

Kurier Poranny

Poniedziałek
25.05.2026

www.poranny.pl

Nr 99 (10747)
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Jest przełom w sprawie BiKeRa. Miasto chce w środę podpisać umowę z firmą Nextbike **str. 4**



Wmurowano kamień węgielny pod Muzeum bł. ks. Jerzego Popiełuszki w Okopach **str. 3**

Chorten Arena przejdzie metamorfozę. Stadion zmieni barwy na biało-żółto-czerwone **str. 4**

Nr ISSN 0866-9511

Nr indeksu 350354



Ducha lat 20. i 30. XX wieku można było poczuć podczas wczorajszego Święta Ulicy Kilińskiego. Patronowali mu Nora Ney i Mieczysław Fogg. W świętowanie – przygotowane przez instytucje kultury zlokalizowane przy tej ulicy – chętnie włączyli się Białostoczanie. Były m.in. muzyka, taniec, pokazy mody przygotowane przez uczniów Zespołu Szkół Technicznych i Ogólnokształcących z Oddziałami Integracyjnymi im. Stanisława Staszica. – Kilińskiego to jedna z najkrótszych, ale i najpiękniejszych uliczek w centrum Białegostoku. Zawsze chętnie przychodzimy z dziećmi na jej święto – mówiła nam pani Agnieszka.

Z POLICJI

Oszust zatrzymany na gorącym uczynku

Na gorącym uczynku zatrzymany został przez policjantki 21-latek biorący udział w oszustwie. Wpadł, gdy przyszedł odebrać 80 tys. zł od białostockiej seniorki. Policjanci ustalili, że na początku maja odebrał ponad 100 tys. zł od trzech innych senierek. Oszusta zatrzymały policjantki z białostockiej komendy miejskiej przy współpracy z kryminalnymi z komendy wojewódzkiej. Funkcjonariusze ustalili, że do 94-latniej Białostoczanki zadzwonił telefon. Oszustka podszywająca się pod synową seniorki przekazała informację o wypadku i potrzebnych pieniądzech na wpłacenie kaucji. Potrzebowała 120 tys. zł. 94-latka powiedziała, że ma jedynie 80 tys. zł. Miał się zgłosić po nie syn seniorki. Do mieszkania przyszedł mężczyzna z założoną na twarz maseczką, miał też czapkę z daszkiem nasuniętą na oczy, a na dłoniach założone lateksowe rękawiczki. Kobieta wpuściła go do środka. W pokoju na wersalce i na stolikach porożkładane

były pieniądze. 94-latka zaczęła przeliczać je w obecności zamaskowanego mężczyzny. Chwilę później wpadł on w ręce policjantek. Oszustem okazał się 21-latek. Został zatrzymany. Śledczy ustalili, że ten sam mężczyzna na początku maja, tylko jednego dnia odebrał od trzech białostockich senierek ponad 100 tys. zł. W pierwszym przypadku dzwoniący oszust poinformował 88-latkę o potrzebnych pieniądzech na transport do szpitala w celu wykonania przeszczepu nerki jej córki. Kobieta przekazała ponad 20 tys. zł. Z kolei 85-latka przez telefon usłyszała, że potrzebne są pieniądze na leczenie córki, która poważnie zachorowała. Przekazała oszustowi 40 tys. zł. Podobną historię o chorobie córki usłyszała też 83-latka. Przekazała 40 tys. zł. 21-latek usłyszał cztery zarzuty: trzy oszustwa i zarzut usiłowania tego przestępstwa. Decyzją sądu trafił na 3 miesiące do aresztu. Grozi mu kara do 8 lat pozbawienia wolności. (opr. r)

BIAŁYSTOK JAGIELLONIA SKOŃCZYŁA SEZON Z KOLEJNYM SUKCESEM

Cieżki mecz, wygrana i wielkie świętowanie

Sport
Wojciech Konończuk

- Najpierw ciężko pracowaliśmy, potem świętowaliśmy - mogą powiedzieć piłkarze Jagiellonii Białystok, którzy na koniec sezonu wygrali po trudnym meczu 1:0 z Zagłębiem Lubin, zajęli trzecie miejsce w ekstraklasie i znów będą reprezentować Polskę w europejskich pucharach.

Nagrodą była Gala Jagiellońska i Podlaskiego Klubu Biznesu w Hotelu Gołębiowski, na której uśmiechnięci zawodnicy wraz z zaproszonymi gośćmi fetowali osiągnięty sukces.

W meczu z Zagłębiem Jagiellonią, mimo dopingu ponad 19 tysięcy fanów, w tym czterech tysięcy dzieci na Młodej Ultrze, było mocno pod górę. Zaczęło się dobrze, bo pożegnalnego gola strzelił z rzutu karnego odchodzący po trzech latach gry z białostockiego zespołu Afimico Pululu.

- Decyzja była trudna, bo wiem, jak jestem szanowany przez kibiców. Ale chcę iść do przodu i spróbować czegoś nowego - mówił potem na gali Pululu, pytany przez kibiców „gdzie ci będzie lepiej niż u nas?”. Napastnik dodał, że nie żegna się, gdyż nie wyklucza, że jeszcze kiedyś wróci do zespołu Żółto-Czerwonych.

Potem jednak sprawy przybrały zły obrót, bo Zagłębie przycisnęło i ono też miało rzut karny. Tyle że Sławomir Abramowicz spisał się fantastycznie i obronił. Jak się okazało, jego fenomenalna interwencja była na miarę brązowego medalu i prawa gry w kwalifikacjach Ligi Europy.

Po meczu najpierw było fetowanie sukcesu wraz z sympatykami Jagi na murawie Chorten Areny w Białymstoku, a potem - już w znacznie węższym gronie - na gali. Teraz piłkarze mają zasłużone urlopu, a my już czekamy na kolejne emocje.

Czytaj na stronie 16-17



Jagiellończycy mieli powody do satysfakcji i radości. Na zdjęciu: w środku na ceremonii medalowej Sławomir Abramowicz, który obronił rzut karny i Oskar Pietuszewski, aktualnie grający w portugalskim PC Porto

Jutro w naszej gazecie Strefa Biznesu

- Polskie szynka i sery ruszyły na podbój Tokio, Montrealu i Maroka
- Budują nowe hotele, choć pokoje stoją puste. Branża mówi o absurdzie

Zamów prenumeratę

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

Znamy laureatów 45. Festiwalu Muzyki Cerkiewnej

Festiwal
PAP

Grecki Bizantyjski Chór Aten oraz Chór Kameralny „Woskresinnia” z Iwano-Frankiwka na Ukrainie zdobyły równorzędne pierwsze nagrody w kategorii chórów zawodowych 45. Międzynarodowego Festiwalu Muzyki Cerkiewnej „Hajnowka 2026”, zakończonego wczoraj w Białymstoku.

To najbardziej prestiżowa kategoria części konkursowej tego festiwalu. Łącznie w konkursie wzięło udział dziewiętnaście chórów i zespołów wokalnych z Polski, Armenii, Austrii, Azerbejdżanu, Bułgarii, Ghany, Grecji, Estonii, Litwy, Łotwy, Szwecji i Ukrainy.

Tegoroczna edycja odbywała się pod hasłem „Świat muzyki cerkiewnej - muzyka cerkiewna świata”. Laureatów międzynarodowej jury ogłosiło wczoraj po południu, przed koncertem galowym kończącym festiwal, organizowany przez Fundację Muzyka Cerkiewna.

W tym roku wykonawcy rywalizowali w czterech kategoriach. Wśród chórów amatorskich dziecięco-młodzieżowych pierwsze miejsce zdobył Chór Chłopięcy Miasta Sofii z Bułgarii. W kategorii chórów amatorskich parafialnych dwa równorzędne pierwsze miejsca zdobyły: Chór „Adamant” cerkwi św. Aleksandra Newskiego z Rygi na Łotwie

oraz Szczeciński Chór Katedralny. W kategorii chórów amatorskich świeckich również przyznano dwa pierwsze miejsca. Zwyciężyły w tej kategorii: Chór Uniwersytetu Papieskiego Jana Pawła II „Psalmodia” w Krakowie oraz Chór Uniwersytetu Wrocławskiego „Gaudium”.

W kategorii chórów profesjonalnych najlepsze okazały się wspólnie chóry z Grecji i Ukrainy: Bizantyjski Chór Aten oraz Chór Kameralny „Woskresinnia” z Iwano-Frankiwka.

„Zasługą festiwalu jest popularyzacja nie tylko znanych utworów z ogromnej spuścizny muzyki cerkiewnej, a także prezentowanie nowo odkrytych kompozycji oraz utworów współczesnych z tego obszaru twórczości” - podkreślili jurorzy w protokole z wynikami.

Międzynarodowy Festiwal Muzyki Cerkiewnej uchodzi za jedną z najważniejszych na świecie imprez prezentujących i popularyzujących muzykę cerkiewną; według organizatorów jest też najstarszym takim festiwalem o charakterze świeckim. Od ponad 20 lat odbywa się w Białymstoku, ale początek miał w Hajnowce, która wciąż pozostaje w jego nazwie.

MFMC to w maju niejedyny festiwal muzyki cerkiewnej w Podlaskiem. W pierwszej połowie miesiąca w Hajnowce odbyły się Hajnowskie Dni Muzyki Cerkiewnej, w których wzięło udział blisko 30 chórów i zespołów z kraju i zagranicy.

Białystok
PAP

Ministerstwo rolnictwa oraz Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa wesprą starania władz samorządu województwa podlaskiego i Uniwersytetu w Białymstoku w sprawie budowy kliniki weterynarii tej uczelni. Porozumienie strony podpisały w piątek w Białymstoku.

Klinika miałaby powstać na terenie kampusu Uniwersytetu w Białymstoku za kilka lat. Koszt jej budowy szacuje się na około 110 mln zł.

Rektor uczelni prof. Mariusz Popławski poinformował na konferencji prasowej związanej z podpisaniem porozumienia, że w środę senat UwB podjął formalną uchwałę o uruchomieniu od 1 października 2027 roku kształcenia na kierunku weterynaria. Założenia są takie, by studenci tego kierunku - od trzeciego roku nauki - mogli korzystać z praktycznych możliwości edukacyjnych, wymaganego zaplecza, które da klinika weterynarii.

W ostatnich tygodniach władze UwB podpisały list intencyjny ws. kliniki weterynarii z przedstawicielami władz Białegostoku, województwa podlaskiego oraz rządu.

Marszałek województwa podlaskiego Łukasz Prokorym powiedział, że zawarte w pią-

tek porozumienie z ministerstwem rolnictwa i ARiMR daje szansę na szukanie finansowania na tę inwestycję w programach krajowych w następnej perspektywie finansowej Unii Europejskiej.

- Aby ta klinika powstała, potrzebne są pieniądze. My jako województwo planujemy lobbować za tym, aby ten pomysł znalazł odzwierciedlenie albo w funduszach regionalnych (...), albo w funduszach centralnych - powiedział Łukasz Prokorym. Dodał, że aby ta inwestycja mogła się znaleźć w funduszach centralnych, wsparcie ministerstwa rolnictwa i ARiMR jest potrzebne.

Marszałek dodał, że wierzy, że to porozumienie sprawi, że pieniądze uda się znaleźć. Jak podkreślał, uruchomienie stu-

diów na kierunku weterynaria w regionie to poprawa oferty edukacyjnej dla młodych i szansa, że będą zostawać kształcić się w województwie.

Minister rolnictwa i rozwoju wsi Stefan Krajewski podkreślił, że Podlaskie jest regionem rolniczym z rozwiniętą hodowlą bydła mlecznego i produkcją mleka, działającymi dużymi mleczarniami i zaplecze weterynaryjne na miejscu, możliwość kształcenia jest istotna. Dodał, że wiąże się to z bezpieczeństwem żywnościowym, ale też zdrowiem zwierząt.

- To spełnienie dobrostanów, to odpowiednie dbanie, opieka zdrowotna nad tymi zwierzętami. To wymaga zaangażowania wielu lekarzy weterynarii - powiedział Stefan Krajewski.

Minister dodał, że klinika weterynarii jest niezbędnym elementem kształcenia. Podkreślił, że celem wszystkich wspólnych działań jest doprowadzić do tego, by zabezpieczyć finansowanie powstania kliniki z nowego budżetu UE.

Wiceprezes Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa Magdalena Kiciak-Kucharska powiedziała, że agencja - w zakresie swoich kompetencji - czeka na informację z UwB na temat oczekiwanego wsparcia finansowego czy merytorycznego.

Jest gotowa wstępna wizualizacja kliniki weterynarii. Obiekt ma mieć ponad 4 tys. metrów kwadratowych. W środku znajdzie się m.in. oddział zakaźny, sala operacyjna, strefa rehabilitacji, gabinety do hospitalizacji, gabinety naukowe. Przy klinice mają powstać zagrody i wybiegi dla zwierząt. Klinika ma być też wyposażona w wyspecjalizowane samochody terenowe.

- Najwyższy czas, żeby lekarzy weterynarii kształcić w województwie podlaskim, w Białymstoku, na UwB - powiedział rektor UwB prof. Mariusz Popławski. Dodał, że potrzebują tego mieszkańcy regionu, ale jest to też ważne dla rozwoju rolnictwa w regionie, producentów produktów rolnych, konsumentów.

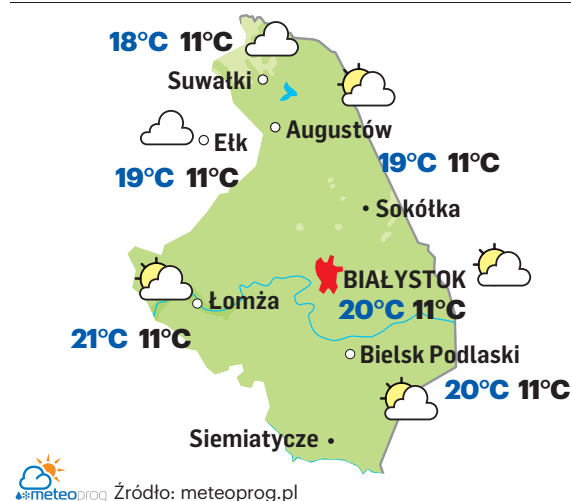
UwB to największa uczelnia w Podlaskiem, na 15 kierunkach kształci się ponad 8,5 tys. studentów.



List intencyjny w sprawie budowy kliniki weterynaryjnej w Białymstoku został podpisany w piątek

FOT. KRYSZTOF GUZEWICZ/UNIW

Pogoda w regionie



25 MAJA 2026

Dziś 145. dzień roku
Do sylwestra pozostało 220 dni.

Wschód słońca w Białymstoku
o godzinie 4.14, zachód o godzinie 20.35. Dzień będzie trwał 16 godzin i 20 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 36 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 8 godzin i 47 minut.

Imieniny dziś obchodzą:
Urban, Grzegorz

KALENDARIUM

1477

Wit Stwoszcz rozpoczął w Krakowie pracę nad Ołtarzem Mariackim. Ołtarz Zaśnięcia Najświętszej Marii Panny jest jednym z najwybitniejszych dzieł późnogotyckiej sztuki rzeźbiarskiej w Europie. Prace nad nim trwały do 1489 roku.

1942

W Białymstoku urodziła się piosenkarka Łucja Prus.



FOT. DOMENA PUBLICZNA

1942

Padł pierwszy klaps na planie najlepszego melodramatu wszech czasów Casablancu w reżyserii Michaela Curtiza.

1948

W więzieniu na Rakowieckiej w Warszawie wykonano wyrok śmierci na rotmistrzu Witoldzie Pileckim (na zdjęciu).

2006

Rozpoczęła się jedyna wizyta papieża Benedykta XVI w Polsce (wcześniej przyjechał kilka razy jako kardynał). Odwiedził Warszawę, Częstochowę, Wadowice, Kalwarię Zebrzydowską, Kraków, Oświęcim.

Wolność nie jest dana na zawsze. Muzeum ma o tym przypominać

Okopy, gm. Suchowola
Martyna Jurkowska

W październiku 2027 roku, na 42. rocznicę męczeńskiej śmierci bł. ks. Jerzego Popiełuszki ma być gotowe muzeum jego pamięci, które powstaje w Okopach. Choć gmach już w części jest gotowy, w piątek odbył się tam uroczysty akt wmurowania kamienia węgielnego. Kilka miesięcy temu w Watykanie osobiście poświęcił go papież Leon XIV. W muzeum kamień został umieszczony w gablocie widocznej dla zwiedzających.



Kamień węgielny wmurowany w przezroczystą gablotę będzie widoczny dla zwiedzających muzeum w Okopach

- Wmurowanie kamienia węgielnego pod budowę Muzeum bł. ks. Jerzego Popiełuszki to wydarzenie ważne nie tylko dla tej miejscowości i regionu, ale dla wszystkich osób, które chcą pielęgnować pamięć o ks. Jerzym. W trudnych czasach miał odwagę głosić prawdę i pozostać wiernym swoim wartościom. Dziś nadal potrzebujemy miejsc, które przypominają o odpowiedzialności, wzajemnym szacunku i naszej historii - mówi Łukasz Prokorym, marszałek województwa podlaskiego.

Budowa Muzeum Błogosławionego Księdza Jerzego Popiełuszki w Okopach jest jednym z najważniejszych przedsięwzięć inwestycyjnych realizowanych obecnie w Polsce. W uroczystości wmurowania kamienia wzięła udział minister

kultury i dziedzictwa narodowego Marta Cienkowska.

- Błogosławiony ksiądz Jerzy Popiełuszko stał się symbolem odwagi, solidarności i moralnego sprzeciwu wobec przemocy. Wmurowanie kamienia węgielnego jest aktem pamięci i odpowiedzialności za przekazywanie jego przesłania kolejnym pokoleniom - mówiła Marta Cienkowska.

Marek Popiełuszko, bratanek ks. Jerzego przypomniał, że pomysły i starania, aby upamiętnić ks. Jerzego trwały bardzo długo. A sama myśl, by w Okopach stworzyć muzeum zrodziła się w 2017 roku, podczas zorganizowanych po raz pierwszy w Suchowoli urodzin ks. Jerzego.

- To niesamowite, że to miejsce: Okopy na Podlasiu, będzie pamiętane jako miejsce urodzenia księdza Jerzego - mówił nie ukrywając wzruszenia Marek Popiełuszko, podkreślając jednocześnie, że do powstania muzeum przyczyniło się mnóstwo ludzi.

Muzeum w Okopach, które będzie oddziałem Muzeum Podlaskiego w Białymstoku ma łączyć funkcje muzealne, edukacyjne i naukowe.

- Chciałbym, żeby każdy odwiedzający to muzeum, bez względu na motywację dla jakiej przybywa do Okopów, przyjrzał się temu, co ukształtowało księdza Jerzego, młodego chłopaka, który w wieku 19 lat wyjechał

do Warszawy, wstąpił do seminarium. Chciałbym, żeby każdy odwiedzający zadał sobie też pytanie: a co mnie ukształtowało - podkreślał dr Waldemar Wilczewski, dyrektor Muzeum Podlaskiego.

Koszt całkowity inwestycji wynosi prawie 58 mln zł, w tym 37,6 mln zł stanowi dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego. Wkład własny zapewniają wspólnie Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz Województwo Podlaskie.

Zgodnie z harmonogramem, zakończenie inwestycji oraz otwarcie muzeum dla publiczności planowane jest na jesień 2027 roku.

Odpowiedzą przed sądem za wyłudzenie z NFZ ponad 7 milionów zł na opatrunki

Z prokuratury
Agnieszka Domanowska

Pięć osób usłyszało zarzuty działania w zorganizowanej grupie przestępczej, która przez ponad dwa lata miała wyłudzać z Narodowego Funduszu Zdrowia nienależną refundację specjalistycznych opatrunków stosowanych w ciężkiej chorobie skóry. Łączna szkoda przekroczyła 7 mln zł.

Prokuratura Okręgowa w Łomży skierowała akt oskarżenia do Sądu Okręgowego w Łomży. Proceder miał miejsce w okresie od 1 stycznia 2017 roku do 30 czerwca 2019 roku. Grupa działała wykorzystując brak centralnego systemu monitorowania wystawiania i wykupowania recept.

Proceder był precyzyjnie zaplanowany. Rodzice lub opiekunowie dzieci chorych na pęcherzykowe oddzielanie naskórka (EB) wprowadzali lekarzy w błąd co do rzeczywistej liczby potrzebnych im opatrunków.

- Jednocześnie zatajali, że uzyskują recepty od kilku różnych lekarzy. W ten sposób zdobywali recepty na w pełni refundowane środki opatrunkowe, których - wykupionych w nadmiarze - nie odbierali z aptek. W zamian właściciele aptek wypłacali im pieniądze z uzyskiwanej marży sprzedazowej, wynoszącej od około 2,5

do 3,5 proc. - wyjaśniła zastępca prokuratora okręgowego w Łomży Dorota Leszczyńska.

Wśród pięciorga oskarżonych znalazły się dwie osoby będące wówczas właścicielami aptek oraz pracownik apteki. Sprawcą kierowniczym grupy była, według prokuratury, Bożena Ch., która w tamtym czasie pracowała jako przedstawiciel handlowy firmy produkującej opatrunki.

Zarzuty usłyszała też Krystyna K., mieszkanka powiatu łomżyńskiego, rodzic chorego dziecka. Jak ustaliła prokuratura, to właśnie w wyniku jej działań doszło do powstania szkody sięgającej niemal 7 milionów złotych. Ona sama odniosła korzyść majątkową w kwocie ponad 205 tysięcy złotych.

Wszyscy oskarżeni będą odpowiadać z wolnej stopy - w śledztwie nie stosowano tymczasowego aresztowania. Wobec podejrzanych orzeczono dozory policji połączone z zakazem kontaktowania się między sobą, a także poręczenia majątkowe w wysokości 50 tys., 100 tys. i 400 tys. złotych. Ustanowiono również hipoteki przymusowe na nieruchomościach.

Oskarżonym grozi kara pozbawienia wolności od roku do 10 lat. Postawy oskarżonych wobec stawianych im zarzutów są różne - część przyznaje się do winy, część nie.

CBA zatrzymało osiem osób w sprawie „Szybkiej ścieżki” Narodowego Centrum Badań i Rozwoju

Z prokuratury
PAP, opr. red

Prokuratura Europejska poinformowała w piątek w komunikacie o zarzutach w śledztwie dotyczącym nieprawidłowości w przyznawaniu dotacji w ramach konkursu „Szybka ścieżka - Innowacje cyfrowe”, zorganizowanego przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. Funkcjonariusze Centralnego Biura Antykorupcyjnego na polecenie Prokuratury Europejskiej zatrzymali osiem osób, m.in. w Białymstoku.

Jak ustalił dziennikarz Radia Zet Mariusz Gierszewski, wśród zatrzymanych był były podlaski poseł, jeden z założycieli i liderów Polski Razem, a następnie Porozumienia i Partii Republikańskiej Jacek Ż.

Zespół prasowy CBA przekazał w piątek, że funkcjonariusze warszawskiej delegatury CBA zatrzymali osiem osób na terenie Warszawy, Białegostoku, Krakowa oraz województwa pomorskiego. Zaznaczył, że wśród zatrzymanych znaleźli się przedstawiciele projektu ubiegającego się o najwyższe dofinansowanie, a także osoba nadzorująca działalność Narodowego Centrum Badań i Rozwoju. Przeszukano też miejsca zamieszkania, zabezpieczono dokumentację i sprzęt elektroniczny.

