała Plejadzie. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



Jan Serce TVP Kultura, 17:10

Pierwszy odcinek znanego serialu z Kazimierzem Kaczorem w roli głównej. Jan Serce, czterdziestoletni kanalarz z Woli, jest człowiekiem bardzo nieśmiałym, zwłaszcza w kontaktach z kobietami. Matka postanawia więc wyswatać syna.

Teatr Telewizji: Potop TVP 1, 20:30

Słynny „Potop” Henryka Sienkiewicza w nowoczesnej, lekkiej interpretacji Michała Siegoczyńskiego odświeża aktualne refleksje nad odwagą, lojalnością i patriotyzmem. W obliczu zagrożenia bohaterowie mierzą się z wyborem między walką a ocaleniem własnego życia.

Manchester by the Sea Polsat Film, 21:00

Lee Chandler jest zamkniętym w sobie dozorcą, który unika ludzi. Po śmierci starszego brata wraca w rodzinne strony, by zgodnie z wolą zmarłego zaopiekować się jego synem, Patrickiem. Na miejscu przekonuje się, że będzie musiał stawić czoła bolesnym wydarzeniom z przeszłości.

Ocean's 8 TVN 7, 23:20

Debbie Ocean przez 5 lat zajmowała się zaplanowaniem przejęcia wartego 150 mln dolarów naszyjnika, który podczas gali będzie miała na sobie sławna aktorka. Ocean będzie potrzebowała pomocy.

Poziomo:

- 1) rasa psów pokojowych,
- 6) kamizelka dla rozbitek,
- 11) instytucja leczniczo-dydaktyczna,
- 12) dawna wędrownica, włóczęga,
- 13) wymarły kuzyn dronta,
- 14) miasto na trasie Działdowo-Ciechanów,
- 15) aparat projekcyjny, rzutnik,
- 17) wschodnia potrawa z ryżu i baraniny,
- 18) byk czczony w starożytnym Egipcie,
- 19) zasłona na twarzy Arabki,
- 20) kwitnie wczesną wiosną,
- 23) dowódca wyprawy po złote Runo,
- 25) samochód terenowy jak wędrowiec,
- 26) osoba mało zaradna, fajtlapa,
- 27) wystąpienie rzeki z brzegów,
- 28) gromada zmiennocieplnych kręgowców,
- 31) ukochany Ludmiły z poematu Puszkina,
- 34) roślina zarodnikowa na mokradłach,
- 36) „Major ...”, western z rolą Charltona Hestona,
- 37) opiekuńcze skrzydła, dozór,
- 38) wynagrodzenie dla aktora,
- 39) oficer przyboczny generała,
- 40) ryba podobna do łososia.

Pionowo:

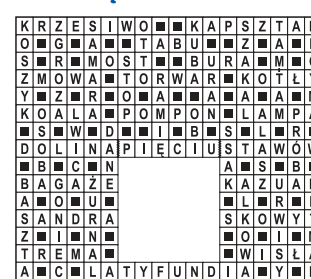
- 2) najbliższe otoczenie,
- 3) Yeti z czeskiej fabryki,
- 4) pora lepienia bałwanów,
- 5) himalajski stan w Indiach,
- 6) region we Włoszech z Neapolem,



- 7) forma w kształcie stopy wkładana do butów,
- 8) Hiszpania lub Indonezja,
- 9) ziemia odziedziczona po przodkach,
- 10) typ tyżew z zaokrąglonymi końcami,
- 16) Jerzy Szajnowicz, agent nr 1,
- 21) film Piotra Trzaskalskiego,
- 22) miasto na Półwyspie Iberyjskim,

- 23) ulubione drzewo Filona i Laury,
- 24) „... Czaka”, serial telewizyjny,
- 29) rycerz z Bogdańca, bohater powieści „Krzyżacy”,
- 30) wielki, wiekowy las,
- 32) przywidzenie, fatamorgana,
- 33) członko w maszynie do szycia,
- 34) w Trójmieście z Operą Leśną,
- 35) siewna trawa.

ROZWIĄZANIE NR 65



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś energia sprzyja działaniu, ale uważaj na impulsywne decyzje i słowa wobec bliskich. Horoskop dzienny radzi trzymać język za zębami.

Ryby (19.02 - 20.03)

Horoskop na dziś zapowiada, że spokojny rytm dnia pozwoli Ci uporządkować sprawy i znaleźć chwilę na przyjemności oraz rozmowy. Baran (21.03 - 19.04) Komunikacja będzie kluczem, więc horoskop dzienny na poniedziałek radzi mówić jasno i słuchać uważnie, by uniknąć nieporozumień.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje mogą być intensywne, ale horoskop dzienny wróży, że szczerza rozmowa pomoże przywrócić równowagę i poczucie bezpieczeństwa. Bliźnięta (21.05 - 21.06) Twoja pewność siebie będzie przyciągać uwagę. Horoskop na dziś radzi to wykorzystać, ale nie zapominać też o potrzebach innych osób. Rak (22.06 - 22.07) Detale mają znaczenie, więc horoskop dzienny na poniedziałek radzi skupić się na zadaniach wymagających precyzji i cierpliwości.

Lew (23.07 - 22.08)

Szukaj harmonii w relacjach. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że kompromis przyniesie więcej korzyści niż upór i zamykanie się. Panna (23.08 - 22.09) Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązania. Horoskop na dziś stanowczo radzi zaufać sobie, ale unikaj także nadmiernej podejrzliwości. Waga (23.09 - 22.10) Chęć przygód wzrośnie. Horoskop dzienny na poniedziałek sugeruje znaleźć jednak balans między obowiązkami a spontanicznością.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny podpowiada, by nie zrażać się drobnymi trudnościami i działać krok po kroku. Strzelec (22.11 - 21.12) Nowe pomysły mogą Cię zaskoczyć. Horoskop na dziś to wskazówka, by zapisać je i wrócić do nich, gdy pojawi się odpowiedni moment. Koziorożec (22.12 - 19.01) Horoskop dzienny na poniedziałek wyraźnie zapowiada, że wrażliwość pomoże zrozumieć innych. Ludzie będą Ci za to bardzo wdzięczni.