Prokuratura Europejska (EPPO) poinformowała w komunikacie, że prowadzi śledztwo dotyczące podejrzenia oszustwa przy uzyskiwaniu unijnych dotacji w ramach konkursu „Szybka Ścieżka - Innowacje Cyfrowe”, organizowanego przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. „W sprawie zatrzymano

osiem osób, którym przedstawiono zarzuty” - poinformowała EPPO w piątek.

Postępowanie dotyczy podejrzenia nadużyć finansowych związanych z projektami finansowanymi ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego (EFRR), a także korupcji i niedopełnienia obowiązków przez funkcjonariuszy publicznych. Jak przekazała EPPO, śledczy przeprowadzili dziesięć przeszukań w miejscach zamieszkania podejrzanych oraz w biurach. Wszystkim zatrzymanym przedstawiono zarzuty, wobec nich zastosowano wolnościowe środki zapobiegawcze.

Według ustaleń śledczych funkcjonariusz publiczny nadzorujący instytucję pośredniczącą w przyznawaniu dofinansowań - NCBiR - miał bezprawnie wpływać na ocenę i wybór projektów, naruszając zasady

bezzstronności i równego traktowania.

EPPO poinformowała, że jeden z projektów, który uzyskał najwyższe dofinansowanie w wysokości ok. 28,9 mln euro (123 mln zł), miał zawierać sfałszowane dokumenty oraz zawyżone koszty personelu. Według śledczych projekt nie mógł zostać zrealizowany w terminie przewidzianym w konkursie.

Czynności śledcze przeprowadzono przy wsparciu CBA. Wielowatkowe śledztwo w sprawie nieprawidłowości w przyznawaniu dotacji w ramach konkursu „Szybka ścieżka - Innowacje cyfrowe” trwa od 2023 r.

- Zatrzymani usłyszeli zarzuty m.in. przekroczenia uprawnień i niedopełnienia obowiązków, usiłowania oszustwa w odniesieniu do mienia o znacznej wartości oraz powoływania się na wpływy - podało CBA.

Zapowiadają pikietę przed sejmikiem

Polityka
Agnieszka Domanowska

Radni PiS w sejmiku województwa podlaskiego wraz z przedstawicielami środowisk związkowych i opozycyjnych zapowiadają organizację pikiety przeciwko paktovi migracyjnemu. Manifestacja ma odbyć się jutro przed urzędem marszałkowskim w Białymstoku, o godz. 9.15 - tuż przed sesją sejmiku.

Szef klubu radnych PiS w sejmiku województwa podlaskiego Artur Kosicki podkreślał podczas piątkowej konferencji prasowej, że celem pikiety jest pokazanie sprzeciwu wobec przyjmowania migrantów w regionie. Podczas wtorkowej sesji sejmiku procedowany ma być projekt stanowiska dotyczącego sprzeciwu wobec paktu migracyjnego.

Artur Kosicki przypomniał, że podczas ostatniej sesji sejmiku uchylono wcześniejsze stanowisko dotyczące sprzeciwu wobec paktu migracyjnego. Według niego powodem tej decyzji miały być kwestie związane z dofinansowaniem dla podlaskiej opery. - Nie ma zagrożenia utraty środków europejskich dla regionu. Apeluję do mieszkańców o udział w obradach sejmiku - stwierdził. Białostocki radny Bartosz Stasiak ocenił, że samorządy mogą odegrać kluczową rolę w blokowaniu wdrażania paktu migracyjnego.

Przewodniczący podlaskiej „Solidarności” Józef Mozolewski przypomniał, że mieszkańcy regionu okazali wsparcie uchodźcom z Ukrainy po wybuchu wojny. Jednocześnie zaznaczył, że jego zdaniem obecna polityka migracyjna Unii Europejskiej budzi poważne obawy społeczne.

Koniec batalii o BiKeRa w KIO. Miasto może podpisywać umowę

Komunikacja
Andrzej Kłopotowski

To już koniec postępowania przed Krajową Izbą Odwoławczą, dotyczącego przetargu na obsługę systemu białostockich rowerów miejskich BiKeR. Ostanie z odwołań właśnie zostało oddalone. To otwiera drzwi, by podpisywać umowę z operatorem - firmą Nextbike. Miasto chce zrobić to pojutrze. BiKeR miałby ruszyć 1 lipca.

Przed Krajową Izbą Odwoławczą toczyły się w sumie trzy postępowania. Pierwsze dotyczyło oddajenia części informacji na etapie postępowania przetargowego. Zostało oddalone na początku kwietnia. Drugie - rzekomej zbyt niskiej ceny zaproponowanej przez firmę Nextbike (jej ofertę wybrało miasto) oraz rozstrzygnięcia przetargu. Przed ogłoszeniem orzeczenia pod koniec kwietnia konsorcjum Orange Roovee złożyło kolejne, podobne odwołanie. I w piątek KIO oddaliło i je.

Co to oznacza? Że droga do podpisania umowy z Nextbike właśnie wyprostowała się.

Operatorem systemu rowerów miejskich BiKeR będzie dotychczasowa firma Nextbike Polska. Umowa ma być podpisana w środę

- Chcemy, by umowa z operatorem BiKeRa została podpisana w środę, 27 maja. Firma Nextbike zadeklarowała, że system roweru miejskiego może ruszyć od 1 lipca - mówi prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski.

Nextbike Polska ma zajmować się rowerami przez cztery sezony. Oferta spółki opiewa na 11,6 mln zł (konsorcjum Orange i Roovee proponowało nieco ponad 13,5 mln zł). Na terenie miasta ma pojawić się 55 stacji. Korzystający z BiKeRa mogliby wypożyczyć 500 rowerów: 200 standardowych, 50 z fotelikiem do przewożenia dzieci, 20 dziecięcych, 10 typu tandem, co jest nowością, 210 rowerów elektrycznych. Operator będzie miał za zadanie utrzymanie i obsługę wszystkich urządzeń związanych z funkcjonowaniem systemu BiKeR oraz serwisowanie sprzętu i jego konserwację.

Przypomnijmy, że tegoroczny sezon miał ruszyć już od 1 kwietnia. Jednak z racji zawirowań z odwołaniami przez KIO nie ruszył.

BiKeR funkcjonuje w Białymstoku od 2014 roku. W zeszłym sezonie w systemie zarejestrowano 255 879 wypożyczeń, a liczba zarejestrowanych użytkowników wynosi prawie 92 tys. Rowery miejskie funkcjonują przy okazji BiKeRa również w gminach ościennych: Supraślu, Wasilkowie, Juchnowcu Kościelnym czy Grabówce.

Chorten Arena zmieni barwy. Na białą-żółto-czerwone

Inwestycje
Andrzej Kłopotowski

Słupy okalające białostocką Chorten Arenę zostaną przebarwione. Nie będą już w kolorze bieli i pomarańczy, ale bieli, żółci i czerwieni. W przyszłości otrzymają iluminację.

Na Chorten Arenie trwają prace związane z konserwacją słupów okalających z zewnątrz stadion.

- Przy tej okazji padały propozycje, aby zmienić kolorystykę stadionu z uwagi na to, że ta obecna - pomarańcz i biały - nie nawiązuje do tradycji ani Jagiellonii, ani Białegostoku. Była autorską koncepcją projektanta stadionu - mówi prezydent Tadeusz Truskolaski. Przypomnijmy, że białostocki stadion jest dziełem zespołu pod kierunkiem nieżyjącego już prof. Stefana Kuryłowicza.

Prace będą trwały i w tym, i w kolejnym roku. Plan jest taki, że w tym roku zmieni się kolorystyka słupów od ulicy Konstantego Ciołkowskiego i Wiosennej. W kolejnym - dalsze słupy. Koncepcję zmian przygotowali architekci Daniel i Bogusław Chałdukiewicz. Projektanci mówią, że ich zadaniem było połączenie silnej tożsamości klubu Jagiellonia wyrażonej w barwach z barwami miasta Białegostoku na zastanej architekturze.

- Chcieliśmy uniknąć dosłownego cytowania kolorów. Mogłoby sprawiać, że obiekt



Koncepcja nowej kolorystyki Chorten Areny

byłby zbyt przytłaczający, natchalny, może nawet odpustowy, cyrkowy. Postanowiliśmy, że chcemy zachować elegancję tego obiektu, a kolorystykę przedstawić w sposób jak najbardziej łagodny, nienachalny, ciekawy. Stawiamy na dualizm architektoniczny - mówi Daniel Chałdukiewicz. Za dnia będzie więc elegancko i lekko. Słupy pionowe będą przechodzić z czerwieni w żółć, zaś słupy skośne będą białe. W nocy stadion będzie iluminowany, by wydobyć barwy klubowe.

Andrzej Wilczyk, wiceprezes Jagiellonii zauważa, że

przebarwienie słupów to ważna sprawa dla kibiców i klubu. Z racji prac zdjęte zostaną plansze pokazujące najważniejszych piłkarzy w historii klubu. W nowej formie mają wrócić po remoncie. W nowej galerii sław miejsce ma mieć Pululu, który kończy właśnie przygodę z klubem.

- Odpowiadamy na potrzebę mieszkańców, kibiców, klubu. Korzystamy z tej chwili, kiedy następuje modernizacja słupów i remont powłok malarskich. Zleciliśmy architektom przygotowanie koncepcji pomalowania

słupów z zachowaniem barw i klubu, i miasta Białegostoku. Wyszła dość ciekawa koncepcja, która nadaje delikatności bryle stadionu - uważa Cezary Mielko, prezes spółki Stadion Miejski.

Koszt malowania - ma nadzieje - zmieści się w kontrakcie na roboty prowadzone od 2025 roku. Sam remont słupów to koszt ponad 10 mln zł (chodzi o całą wymianę powłok). Środki na ten cel są zabezpieczone. Z kolei dodatkowych funduszy wymagać będzie iluminacja. Koszt to około 1,5 mln zł.

Wraca sprawa wieżowca nad stawem przy Mickiewicza

Kontrowersje
Andrzej Kłopotowski

Nie będzie wieżowców przy ulicy Mickiewicza. To deklaracja prezydenta, jaka padła podczas spotkania z mieszkańcami tego osiedla. Tłem jest powstający właśnie plan ogólny Białegostoku, który ma zaprojektować okolice.

O tym, że mieszkańcy osiedla Mickiewicza nie godzą się na wysoką zabudowę nad stawem wiadomo od dawna. W lutym 2025 roku radni zajmowali się wnioskiem inwestora - to Eurofirma Nieruchomości - by pozwolić rozpocząć prace nad tzw. Zintegrowanym Planem Inwestycyjnym. W dokumencie pojawił się pomysł, by powstał tu wieżowiec o wysokości do 12 kondygnacji z podziemnymi garażami. Mieszkańcy okolicy podnieśli

raban. Skrzyknęli się, pojawili na sesji. Przypomnieli radnym, że obowiązujący obecnie plan zagospodarowania przestrzennego pozwala w tym miejscu (dziś stoi tu bank) zrealizować znacznie niższy obiekt usługowy.

W tej chwili temat wraca przy okazji tworzenia Planu Ogólnego Miasta Białegostoku. To dokument, który ma zastąpić obowiązujące Studium uwarunkowań i kierunków rozwoju miasta.

- Z dokumentów planistycznych wynika, że teren nad stawem ma stać się strefą wielofunkcyjną z zabudową mieszkaniową do 35 m (ok. 10 kondygnacji), przy maksymalnej powierzchni zabudowy 40 proc. i tylko 30 proc. powierzchni biologicznie czynnej, z garażem podziemnym poniżej lustra wody. Dzieje się to w miejscu, gdzie obowiązujący plan dopuszczał jedynie niższą zabu-

dowę usługową do 10 m, bez kondygnacji podziemnych - mówią dziś mieszkańcy bloków przy Mickiewicza, sąsiadujących z działką, na której stoi bank.

Dodają, że „Ekofizjografia miasta”, opracowana na zlecenie magistratu wskazuje, że jest to obszar o bardzo wysokim poziomie wód gruntowych (0-2 m pod powierzchnią), co oznacza szczególnie wrażliwe warunki hydrologiczne. Przypominają też, że staw został niedawno - za kwotę ponad 1,8 mln zł - zrewitalizowany, a przy okazji zagospodarowany został też Skwer księdza Henryka Szlegiera wokół zbiornika.

Mieszkańcy zapowiadają, że złożą swoje uwagi do projektu planu ogólnego. Tymczasem nieoczekiwanie deklaracja dotycząca zabudowy przy ulicy Mickiewicza padła w czwartek wieczorem, podczas spotkania prezydenta Tadeusza Trusko-

laskiego z mieszkańcami tego właśnie osiedla.

- W XI Liceum Ogólnokształcącym rozmawiano m.in. o powołaniu Rady Mężczyzn, uchwale krajobrazowej, zabudowie przy ul. Mickiewicza, oświetleniu ul. Marii Skłodowskiej-Curie oraz remoncie i monitoringu na osiedlu Bema. Prezydent zadeklarował także, że przy ul. Mickiewicza nie będą mogły powstawać budynki wyższe niż 12 metrów - informuje po spotkaniu białostocki magistrat.

Mieszkańcy muszą jednak złożyć uwagę do planu ogólnego. Jak komentują te słowa?

- Deklarację odbieramy jako jaskółkę w dobrym kierunku. Natomiast nierozwiązane zostają nasze wątpliwości związane z budową kondygnacji podziemnych pod ewentualnym, nowym budynkiem oraz kwestie zabezpieczenia naszych bloków przed wodami - odpowiada druga strona.

JUBILEUSZ I ŚLUBOWANIE



Uroczyste obchody 10-lecia 1. Podlaskiej Brygady Obrony Terytorialnej odbyły się w sobotę na Rynku Kościuszki. Jubileusz połączono z przysięgą wojskową 60 nowych ochotników. Mieszkańcy mogli posłuchać orkiestry wojskowej, zobaczyć uzbrojenie lekkiej piechoty i zjeść żołnierską grochówkę.

- To wyjątkowy jubileusz formacji, bez której nikt dzisiaj nie mówi i nie myśli o systemie bezpieczeństwa naszego regionu i naszej ojczyzny. „Zawsze gotowi, zawsze blisko” to słowa, które definiują waszą służbę - mówił wojewoda Jacek Brzozowski.

Brygada, sformowana w 2016 roku jako jedna z pierwszych jednostek OT w Polsce, liczy dziś ponad 2 500 żołnierzy. Obchody miały szczególny charakter też ze względu na planowane przeformowanie formacji w Brygadę Obrony Pogranicza. (AD)

Przygotowują się do powrotu pociągów

Łomża
ska

Po ponad 30 latach przerwy od regularnego kursowania pociągów, Łomża wraca na kolejową mapę Polski. Już 14 czerwca o godz. 5.39 ruszy pierwszy pociąg regionalny z Łomży do Białegostoku. Mieszkańcy regionu będą mogli skorzystać z oferty czterech par pociągów. W związku z pracami od dziś zamknięty ma być przejazd na ulicy Poznańskiej w Łomży. Otwarto przejazd na Alei Piłsudskiego.

Mieszkańcy Łomży znowu będą mogli korzystać z połączeń kolejowych. 14 czerwca zaczną kursować pociągi Polregio do Białegostoku (cztery składy) i PKP Intercity (dwie pary pociągów dalekobieżnych – pasażerowie z Łomży dojadą nimi m.in. do Ostrołki, Szczytna czy Olsztyna).

Z Łomży w kierunku Białegostoku pociągi odjadą o godzinie: 5.39, 7.31, 14.32 i 19.13, z Białegostoku do Łomży o 5.40, 11.05, 16.05 i 19.50. Cena normalnego

biletu jednorazowego to 19,25 zł. Składy między Łomżą a Białymstokiem pojadą z maksymalną prędkością 80-120 km/h, a najkrótszy czas przejazdu na tej trasie wyniesie 1 godzinę i 26 minut.

Powrót regularnych połączeń do Łomży to wynik projektu realizowanego przez PKP PLK i Województwo Podlaskie w ramach rządowego Programu Uzupełniania Lokalnej i Regionalnej Infrastruktury Kolejowej Kolej Plus do 2029 r. Całkowity budżet zadania w zakresie podstawowym wynosi 430 mln zł, z czego Samorząd Województwa Podlaskiego pokryje 15 proc. kosztów inwestycji.

I choć pierwsze kursy pociągów do Łomży planowane są na czerwiec, prace modernizacyjne będą kontynuowane do II kwartału 2029 r.

Po zakończeniu wszystkich prac, średni czas przejazdu z Łomży do Białegostoku planowany jest na ok. 1 h 35 min. Codzienna podróż ze Śniadowa do Łomży zajmie około 14 minut.

W związku z trudnieniami związanymi z budową linii kolejowej Śniadowo – Łomża i plano-

wanym na 14 czerwca powrotem pociągów pasażerskich do Łomży, od dziś, 25 maja od godz. 9 do 19 czerwca do godz. 18 wprowadzona zostanie czasowa zmiana organizacji ruchu w związku z zamknięciem przejazdu kolejowego przy ul. Poznańskiej. Najważniejsze zmiany to zawieszenie kursów linii nr 4 do ogródków działkowych przy ul. Szosa do Meżenina, zmiany w obsłudze wybranych przystanków przy Al. Legionów, objazdy dla linii nr 2, 4 i 18.

Otwarty zaś został przejazd kolejowy na Al. Piłsudskiego – Pociągi wracają na linię Łapy – Ostrołęka, a także pojadą – po 33 latach – do Łomży. W związku z tym Polskie Linie Kolejowe zwracają się z prośbą do pieszych i kierowców o właściwe i odpowiedzialne zachowanie na terenach kolejowych, a w szczególności – przekraczanie torów jedynie w miejscach do tego wyznaczonych. Prosimy o zwracanie uwagi na oznakowanie na przejazdach kolejowo-drogowych oraz niejeżdżenie na tzw. pamięć – wskazuje Tomasz Łotowski z PKP PLK.

Miasto rozda mieszkańcom czujki dymu i czadu

Suwałki
red

Rusza akcja „Czujka Życia – Bądź Bezpieczny”. Miasto Suwałki przekaze mieszkańcom bezpłatne urządzenia, które ostrzegają przed dymem i tlenkiem węgla (czadem).

Do rozdania przygotowano 72 urządzenia. Mogą starać się o nie osoby, które ogrzewają domy lub mieszkania np. węglem, drewnem lub gazem. Akcja skierowana jest do dwóch grup: właścicieli domów jednorodzinnych w Suwałkach, którzy nie są podłączeni do miejskiej sieci ciepłowniczej oraz do najemców mieszkań z zasobów ZBM TBS w Suwałkach. Z pomocy mogą skorzystać osoby, które w ciągu ostatnich dwóch lat nie dostały podobnego urządzenia od miasta. Rodzina (gospodarstwo domowe) może dostać jedną czujkę.

Nabór wniosków rusza 1 czerwca. Formularz można pobrać w urzędzie lub ze strony internetowej. Wypełniony wniosek należy zanieść do Urzędu Miejskiego (ul. Mickiewicza 1), pokój nr 124.

ŚWIĘTO SUWAŁSKIEGO PUŁKU



FOT. 14. SUWAŁSKI PUŁK PRZECIWPANCERNY

Żołnierze 14. Suwałskiego Pułku Przeciwpancernego im. Marszałka Józefa Piłsudskiego świętowali w piątek w centrum Suwałk siódmą rocznicę powstania jednostki. Była defilada sprzętu wojskowego, uroczysty apel i piknik dla mieszkańców miasta.

Święto 14. Suwałskiego Pułku Przeciwpancernego rozpoczęło się na placu Marszałka Józefa Piłsudskiego uroczystym apelem. Potem podczas defilady Wojsko Polskie zaprezentowało swój sprzęt bojowy.

-- Dzisiaj jest szczególny dzień, święto 14. Suwałskiego Pułku Przeciwpancernego, pułku, który mocno się rozwija, szczególnie w ciągu ostatniego roku, pułku, który został wyposażony w nowoczesny sprzęt i przechodzi zmiany strukturalne – powiedział dowódca pułku płk Paweł Gandera.

Prezydent Suwałk Czesław Renkiewicz powiedział, że Suwałki są silnym i bezpiecznym punktem na wojskowej mapie Polski. – Obecność Wojska Polskiego w naszym mieście, to nie tylko element narodowej tradycji, ale przede wszystkim wymerne poczucie bezpieczeństwa dla nas wszystkich. Nasz pułk stale się rozwija, a nowoczesny sprzęt, który dzisiaj mogliśmy podziwiać robi ogromne wrażenie – mówił Renkiewicz.

Po części oficjalnej w Parku Konstytucji 3 Maja odbył się piknik wojskowy, gdzie można było obejrzeć sprzęt, zjeść grochówkę i posłuchać muzyki wojskowej. (PAP)

REKLAMA

0011528172

OGŁOSZENIE BURMISTRZA SURAZA

o rozpoczęciu konsultacji społecznych projektu planu ogólnego gminy Suraz

Na podstawie art. 8h–8m oraz art. 13i ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2026 r. poz. 538), art. 39 ust. 1 i art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnieniu 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 z późn. zm.), w związku z uchwałą Nr V/27/2024 Rady Miejskiej w Surazu z dnia 28 sierpnia 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Suraz.

Burmistrz Gminy Suraz ogłasza rozpoczęcie konsultacji społecznych projektu planu ogólnego gminy Suraz.

1. Przedmiot konsultacji społecznych

Przedmiotem konsultacji społecznych jest **projekt planu ogólnego gminy Suraz** wraz z:

- uzasadnieniem,
- prognozą oddziaływania na środowisko.

2. Termin i czas trwania konsultacji

Konsultacje społeczne prowadzone będą w terminie: **od 25 maja 2026 r. do 22 czerwca 2026 r.**

Czas trwania konsultacji wynosi **29 dni**, zgodnie z obowiązującymi przepisami.

3. Udostępnienie dokumentów

Projekt planu ogólnego gminy Suraz wraz z uzasadnieniem i prognozą oddziaływania na środowisko zostanie udostępniony od dnia **25 maja 2026 r.:**

- w **Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Suraz**, w zakładce <https://bip-umsuraz.podlaskie.eu/plan-ogolny-gminy-suraz/projekt-planu-ogolnego-gminy-suraz--konsultacje-spoeczne.html>
- w siedzibie **Urzędu Miejskiego w Surazu**, ul. 11 Listopada 16, 18-105 Suraz, w godzinach pracy urzędu.

4. Formy udziału w konsultacjach społecznych

4.1. Składanie uwag i opinii

Uwagi i opinie do projektu planu ogólnego można składać wyłącznie za pomocą „formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego”, umieszczonego na stronie gminy – w terminie trwania konsultacji:

- w formie pisemnej na adres Urzędu Miejskiego w Surazu, ul. 11 Listopada 16, 18-105 Suraz.

- w formie elektronicznej (poczta elektroniczna lub formularz dostępny w BIP <https://bip-umsuraz.podlaskie.eu/plan-ogolny-gminy-suraz/projekt-planu-ogolnego-gminy-suraz--konsultacje-spoeczne.html>),
- ustnie do protokołu w Urzędzie Miejskim w Surazu.
- ustnie do protokołu podczas spotkań konsultacyjnych.

Uwagi powinny zawierać dane umożliwiające identyfikację wnoszącego.

4.2. Spotkanie otwarte z mieszkańcami

Termin: 9 czerwca 2026 r.

Godzina: 15:30

Miejsce: Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury, ul. Bielska 4, 18-105 Suraz.

Spotkanie ma na celu przedstawienie projektu planu ogólnego gminy Suraz oraz umożliwienie zgłaszania uwag i zadawania pytań.

4.3. Dyżur konsultacyjny – dyżur projektanta

Termin: 9 czerwca 2026 r.

Godzina: 16:30 – 18:30

Miejsce: Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury, ul. Bielska 4, 18-105 Suraz.

Dyżur umożliwi indywidualne konsultacje oraz składanie uwag ustnie do protokołu.

4.4. Ankieta dostępna na stronie BIP Gminy Suraz, w zakładce

<https://bip-umsuraz.podlaskie.eu/plan-ogolny-gminy-suraz/projekt-planu-ogolnego-gminy-suraz--konsultacje-spoeczne.html>

5. Zakończenie konsultacji

Konsultacje społeczne zakończą się **23 czerwca 2026 r.**

Uwagi złożone po tym terminie nie będą rozpatrywane.

6. Raport z konsultacji społecznych

Po zakończeniu konsultacji sporządzony zostanie **raport z konsultacji społecznych**, zawierający zestawienie zgłoszonych uwag oraz sposób ich rozpatrzenia.

Raport zostanie opublikowany w **Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Suraz** do dnia **23 lipca 2026 r.**

**Burmistrz Suraza
Henryk Łapiński**

REKLAMA

0011528232

OGŁOSZENIE

Burmistrz Suraza ogłasza przystąpienie do konsultacji społecznych projektu uchwały Rady Miejskiej w Surazu w sprawie określenia zasad wyznaczania składu oraz zasad działania Komitetu Rewitalizacji Gminy Suraz

Burmistrz Suraz ogłasza konsultacje społeczne, których przedmiotem jest projekt uchwały Rady Miejskiej w Surazu w sprawie określenia zasad wyznaczania składu oraz zasad działania Komitetu Rewitalizacji Gminy Suraz. Konsultacje mają na celu zebranie od interesariuszy rewitalizacji uwag do wyżej wymienionego projektu uchwały.

Powołanie Komitetu Rewitalizacji jest jednym z elementów partycypacji społecznej obejmującej przygotowanie, prowadzenie i ocenę rewitalizacji w sposób zapewniający aktywny udział interesariuszy. Zgodnie z ustawą z dnia 9 października 2015 r. o rewitalizacji (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 278) zasady wyznaczania składu oraz zasady działania Komitetu Rewitalizacji określa, w drodze uchwały, Rada Miejska przed uchwaleniem Gminnego Programu Rewitalizacji. Komitet Rewitalizacji stanowi forum współpracy i dialogu interesariuszy z organami gminy w sprawach dotyczących przygotowania, prowadzenia i oceny rewitalizacji oraz pełni funkcję opiniodawczo-doradczą Burmistrza.

W konsultacjach społecznych mogą wziąć udział wszyscy interesariusze rewitalizacji wymienieni w art. 2 ustawy z dnia 9 października 2015 r. o rewitalizacji, m.in.:

- 1) mieszkańcy,
- 2) właściciele, użytkownicy wieczystości nieruchomości i podmioty zarządzające nieruchomościami znajdującymi się na terenie gminy, w tym spółdzielnie mieszkaniowe, wspólnoty mieszkaniowe, społeczne inicjatywy mieszkaniowe, stowarzyszenia budownictwa społecznego oraz członkowie kooperatywy mieszkaniowej wspólnie działający w celu realizacji na obszarze rewitalizacji inwestycji mieszkaniowej,
- 3) podmioty prowadzące lub zamierzające prowadzić na obszarze gminy działalność gospodarczą,
- 4) podmioty prowadzące lub zamierzające prowadzić na obszarze gminy działalność społeczną, w tym organizacje pozarządowe i grupy nieformalne,
- 5) jednostki samorządu terytorialnego oraz ich jednostki organizacyjne, oraz organy doradcze i konsultacyjne gminy,
- 6) organy administracji publicznej,
- 7) inne podmioty, realizujące na obszarze rewitalizacji uprawnienia Skarbu Państwa.

Konsultacje społeczne prowadzone będą w okresie od 25 maja 2026 r. do 29 czerwca 2026 r. w następujących formach:

1. Zbieranie uwag w postaci wypełnionego papierowego lub elektronicznego formularza uwag. Formularz dostępny będzie:
 - na stronie internetowej Gminy Suraz, tj. www.suraz.pl;
 - w Biuletynie Informacji Publicznej, tj. www.bip-umsuraz.wrotaopodlasia.pl;
 - w formie papierowej w Urzędzie Miejskim w Surazu, ul. 11 listopada 16, 18-105 Suraz.
 Wypełnione formularze należy dostarczyć:
 - drogą elektroniczną na adres e-mailowy: sekretariat@suraz.pl,
 - drogą korespondencyjną na adres: Urząd Miejski w Surazu, ul. 11 listopada 16, 18-105 Suraz,
 - bezpośrednio do Urzędu Miejskiego w Surazu, ul. 11 listopada 16, 18-105 Suraz (Sekretariat) w godzinach pracy Urzędu.
2. Wypełnienie ankiety on-line dostępnej pod adresem: <https://forms.gle/bbtNR151x27QLWit5>
3. Spotkanie konsultacyjne z interesariuszami rewitalizacji z użyciem środków porozumiewania się na odległość, które odbędzie się w dniu 18 czerwca 2026 r. roku o godzinie 12:00 po uprzedniej rejestracji (do dnia 15 czerwca 2026 r.) pod adresem: <https://forms.gle/U4b3X72EJz82mYoS7>

Uwagi do projektu uchwały można składać do 29 czerwca 2026 r. W przypadku dostarczenia uwag za pośrednictwem poczty decyduje data wpływu korespondencji do Urzędu Miejskiego w Surazu.

Niezwłocznie po zakończeniu konsultacji sporządzona zostanie informacja podsumowująca ich przebieg, zawierająca dane o miejscu i czasie ich przeprowadzenia, omówienie ich przebiegu oraz zgłoszonych uwag wraz z odniesieniem się do nich. Informacja zostanie opublikowana za pośrednictwem stron internetowych gminy.

**Burmistrz Suraza
Henryk Łapiński**

KRÓTKO

ZAKOPANE

Corvetta nad Morskie Oko

Influencer z Ukrainy, łamiąc wszelkie zakazy, wjechał pod schronisko nad Morskim Okiem dla sesji zdjęciowej z partnerką. Policja wystawiła mu mandat na 100 złotych i 8 punktów karnych, ale to nie koniec konsekwencji.

Szef MSWiA Marcin Kierwiński chce dla kierowcy 5-letniego zakazu wjazdu do Polski. „Sprawca rajdu na Morskie Oko zostanie rozliczony. W związku z naruszeniem porządku publicznego na wniosek Policji trafi na listę osób niepożądanych z zakazem

wjazdu na teren RP na 5 lat. Łamanie prawa zawsze spotka się z ostrą reakcją” – napisał Kierwiński na platformie X.

Wieczorem 22 maja na profilu instagramowym Andriy Gavryliv pochwalił się zdjęciami znad Morskiego Oka. Do tarł tam samochodem, który zatrzymał tuż obok schroniska przy drewnianych barierkach. „Jesteśmy pierwszymi ludźmi w historii, którzy pojechali samochodem do Morskiego Oka” – chwalił się Ukrainiec we wpisie.

O TYM SIĘ MÓWI

Z Zakopanego nad Bałtyk



Łatwogang postanowił przejechać na rowerze Polskę z Zakopanego do Gdańska, by wspomóc leczenie Maksa cierpiącego na poważną chorobę. W trasę wyruszył w piątek o godz. 16. Podczas jazdy chciał zebrać 12 mln zł. Cel udało mu się osiągnąć w niedzielę przed 9 rano. Licznik zbiórki cały czas bije, już dla innego dziecka.

WYPADEK

Wjechał pod prąd na A1

Jedna osoba nie żyje, a trzy są ranne w wyniku czołowego zderzenia dwóch samochodów na autostradzie A1. Wypadek miał miejsce w nocy z soboty na niedzielę między węzłami Tuszyn – Łódź Południe. Około godz. 2.20 na nitce autostrady prowadzącej w stronę Gdańska pojawił się Citroën. Jego kierowca pędził pod prąd i wpadł na prawidłowo jadące

Audi. Oba auta zapaliły się. Sprawca wypadku spłonął w swoim samochodzie. W Audi znajdowały się trzy osoby z powiatu pabianickiego: 37-letnia kierująca i dwaj pasażerowie w wieku 36 i 59 lat. Cała trójka została przewieziona do szpitali w Łodzi. Autostrada A1 była przez kilka godzin zablokowana. WP

PRZESTĘPCZOŚĆ

Tomasz M., działacz sportowy, były prezes jednego z ostrołęckich klubów piłkarskich, podejrzany o przestępstwa seksualne wobec dzieci, pozostanie w areszcie przynajmniej do 28 czerwca. Śledczy potrzebują jeszcze opinii psychiatrycznej dotyczącej podejrzanego. Mężczyzna usłyszał m.in. zarzut zgwałcenia dwóch małoletnich poniżej 15. roku życia. Grozi mu kara pozbawienia wolności od 5 do 30 lat albo dożywocie.



Polska kultura polityczna jest klótniwa i paskudna. Polska kultura strategiczna jest zadziwiająco spójna

Daniel Fried, były ambasador USA w Polsce

Czy minister Żurek pożegna się ze stanowiskiem?

Dorota Kowalska
Warszawa

Uchodzi za zdeterminowanego, nastawionego na cel. Jednak media coraz częściej piszą o tym, że premierowi Tuskowi kończy się cierpliwość do ministra Żurka.

Minister Waldemar Żurek lekko nie ma. Nic nie idzie tak jak miało iść: ani w Trybunale Konstytucyjnym, ani w Krajowej Radzie Sądownictwa, ani w Sądzie Najwyższym. Ucieczka Zbigniewa Ziobry do Stanów Zjednoczonych tylko dołączyła do ognia. Wprawdzie politycy koalicji rządzącej powtarzają, że działają w granicach prawa i pewnych rzeczy przeskoczyć się po prostu nie da, ale w tym wypadku nie prześwietlono na czas sędzi Joanny Grabowskiej, do której trafiła sprawa Europejskiego Nakazu Aresztowania (ENA) dla Ziobry. Grabowska została wylosowana do sprawy 20 lutego tego roku, 11 maja, dzięki dziennikarzom, dowiedzieliśmy się, że pani sędzia posiada 102 akcje Telewizji Republika. ENA dla Ziobry nie ma do dziś i także dlatego udało mu się uciec za ocean.

Inna rzecz, że przeprowadzenie wielu, a właściwie większości zmian w wymiarze sprawiedliwości, choćby wymiana zastępców prokuratora generalnego, nie jest możliwa bez zgody prezydenta Nawrockiego. W koalicji rządzącej tliło się jednak



Minister Żurek podjął się zadania trudnego, żeby nie powiedzieć, niemożliwego do wykonania

przekonanie, że Żurek da sobie ze wszystkim radę.

Determinacji i zaangażowania na pewno mu nie brakuje. Wymienił prezesów sądów, próbuje, nie zawsze z powodzeniem, zmian personalnych w prokuraturze, przedstawił projekt tak zwanej ustawy praworządnościowej, wprowadził nowe zasady wspierające młode kadry i usprawniające nabór w Krajowej Szkole Sądownictwa i Prokuratury (KSSiP), spisał się w operacji wymiany więźniów z reżimem Alaksandra Łukaszenki, w której wolność odzyskał Andrzej Poczobut.

W ostatni piątek zawiesił Tomasz Janeczka, swojego zastępcę do spraw wojskowych.

„To człowiek Ziobry, który udowodnił, że partyjne interesy i medialne ustawki stawia wyżej niż elementarne bezpieczeństwo państwa i powagę własnego urzędu” – napisał o Janeczku.

– Pozycja Waldka Żurka jest, niestety, coraz słabsza. Szkoda, bo pokładaliśmy w nim ogromne nadzieje, jeśli chodzi o rozliczenie polityków PiS. Donald Tusk sądził, że Waldek ma tam wszystko zabezpieczone, poukładane, jeśli chodzi

o ściganie Ziobry, ale jak widać, Waldek to przespał – tłumaczył w rozmowie z „Super Expressem” ważny polityk Koalicji Obywatelskiej. Inny rozmówca gazety podkreślał wprost: „Okazuje się, że Ziobro wykiwał Żurka, a przecież to Żurek miał ściągnąć Ziobrę do Polski”. O tym, że szef resortu sprawiedliwości może wkrótce stracić stanowisko, pisały w ostatnim czasie także Wirtualna Polska i Interia.

– Tuskowi kończy się cierpliwość do Żurka. Kierownik (tak w Koalicji Obywatelskiej i rządzie nazywany jest premier Tusk – przyp. red.) nigdy nie patrzy na drogę do celu, tylko na sam cel. A tu cele nie są osiągalne – mówił Interii jeden z polityków koalicji rządzącej.

Wiadomo, że minister Żurek spotkał się ostatnio w Kancelarii Premiera z Donaldem Tuskiem, Marcinem Kierwińskim, Tomaszem Siemoniakiem i Radosławem Sikorskim.

W programie „Graffiti” odniósł się do medialnych spekulacji dotyczących możliwej dymisji.

– Premier jest typem człowieka, który ma konkretne oczekiwania i oczekuje rezultatów. Ja absolutnie rozumiem jego rolę – mówił minister sprawiedliwości. – Jeżeli premier uzna, że moja misja się skończyła, nie będę go prosił, tylko podziękuję mu za to, że mogłem z nim współpracować – dodał. PAP

Premier Tusk: Służby muszą jak najszybciej zatrzymać sprawców fałszywych zgłoszeń o pożarach

Marcin Koziestański
Warszawa

Służby muszą jak najszybciej zatrzymać osoby odpowiedzialne za prowokacje związane z fałszywymi zgłoszeniami o pożarach – podkreślił w niedzielę premier Donald Tusk.

W niedzielę rano odbyła się odprawa premiera Donalda Tuska z udziałem ministrów i przedstawicieli służb. Spotkanie zwołano

po tym, jak w sobotę wieczorem służby, po fałszywym alarmie, siłowo weszły do mieszkania w Gdańsku, należącego do członka rodziny prezydenta Karola Nawrockiego.

– Chciałbym bardzo wyrazić podziękowania, że wszystkie służby podległe paniom, panom powinny dołożyć maksymalnych wysiłków, żeby dokonać identyfikacji osób, które się zajmują tymi prowokacjami i jak najszybciej doprowadzić do ich zatrzymania – powiedział szef

rządu, zwracając się do ministrów i przedstawicieli służb biorących udział w odprawie.

Szef rządu zaapelował też do pozostałych uczestników odprawy, by „każda informacja na temat działań państwa w tej sprawie, jeśli nie musi być tajna, żeby była skutecznie komunikowana, tak by przecinać możliwie szybko falę spekulacji i nieładnych przypuszczeń”.

– Byłem jeszcze w nocy w bezpośrednim kontakcie z panem prezydentem. Minister

Kierwiński także rozmawiał z przedstawicielami kancelarii prezydenta. Umówiliśmy się, co innego praktyka oczywiście, że nikt nie będzie robił z tego polityki – dodał Tusk.

Pomorska Policja poinformowała w niedzielę, że w sobotę pierwsze na miejscu pojawiło się pogotowie, a następnie przybyli funkcjonariusze Państwowej Straży Pożarnej, którzy dokonali siłowego wejścia do mieszkania. Następnie do mieszkania weszli policjanci. PAP

USA i Iran negocjują warunki otwarcia kluczowego szlaku

Marcin Koziestański
Teheran

Negocjowane przez USA i Iran wstępne porozumienie przewiduje, że w ciągu 30 dni od jego zawarcia liczba statków przepływających przez cieśninę Ormuz wróci do poziomu sprzed wojny.

Jak podała w niedzielę półoficjalna agencja irańska Tasnim, cytowana przez Reutersa, w ciągu 30 dni od osiągnięcia wstępnego porozumienia liczba statków przepływających przez Ormuz może wzrosnąć do poziomu sprzed wybuchu wojny między USA i Izraelem a Iranem. Przed rozpoczęciem działań zbrojnych ten szlak wodny, z którego korzystali m.in. eksporterzy ropy naftowej i gazu ziemnego z Zatoki Perskiej, pokonywało do 150 statków dziennie.

Jednocześnie Tasnim podała, że „warunki w cieśninie nie wrócą do stanu sprzed wojny”, a Iran będzie zaznaczał swoją suwerenność w kontekście Ormuzu na różne sposoby, o których poinformuje w przyszłości. Nie wiadomo dokładnie, co miałyby to oznaczać. Przed wojną cieśnina Ormuz funkcjonowała jako wody międzynarodowe: swobodnie i bez opłat przepływać mogły przez nią wszystkie jednostki.

W sobotę prezydent USA Donald Trump oznajmił, że porozumienie z Iranem zostało



W ciągu 30 dni od osiągnięcia wstępnego porozumienia liczba statków przepływających przez Ormuz może wzrosnąć do poziomu sprzed wybuchu wojny

w „dużej mierze” wynegocjowane, zostanie ogłoszone wkrótce i ma doprowadzić do otwarcia Ormuzu, zablokowanego przez Teheran na przełomie lutego i marca. Na razie nie opublikowano treści porozumienia. Tasnim podała, że pozostają jeszcze „jeden lub dwa” sporne punkty - przekazał Reuters.

Według Tasnim z negocjowanego wstępnego porozumienia wynika, że Iran domaga się, by amerykańska blokada irańskich portów została całkowicie zniesiona w ciągu 30 dni, i grozi, że w przeciwnym razie w cieśninie „nie nastąpią żadne zmiany”. Agencja dodała, że kluczowe będzie również wdrożenie przez USA innych zobowiązań, ale nie podała szczegółów.

Pierwsze 30 dni po ewentualnym zawarciu porozumienia miałyby zostać przeznaczone

na procedury związane z cieśniną Ormuz i zakończeniem blokady. W tym samym czasie mają rozpocząć się rozmowy o nuklearnym programie Teheranu, na które przeznaczono 60 dni.

Z informacji przekazanych przez irańską agencję wynika również, że część zamrożonych za granicą funduszy Teheranu musi zostać zwolniona w pierwszej fazie porozumienia.

Wysoki rangą przedstawiciel władz irańskich powiedział w niedzielę Reutersowi, że Teheran nie zgodził się na przekazanie swoich zapasów wysoko

Donald Trump oznajmił, że porozumienie z Iranem zostało w „dużej mierze” wynegocjowane, zostanie ogłoszone wkrótce

wzbogaconego uranu. Irański program jądrowy nie był przedmiotem wstępnego porozumienia z USA, kwestia ta zostanie poruszona w negocjacjach na temat ostatecznego porozumienia - przekazała ta osoba.

Tasnim podała, powołując się na dobrze poinformowane źródła, że jeżeli USA będą „na dal stawiać przeszkody”, osiągnięcie porozumienia nie będzie możliwe.

Jednym z deklarowanych przez USA celów wojny, rozpoczętej amerykańsko-izraelskimi atakami na Iran 28 lutego, było uniemożliwienie Teheranowi skonstruowania ładunków nuklearnych. Iran zapewnia, że jego program jądrowy ma wyłącznie pokojowy charakter, ale wzbogacał uran do poziomu 60 proc., wielokrotnie przekraczającego potrzeby cywilnych zastosowań, w większości nieprzekraczających 5 proc. PAP

Paweł Pawlikowski ze statuetką w Cannes. Polak nagrodzony za „Ojczyznę”

oprac. Robert Szulc
Cannes

Paweł Pawlikowski odebrał statuetkę za reżyserię „Ojczyzny” podczas sobotniej gali zamknięcia 79. festiwalu w Cannes.

Jury doceniło równorzędną nagrodą także Javiera Calvo i Javiera Ambrossi za „La bola negra”. Złotą Palmę dla najlepszego filmu zdobył „Fjord” Cristiana Mungiu.

„Ojczyzna” to pierwsza pełnometrażowa fabuła Pawlikowskiego od czasu „Zimnej wojny”, która w 2018 r. również zapewniła mu w Cannes nagrodę za najlepszą reżyserię. Scenariusz Pawlikowski współtworzył z Henkiem Handloegtenem. Sercem opowieści są re-

lacje niemieckiego pisarza Tomasza Manna (w tej roli Hanns Zischler) z jego córką Eriką (Sandra Hüller) i synem Klausem (August Diehl). Akcja rozgrywa się w 1949 roku w trakcie podróży z położonego w amerykańskiej strefie wpływów Frankfurtu do kontrolowanego przez Sowietów Wymaru, w którą Mann wyrusza z Eriką.

„Żyjemy w świecie, w którym coraz więcej osób jest głęboko przekonanych, że stoją po właściwej stronie. To jest absolutnie przerażające. Kino musi się temu opierać, pokazywać, że sprawy nie są proste, czarno-białe. Właśnie dlatego nakręciliśmy ten film - mówił Pawlikowski, dziękując wszystkim, którzy przyczynili się do powstania obrazu. PAP



Paweł Pawlikowski otrzymał nagrodę dla najlepszego reżysera (ex aequo z Javierem Calvo i Javierem Ambrossim)

Sprzeciw Zelenskiego. „Propozycja członkostwa stowarzyszonego jest niesprawiedliwa”

Marcin Koziestański
Kijów

Prezydent Wołodymyr Zelenski sprzeciwia się niemieckiej propozycji przyznania Ukrainie „członkostwa stowarzyszonego” w Unii Europejskiej. Uważa to rozwiązanie za niesprawiedliwe.

„Niesprawiedliwe byłoby, gdyby Ukraina była obecna w Unii Europejskiej, a jednocześnie pozostawała bez głosu” - napisał Zelenski w liście, z którym zapoznała się agencja Reutersa. „Nadszedł właściwy czas, aby w pełni i znacząco posunąć naprzód sprawę członkostwa Ukrainy” - dodał.

List został skierowany w piątek do przewodniczącego Rady Europejskiej Antonia Costy, przewodniczącej Komisji Europejskiej Ursuli von der Leyen i pre-



Zelenski sprzeciwia się niemieckiej propozycji

zydenta Cypru Nikosa Christodulidisa (Cypr sprawuje obecnie rotacyjne przewodnictwo w Radzie UE).

Wcześniej do tych samych osób skierował swoją propozycję kanclerz Niemiec Friedrich Merz. Zasugerował on umożli-

wienie Ukrainie udziału w posiedzeniach instytucji UE bez prawa głosu jako krok przejściowy do pełnego członkostwa. Jego zdaniem ułatwiłoby to zawarcie porozumienia pokojowego, które zakończyłoby rozpętaną przez Rosję wojnę przeciw Ukrainie.

W odpowiedzi na tę propozycję Zelenski napisał, że porażka w wyborach parlamentarnych dotychczasowego premiera Węgier Viktora Orbana, zagorzałego przeciwnika członkostwa Ukrainy w UE, stworzyła szansę na znaczący postęp w rozmowach akcesyjnych.

Zelenski podziękował europejskim przywódcom za wspieranie jego kraju w czasie wojny i powiedział, że Ukraina stanowi bastion przeciwko rosyjskiej agresji wobec UE. „Bronimy Europy - w pełni (...) i bez półśrodków” - napisał.

Niemiecki kanclerz argumentował, że Ukraina robi postępy w negocjacjach akcesyjnych, ale w obecnej sytuacji nie ma szans na zakończenie procesu akcesyjnego. Dlatego zapowiedział, że zaproponuje rozmowę w UE o „konsepji” członkostwa stowarzyszonego. - Nie byłoby to członkostwo w wersji „light”, ale wykraczałoby daleko poza obowiązującą umowę stowarzyszeniową i dodatkowo przyspieszyłoby proces akcesyjny - argumentował.

Merz dodał, że taki model włączyłby Ukrainę bezpośrednio w strukturę UE, bo kraj, choć bez prawa głosu, mógłby brać udział w posiedzeniach Rady Europejskiej i Rady UE. Państwa członkowskie miałyby się z kolei zobowiązać do przestrzegania wobec Ukrainy art. 42 ust. 7 traktatu unijnego, czyli klauzuli o wzajemnej obronie. PAP

Rosjanie zaatakowali Ukrainę rakietą Oriesznik

Anna Nagel
Kijów

Ministerstwo obrony Rosji potwierdziło w niedzielę, że wojsko rosyjskie użyło hipersonicznego pocisku balistycznego Oriesznik w zmasowanym nocnym ataku na Ukrainę.

Resort zadeklarował też, że celem rosyjskiego ataku były wyłącznie ukraińskie obiekty wojskowe - jak podała Reutersa za rosyjskimi mediami, były to bazy lotnicze, centra dowodzenia oraz „ukraiński kompleks militarno-przemysłowy”.

„Trzy rosyjskie rakiety uderzyły w instalację wodociagową, spaliły targowisko, uszkodziły dziesiątki budynków mieszkalnych i kilka zwykłych szkół. (Przywódca Rosji Władimir Putin - PAP) wystrzelił swój Oriesznik

nik w kierunku Białej Cerkwi (miasta w obwodzie kijowskim - PAP)” - napisał Zelenski w komunikatorze Telegram.

Jak dodał, najwięcej trafień odnotowano w Kijowie, który był głównym celem ataku.

Zaznaczył, że ważne jest, aby najnowsza fala rosyjskich nalołów nie pozostała bez konsekwencji. Potrzebne są rozwiązania zarówno ze strony USA, jak i Europy oraz innych podmiotów, aby zmusić Putina, by „wypowiedział słowo »pokój«”.

Szefowa dyplomacji UE Kaja Kallas oświadczyła w niedzielę, że użycie przez Rosję pocisku balistycznego Oriesznik w ataku na Ukrainę to polityczna taktyka zastraszania i lekkomyślne balansowanie na krawędzi konfliktu nuklearnego. Zapowiedziała, że UE poszuka sposobów na zwiększenie presji na Moskwę. PAP

Setki osób przebadanych w ramach akcji #BadajŁatki

#BadajŁatki
Magda Ciasnowska

Akcja #BadajŁatki, realizowana w kilku podlaskich miejscowościach, pokazała jak duże jest dziś zainteresowanie profilaktyką zdrowotną i jak wielu mieszkańców chce regularnie kontrolować stan swojej skóry. Mobilny dermobus odwiedził Choroszcz, Mońki, Michałowo, Wasilków oraz Białystok, umożliwiając wykonanie bezpłatnych badań dermatologicznych bez skierowania i wcześniejszych zapisów. W każdym z miast pojawiały się kolejki chętnych.

Maj to miesiąc poświęcony budowaniu świadomości na temat czerniaka. Wraz z nadejściem cieplejszych dni często wracamy do dawnych nawyków - wielogodzinne przebywanie na słońcu, rezygnowanie z kremów z filtrem czy przekonania, że „trochę opalania nikomu nie zaszkodzi”. Niestety, konsekwencje takich zachowań mogą pojawić się dopiero po wielu latach. Ludzie, którzy w młodości, w czasach mniejszej wiedzy o ochronie przed słońcem, często ulegali poparzeniom słonecznym, dziś coraz częściej, mając 40 lub 50 lat, słyszą diagnozę: nowotwór skóry.

Swoje znamiona warto obserwować na co dzień samemu.

- Stosujemy regułę ABCDE - prostą, ale skuteczną. „A” to asymetria znamienia - zdrowe znamię raczej jest symetryczne, jeśli jedna połowa różni się kształtem od drugiej, to sygnał ostrzegawczy. „B” to brzęgi - czy są równe i wyraźne,

czy rozlane, postrzępione, nieregularne? „C” to kolor - niepokojące są znamiona wielobarwne, z odcieniami granatu, ciemnego brązu lub czerni, albo takie, których kolor zmienia się w czasie. „D” to duży rozmiar - zmiana powyżej pół centymetra, zwłaszcza rosnąca, wymaga oceny lekarskiej. „E” to elevation, czyli uwypuklenie - jeśli znamię zaczyna wystawać ponad powierzchnię skóry, sączy się z niego płyn, pojawia się świąd lub krwawienie, to sygnał do natychmiastowej wizyty u dermatologa. Samobadanie warto wykonywać raz w miesiącu - systematycznie, przy dobrym oświetleniu, oglądając całe ciało - mówi Iwona Zakrzewska, onkolog kliniczny z BCO.

Samobadanie nie zastępuje jednak wizyty u specjalisty. Mobilny punkt badań, który pojawił się w podlaskich miastach w ramach akcji #BadajŁatki został przygotowany z myślą o osobach, które na co dzień odkładają wizytę u dermatologa. Dzięki formule dermobusa mieszkańcy mogli w prosty sposób skonsultować niepokojące zmiany skórne i dowiedzieć się, czy wymagają dalszej diagnostyki. Specjaliści wykonywali badania dermatoskopowe, oceniali znamiona oraz odpowiadali na pytania związane z profilaktyką czerniaka i innych nowotworów skóry.

Pierwszym przystankiem na trasie była Choroszcz. Już od rana na rynku pojawiali się mieszkańcy zainteresowani badaniami.

- Choroszcz uczestniczy w różnych akcjach prozdrowotnych, bo zawsze zależy nam na tym, żeby nasi mieszkańcy



Mobilny dermobus odwiedził Choroszcz, Mońki, Michałowo, Wasilków oraz Białystok, umożliwiając wykonanie bezpłatnych badań dermatologicznych

byli zdrowi. Temat chorób skóry był często przez nich poruszany, sami dopytywali o możliwość takich badań. Postanowiliśmy więc skorzystać z okazji i zaprosić tę akcję właśnie do naszej gminy - mówi Robert Wardziński, burmistrz Choroszczy.

Kolejnym miejscem na trasie były Mońki. Także tam zainteresowanie akcją było bardzo duże. Jeszcze przed rozpoczęciem badań przed dermobusem ustawiały się osoby chcące skorzystać z konsultacji.

- To realna szansa na poprawę zdrowia mieszkańców - wskazuje burmistrz Moniek Zbigniew Karwowski. - Zawsze

podkreślam, że profilaktyka daje efekty. I dobrze, że jest taki trend w Polsce, że mówimy: „badaj się, bo później może być za późno”.

W Mońkach, podobnie jak w innych miejscowościach, można było nie tylko zbadać znamiona, ale również wykonać analizę składu ciała.

Następnie dermobus odwiedził Michałowo. Mieszkańcy pojawiali się na miejscu jeszcze przed przyjazdem mobilnego gabinetu.

- Jeżeli zawczasu zareagujemy, możemy mieć na przyszłość mniej różnego rodzaju dolegliwości. Dla nas samorządowców najważniejsza jest

efektywność, sprawczość i to, że nasze działania są potrzebne. Przy okazji tej akcji widzimy, że zainteresowanie jest. A przecież o to nam chodzi - mówi Marek Nazarko, burmistrz Michałowa.

Czwartkowy przystanek dermobusa odbył się w Wasilkowie. Mobilny punkt badań stanął w centrum miasta i przez kilka godzin przyjmował mieszkańców zainteresowanych kontrolą znamion. Wiele osób podkreślało, że możliwość wykonania badań bez zapisów i skierowań jest ogromnym ułatwieniem, szczególnie dla osób starszych.

- Warto stawiać na działania prozdrowotne - działania, które podnoszą naszą świadomość, a także dają nam realną wiedzę. W dermobusie możemy zbadać nasze znamiona i wszelkie zmiany, które budzą największe wątpliwości - mówi Adrian Łuckiewicz, burmistrz Wasilkowa. - Trzeba robić tego typu przedsięwzięcia, bo każda wcześniej zdiagnozowana osoba, to większe szanse na wyleczenie i na długie, zdrowe życie.

Podczas badań lekarze oceniali zmiany skórne przy użyciu dermatoskopów i przekazywali uczestnikom zalecenia dotyczące dalszej obserwacji skóry. Osoby, u których zauważono niepokojące objawy, otrzymywały informacje o konieczności dalszej diagnostyki.

Finał całej akcji odbył się w Białymstoku. Dermobus zaparkował przy DH Central, gdzie od rana pojawiali się mieszkańcy chcący skorzystać z konsultacji dermatologicznych. Zainteresowanie wydarzeniem było bardzo duże, a organizatorzy podkreślali, że rosnąca frekwencja pokazuje

zmianę podejścia do profilaktyki zdrowotnej.

- Czerniak to jeden z najgroźniejszych raków skóry, dlatego zależy nam na tym, żeby świadomość Białostoczan była jak największa. Stąd nasz udział w tym przedsięwzięciu - mówi Rafał Rudnicki, wiceprezydent Białegostoku. - Najważniejsze w tym wszystkim jest to, żeby wyrobić wśród Białostoczan nawyk badania swojej skóry co jakiś czas. To pozwoli uniknąć tego typu chorób.

W wydarzenie zaangażowały się również instytucje i partnerzy wspierający działania prozdrowotne.

Podlaski oddział NFZ, podobnie jak w innych miastach, przygotował strefę edukacyjną, w której mieszkańcy mogli uzyskać informacje o programach zdrowotnych, aktywować Internetowe Konto Pacjenta oraz dowiedzieć się więcej o zasadach samobadania.

- Wspieramy działania profilaktyczne, promocję zdrowia i zdrowego stylu życia - przyznaje Beata Leszczyńska z Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ. - Specjaliści zdrowia publicznego podkreślają, że o ile Polacy korzystają z badań zlecanych przez lekarzy, to mają opór ze skorzystaniem z porad zdrowotnych i ze zmianą swojego stylu życia. Dlatego dzisiaj, jak i przez cały tydzień przypominamy, w jaki sposób ten styl życia zmodyfikować.

Partnerami akcji byli również: Leksarska Specjalistyczna Spółdzielnia Pracy „Eskulap”, Hotel Mercure oraz PSS Społem w Białymstoku.

Cała kampania #BadajŁatki miała przede wszystkim przypominać, że profilaktyka nie wymaga skomplikowanych działań, ale regularności i uważności na sygnały wysyłane przez organizm. Lekarze podkreślają, że w przypadku nowotworów skóry najważniejsze znaczenie ma czas reakcji. Wczesne wykrycie zmian daje bardzo duże szanse na skuteczne leczenie i uniknięcie poważnych konsekwencji zdrowotnych.

AUTOREKLAMA

0011517847

ORGANIZATOR

KURIER
PORANNYGAZETA
WSPÓŁCZESNA

PARTNER GŁÓWNY



PARTNERZY GŁÓWNI LOKALIZACYJNI



CHOROSZCZ



MOŃKI



WASILKÓW

PARTNERZY



PARTNERZY MERYTORYCZNI

Narodowy Fundusz Zdrowia
Podlaski Oddział Wojewódzki w Białymstoku

Czas **Z RODZINĄ**

Poniedziałek, 25.05.2026

Izabela Kuna. O aktorstwie marzyła od dziecka

Kiedy zaczynała karierę, musiała sprzątać za granicą
dorobić do etatu w teatrze. W końcu odniosła sukces



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

ZDROWIE • STR. 12-13

*Cesarskie cięcie to nie
jest „łatwiejsza droga”.
To poważna operacja*

ROŚLINY • STR. 14

*Żagwań ogrodowy
ozdobi rabatę,
skalniak i balkon*

ZROZUMIEĆ DZIŚ • STR. 10

*Herbata czarna, zielona
czy biała. Każda jest
korzystna dla zdrowia*

Herbata spożywana regularnie wykazuje **liczne właściwości prozdrowotne**, które mogą się różnić w zależności od jej rodzaju. Jaka herbata zasługuje więc na miano tej najzdrowszej i dlaczego. Jak parzyć herbatę, by najlepiej smakowała? **Przeczytaj!**

ZROZUMIEĆ DZIŚ

H

Herbata to smaczny i popularny napój, bez którego wiele osób nie wyobraża sobie codziennych posiłków. Spożywana regularnie wykazuje liczne właściwości prozdrowotne, które mogą się różnić w zależności od rodzaju herbaty. Jaka herbata zasługuje więc na miano tej najzdrowszej?

Przeprowadzone badania potwierdzają, że regularne picie herbaty przynosi wiele korzyści dla naszego zdrowia – zarówno w fizycznym, jak i mentalnym znaczeniu. W zależności od typu herbaty możemy wyróżnić napary wspierające układ trawienny i krążenia, a także wykazujące działanie przeciwzapalne czy uspokajające. Nic więc dziwnego, że w połączeniu z wyjątkowymi walorami smakowymi herbata od wieków cieszy się niezwykłą popularnością na całym świecie, a w wielu zakątkach Azji doczekała się nawet specjalnego rytuału.

Czarna herbata

To typ herbaty, po który sięgamy najczęściej. Aby w pełni cieszyć się leczniczymi korzyściami czarnej herbaty, wybierajmy jednak tę wysokiej jakości oraz spożywajmy ją bez dodatku cukru czy mleka, a co istotne – z umiarem. Czarna herbata zawiera sporo kofeiny, z tego powodu zwiększa koncentrację i działa pobudzająco. Ponadto: ma działanie przeciwzapalne, wspomaga proces trawienia, dzięki właściwościom bakteriobójczym można ją stosować miejscowo w stanach zapalnych jamy ustnej i skóry, wspiera funkcje umysłowe, w tym pamięć, działa pozytywnie na układ sercowo-naczyniowy.

Warto jednak pamiętać, że nie należy przesadzać z dobową ilością tego naparu. Zbyt duże ilości czarnej herbaty spożywane każdego dnia (powyżej 900 ml) mogą bowiem powodować rozdrażnienie, niepokój,



Przeprowadzone badania potwierdzają, że regularne picie herbaty przynosi wiele korzyści dla naszego zdrowia

kołatanie serca, problemy ze snem, a także niedobory wapnia czy żelaza.

Herbata zielona

Aromatyczny napój z liści zielonej herbaty to bogactwo antyoksydantów i witamin. Zielona herbata często nazywana jest tą najzdrowszą ze zdrowych herbat. Nie ulega utlenieniu, a jej liście od razu po zebraniu są suszone i zwijane. Posiada wiele odmian (m.in. sencha, longjing), można ją także pić z dodatkiem kwiatów czy owoców dla urozmaicenia smaku.

Za najkorzystniejszy dla organizmu rodzaj zielonej herbaty uznaje się natomiast matchę. Herbata matcha powstaje ze zmielonych listków herbacianych. To właśnie ten typ naparu jest stosowany w słynnej japońskiej ceremonii picia herbaty. Z dobrodziejstw matchy korzystają także buddyjscy mnisi, którzy używają ją przy relaksacji i wyciszaniu umysłu. Jakie inne pozytywne aspekty picia zielonej herbaty możemy wyróżnić? Przyspiesza metabolizm, a tym samym wykazuje działanie odchudzające, oczyszcza organizm, eliminując toksyny, zmniejsza ryzyko wystąpienia

miażdżycy, wspiera funkcjonowanie wątroby, obniża „zły” cholesterol, zawiera dużo przeciwutleniaczy, które opóźniają proces starzenia oraz zapobiegają powstawaniu nowotworów, uspokaja i poprawia samopoczucie, chroni układ sercowo-naczyniowy i reguluje ciśnienie krwi.

Herbata biała

Obok zielonej, to właśnie biała herbata działa najbardziej pozytywnie na organizm. Napój z liści białej herbaty charakteryzuje delikatny smak. To najmniej przetworzony rodzaj herbaty, wytwarzany z młodych, nierozwiniętych pączków. Co ciekawe, herbata biała zawiera najwięcej antyoksydantów – więcej niż herbata zielona. Oto pozostałe zalety długotrwałego picia białej herbaty: dzięki dużej zawartości przeciwutleniaczy, zapobiega tworzeniu się zmian nowotworowych, opóźnia procesy starzenia, wspomaga higienę jamy ustnej i redukuje powstawanie kamienia naczyniowego, wykazuje działanie przeciwzapalne, obniża ryzyko wystąpienia chorób serca i układu krwionośnego, wspiera spalanie tkanki tłuszczowej, wzmacnia kości, włosy oraz zęby, pomaga w dbaniu o piękną cerę poprzez sporą zawartość kofeiny, zmniejsza zmęczenie, dodaje siły i pobudza.

Herbata rooibos

W ostatnim czasie coraz większą popularnością cieszy się ponadto herbata ziołowa rooibos, wytwarzana z czerwonej koniczyny afrykańskiej. Napar z rooibos cechuje słodkawy smak i bursztynowy kolor, a także

szerokie zastosowanie prozdrowotne. Podobnie jak herbata biała czy zielona, rooibos również może się pochwalić dużą zawartością antyoksydantów, makro- i mikroelementów, jak cynk, magnez, wapń czy żelazo.

Wśród właściwości zdrowotnych herbaty rooibos warto także wymienić:

obniżanie ciśnienia krwi, wyrównywanie poziomu cukru we krwi, co jest szczególnie pomocne dla osób z cukrzycą typu II, łagodzenie dolegliwości dróg oddechowych, jak astma czy zapalenie oskrzeli;

korzystny wpływ na zmiany skórne: podrażnienia, egzemę, trądzik i oparzenia słoneczne, działanie przeciwnowotworowe, ze względu na naturalny brak kofeiny, herbatkę rooibos można pić nawet przed snem.

Jaka herbata jest najzdrowsza?

Każda herbata – również ta ziołowa lub owocowa – wykazuje pozytywne działanie na zdrowie. Najbardziej drogocenne dla naszego organizmu okazują się jednak herbata biała i zielona (w tym w typie matcha) ze względu na największą zawartość przeciwutleniaczy, zwalczających wolne rodniki odpowiedzialne za występowanie wielu chorób.

Najlepsza okaże się ponadto herbata liściasta, która w porównaniu z tą w torebkach jest o wiele lepszej jakości i uwalnia więcej przeciwutleniaczy. Herbaty sypane są ponadto bezpieczniejsze – herbaciane torebki w kontakcie z gorącą wodą mogą bowiem wytwarzać szkodliwe dla zdrowia substancje.

Wybór rodzaju herbaty powinien być w końcu uzależniony od oczekiwanego efektu leczniczego. Jeśli interesuje nas napój wspomagający odchudzanie, dobrą decyzją okaże się herbata czerwona lub zielona, natomiast poszukując naparu do walki z niedoskonałościami cery, wybierzmy rooibos lub białą herbatę.

Co za dużo, to niezdrowo!

Świetnym posunięciem okaże się naprzemienne picie różnych odmian korzystnych dla zdrowia herbat, pamiętajmy jednak o rozsądnych ilościach spożywanych napojów. Herbaty z dużą zawartością kofeiny (w tym popularna czarna herbata) w nadmiarze mogą nam zaszkodzić, wypłukując z organizmu cenne minerały, powodując nerwowość lub utrudniając zasypianie.

Istotny pozostaje także sam proces przygotowania naparu wybranego rodzaju herbaty, by cieszyć się pełnią jego właściwości leczniczych. Każda odmiana herbaty wymaga od nas innej temperatury i czasu parzenia, np. czarną herbatę zalewamy wrzątkiem, ale zieloną już gorącą, choć nie wrzącą wodą.

Herbata od wieków cieszy się niezwykłą popularnością na całym świecie. Jedni lubią czarną, inni zieloną lub białą

► LUDZIE

Wystąpiła w filmie „Lejdis”, który odniósł ogromny sukces, a Iza zabłysła swoim komediowym talentem. Idąc za ciosem, zagrała w podobnych produkcjach, jak „Idealny facet dla mojej dziewczyny” czy „Śniadanie do łóżka”

PORTRET

Iza już od dziecka wiedziała, że zostanie aktorką. Występowała na szkolnych akademiach, gdzie deklamowała wiersze



IZABELA KUNA



Mama myślała, że Iza po maturze wybierze na studia polonistykę. Tymczasem nastolatka wraz z tatą pojechała do Łodzi zdawać na słynną „filmówkę”. Kiedy się dostała i pochwaliła się tym mamie, ta była – oględnie mówiąc – zaskoczona

Kiedy zaczynała karierę, musiała jeździć do Norwegii, by sprzątniem dorobić do etatu w teatrze. W końcu odniosła jednak sukces i dziś na filmy z jej udziałem walą tłumy.

W gabinecie taty

1 Wychowała się w Tomaszowie Mazowieckim. Jej tata pracował w zakładach włókienniczych Mazovia, a mama była polonistką. W domu rodzinnym zawsze było pełno gości. Niemal co sobotę przychodziła cała chmara znajomych, aby pogadać o tym, co ciekawego dzieje się w mieście. Mała Iza wdrapywała się wtedy tacie na kolana i słuchała plotek z wypiekami na twarzy.

To z nim miała w dzieciństwie wyjątkową relację. Po szkole przychodziła do niego do pracy i opowiadała, jak minął jej dzień. Tata przynosił do swego gabinetu obiad

Poleca **Paweł Gzyl**, redaktor.

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



ze stołówki zakładowej i nie przerywał emocjonalnych opowieści. Mama nie poświęcała córce tyle czasu – była zaangażowana w szkolne sprawy, miała swoich olimpijczyków, dla Izy była zasadnicza i surowa.

Wymyślony wujek

2 Nie musiała jednak gonić dziewczynki do nauki. Iza bez bata nad głową uczyła się najlepiej w klasie. Nie była jednak typem kujonki nielubianej przez resztę uczniów. Pozwalała na klasówkach od siebie ściągać, pomagała innym w pracach domowych, raz nawet napisała kilkanaście wersji wiersza o jesieni, kiedy takie zadanie zleciła klasie polonistka.

Iza już od dziecka wiedziała, że zostanie aktorką. Występowała na szkolnych akademiach, deklamowała wiersze i zaczytywała się w magazynie „Ekran”. Kiedy w telewizji emitowano serial „Życie na gorąco”, zauważyła, że grający w nim główną rolę Leszek Teleszyński jest podobny do jej taty, opowiadała więc w szkole, że... aktor jest jej wujkiem.

Jak ryba w wodzie

3 Mama myślała, że Iza po maturze wybierze na studia polonistykę. Tymczasem nastolatka wraz z tatą pojechała do Łodzi zdawać na słynną „filmówkę”. Kiedy się dostała i pochwaliła się tym mamie, ta była – oględnie mówiąc – zaskoczona. Mama długo nie mogła przekonać się do wyboru drogi życiowej przez córkę, dopiero z biegiem lat stała się z niej dumna.

Iza odnalazła się na studiach jak ryba w wodzie, cztery lata minęły jej więc jak z bicza strzelił. Po opuszczeniu szkolnych murów szybko zderzyła się z trudną rzeczywistością. Etat w teatrze nie wystarczał na wiele, więc jeździła do Norwegii, by pracować jako sprzątaczką. Podjęła też pracę pogodynki w Polsacie i robiła wywiady dla magazynu „Antena”.

Kłótniwa Wandzia

4 Wszystko zmieniło się jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki,

kiedy wystąpiła w filmie „Lejdis”. Odniósł on ogromny sukces, a Iza zabłysła swoim komediowym talentem. Idąc za ciosem, zagrała w podobnych produkcjach, jak „Idealny facet dla mojej dziewczyny” czy „Śniadanie do łóżka”. W tym samym czasie dostała angaż do „Barw szczęścia”, w których występowała aż dziewięć lat.

Na kolejny wielki sukces musiała jednak znowu trochę poczekać. Przyniósł on jej film „Teściowie”, który doczekał się aż dwóch kolejnych kontynuacji. Kłótniwa Wandzia w jej wykonaniu na stałe zapisała się w historii polskiego kina. Komediowy talent nie przekreślił jej drogi do dramatycznych ról – choćby w kilku filmach Wojciecha Smarzowskiego, jak „Pod Mocnym Aniołem” czy „Kler”.

Małżeństwo „po włosku”

5 Pierwszego męża poznała jeszcze na studiach. To był kolega z łódzkiej „filmówki” – Dariusz Kurzelewski. Powiedziała mu „tak”, choć już w dniu ślubu miała przeczucie, że się nie uda. „Wysilałam się i za nic nie widziałam nas razem. Aż się popłakałam” – wspomina. Choć małżeństwo przypieczętowały rok później narodziny córki Nadii, para ostatecznie się rozwiódła.

Zrażona do facetów Iza długo nie chciała myśleć o poważnym związku. Sytuacja zmieniła się, kiedy w 2004 roku poznała w Teatrze Narodowym dramaturga, a zarazem lekarza radiologa Marka Modzelewskiego. Iza początkowo opierała się mu, ale ostatecznie poległa. Od tamtej pory para jest razem i choć dorobiła się syna Stasia, do dziś nie wzięła ślubu.

Iza i Marek dają sobie dużo wolności. On lubi ciszę i spokój, samotne spacerować po lesie i pracę w skupieniu. Ona jest duszą towarzystwa, często chodzi do kina, a zakupy to jej żywioł. Czasem więc między nimi iskrzy i śmieją się, że są „włoskim małżeństwem”. Ale to właśnie on napisał „Teściów”, w których odniosła tak wielki sukces. Jak tu więc nie kochać takiego faceta?

– Cesarskie cięcie to poważna operacja ratująca zdrowie i życie matki oraz dziecka – mówi **dr n. med. Lech Rogulski**, kierownik Oddziału Ginekologii i Położnictwa w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym im. NMP w Częstochowie

MEDYCYNĄ OBRAZOWĄ

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



K

Kiedy cesarskie cięcie jest koniecznością, a kiedy wyborem?

Zasadniczo zawsze jest koniecznością. Cięcie cesarskie to duża operacja, której celem jest ratowanie zdrowia i życia matki lub dziecka. Można więc powiedzieć, że w istocie zawsze wynika ze wskazań medycznych. O wyborze w Polsce nie może być mowy, ponieważ nie wykonuje się cesarskich cięć „na życzenie”. Oczywiście staramy się zawsze uwzględnić indywidualną sytuację zdrowotną pacjentki, a także jej lęki i obawy.

Czy w ostatnich latach obserwujemy wzrost liczby cesarskich cięć? Jeśli tak, z czego to wynika?

Zdecydowanie tak, wzrost jest wyraźny i istotny. Przede wszystkim mamy do czynienia ze starszymi rodzającymi, wiek zachodzenia w ciążę się przesuwa, co wiąże się z większą liczbą chorób i różnego rodzaju patologii predysponujących do cięcia cesarskiego. Coraz częściej spotykamy także ciążę po leczeniu niepłodności, co również stanowi czynnik ryzyka. Nie bez znaczenia jest także rosnąca ostrożność lekarzy – każda wątpliwość czy nawet cień ryzyka w trakcie porodu bywa interpretowany pod kątem ewentualnej konieczności wykonania cięcia.

Jakie są najczęstsze wskazania medyczne do cesarskiego cięcia?

Możemy je podzielić na planowe, czyli takie, które przewidujemy jeszcze

przed porodem, oraz pilne, pojawiające się w jego trakcie. Wśród wskazań planowych znajdują się m.in. nieprawidłowe położenie płodu czy zbyt duża masa dziecka szacowana w badaniach przedporodowych. Wskazania pilne to najczęściej brak postępu porodu z różnych przyczyn, nieprawidłowości w budowie miednicy, słaba czynność skurczowa macicy, a także zagrożenie płodu, które stwierdzamy np. w zapisie KTG.

Jakie ryzyko niesie ze sobą cesarskie cięcie dla matki w porównaniu do porodu naturalnego?

Cesarskie cięcie to poważna operacja brzuszna. Choć blizna na skórze zwykle wygląda estetycznie, wewnątrz jest to rozległy zabieg. Wiąże się z większym ryzykiem krwawienia, infekcji czy zakrzepicy. Pacjentka musi mieć tego świadomość. Rekonwalescencja po porodzie naturalnym jest zdecydowanie szybsza. Oczywiście nowoczesne techniki operacyjne i opieka pooperacyjna sprawiają, że powrót do zdrowia po cesarce przebiega dziś sprawniej, jednak nadal trwa dłużej niż po porodzie fizjologicznym.

A co z dzieckiem? Czy sposób porodu wpływa na jego zdrowie w krótkiej i długiej perspektywie?

Poród fizjologiczny jest zdecydowanie najkorzystniejszy dla dziecka. Towarzyszy mu tzw. pozytywny stres porodowy, który wspiera pracę płuc. Dodatkowo kontakt z bakteriami z kanału rodowego ma korzystny wpływ na rozwój mikrobioty niemowlęcia, dlatego u dzieci urodzonych siłami natury obserwujemy mniejszą częstość powikłań oddechowych. Po planowych cesarskich cięciach, zwłaszcza wykonywanych przed terminem, takie problemy zdarzają się częściej. W dłuższej perspektywie mówi się także o nieco wyższym ryzyku chorób alergicznych, choć nie jest to znaczący wzrost.

Jak wygląda rekonwalescencja po cesarskim cięciu i ile trwa powrót do pełnej sprawności?

To kwestia indywidualna. Przyjmuje się, że powrót do pełnej sprawności trwa około 6 tygodni. Oczywiście zdarzają się wyjątki: miałem pacjentkę, sportsmenkę, która wróciła do lekkiego treningu już po tygodniu, bez powikłań. Niemniej 6 tygodni to standardowy czas potrzebny na regenerację.

Czy blizna po cesarce może powodować problemy zdrowotne w przyszłości?

Może. Jak po każdej operacji brzusznej, istnieje ryzyko powstania zrostów. Można je ograniczać, stosując specjalne preparaty podczas operacji, a także pracując później z fizjoterapeutą uroginekologicznym nad mobilizacją blizny. Większym wyzwaniem bywa jednak blizna wewnętrzna – ta na macicy – która może wpływać na przebieg kolejnych ciąż, zwiększając ryzyko powikłań. Dlatego ciążę po cesarskim cięciu traktujemy jako podwyższonego ryzyka.

Czy po jednej cesarce zawsze trzeba rodzić przez kolejne cesarskie cięcie?

Nie. Wszystko zależy od tego, czy wskazania do poprzedniego cięcia się powtarzają. Jeśli nie, możliwa jest próba porodu drogą pochwową i bardzo często kończy się ona powodzeniem. Po jednym cesarskim cięciu ryzyko powikłań przy próbie porodu jest niewielkie, dlatego – jeśli nie ma przeciwwskazań – rekomendujemy takie rozwiązanie.

Czy partner może być obecny podczas cesarskiego cięcia?

W większości szpitali, ze względów epidemiologicznych, nie ma możliwości obecności partnera na sali operacyjnej. Może on jednak być tuż za drzwiami, przywitać dziecko, a często także uczestniczyć w kangurowaniu, jeśli pozwala na to stan noworodka. Nie jest to więc pełny udział, ale bliskość jest możliwa.

Coraz więcej mówi się o tzw. cesarce humanitarnej. Na czym ona polega?

To podejście, które ma sprawić, by cesarskie cięcie jak najbardziej przypominało poród naturalny. Ograniczamy hałas, przyćmiemy światło, obniżamy parawan, by pacjentka mogła zobaczyć moment narodzin. Po operacji dziecko jak najszybciej trafia na klatkę piersiową matki. Jeśli tylko warunki na to pozwalają, staramy się maksymalnie zbliżyć ten moment do doświadczenia porodu fizjologicznego.

Jak wygląda pierwszy kontakt mamy z dzieckiem po cesarskim cięciu? Czy jest możliwy kontakt „skóra do skóry”?

Tak, w większości przypadków. Jeśli dziecko nie wymaga interwencji neonatologicznej, kontakt następuje bardzo szybko. W naszym szpitalu matka wyjeżdża z sali operacyjnej już razem z dzieckiem, co pozwala utrzymać ciągłość tego pierwszego kontaktu.

Czy cesarskie cięcie wpływa na karmienie piersią?

Czasem może pojawić się niewielkie opóźnienie w rozpoczęciu laktacji, ale większość pacjentek bez problemu karmi piersią. Nie ma tu przeciwwskazań. Dzięki wsparciu położnych i doradców laktacyjnych udaje się skutecznie rozpocząć i utrzymać karmienie.

Jakie są największe mity dotyczące cesarskiego cięcia, z którymi spotyka się Pan w swojej praktyce?

Najczęstszy mit to przekonanie, że cesarka to „łatwiejsza droga”. To nieprawda: to poważna operacja z ryzykiem powikłań, bólem i dłuższą rekonwalescencją. Drugi mit dotyczy karmienia piersią – że po cesarce jest ono niemożliwe lub bardzo trudne. To również nieprawda, gdyż przy odpowiednim wsparciu laktacja przebiega prawidłowo.

dr n. med. Lech Rogulski: **Jesteśmy po to, by zadbać o zdrowie matki i dziecka. Niezależnie od drogi porodu, dążymy do tego, by wszystko zakończyło się jak najlepiej. Współczesne położnictwo stawia na bezpieczeństwo**

► ZDROWIE

● **Rosnąca liczba cesarskich cięć** wynika m.in. z późniejszego wieku rodzących i częstszych ciąż wysokiego ryzyka ● **W Polsce** nie ma cesarskiego cięcia na życzenie, ale lekarze zawsze starają się uwzględnić indywidualną sytuację zdrowotną pacjentki, a także jej lęki i obawy

► DR N. MED. LECH ROGULSKI

01.

Cięcie cesarskie to duża operacja, której celem jest ratowanie zdrowia i życia matki lub dziecka. Można więc powiedzieć, że w istocie zawsze wynika ze wskazań medycznych. O wyborze w Polsce nie może być mowy, ponieważ nie wykonuje się cesarskich cięć „na życzenie”.

02.

Cesarskie cięcie to poważna operacja brzuszna. Choć blizna na skórze zwykle wygląda estetycznie, wewnątrz jest to rozległy zabieg. Wiąże się z większym ryzykiem krwawienia, infekcji czy zakrzepicy. Pacjentka musi mieć tego świadomość. Rekonwalescencja po porodzie naturalnym jest zdecydowanie szybsza.

03.

Poród fizjologiczny jest zdecydowanie najkorzystniejszy dla dziecka. Towarzyszy mu tzw. pozytywny stres porodowy, który wspiera pracę płuc. Dodatkowo kontakt z bakteriami z kanału rodnego ma korzystny wpływ na rozwój mikrobioty niemowlęcia.

04.

W większości szpitali, ze względów epidemiologicznych, nie ma możliwości obecności partnera na sali operacyjnej. Może on jednak być tuż za drzwiami, przywitać dziecko, a często także uczestniczyć w kangurowaniu, jeśli pozwala na to stan noworodka. Nie jest to więc pełny udział, ale bliskość jest możliwa.

05.

Po cesarskim cięciu czasem może pojawić się niewielkie opóźnienie w rozpoczęciu laktacji, ale większość pacjentek bez problemu karmi piersią. Nie ma tu przeciwwskazań. Dzięki wsparciu położnych i doradców laktacyjnych udaje się skutecznie rozpocząć i utrzymać karmienie.



► PRZYRODA

Żagwin ogrodowy ozdobi wiosną rabatę, skalniak i doniczkę. **Taroślina jest łatwa w uprawie i pielęgnacji.** Ładnie rozrasta się, a wiosną, gdy kwitnie, wygląda jak poduszka z kwiatów. Najczęściej są w różnych odcieniach fioleto, ale jest też żagwin biały, różowy i o pełnych kwiatach

PAMIĘTAJCIE O OGRODACH

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



FOT. PIXABAY.COM

Kwitnie na biało, różowo, fioletowo. Nada się na skalniaki, ale też zwykłe rabaty i ich obwódki

P

Poszukując do uprawy niskiej rośliny, obsypującej się wiosną mnóstwem kolorowych kwiatów, powinniśmy zainteresować się żagwinem ogrodowym, nazywanym też obrecią (od jego łacińskiej nazwy – Aubrieta). Rodzaj, do którego roślina należy, liczy sobie kilkanaście gatunków, jednak w uprawie największe znaczenie mają głównie jeden z nich, mieszańcowy żagwin ogrodowy (Aubrieta x cultorum). Ma on gęsty, poduszkowy pokrój i liczne odmiany ozdobne. Zobacz, jak pięknie wygląda żagwin.

Jak wygląda i kiedy kwitnie?

Żagwin ogrodowy jest niewysoką, dorastającą do zaledwie 5-15 cm byliną, która za pomocą ulistnionych, wiotkich, pokładających się pędów, pięknie rozrasta się w gęste, poduszkowe kępy. Przez większą część sezonu jej ozdobą jest pokrój i małe, zielonoszare,

owłosione liście, które są częściowo zimozielone. Jednak wiosną, pod koniec kwietnia i w maju, żagwin zmienia swój wygląd, całkowicie pokrywając się niewielkimi, ale uroklivymi, czteropłatkowymi, różowo-fioletowymi kwiatami. Wtedy wygląda najpiękniej, gdyż przypomina barwną, kwiecistą poduchę.

Żagwin to roślina wieloletnia (bylina).

Oprócz gatunku posiadającego kwiaty w fioletowo-różowym kolorze, w ogrodzie można też posadzić atrakcyjne odmiany żagwinu o kwiatach białych, czerwonych, niebieskich lub różowych, np.: „Royal Red” kwiaty czerwono-fioletowe, „Royal Blue” kwiaty niebieskie, „Cascade Red” kwiaty amarantowo-czerwone, „Winterberg” kwiaty pełne, białe, „Havelberg” kwiaty półpełne, różowe, „Bressingham Pink” kwiaty pełne, różowe. Pięknie też prezentują się żagwiny o pstrych liściach, np.: „Variegata” liście pstre, kwiaty niebieskie, „Argenteovariegata” liście białe-obrzeżone, kwiaty różowo-fioletowe.

Gdzie posadzić żagwin?

W ogrodzie żagwin najwspanialej prezentuje się posadzony na murkach, wzniesieniach, skarpach i skalniakach, z których jego ulistnione lub ukwiecone pędy mogą swobodnie się zwieszać. Z tego względu został nawet zaliczony do tzw. skalniakowej piątki,

czyli grupy podstawowych bylin kwitnących, polecanych do uprawy na skalniakach (razem z floksem sztydlastym, ubiorkiem wiecznie zielonym, smagliczką skalną i gęsiówką kaukaską). Żagwin doskonale sprawdza się też jednak w roli rośliny obwódkowej i może być sadzony w ogródkach żwirowych.

Jeśli zapewnimy mu odpowiednie warunki (przepuszczalne, zasadowe, umiarkowanie wilgotne podłoże i słoneczne stanowisko) i dobrze zabezpieczymy na zimę przed mrozem, żagwin możemy również uprawiać w doniczkach na balkonach i tarasach. Wiosną zapewni nam wspaniałą kwiatową dekorację, a w sezonie będzie stanowił dobre wypełnienie kompozycji z roślin sezonowych.

Zasady uprawy, pielęgnacja i przycinanie

Żagwin ogrodowy jest jednak nie tylko bardzo atrakcyjną i pięknie kwitnącą, wiosenną byliną, ale też rośliną niezbyt wymagającą i łatwą w uprawie. Aby dobrze się rozwijał i obficie kwitł, oczekuje przede wszystkim słonecznego, ciepłego i zacisznego stanowiska oraz umiarkowanie żyznej, przepuszczalnej, niezbyt wilgotnej gleby o zasadowym odczynie pH. Nie toleruje mokrego podłoża, cienia i kwaśnej gleby, ale dobrze znosi niskie temperatury i nie wymaga zi-

mowego okrycia (z wyjątkiem najchłodniejszych rejonów kraju oraz roślin uprawianych w doniczkach na balkonach i tarasach).

Żagwin nie oczekuje też żadnych szczególnych zabiegów pielęgnacyjnych, choć warto przyciąć go po kwitnieniu, dzięki czemu lepiej się rozkrzewi i zawiąże więcej pąków kwiatowych na kolejny sezon.

Rośliny uprawiane w ogrodzie, nie wymagają też nawożenia, jednak egzemplarze rosnące w doniczkach warto na początku sezonu zasilić wieloskładnikowym nawozem długodziałającym.

Kiedy siać i jak rozmnożyć?

Rośliny do uprawy można pozyskać, wysiewając nasiona żagwinu w ciepłym inspekcie wiosną lub wprost do gruntu w maju (rośliny potrafią też rozsiewać się). Jeśli jednak zależy nam na konkretnych cechach odmianowych, należy wybrać nasiona od sprawdzonego producenta, gdyż te z roślin uprawianych w ogrodzie mogą dać potomstwo bardzo różniące się od rośliny matecznej. Żagwin bardzo łatwo można też rozmnożyć, uzyskując młode sadzonki w wyniku podziału dorosłych egzemplarzy wczesną wiosną (w marcu) lub jesienią (we wrześniu). W sezonie sadzonki żagwinu w doniczkach można także kupić w sklepach ogrodniczych.

Żagwin jest rośliną wieloletnią, mogącą przez długie lata pozostać na tym samym stanowisku, mimo to co kilka lat dobrze jest go odmłodzić, dzięki czemu lepiej się rozkrzewi i utrzyma bardziej zwarty, gęsty pokrój.

Katarzyna Józefowicz

Żagwin ozdobi ogród i balkon. Wygląda jak poduszka z kwiatów

MAGAZYN

SPORTOWY24

25.05.2026

Odchodzący z Jagi Afimico Pululu strzelił gola na wagę zwycięstwa 1:0 z Zagłębiem Lubin i brązowego medalu PKO Ekstraklasy STR. 16



FOT. WOJCIECH WOJTKIEWICZ

Jaga ma podium i zagra o Ligę Europy

ŁKS Łomża z ważnym zwycięstwem w III lidze. Zajęcie drugiego, barażowego miejsca jest w zasięgu ręki STR. 16

Bramka sezonu, wydarzenie, osobowość, ulubieniec trybun, na Gali Jagiellońskiej w Białymstoku STR. 17

Polska Press wybrała Jedenastkę, Piłkarza, Trenera zakończonego sezonu PKO Ekstraklasy STR. 20-21

SPORTOWY24.PL

PKO Ekstraklasa Żółto-Czerwoni z szóstym medalem mistrzostw Polski, trzecim w kolorze brązowym

Ostatni taniec w Jadze Afimico Pululu

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W ostatnim meczu sezonu Jagiellonia pokonała Zagłębie Lubin 1:0 i po raz trzeci z rzędu stanęła na podium mistrzostw Polski zdobywając brązowe medale.

Jagiellonia Białystok	1 (1)
Zagłębie Lubin	0 (0)

Bramka: 1:0 - Afimico Pululu (32-karny).
Jagiellonia: Sławomir Abramowicz - Norbert Wojtuszek, Bernardo Vital (76. Apóstolos Konstantópoulos), Yūki Kobayashi, Guilherme Montóia - Alejandro Pozo (84. Nahuel Leiva), Taras Romanczuk, Bartosz Mazurek, Jesús Imaz (84. Eryk Kozłowski), Kajetan Szmyt - Afimico Pululu (84. Samed Baždar).
Zagłębie L.: Jasmin Burić - Mateusz Grzybek (46. Luka Lučić), Igor Orlikowski (72. Jakub Sypek), Michał Nalepa, Damian Michalski, Josip Čorluka (84. Michális Kossidis) - Jakub Ligocki (46. Adam Radwański), Damian Dąbrowski (72. Mateusz Dziewiątowski), Filip Kocaba, Marcel Reguła - Levente Szabó.
Sędziował: Wojciech Myś (Lublin)
Widzów: 19 475.

Obie drużyny stworzyły na zakończenie sezonu bardzo dobre spotkanie, trzymające kibiców w napięciu do ostatniej minuty gry. W 15 minucie były piłkarz Miedziowych, dziś Jagiellonii, Kajetan Szmyt zacentrował piłkę w pole karne i Bartosz Mazurek próbował główką pokonać bramkarza Zagłębia. Chwilę później Jesus Imaz czubkiem



Piłkarze Jagiellonii Białystok drugi raz rzędu wywalczyli brązowe medale mistrzostw Polski, a trzeci raz rzędu stanęli na podium

buta omal nie skierował piłki do siatki Miedziowych. Goście zamknięci zostali we własnym polu karnym. W 26 minucie poprzeczka uratowała Zagłębie od utraty gola, gdy strzelił Jesus Imaz. Swojego szczęścia szukał także Bartosz Mazurek, ale piłka po jego silnym uderzeniu minęła słupek bramki Miedziowych. W 29 minucie piłkę otrzymał Afimico Pululu i popędził

na bramkę Zagłębia wyprzedzając piłkarzy rywali. W ostatnim momencie przed oddaniem strzału Pululu został sfaulowany i sędzia Wojciech Myś nie miał wątpliwości wskazując na jedenasty metr. Piłkę tradycyjnie wziął w ręce Jesus Imaz przekazując ją żegnającemu się w tym meczu z Jagiellonią Pululu. Napastnik Jagiellonii zupełnie zmylił Jasmina Burica i spo-

kojnym strzałem zdobył gola dla Żółto-Czerwonych. - Nie oglądamy się jakie są wyniki na innych stadionach. Skupiamy się na swojej grze, chcemy wygrać i celebrować medal po zakończeniu meczu - mówił w przerwie przed kamerami canal plus Jesus Imaz. A do przerwy w Zabrzu Górnik wygrywał aż 5:0 i pewnie zmierzał po wicemistrzostwo Polski. Jaga wygrywając za-



Afimico Pululu. To na nim był faul i to on wykorzystał rzut karny dający Jagiellonii zwycięstwo z Zagłębiem Lubin 1:0

pewniała sobie brązowe medale i kwalifikacji Ligi Europy. Miedziowi nie mając już nic do stracenia ruszyli od początku drugiej połowy do ataków. To stwarzało szansę gry z kontry Żółto-Czerwonych. I po jednej z nich Szmyt zagrał do Imaza, a Hiszpan nie wykorzystał swojej szansy. Jego uderzenie wybronił Jasmin Burić. W 73 minucie Bernardo Vital cofając się sfaulował w polu

karnym piłkarza Zagłębia i sędzia po raz drugi podyktował drugi rzut karny, tym razem dla gości. Strzał Marcelego Reguły wyczuł jednak wspaniale Abramowicz pewnie broniąc strzał ku wielkiej radości kibiców. Jeszcze później kilka razy Abramowicz musiał wykazywać się bramkarskim kunsztem broniąc groźne strzały Zagłębia Jaga wygrała i zdobyła drugi raz z rzędu brązowe medale. ©©

Piłkarze ŁKS Łomża baraże mają na wyciągnięcie ręki. Wypadły z nich Wigry

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Piłkarze ŁKS Łomża wygrali z KS CK Troszyn 2:0 i są już bardzo blisko baraży o II ligę. Niestety stracił na nie szansę zespół Wigier Suwałki przegrywając z Wartą Sieradz 1:2.

ŁKS Łomża w przedostatnim meczu III ligi grupy I zmierzył się na wyjeździe z finalistą Pucharu Polski Mazowsza KS CK Troszyn. Mecz był bardzo trudny, z tych określanych meczem walki. Piłkarze nie odstawiali nóg, dużo było spięć, fauli. Z tej wojny zwycięsko wyszli Biało-Czerwoni, którzy zdobyli dwie bramki po przerwie.

W 62 minucie doskonałym strzałem popisał się Tymoteusz Klupś. Gospodarze próbowali odpowiedzieć, ale robili to mało skutecznie. Mecz został

rozstrzygnięty w 87 minucie. Wtedy to piłka po uderzeniu Huberta Antkowiaka trafiła w rękę jednego z piłkarzy gospodarzy i sędzia podyktował rzut karny zamieniony na gola przez Antkowiaka. ŁKS ma wszystko (czytaj baraże) w swoich rękach. W ostatniej kolejce III ligi zagra z Mławianką Mława, a największy rywal Warta Sieradz na wyjeździe zmierzy się z Bronią Radom. W pierwszym meczu barażowym wicemistrz III ligi grupy I zagra z wicemistrzem grupy III - Górnikiem Polkowice. Z baraży „wypisały się” Wigry Suwałki przegrywając z Wartą na wyjeździe 1:2. Mecz także był bardzo zacięty. Gospodarze zapewnili sobie wygraną w 90 minucie, gdy Wigry, nie mając nic do stracenia, zatakowały już całym zespołem dążąc do zdobycia zwycię-



Piłkarze ŁKS Łomża są już bardzo blisko baraży o II ligę

skiego gola. Kacper Drzazga popędził na bramkę Wigier i strzelił dla Warty gola na wagę trzech punktów. Jagiellonia II Białystok pokonała na wyjeździe GKS Bełcha-

tów 2:1, a pogodzeni ze spadkiem piłkarze KS Wasilków ulegli Broni Radom 1:4. KS CK Troszyn - ŁKS Łomża 0:2 (0:0). Bramki: 0:1 Tymoteusz Klupś 62, 0:2 Hubert Antkowiak 87 z karnego.

ŁKS Łomża: Danielczyk - Goloś, Mich, Niewiadomski, Kosakiewicz, Pindor, Stromecki (81. Karmański), Klupś (88. Choroński), Kluska (46. B. Olszewski), Sauczek (71. Dziegielewski), Antkowiak.
Warta Sieradz - Wigry Suwałki 2:1 (0:0).
Bramki: 0:1 Łukasz Święty 65 z karnego, 1:1 Bartłomiej Kręćchwośt 72, 2:1 Kacper Drzazga 90.
Wigry: Taudul - Ozga, Pajnowski, Magnuszewski, Kwiatkowski (46. Matus), Gużewski, Baranowicz, Głowicki, Święty (77. Michałowski), Fronczak (77. Modzelewski), Guzdek.
GKS Bełchatów - Jagiellonia II Białystok 1:2 (0:2).
Bramki: 1:0 Kacper Popławski 17, 1:1 Zachary Zalewski 66, 1:2 Adrian Ziarek 90.
Jagiellonia II: Kożuchowski - Krasiewicz, Duchnowski, Zalewski, Ziarek, Tymoszczuk, Czulowski, Konanow, Stypułkowski, Pankiewicz, Pawelczyk.
KS Wasilków - Broń Radom 1:4 (1:2).
Bramki: 0:1 Sebastian Kobiera 9, 1:1 Maciej Radaszkiewicz 16, 1:2 Patryk Jakubczyk 44 z karnego, 1:3 Sebastian Kobiera 55, 1:4 Maciej Szmydt 68.

KS Wasilków: Dunaj - Kruszewski, Kuźmicki, Bayer, Ptasirski, Radaszkiewicz, Wotkiewicz, Fronc, Kuprianowicz, Cholewa, Dawidowicz.
Inne wyniki: Legia II Warszawa - Widzew II Łódź 0:3 (0:2). Olimpia Elbląg - Znicz Biała Piska 2:3 (2:3). Świt Nowy Dwór Mazowiecki - Wisła II Płock 2:3 (0:2). Żąbkovia Żąbki - GKS Wiekielec 2:2 (1:1).

1. Legia II Warszawa	33	81	79-29
2. ŁKS Łomża	33	68	75-30
3. Warta Sieradz	33	68	63-34
4. Wigry Suwałki	33	62	61-41
5. KS CK Troszyn	33	57	74-45
6. Wisła II Płock	33	53	52-50
7. Widzew II Łódź	33	51	68-63
8. Jagiellonia II Białystok	33	48	45-44
9. Lechia Tomaszów Maz.	32	46	63-52
10. Żąbkovia Żąbki	33	44	71-62
11. Świt Nowy Dwór Maz.	33	41	49-63
12. Mławianka Mława	32	37	51-56
13. Olimpia Elbląg	33	37	45-61
14. Broń Radom	33	36	40-56
15. GKS Bełchatów	33	34	49-72
16. GKS Wiekielec	33	34	38-53
17. KS Wasilków	33	24	39-78
18. Znicz Biała Piska	33	15	27-100



Gala w Hotelu Gołębiowskim była okazją do zobaczenia „po cywilu” piłkarzy i trenerów Jagiellonii Białystok (wielu wraz z partnerkami), zrobienia z nim zdjęć, świętowania wywalczenia trzeciego miejsca w PKO Ekstraklasie i prawa gry w eliminacjach Ligi Europy, a także podziwiania efektownych tańców rodem z Ameryki Południowej.

Jagiellonia Białystok Świętowanie na Gali Jagiellońskiej i Podlaskiego Klubu Biznesu w Hotelu Gołębiowski

Humory dopisywały, bo Jagiellońska rodzina ma powody do radości

Wojciech Konończuk
wojciech.konończuk@polskapress.pl

Wyluzowani, szczęśliwi, z poczuciem dobrze wykonanej pracy - tak wyglądali piłkarze, działacze i sztab szkoleniowy Jagiellonii na Gali Jagiellońskiej i Podlaskiego Klubu Biznesu.

W Hotelu Gołębiowski Żółto-Czerwoni wraz z przedsiębiorcami i zaproszonymi gośćmi świętowali zdobycie brązowego medalu rozgrywek PKO Ekstraklasy i trzeciego z rzędu prawa startu w europejskich pucharach.

- To wielki sukces, wywalczony dzięki wam wszystkim: kibicom, przedsiębiorcom, władzom rządowym i samo-

rządowym, ale przede wszystkim dzięki piłkarzom i trenerom Jagiellonii - mówił przewodniczący rady nadzorczej Jagi i prezes Podlaskiego Klubu Biznesu Wojciech Strzałkowski.

Trener Siemieniec „Ulubieniec trybun”

Gospodarz imprezy witał wszystkich z brązowym medalem na szyi i prosił o jego dotknięcie mówiąc, że to ma znaczenie symboliczne, oznaczające sukces całego środowiska, skupionego wokół Dumy Podlasia.

- Mówmy do siebie dziś: bracie, siostrze, bo wszyscy jesteśmy w wielkiej, jagiellońskiej rodzinie - podkreślał Strzałkowski.

W trakcie gali docenieni zostali ci, którzy z reguły nie wiadać - pracownicy mediów społecznościowych Jagi. Wybrano też w kontekście całych rozgrywek:

Mecz sezonu: Fiorentina - Jagiellonia (2:4) - nagroda dla autora hat-tricka Bartosza Mazurka;

Wydarzenie sezonu: 350 meczów w barwach Jagi w ekstraklasie - nagroda dla Tarasa Romanczuka;

Bramka sezonu: gol Jesusa Imaza z wyjazdowego meczu z Arką Gdynia;

Osobowość sezonu: Wojciech Strzałkowski;

Ulubieniec trybun: trener Adrian Siemieniec.

Wręczanie nagród i liczne przemówienia przeplatane



Przewodniczący rady nadzorczej Jagiellonii Wojciech Strzałkowski w towarzystwie utalentowanych piłkarzy: Bartosza Mazurka (z lewej) i Oskara Pietuszeńskiego

były na imprezie występami artystycznymi, a prawdziwą furorę zrobiły brazylijskie tancerki w południowoamerykańskich rytmach.

W kulisach goście mieli rzadką okazję porozmawiania z ubranymi nie w sportowe stroje, a na galowo zawodnikami Jagi, zrobienia pamiątkowego zdjęcia, zdobycia autografu, czy poznania pięknych partnerek piłkarzy.

Oskar Pietuszeński z ogromnym wzięciem
Ogromnym wzięciem cieszył się Oskar Pietuszeński, który zimą został za rekordową

dla Jagi sumę ośmiu milionów euro wytransferowany do FC Porto i stał się rewelacją ligi portugalskiej, sięgając wraz z swoim nowym klubem po mistrzowski tytuł. Teraz przyjechał do Białegostoku, by wraz z kolegami z byłego klubu, fetować brązowy medal PKO Ekstraklasy.

Wojciech Strzałkowski: we: Mówmy sobie dziś: bracie, siostrze, bo wszyscy jesteśmy w wielkiej, jagiellońskiej rodzinie

Bardzo wychwalani byli trener Siemieniec i dyrektor sportowy Łukasz Masłowski, nazwani przez Wojciecha Strzałkowskiego klubowymi „brylantami”. Szkoleniowiec Jagi i jego piłkarza udadzą się na urlopy, ale przed dyrektorem Masłowskim okres wytężonej pracy, bo zanoszą się na to, że nie tylko Pululu opuści ekipę Dumy Podlasia i trzeba będzie wzmacniać kadre.

Nie brakowało dyskusji o tym, kogo Jaga wylosuje w kwalifikacjach Ligi Europy i jak będzie wyglądał następny sezon. Wszyscy wyrażali nadzieję, że za rok o tej porze znów będą powody do radości i świętowania. ©©

34. KOLEJKA EKSTRAKLASY

WIDZEW ŁÓDŹ - PIAST GLIWICE 1:1
Bramki: Baena 11, Fornalczyk 56 - Vallejo 69.

RAKÓW CZĘSTOCHOWA - ARKA GDYNIA 3:0
Bramki: Bulat 37, Brunes 71, Silva 75.

POGOŃ SZCZECIN - GKS KATOWICE 1:1
Bramki: Cuić 31, Wędrychowski 90+6.

LEGIA WARSZAWA - MOTOR LUBLIN 4:0
Bramki: Nsame 32, 55, Chodyna 39, Elitim 49.

LECH POZNAŃ - WISŁA PŁOCK 2:2
Bramki: Palma 30, Walemark 60 - Rogelj 48, Kamiński 90+5.

JAGIELLONIA BIAŁYSTOK - KGHM ZAGŁĘBIE LUBIN 1:0
Bramka: Pululu 32-karny

GÓRNIK ZABRZE - RADOMIAK 6:2
Bramki: Chłani 9, 13, Liseth 28, Sadilek 42, 45, Janza 53 - Balde 72, Soumah 80.

CRACOVIA - KORONA KIELCE 1:1
Bramki: Zahiroleslam 6 - Svetlin 2.

BRUK-BET TERMALICA NIECIECZA - LECHIA GDAŃSK 3:2
Bramki: Putiwcew 21, Kurzawa 30, Zapolnik 57 - Bobcek 50, 90+4.

1. Lech Poznań	34	60	62-45
2. Górnik Zabrze	34	56	50-38
3. Jagiellonia Białystok	34	56	56-41
4. Raków Częstochowa	34	55	51-40
5. GKS Katowice	34	50	51-45
6. Legia Warszawa	34	49	42-37
7. KGHM Zagłębie Lubin	34	48	45-38
8. Wisła Płock	34	46	34-38
9. Pogoń Szczecin	34	45	47-49
10. Radomiak	34	44	52-53
11. Korona Kielce	34	43	40-40
12. Motor Lublin	34	43	46-53
13. Cracovia	34	42	39-42
14. Widzew Łódź	34	42	41-41
15. Piast Gliwice	34	41	42-46
16. Lechia Gdańsk	34	38	62-65
17. Arka Gdynia	34	36	34-61
18. Bruk-Bet Termalica	34	34	43-65

* Lechia Gdańsk ukarana odjęciem 5 punktów za zaległości finansowe

Lech Poznań i Górnik Zabrze zagrają w eliminacjach Ligi Mistrzów.
Jagiellonia Białystok zagra w eliminacjach Ligi Europy.
Raków Częstochowa i GKS Katowice zagrają w eliminacjach Ligi Konferencji.

Sezon 2026/2027 rozpocznie się 24 lipca br.

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

20 goli
Tomasz Bobcek (Lechia Gdańsk)

18 goli
Karol Czubak (Motor Lublin)

16 goli
Jonatan Braut Brunes (Raków Częstochowa) i Mikael Ishak (Lech Poznań)

15 goli
Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

14 goli
Sebastian Bergier (Widzew Łódź)

13 goli
Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok)

BOHATER WEEKENDU

Marcel Wędrychowski (GKS Katowice)
Choć w ostatniej kolejce Jean-Pierre Nsame, Tomasz Bobcek, Maksym Chłani czy Lukas Sadilek popisywali się dubletami, zdecydowaliśmy się wyróżnić piłkarza GKS Katowice. 24-latek zdobył bramkę przeciwko klubowi, którego jest wychowankiem.



PKO Ekstraklasa Lechia Gdańsk uzupełniła stawkę zdegradowanych

Spadkowicz z Niecieczy zabrał do 1. ligi dwa zespoły z Wybrzeża

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

W ostatniej, 34. kolejce PKO Ekstraklasy mieliśmy co najmniej kilka wzruszających pożegnań.

Bohaterem najhuczniejszego był Łukas Podolski, w meczu Górnik - Radomiak, który kilkadziesiąt godzin wcześniej został właścicielem klubu.

Mistrz świata z 2014 roku pojawił się na boisku w 2. połowie. I oficjalnie zakończył karierę, w wieku 40 lat został najstarszym zawodnikiem w historii ekstraklasy.

Górnik rozbił Radomiaka i przypieczętował wicemistrzostwo oraz udział w eliminacjach Ligi Mistrzów od II rundy. Już do przerwy podopieczni trenera Michała Gasparika zdominowali bezradnego rywala i prowadzili aż 5:0 (!), a błyszczeli przede wszystkim Maksym Chłani, Łukas Sadilek i Sondre Liseth.

Lech Poznań już przed ostatnią kolejką zapewnił sobie mistrzostwo Polski, ale przy komplecie publiczności (41 529 kibiców) przy Bułgarskiej chciał godnie zakończyć sezon. Kolejorz prowadzenie objął po kapitałnym rzucie wolnym Luisa Palmy. Po przerwie Wisła Płock dwukrotnie odpowiadała, a remis w doliczonym czasie uratował były Lechita... Marcin Kamiński.

Po końcowym gwizdku Lech odebrał trofeum i medale za dziesiąty tytuł w historii, który daje mu także prawo do noszenia złotej gwiazdy w herbie na koszulkach.



Tomasz Bobcek wywalczył tytuł króla strzelców, ale doświadczył też gorzkiego smaku

Jagiellonia zakończyła sezon na trzecim miejscu i zagra w eliminacjach Ligi Europy. Białostoczanie pokonali Zagłębie Lubin 1:0 po rzucie karnym wykorzystanym przez Afimico Pululu.

Raków liczył na potknięcia Górnika i Jagiellonii, ale się nie doczekał, więc musi zadowolić się czwartym miejscem i grą w eliminacjach Ligi Konferencji - w której w poprzednim sezonie w fazie ligowej uplasował się na wysokim drugim miejscu. W sobotę, podobnie jak w Zabrzu, żegnano klubowe legendy. Po sezonie z Rakowem rozstaną się Ivi López oraz Zoran Arsenić, który z dużą dozą prawdopodobieństwa dołączy do Legii.

Największe emocje przeżywali kibice w Szczecinie. Zawodnicy urządzili fanom istny roller-

coaster - dosłownie i w przenośni! GKS Katowice długo przegrywał po голу Filipa Cuić, ale w doliczonym czasie czerwona kartkę obejrzał bramkarz Pogoni Krzysztof Kamiński. Między słupkami na ostatnie minuty musiał niespodziewanie stanąć... napastnik Cuić, którego chwilę później pokonał były zawodnik Pogoni Marcel Wędrychowski, zapewniając GKS-owi arcyważny remis i udział w europejskich pucharach. Zespół wraca do nich po 23 latach.

Legia Warszawa pewnie pokonała Motor Lublin 4:0, ale mimo zwycięstwa nie zdołała awansować do kwalifikacji Ligi Konferencji. Po meczu pożegnano pięciu piłkarzy - w tym bramkarza Kacpra Tobiasza, który jest wychowankiem.

Trzecim spadkowiczem została Lechia Gdańsk, która przegrała w Niecieczy 2:3 z Termalicą. Bohaterem spotkania został Tomasz Bobcek, który na osłodę w końcówce rzutem na taśmę skompletował dublet i został królem strzelców ekstraklasy z dorobkiem 20 trafień.

Mecz Widzewa z Piastem miał być „o życie”, ale w obliczu porażki Lechii z Termalicą - nie miało takiej wagi. Łodzianie w 56. minucie prowadzili już dwiema bramkami, a chwilę później kontaktowym golem odpowiedział Hugo Vallejo.

Cracovia do starcia z Koroną przystępowała „na musiku”, ale ostatecznie padł satysfakcjonujący Pasy remis, a obie bramki padły przed dziesiątą minutą spotkania.

Lech, Górnik, GKS i Widzew fetują, a Lechia i Legia optakują zakończenie sezonu

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Lech, Górnik, GKS Katowice i... Widzew w ekstazie, Lechia w żałobie, a Legia zawiedziona.

Lech Poznań po remisie z Wisłą Płock (2:2) odebrał na Bułgarskiej trofeum mistrza Polski i złote medale. Po ceremonii piłkarze z kibicami rozpoczęli świętowanie 10. w historii klubu tytułu mistrzowskiego. Wieczorem „Kolejorz” odkrytym auto-

karem pojechał na plac Marka na Międzynarodowych Targach Poznańskich, gdzie odbyła się oficjalna mistrzowska feta.

Górnik, który zdobył Puchar Polski i wicemistrzostwo kraju dające prawo gry w eliminacjach Ligi Mistrzów, po ostrym strzelaniu z Radomiakiem też fetował udany sezon. - Zasłużyliśmy na to miejsce, przez cały sezon byliśmy w czołówce - ocenił trener Michał Gasparik.

Mistrz świata 2014 Łukas Podolski, nowy właściciel Górnika, sobotnim występem zakończył

zawodniczą karierę. - Nie można sobie wyobrazić lepszego zakończenia kariery. Zdobyliśmy Puchar Polski i srebrny medal. Dziś klub wygląda lepiej niż pięć lat temu, kiedy tu przyszedłem, ale jeszcze nie jesteśmy na topie - stwierdził 130-krotny reprezentant Niemiec. Podkreślił, że po zakończeniu kariery zasużył na urlop z rodziną. - Gdybym powiedział teraz żonie, że nadal będę robił to, co wcześniej, to by mnie zaabiła albo wyrzuciła z domu. Nie wiem, kiedy pojedziemy

na urlop, ale parę tygodni razem spędzimy. To nie było łatwe, kiedy ja - stary dziad - ciągle wyjeżdżałem. Miało tak być przez rok, trwało pięć lat - powiedział.

GKS Katowice rzutem na taśmę, w doliczonym czasie gry, zapewnił sobie udział w europejskich pucharach. - Co tu dużo mówić, zakończyliśmy drugi sezon i zawsze mówiłem, że to tabela po 34 kolejkach jest jedyną prawdziwą i jedyną ważną. Skończyło się to tym, że z racji tego, że w pierwszej czwórce jest Górnik Zabrze, za-

gramy w europejskich pucharach. Głos mi się trochę łamie, bo to długa historia - mówił trener „Gieksy” Rafał Górak.

Legia Warszawa, która już witała się z gaską, ostatecznie straciła miejsce w Lidze Konferencji na rzecz Katowic. - Myśleliśmy, że wszystko od nas zależało - ocenił zawiedziony trener Legii Marek Papszun.

Lechia Gdańsk, która po dwóch latach wraca do 1 ligi, opuszczała stadion Termaliki, gdzie przegrała 2:3 w żałobnych

nastrojach. - Gdy się traci najwięcej bramek w lidze, zazwyczaj się spada i nie jest żadnym pocieszeniem, że zdobyliśmy ich tyle samo, co mistrz - zauważył trener „Biało-zielonych” John Carver.

Na drugim biegunie był szkoleniowiec Widzewa Łódź Aleksandar Vuković, który uratował RTS przed degradacją. - Wykonaliśmy bardzo dobrą pracę z zespołem. Wiadomo, można było zrobić to wcześniej i byłby spokojniej, ale nie zamierzam narzekać - powiedział. ©©

GKS Katowice był największą rewelacją sezonu

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

Rozmawiamy z Marcinem Adamskim, trzykrotnym reprezentantem Polski, zasznużoną postacią dla Rapidu Wiedeń, z którym był mistrzem Austrii i grał w Champions League.

Adamski był na meczu Pogoni Szczecin z GKS Katowice (1:1). Wychowanek i prezes Floty Świnoujście pokusił się o ocenę sezonu 2025/26 w ekstraklasie.

Spodziewałeś się takiej dramaturgii w ostatniej kolejce ekstraklasy?

Długo nie zanosilo się, że Pogoń może stracić punkty. GKS grał słabo, nie przypominał zespołu, który postawił się Lechowi i zachwycał ofensywnym futbolem. Gospodarze mieli okazję na strzelenie kolejnych goli, ale ich nie wykorzystali, a potem w niezrozumiały sposób dla mnie zachował się bramkarz Pogoni, zobaczył czerwoną kartkę i zastąpił go zawodnik z pola, Cuic. Wyrównał... wychowanek szczyńskiego klubu Marcel Wędry-

chowski i GKS oszalał ze szczęścia. Katowiczanie okazali się największą rewelacją sezonu, ale na powrót do europejskich pucharów zasłużyli, bo po prostu grali ładnie, z połosem, dodawali kolorytu zdominowanej przez futbol fizyczny ekstraklasie.

Kto był największym przegranym sezonu?

Skoro w trakcie rozgrywek Legia sięgnęła po Marka Papszuna, to nie muszę dodawać. Papszun poukładał zespół, uporządkował w takim starym dobrym niemieckim stylu i niewiele zabrakło do awansu do pucharów. O niepowodzeniu Legii przesądziło trafienie Wędrchowskiego na obiekcie kolejnego z wielkich rozczarowań, czyli Pogoni. Pogoń wyglądała słabo w obronie, ale w spotkaniu z GKS Katowice podobala mi się lewa strona - Benjamin Mendy i Paul Muka-iru. Mendy długo nie grał, pokazał jednak, że nieprzypadkowo wcześniej osiągał takie sukcesy, a w CV ma mistrzostwo świata z Francją. Z niego Pogoń może mieć jeszcze wielki pożytek, trzeba jednak



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI/POLSKA PRESS

Radość piłkarzy GKS Katowice w Szczecinie była w pełni uzasadniona. Po 25 latach klub wraca do Europy

przyznać, że z transferami klub ze Szczecina nie trafiał. Zdaje sobie sprawę z tego prezes - Alex Haditaghi, któremu bardzo zależy na klubie, na kibicach, żyje piłką. Ta drużyna nie potrzebuje rewolucji, tylko trochę roszad, przede wszystkim uporządkowania tyłów. Pogoń mając taki potencjał, też finansowy, piękny stadion i zakochanych w niej fanów nie może bronić się przed spadkiem, tak jak Widzew Łódź, gdzie lu-

dziom odpowiedzialnym za transfery należy się nagana - Osman Bukari to tego wizytówka, a łatwo się go nie pozbędą. Ogromne inwestycje nie przełożyły się na wyniki i do końca trzeba było walczyć o utrzymanie. Nie tego oczekiwali kibice, chyba na więcej liczone też w Lechii Gdańsk. Owszem, pięć punktów karnych zrobiło swoje, gdyby ich nie było, Lechia pozostałaby w ekstraklasie, lecz w końcówce zali-

czyła serię pięciu porażek. Spada z największą liczbą goli strzelonych - tak jak Lech, ale też najwięcej straciła. Fajnie się oglądało podopiecznych Johna Carvera, niestety piłka jest okrutna - wyrok na Lechii, a wcześniej na Arce Gdynia wykonała Termalica Nieciecza, godnie rozstając się z elitą. W tym małym ośrodku właściciele porządnie zarządzają klubem, nie ma mowy o zwolnieniu Marcina Brosza, przecież autora awansu, który znów spróbuje powalczyć o powrót na najwyższy szczebel.

Nasza ekstraklasa się rozwija?

Pod względem fizycznym wygląda dobrze, ale wielu piłkarzy jest przepełnionych i spowodowanych za zbyt dużą kasę. Problem tkwi w szkoleniu, często wcześniej odrzucą się bardzo dobrych technicznie, ale słabiej zbudowanych chłopców. Takie coś przecież da się nadrobić, a my zniechęcamy utalentowanych młodych zawodników. W ekstraklasie mamy za mało indywidualności takich jak Bartosz Nowak z GKS Katowice, a w europejskich pucharach w dalszych fazach mecze wygrywa się pił-

karsko. Trzeba przyznać, że Polska stała się największym beneficjentem powołania Ligi Konferencji, gdzie łapiemy punkty i dzięki temu więcej naszych zespołów zobaczymy w rywalizacji międzynarodowej w kolejnym sezonie. Z drugiej strony nie udało się tam przebić do półfinałów, a to by było coś. Uważam, że nasz futbol posiada duży potencjał, tylko trzeba go umieć wydobyć. Wierzę w jeszcze mocniejszy postęp.

Lech awansuje do Ligi Mistrzów?

Lech jest zarządzany bardzo dobrze, promuje zawodników, sprzedaje, uzupełnia skład na tyle, by osiągać sukcesy w kraju i przyzwicie wypada w Lidze Konferencji. Wypracował sobie korzystną pozycję wyjściową w kwalifikacjach Ligi Mistrzów i ma doświadczenie sprzed roku z dwumeczu z Crveną Zvezdą. Liga Mistrzów w Polsce jest realna, a liczę, że któryś z naszych zespołów przebiję się do Ligi Europy, a ekstraklasa poczyni kolejne kroki we właściwym kierunku. ©

Liderzy kadry z golami na koniec sezonu. Niestety tylko jeden trafił gdzie trzeba

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl

Robert Lewandowski i Piotr Zieliński strzelili gole w weekend. Pierwszy pokonał bramkarza Valenci CF. Drugi natomiast... trafił do własnej siatki w meczu Interu Mediolan.

Ponadto warto odnotować debiut w Serie A nastoletniego reprezentanta młodzieżówki.

Pożegnalny gol

Największym wydarzeniem dość ubogiego już weekendu w europejskich ligach było rozegranie przez Lewandowskiego ostatniego meczu w barwach FC Barcelona. Kapitan reprezentacji Polski wyszedł w pierwszym składzie Dumy Katalonii na wyjazdowe spotkanie z Valencią CF. Nie był to jedyny Polak uczestniczący w tej rywalizacji. W bramce katalońskiego giganta stał Wojciech Szczęsny, który jeszcze nie zamierza rozstawać się z klubem.

Pierwsza połowa spotkania 38. kolejki hiszpańskiej La Liga zakończyła się bezbramkowo, a podopieczni Hansiego Flicka wyglądali tak, jakby nie do końca chcieli im się walczyć o zwycięstwo w ostatnim meczu sezonu. Trochę nie ma się co dziwić, bo

Blaugrana tytuł mistrza Hiszpanii zapewniła sobie już 2 tygodnie temu.

W drugiej części kibice zgromadzeni na słynnym Estadio Mestalla wreszcie zobaczyli gole. Jako pierwszy w 61. minucie trafił Robert Lewandowski. Doświadczony polski napastnik intuicyjnie ruszył do piłki zagraną przez Ferrana Torresa i skierował piłkę do bramki.

- Ponadczasowy Lewandowski. Świetny piłkarz pożegnał się z ligą hiszpańską tak jak chciał, czyli strzelając ostatniego gola. Robert to wyjątkowy napastnik i wystarczyło mu niecelne uderzenie Ferrana, aby samemu trafić do siatki - ocenił występ Polaka kataloński „Sport”.

FC Barcelona nie cieszyła się jednak długo z prowadzenia. Za ledwie 5 minut później Szcześnie pokonał Javi Guerra, a chwilę później prowadzenie popularnym Nietoperzem dał Luis Rioja. W doliczonym czasie nokautujący cios zadał argentyński napastnik Guido Rodrígu.

Pech we Włoszech

Zupełnie inaczej ostatnią kolejkę ligowych rozgrywek będzie wspominał Zieliński. Inter Mediolan zremisowała w „polskim” meczu 3:3 z FC Bologną, której bramkarzem jest Łukasz Skorupski.



FOT. GRZEGORZ WAJDA

- Świetny piłkarz pożegnał się z ligą hiszpańską tak jak chciał, czyli strzelając ostatniego gola - napisał „Sport”

Mistrzowie Włoch objęli prowadzenie w 22. minucie, gdy piłkę do siatki polskiego bramkarza skierował Federico Dimarco. Trzy minuty później to Bologna cieszyła się z gola. Strzelił go Federico Bernardeschi. Gospodarze byli lepsi w końcówce pierwszej połowy i za sprawą Tommaso Pobegi wyszli na prowadzenie.

Inter miał nadzieję wyrównać stan rywalizacji, ale tymczasem

z trzeciego gola cieszyła się Bologna. W 48. minucie doszło do zamieszania w polu karnym mediolańskiej drużyny. Zieliński chciał interweniować, ale zrobił to tak niefortunnie, że skierował piłkę do własnej bramki. Ostatecznie spotkanie zakończyło się jednak podziałem punktów, bo najpierw gola kontaktowego strzelił Pio Esposito, a w końcówce do wyrównania doprowadził Andy Diouf.

Oczekiwany debiut

Obowiązkowo należy odnotować wyczekiwany debiut Adriana Przyborka w barwach Lazio Rzym. Młodzieżowy reprezentant Polski pojawił się na boisku w 82. minucie meczu na Stadio Olimpico z Pisą. Do stolicy Włoch trafił pod koniec stycznia za 4,5 mln euro z Pogoni Szczecin.

Drużyna 19-latkę wygrała 2:1, ale rozgrywki zakończyła na 9. miejscu w tabeli i w przyszłym sezonie nie zagra w europejskich pucharach.

Baraż Grabary

Niemiecki VfL Wolfsburg w ostatniej kolejce Bundesligi wywalczył prawo gry w barażu, którego stawką jest dla niego pozostanie w najwyższej klasie rozgrywkowej. Przeciwnikiem popularnych Wilków jest ekipa Paderborn SC, która zajęła 3. miejsce na zapleczu elity.

Pierwsze spotkanie w Wolfsburgu zakończyło się bezbramkowym remisem, więc Grabara mógł cieszyć się z pierwszego czystego konta od roku. Nawet w przypadku utrzymania, Polak prawdopodobnie z klubu odejdzie. Z medialnych doniesień wynika, że jest na celowniku między innymi klubów angielskiej Premier League oraz... brazylijskiego Santosu.

Bez awansu do Serie A

Niestety w półfinale baraży na zapleczu włoskiej Serie A poległo Palermo FC, którego zawodnikami są dwaj polscy obrońcy: Patryk Peda oraz Bartosz Bereszynski. Zespół z Sycylii przegrał pierwszy mecz z US Catanzaro aż 0:3 i mimo zwycięstwa w rewanżu 2:0, to rywale zagrają w finale. Pierwszy z Polaków już w pierwszej połowie opuścił boisko z powodu kontuzji. Drugi całe spotkanie przesiedział na ławce rezerwowych.

WYNIKI:

Final Puchar Francji:

RC Lens - OGC Nice 3:1.

38. kolejka La Liga:

Deportivo Alaves - Rayo Vallecano 1:2, Real Betis - Levante 2:1, Celta Vigo - Sevilla 1:0, Espanyol - Real Sociedad 1:1, Getafe - Osasuna 1:0, Girona - Elche 1:1, Mallorca - Real Oviedo 3:0, Real Madryt - Athletic Bilbao 4:2, Valencia - Barcelona 2:1.

Final Pucharu Niemiec:

Bayern Monachium - VfB Stuttgart 3:0.

Baraż o Bundesligę:

VfL Wolfsburg - SC Paderborn 0:0 (pierwszy mecz).

38. kolejka Serie A:

Fiorentina - Atalanta 1:1, Bologna - Inter 3:3, Lazio - Pisa 2:1.

©

NASZ LIGOWY TOP Wybraliśmy najlepszych piłkarzy i drużynę zakończonych rozgrywek w PKO Ekstraklasie

POZNAJCIE NAJWIĘKSZYCH BOHATERÓW SEZONU ZAKOŃCZONEGO W SOBOTĘ

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Prezentujemy ranking i jedenastkę najlepszych piłkarzy wybranych przez dziennikarzy sportowych Polska Press - z dzienników regionalnych i serwisu internetowego GOL24.

BRAMKARZ

Głosami dziennikarzy Polska Press to Jasmin Burić został uznany Bramkarzem Sezonu w PKO Ekstraklasie. Weteran Zagłębia Lubin przeżywał drugą młodość. Pierwszy występ zaliczył dopiero... w 12. kolejce.

Burić tuż przed czterdziestką (urodziny będzie obchodził w lutym) napisał wspaniałą historię. Sezon zaczynał jako zmiennik. Pierwszym wyborem trenera Leszka Ojrzyńskiego był znacznie młodszy Dominik Hładun. W połowie października przeciwko swojej byłej drużynie, czyli Legii Warszawa, nabawił się jednak urazu. Obyło się bez zabiegu, ale konieczna okazała pauza trwająca aż do teraz.

Działacze Zagłębia, choć było już po letnim okienku, zdecydowali się na transfer awaryjny - tzw. medyczny. Z Widzewa Łódź ściągnęli Rafała Gikiewicza. Czas pokazał, że niepotrzebnie. Burić w roli zastępcy wypadł bowiem fenomenalnie. Zaliczył dwucyfrową liczbę zdobytych kont. Wiele meczów po prostu wybronił, popisując się reflekssem. - Jasiu, broń do pięćdziesiątki! - życzyli mu kibice Lecha Poznań, gdy w marcu przybyli na mecz do Lubina. W Kolejorzu Bośniak z polskim paszportem spędził wcześniej dekadę. Na finiszu sezonu pomógł mu w pewnym sensie zdobyć tytuł, nie wpuszczając m.in. bramki w wyjazdowym spotkaniu z Górnikiem Zabrze, który wtedy był najpoważniejszym kontrkandydatem do tytułu.

W walce o miano najlepszego golkipera Burić miał godnych rywali - m.in. Sławomira Abramowicza z Jagiellonii Białystok, Ivana Brkicia z Motoru Lublin, Xaviera Dziekońskiego z Korony

Kielce, Bartosza Mrozka z Lecha Poznań czy Rafała Strączka z GKS Katowice.

Ranking bramkarzy:

1. Jasmin Burić (Zagłębie Lubin)
2. Rafał Strączek (GKS Katowice)
3. Ivan Brkić (Motor Lublin), Bartosz Mrozek (Lech Poznań)

ŚRODKOWY OBROŃCA

Wojciech Mońka zasłużył na miano Środkowego Obrońcy Sezonu w PKO Ekstraklasie - orzekli dziennikarze Polska Press. Stoper Lecha Poznań przebojem wdarł się do ligi. Pod koniec ubiegłego roku wskoczył do jedenastki mistrzowskiego zespołu, po czym regularnie zachwycał wyjątkowo dojrzałą jak na swój wiek grą. Dziś jest pod ścisłą obserwacją topowych zespołów z Europy. Wszyscy liczą, że zostanie przy Bułgarskiej, choć nie jest to wcale pewne.

Mońka urodził się w Poznaniu i przeszedł przez wszystkie szczeble renomowanej Akademii Lecha. Trener Niels Frederiksen pod koniec rundy jesiennej uznał, że 19-latek jest gotowy na grę w podstawowym składzie pierwszego zespołu. Miał rację. Młody Lechita praktycznie co mecz zachwycał skutecznymi interwencjami, sadzając na ławce m.in. najlepszego obrońcę zeszłego sezonu, czyli Mateusza Skrzypczaka.

Lech nie ma zamiaru sprzedawać Mońki w letnim okienku. Działacze w tej sprawie mówią jednak o ważnym zastrzeżeniu. Jeżeli do klubu przyjdzie oferta z gatunku tych nie do odrzucenia, to zostanie rozpatrzona. Co mają na myśli? Na przykład kwotę ośmiocyfrową, czyli taką, za jaką zostali sprzedani już kiedyś Jakubowie Moder i Kamiński.

Mońka to jeden z czterech Polaków nominowanych do prestiżowej nagrody Golden Boy wyróżniającej największe talenty do lat 21. W przeszłości jej laureatami zostali m.in. Lionel Messi czy Kylian Mbappe. - Mońka to największy talent polskiej



piłki - uważa Dariusz Dudka, który miał okazję z nim pracować w Lechu.

W kategorii Obrońca Sezonu Ekstraklasy Mońka pokonał m.in. Rafała Janickiego z Górnika Zabrze, Arkadiusza Jędrzicha z GKS Katowice czy Marcina Kamińskiego z Wisły Płock.

Ranking środkowych obrońców

1. Wojciech Mońka (Lech Poznań)
2. Rafał Janicki (Górnik Zabrze)
3. Arkadiusz Jędrzych (GKS Katowice)

BOCZNY OBROŃCA

Głosami dziennikarzy Polska Press to Joel Pereira został wybrany na Boczny Obrońcę Sezonu w PKO Ekstraklasie. Piłkarz Lecha Poznań dołożył swoją cegiełkę do obrony tytułu. Zdobył po bramce w ważnych me-

czach z Rakowem Częstochowa i Motorem Lublin, które dzięki niemu nie zostały przegrane.

Pereira od lat uchodzi za topowego boczny obrońcę. Gra po prawej stronie i często robi przewagę na połowie rywala. Tak było podczas niedawnego wyjazdu do Lublina, kiedy znakomitym podaniem obsłużył Leo Bengtssona, autora jedyne go gola w tym spotkaniu. Ten wynik utorował drogę do 10. mistrzostwa. Dla Portugalczyka była to 5. asysta w rozgrywkach poprzedzona rewelacyjnym występem z Legią Warszawa zakończonym wygraną aż 4:0.

W pewnym momencie na Pereirę mocno naciskał Robert Gumny, który na chwilę wygryzł go nawet ze składu. Słowo kluczowe brzmi oczy-

wiście: na chwilę. Pereira prędko wrócił do jedenastki i pokazał młodszemu koledze, kto rządzi na prawym skrzydle w defensywie.

Kto konkurował z Lechitą o miano najlepszego boczny obrońcy? W ścisłej czwórce uplasowali się jeszcze Erik Janža z Górnika Zabrze i Jan Grzesik z Radomiaka. Sporo głosów otrzymał również Michał Gurgul - klubowy kolega Pereiry.

Joel Pereira we wrześniu skończy 30 lat. W Polsce występuje nieprzerwanie od 2021 roku. Jego kontrakt obowiązuje jeszcze przez sezon. Czy zostanie wypełniony? Tego do końca nie wiadomo, ponieważ z otoczenia piłkarza wypłynęła właśnie sugestia, że chciałby odejść do jednej z egzotycznych lig i tam zarobić

wielokrotność tego, co ma zagwarantowane w Poznaniu.

Ranking bocznych obrońców

1. Joel Pereira (Lech Poznań)
2. Jan Grzesik (Radomiak Radom)
3. Erik Janža (Górnik Zabrze)

DEFENSYWNY POMOCNIK

Zdaniem dziennikarzy Polska Press reprezentant Górnika Zabrze - Patrik Hellebrand. Dzięki Czechowi zespół osiągnął niesamowity, podwójny sukces.

Hellebrand jeszcze w połowie rundy był łączony z transferem do Pogoni Szczecin. W szatni Górnika zrobił się z tego temat do żartów. Gdy wręczano świąteczne prezenty, czeski pomocnik otrzymał tradycyjny szczeciński paprykarz.

Bogiem a prawdą - już wtedy było jasne, że ani Pogoni, ani żadnego innego polskiego klubu na niego nie stać. Hellebrand podbił swoją wartość w rundzie rewanżowej. To w niej jako lider środka pola poprowadził Zabrzan do zdobycia Pucharu Polski i wicemistrzostwa, które zagwarantowało udział w eliminacjach Ligi Mistrzów.

Jeszcze nie wiadomo, czy na europejskim odcinku Hellebrand pomoże Górnikowi. Tureckie media są przekonane, że jest dogadany z Bursaspor, do którego odchodzi Juergen Elitim z Legii Warszawy.

Po cichu Hellebrand wierzy, że ten sezon jeszcze się dla niego... nie skończył. Trafił bowiem na listę rezerwową kadry Czech na mundial. Kto wie, może nawet zostanie wyrwany z wakacji, tak jak swego czasu Łukasz Piszczek.

Z kim Hellebrand wygrał walkę o miano najlepszej boiskowej szóstki? Przede wszystkim z Antonim Kozubalem z Lecha Poznań, Tarasem Romanczukiem z Jagiellonii Białystok, Oskarem Repką z Rakowa Częstochowa, czy Iwanem Żeliszko z Lechii Gdańsk.

Ranking defensywnych pomocników

1. Patrik Hellebrand (Górnik Zabrze)
2. Antoni Kozubal (Lech Poznań)
3. Iwan Żeliszko (Lechia Gdańsk)

OFENSYWNY POMOCNIK

Bartosz Nowak decyzją dziennikarzy Polska Press został wybrany Ofensywnym Pomocnikiem Sezonu w PKO Ekstraklasie. Zawodnik GKS Katowice w wieku 32 lat wykreślił najlepsze statystyki w swojej karierze. Przed nim podbój Europy - z tym samym zespołem.

Nowak potrafił nie tylko kreować, ale i finalizować. Dosłownie jednego gola zabrakło mu do tego, by wykreślić dwucyfrową liczbę bramek - skończył bowiem z dziewięcioma. W tyle zostawił konkurencję jeśli chodzi o asysty. Miał ich aż trzynaście. Drugi w klasyfikacji Camilo Mena z Lechii Gdańsk ubierał osiem.

Dzięki życiowej formie Nowaka GieKSA po wielu latach oczekiwania znów będzie reprezentować Polskę na arenie międzynarodowej. Wystąpi w II rundzie eliminacji Ligi Konferencji. Walczyła o to dosłownie do samego końca, zaliczając zwycięski remis z Pogonią Szczecin po голу strzelonym w doliczonym czasie bramkarzowi, którym został piłkarz... z pola - po czerwonej kartce i komplecie zmian. Nowak przebywał na murawie do ostatniego gwizdka. Po nim koledzy z drużyny, Adrian Błąd i Dawid Kudła, prze-

rwali mu wywiad w Canal+ Sport, by obwieścić, po stuknięciu butelkami piwa, że według szatni zasłużył na miano najlepszego piłkarza Ekstraklasy.

Kogo Nowak pokonał w rankingu ofensywnych pomocników? Przede wszystkim najsukuteczniejszego obcokrajowca w historii PKO Ekstraklasy, czyli Jesusa Imaza z Jagiellonii Białystok. Sporo głosów otrzymał również Luis Palma z Lecha Poznań. Niewykluczone, że to trio zobaczymy również na ligowych boiskach w przyszłym sezonie - znak zapytania dotyczy bowiem wyłącznie ostatniego z wymienionych.

Ranking ofensywnych pomocników

1. Bartosz Nowak (GKS Katowice)
2. Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok)
3. Luis Palma (Lech Poznań)

SKRZYDŁOWY

Ali Gholizadeh został uznany głosami dziennikarzy Polska Press za Skrzydłowego Sezonu w PKO Ekstraklasie. Zawodnik Lecha Poznań grał momentami na poziomie znanym z topowych lig Europy. Niestety, z finiszu rozgrywek wypadł z powodu poważnej kontuzji, przez którą straci również udział w mundialu z reprezentacją Iranu.

Kunszt Gholizadeha widzieliśmy choćby na wiosnę w meczu do jednej bramki z Legią Warszawa. To po jego uderzeniu zespół objął prowadzenie, które potem jeszcze trzykrotnie podwyższył.

Pomysł, precyzja, zabójcze wykonanie - to wszystko cechowało 30-latkę na boiskach Ekstraklasy. Jego nazwisko było jednym z najgłośniejszych skandowanych podczas mistrzowskiej fety. Rok temu kimś równie znaczącym był Afonso Sousa. Portugalczyk jednak odszedł - do Turcji.

Sezon dla Gholizadeha dobiegł końca przedwcześnie w Lublinie, na trzy kolejki przed końcem, gdy pechowo zerwał więzadła krzyżowe. Kibice dodali mu wtedy otuchy, a klub ponowił ofertę kontraktową, którą przyjął. Ta historia - mimo zakrętów - będzie mieć więc ciąg dalszy. I całe szczęście! Bo w topowej formie Ali grał nawet bardziej porywająco od Bartosza Nowaka, naszego Piłkarza Sezonu. Kłopoty zdrowotne nie pozwoliły mu jednak zbliżyć się do liczb lidera GieKSy.

Kto rywalizował z Gholizadehem o miano najlepszego skrzydłowego? Sporo głosów otrzymali jeszcze Maksym Chłani z Górnika Zabrze, Camilo Mena z Lechii Gdańsk czy Dawid Błanik z Korony Kielce.

Gholizadehowi będzie ciężko powtórzyć sukces w przyszłym sezonie. Wkrótce przejdzie bowiem operację kontuzjowanego ko-

lana, po której czeka go co najmniej pół roku przerwy. Jesień ma na pewno z głowy.

Ranking skrzydłowych

1. Ali Gholizadeh (Lech Poznań)
2. Maksym Chłani (Górnik Zabrze)
3. Camilo Mena (Lechia Gdańsk)

NAPASTNIK

Choć Lechia Gdańsk spadła do 1. ligi, to jej napastnik Tomasz Bobcek zasłużył na miano Napastnika Sezonu w PKO Ekstraklasie. Słowak wbił najwięcej bramek ze wszystkich. Koronę króla strzelców przypieczętował dubletem w finałowej kolejce.

Lechia znalazła Bobcka w Rużomberoku, zanim dwa sezony temu wywalczyła awans do PKO Ekstraklasy. Na zapleczu Słowak pokazał, że ma to coś. Potem walczył z kontuzjami, aż w końcu zrobił różnicę w Ekstraklasie. Teraz, czyli w drugim pełnym sezonie, z 20 trafieniami został najsukuteczniejszym zawodnikiem. Jakże paradoksalnie brzmi to w zestawieniu z faktem, że jego drużyna zaraz znów wystąpi w 1. lidze...

Kogo pokonał Bobcek w rankingu napastników? Odpowiedź znajduje się w czołówce klasyfikacji strzelców. Mowa przede wszystkim o Karolu Czubaku z Motoru Lublin, Mikaelu Ishaku z Lecha Poznań czy Jonatanie Braucie Brunecie z Rakowa Częstochowa.

Bobcek więcej w Ekstraklasie już jednak nie zagra. Nawet gdyby Lechia w niej została, to jego szansa na zatrzymanie i tak wydawała się nikła. Po snajpera ustawi się bowiem kolejka chętnych ze znacznie lepszych lig. W mediach podawano już choćby nazwę AS Monaco i zawrotną kwotę - 12 mln euro.

24-letni Bobcek to jedyny ligowiec, który wbił hat-tricka obrońcom tytułu mistrzowskiego, Lechowi Poznań. Po ostatnim występie miał lży w oczach, ponieważ jego wysiłek nie dał biało-zielonemu nawet utrzymania.

Ranking napastników

1. Tomasz Bobcek (Lechia Gdańsk)
2. Karol Czubak (Motor Lublin)
3. Mikael Ishak (Lech Poznań)

JEDENASTKA SEZONU

Na podstawie rankingu na poszczególnych pozycjach, który powstał przy udziale kilkunastu dziennikarzy sportowych Polska Press, stworzyliśmy „zespół marzeń”.

W naszej jedenastce odnajdziecie piłkarzy młodych, ale i w sile wieku. Polaków i obcokrajowców. Łączy ich jedno - za nimi naprawdę wspaniałe rozgrywki. Dominują - w pełni zasłużenie - zawodnicy Lecha, Górnika i GieKSy.

PIŁKARZ SEZONU

Do pełni szczęścia zabrakło jedynie powołania od selekcjonera Jana Urbana

Bartosz Nowak głosami dziennikarzy Polska Press został uznany Piłkarzem Sezonu w PKO BP Ekstraklasie. Pomocnik GKS Katowice miał gigantyczny wpływ na wyniki zespołu. Strzelił prawie tyle samo goli, ile zapisał asyst. Był po prostu w życiowej formie.

32-letni zawodnik ma za sobą równy sezon. Niemal co tydzień grał dobrze albo wręcz bardzo dobrze. Zdarzyły mu się także występy wybitne, jak choćby te przeciwko Radomiakowi czy Zagłębiu Lubin. To wszystko znalazło odbicie w kluczowych statystykach, do 9 goli dołożył bowiem 12 asyst. Bez niego zespół na pewno nie biłby się do samego końca - skutecznie! - o pięte miejsce gwarantujące europejskie puchary. - To zawodnik na wskroś ofensywny, ale cenię go również za to, jaką pracę wykonuje w defensywie - podkreślił w jednym z wywiadów trener GKS-u Rafał Górak.

Najlepiej o sezonie Nowaka świadczy niedawna dyskusja, jaka przetoczyła się przez media sportowe. Wielu cenionych eks-



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI/POLSKA PRESS

– To zawodnik na wskroś ofensywny, ale cenię go również za pracę w defensywie – mówi jego trener Rafał Górak

pertów apelowało wręcz o powołanie tego zawodnika do reprezentacji Polski, na przykład na baraż o mundial. Selekcyjner Jan Urban, choć zna go na wylot ze wspólnych czasów w Górniku Zabrze, powołania nigdy nie wysłał, argumentując decyzję silną konkurencją z klubów zagranicznych, m.in. Piotra Zielińskiego.

Nowak w walce o miano najlepszego piłkarza sezonu pokonał przede wszystkim Aliego Gholizadeha z Lecha Poznań. Tak jak Irańczyk nigdzie się nie rusza z ekstraklasy. Na Nowej Bukowej ma ważną umowę aż do połowy 2029 roku. Kto wie, czym nas zaskoczy w nadchodzącej edycji rozgrywek?

TRENER SEZONU

Udowodnił coś niedowiarkom, a „Kolejorz” potrafił zagrać z polotem

Niels Frederiksen został wybrany przez dziennikarzy Polska Press Trenerem Sezonu w PKO BP Ekstraklasie. Duńczyk z Lecha Poznań udowodnił wszystkim niedowiarkom, że można nie tylko obronić tytuł, ale jeszcze długo godzić grę w lidze z europejskimi pucharami.

Frederiksen nie miał łatwego zadania. Szczególnie w rundzie

jesiennej borykał się z nieustannymi problemami kadrowymi. Liczne kontuzje czołowych piłkarzy z pola zaburzały plany na poszczególne mecze. Wiosną, gdy sytuacja uległa nieco poprawie, Lech nabral już mistrzowskiego rozpędu. Punktował powyżej 2,00 na mecz i zaskuzenie obronił tytuł, pieczętując go na kolejną przed końcem.

Lech Frederiksena potrafił zagrać z polotem jak żaden inny zespół z czołówki. Po cztery bramki wbił w pojedynczym meczu aż pięciu rywalom. Bolesnie o jego sile przekonała się wiosną zwłaszcza Legia Warszawa.

U Frederiksena błyszczeli liderzy ofensywy: Mikael Ishak, Ali Gholizadeh czy Luis Palma. 55-latek miał też odwagę postawić na 19-letniego Wojciecha Mońkę, który okazał się największym objawieniem sezonu.

Sam Frederiksen, mimo kuszącej oferty z angielskiego Watfordu, postanowił przedłużyć kontrakt o dwa lata. Teraz celem jest awans do Ligi Mistrzów, przekreślony w ubiegłym roku w dwumeczu z Crveną Zvezdą Belgrad. Jego Lech ma wszelkie argumenty, by jako trzeci polski zespół w historii - po Legii Warszawa i Widzewie Łódź - trafić do tej piłkarskiej elity.

W kategorii Trener Sezonu Frederiksen w pokonanym boju pozostawił przede wszystkim Michała Gasparika z Górnika Zabrze, czyli zdobywcę Pucharu Polski.



FOT. ADAM JASTRZEBOWSKI

W kategorii Trener Sezonu Frederiksen w pokonanym boju pozostawił przede wszystkim Michała Gasparika z Górnika

Efektowne wygrane Biało-Czerwonych

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

Siatkarki i siatkarze dali popis w turniejach towarzyskich przed nadchodzącymi rozgrywkami Ligi Narodów.

Polskie siatkarki pokonały Serbię 3:0 (25:17, 25:18, 25:18) w drugim meczu turnieju towarzyskiego dell'AIA AeQuilibrium Cup Women Elite w Genui.

Biało-Czerwone na inaugurację turnieju przegrały z Turcją 2:3. Trener reprezentacji Polski Stefano Lavarini drugi mecz zaczął praktycznie zupełnie inną szóstką. Na boisku pojawiła się między innymi Martyna Łukasik, która piątkowe spotkanie obejrzała z ławki rezerwowych.

Serbki, podobnie jak Polki, w Genui występują w mocno zmienionym składzie bez swoich najlepszych zawodniczek: trener Zoran Terzić do Włoch nie zabral między innymi jednej z najlepszych atakujących na świecie Tijany Bosković.

Pierwsze dwie odsony miały bardzo jednostronny i bardzo podobny przebieg. Biało-Czerwone już na początku seta uzyskiwały kilkupunktową przewagę i po niespełna godzinie prowadziły 2:0. W trzeciej partii Serbki zaczęły od mocnego uderzenia, bowiem wygrywały już 8:1. Lavarini desygnował do gry między innymi Martynę Czymiańską i ta zmiana mocno zmieniła oblicze gry. Polki błyskawicznie odrobiły straty i po kilku minutach był remis 13:13. Jeszcze przez moment trwała w miarę wyrównana walka, ale przy stanie 20:18 polskie siatkarki wygrały pięć ostatnich akcji.

Polscy siatkarze pokonali w Katowicach Bułgarię 3:0 (25:17, 25:17, 25:15) w ostatnim meczu towarzyskiego turnieju Silesia Cup, zapewniając sobie końcowe zwycięstwo w imprezie. Turniej zaczął się w środę w Sosnowcu,

gdzie Biało-Czerwoni przegrali z Serbami 2:3, a Bułgaria pokonała Ukrainę 3:1. Później Polacy wygrali z Ukrainą 3:1, natomiast Bułgaria z Serbią 3:2.

Trener Polaków Nikola Grbić ponownie zmienił skład w porównaniu do spotkania w Sosnowcu. W wyjściowej szóstce zostali Aleksander Śliwka, Bartłomiej Lemański, Marcel Bakaj i libero Maksymilian Granieczny.

Już od początku Biało-Czerwoni narzucili rywalom swoje warunki gry. Przy zagrywce Marcela Bakaja zbudowali przewagę 12:7, natomiast dwa błędy Asparucha Asparuchowa powiększyły dystans na 15:8. W końcówce serię dobrych zagrywek zanotował Bartosz Zych, a seta zakończył blok Adriana Markiewicza (25:17).

Druga partia początkowo stała pod znakiem wyrównanej walki punkt za punkt. Dobra gra blokiem drużyny trenera Grbicia pozwoliła jej objąć prowadzenie 12:9, które następnie spokojnie utrzymywali. Końcówka należała do Michała Gierzota - jego skuteczne akcje, w połączeniu z zagraniami Bartłomieja Lemańskiego i Aleksandra Śliwki, dały Biało-Czerwonym zwycięstwo 25:17. Blok był mocną stroną Polaków również w trzeciej partii (9:3). Akcje Alaksieja Nasiewiczza i Gierzota powiększyły dystans do 10 punktów (16:6). Biało-Czerwoni zdominowali rywali w tej odsłonie i wygrali 25:15 po błędzie Denysława Bardarowa.

Trenerzy obu zespołów zdecydowali o rozegraniu dodatkowego seta. Był on najbardziej wyrównany ze wszystkich - tym razem inicjatywa była po stronie Bułgarów, którzy wykorzystywali błędy polskiego zespołu i wygrali 25:22.

Kolejnym przystankiem Polaków będzie chińskie Linyi, gdzie 10 czerwca rozpoczyna walkę w Lidze Narodów. ©



Radość siatkarzy reprezentacji Polski podczas sobotniego meczu Silesia Cup z Bułgarią w Katowicach

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

W drugiej tegorocznej eliminacji mistrzostw świata na żużlu, Grand Prix Czech w Pradze, Bartosz Zmarzlik zajął na Stadionie Markéta 3. miejsce i objął prowadzenie w klasyfikacji generalnej.

W finale broniący tytułu Polak przegrał z Duńczykiem Leonem Madsenem i Australijczykiem Bradym Kurtzem. Zwycięzca pierwszego turnieju Grand Prix w Landshut Kacper Woryna i Dominik Kubera odpadli w biegach ostatniej szansy, a Patryk Dudek zakończył starty na zasadniczej części zawodów.

Bartosz Zmarzlik był najlepszy w zasadniczej części turnieju, dzięki czemu awansował bezpośrednio do finału. Sześciokrotny złoty medalista mistrzostw świata wygrał cztery wyścigi, a w jednym przyjechał na trzecim miejscu. Jako drugi bezpośredni awans uzyskał Madsen.

Pozostali Polacy jeździli w sobotę w kratkę. Kubera, po świetnym początku, w ostatnich dwóch seriach zdobył tylko punkt, natomiast Woryna rozpoczął słabiej, ale miał udany finisz. Obaj zapewnili sobie miejsce w biegach ostatniej szansy, których zwycięzcy uzupełnili stawkę finalistów. Okazali się nimi Kurtz i Duńczyk Michael Jepsen Jensen, który w drugim z tych wyścigów wyprzedził Worynę i Kubera.

Dominik Dudek po trzech startach miał obiecujące 6 punk-



Broniący tytułu Bartosz Zmarzlik nie wygrał po raz czwarty zawodów Grand Prix na praskim torze Markéta

tów, ale w dwóch pozostałych nie zdobył żadnego, zajmując 12. miejsce w zawodach.

W finale nie zabrakło emocjonującej walki. Od startu prowadził Madsen, który zdołał się obronić przed zaciekle atakującym go przez cały dystans Kurtzem.

Bartosz Zmarzlik słabo wystartował i rywalizował o miejsce na podium z Jesperem Jensenem. Na ostatnich metrach wyprzedził Duńczyka, zapewniając sobie pozycję lidera mistrzostw świata.

Najlepszy czas zawodów uzyskał wspomniany Michael Jepsen Jensen w biegu numer 6. - 64,61.

W stolicy Czech zabrakło kontuzjowanych Szweda Fredrika Lindgrena i Brytyjczyka Daniela Bewleya, który w minionej środę miał wypadek w lidze duńskiej.

Zlisty rezerwowych zastąpili ich Duńczyk Anders Thomsen i reprezentant gospodarzy Jan Kvech. Sukcesów jednak nie odnieśli.

Kolejne turnieje Grand Prix odbędą się 5 i 6 czerwca br. w Manchesterze na „The National Speedway Stadium Manchester”. ©

GRAND PRIX CZECH:

1. Leon Madsen (Dania) - 14 (1,3,3,2,2,3) - 20 pkt. GP; 2. Brady Kurtz (Australia) - 11+3 (3,d,2,1,3,2) - 18; 3. Bartosz Zmarzlik (Polska) - 14 (3,3,1,3,3,1) - 16; 4. 4. Michael Jepsen Jensen (Dania) - 10 (2,3,3,2,0,0) - 14; 5. Jack Holder (Australia) - 11+2 (1,3,2,2,3) - 12; 6. Kacper Woryna (Polska) - 9+2 (2,1,1,3,2) - 11; 7. Dominik Kubera (Polska) - 9+1 (3,2,3,0,1) - 10; 8. Andrzej Lebediew (Łotwa) - 7+1 (0,0,2,3,2) - 9; 9. Jason Doyle (Australia) - 7+0 (2,2,0,2,1) - 8; 10. Max Fricke (Australia) - 8+2 (2,1,0,3,2) - 7; 11. Robert Lambert (W. Brytania) - 6 (0,2,0,1,3) - 6; 12. Patryk Dudek (Polska) - 6 (3,1,2,0,0) - 5; 13. Anders Thomsen (Dania) - 5 (1,1,3,d,d) - 4; 14. Jan Kvech (Czechy) - 5 (0,2,1,1,1) - 3; 15. Nazar Parnicki (Ukraina) - 3 (1,0,1,1) - 2; 16. Adam Bednar - 1 (0,0,1,0,0) - 1; 17. Daniel Klima - ns - 0; 18. Adam Nejzchleba (wszyscy Czechy) - ns - 0.

Biegpobiegu:

1. (66,47) Kubera, Doyle, Thomsen, Lambert
2. (66,54) Kurtz, Woryna, Parnicki, Kvech
3. (65,53) Dudek, Jepsen Jensen, Madsen, Bednar
4. (65,64) Zmarzlik, Fricke, Holder, Lebediew
5. (65,76) Holder, Kubera, Dudek, Kurtz (d/1)
6. (64,61) Jepsen Jensen, Lambert, Fricke, Parnicki
7. (65,14) Zmarzlik, Kvech, Thomsen, Bednar
8. (64,91) Madsen, Doyle, Woryna, Lebediew
9. (65,77) Kubera, Lebediew, Bednar, Parnicki
10. (65,33) Madsen, Kurtz, Zmarzlik, Lambert
11. (65,11) Thomsen, Dudek, Woryna, Fricke
12. (65,04) Jepsen Jensen, Holder, Kvech, Doyle
13. (64,93) Fricke, Madsen, Kvech, Kubera
14. (64,89) Woryna, Holder, Lambert, Bednar
15. (65,57) Lebediew, Jepsen Jensen, Kurtz, Thomsen (d/4)
16. (xx,xx) Zmarzlik, Doyle, Parnicki, Dudek
17. (65,43) Zmarzlik, Woryna, Kubera, Jepsen Jensen
18. (65,74) Lambert, Lebediew, Kvech, Dudek
19. (65,25) Holder, Madsen, Parnicki, Thomsen (d/st)
20. (65,63) Kurtz, Fricke, Doyle, Bednar

Półfinały:

21. (64,91) Kurtz, Holder, Lebediew, Fricke (w/u)
22. (66,15) Jepsen Jensen, Woryna, Kubera, Doyle
Finał:
23. (65,87) Madsen, Kurtz, Zmarzlik, Jepsen Jensen

Chińskie początki naszych pań. Świat szaleje na całego

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

Podczas drugiego w tym sezonie mityngu lekkoatletycznego zaliczanego do cyklu Diamentowej Ligi, który odbył się w chińskim Xiamen, Maria Żodzik i Maria Andrejczyk zajęły czwarte miejsca.

Na „Egret Stadium” w Xiamen nad Cieśniną Tajwańską konkurs oszczepniczek z udziałem dwóch Polek - Marii Andrejczyk i Małgorzaty Maślak-Glugli wygrała Chinka Yan Ziyi, która już w pierwszej kolejce uzyskała fenomenalną odległość 71,74 m! To drugi wynik w historii światowej lekkoatletyki, rekord świata juniorek, rekord Diamentowej Ligi! Dalej rzuciła tylko legendarna Czeszka Barbora Špotáková - w 2008 roku - 72,28 m.

Yan Ziyi (ur. 22 maja 2008 roku) to ta zawodniczka, która nie mogła startować w senior-



Maria Andrejczyk udanie rozpoczęła sezon 2026

skich imprezach mistrzowskich z powodu... wieku. Była bowiem za młoda...

Mityng w Xiamen to pierwszy przypadek od ośmiu lat, kiedy w konkurencji technicznej Diamentowej Ligi wzięły udział dwie Polki - w 2018 roku, w Bir-

mingham startowały dwie kulemiotki: druga w konkursie była wówczas Paulina Guba - 17,92 m i osma Klaudia Kardasz - 16,79 m.

Ostatecznie, Maria Andrejczyk została sklasyfikowana w Xiamen na 4. miejscu z wynikiem z trzeciej kolejki - 62,51 m, co oznacza również minimum na tegoroczne mistrzostwa Europy (10-16 sierpnia w... Birmingham). To jej drugie najlepsze otwarcie sezonu w karierze (w 2021 roku pamiętne 71,40 na Pucharze Europy w rzutach w Splicie).

Seria Andrejczyk: x - 55,19 m - 62,51 m - x - 58,47 m (prawo szóstego rzutu w Diamentowej Lidze ma tylko czołowa „trójka”).

Maria Żodzik również zajęła 4. miejsce z wynikiem 1,94 m. Polka miała trzy nieudane próby na wysokości 1,97 m. Tę konkurencję wygrała Ukrainka Julia Łewczenko - 1,99 m.

W biegu na dystansie 100 metrów przez płotki (+0,5 m/sek.) Amerykanka Masai Russell wygrała z czasem 12,14 (reakcja startowa - 0,118) - to drugi wynik w historii tej konkurencji (wolniejszy ledwie o 0,02 sekundy od rekordu świata Nigeryjki Tobi Amusan) i oczywiście rekord Ameryki Północnej, rekord „Wanda Diamond League”.

Kulomiot Rajindra Campbell ustanowił z kolei nieoficjalny rekord świata... leworęcznych - 22,34 m, to także rekord Jamajki. Do startów powrócił rekordzista świata Ryan Crouser - 21,41 m i trzecie miejsce.

W trakcie zawodów 28. edycji Pucharu Europy w biegu na 10 000 metrów Elżbieta Glinka wygrała we włoskiej La Spezie w czasie 31:45,36! To drugi w tym roku wynik w Europie i drugi czas w historii polskiej lekkoatletyki - do rekordu Polski Karoliny Jarczyńskiej zabrakło niespełna 2 sekund - (31:43,51).

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Przez internet: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

Tel. 85 748 96 02

e-mail: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Reklamy Białystok

Białystok, ul. św. Mikołaja 1

reklama.bialystok@polskapress.pl

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI

- mieszkania - sprzedam
- mieszkania - kupię
- mieszkania - do wynajęcia
- mieszkania - wynajmę
- mieszkania - zamienię
- domy - sprzedam
- domy - kupię
- domy - do wynajęcia
- domy - wynajmę
- domy - zamienię
- lokale użytkowe - sprzedam
- lokale użytkowe - kupię

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

HANDLOWE

- AGD
- RTV

- elektronika, komputery
- telefony
- car audio
- antyki
- kolekcjonerstwo, sztuka
- jubilerstwo
- filmy, muzyka
- foto, książki
- instrumenty muzyczne
- lombardy
- sport i rekreacja
- maszyny urządzenia
- materiały budowlane
- materiały opałowe

TEKSTYLIA, ODZIEŻ

- tekstylia, odzież
- dla dziecka
- meble
- inne

MOTORYZACJA

- samochody osobowe
- ciężarowe, dostawcze
- busy autobusy
- rolnicze
- przyczepy, naczepy
- zabytkowe
- uszkodzone, rozbite
- motocykle
- części i akcesoria

- zamienię
- motofinanse
- motousługi
- inne

FINANSE BIZNES

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

NAUKA

- szkoły
- kursy/szkolenia

- języki obce
- korepetycje
- inne

PRACA

- zatrudnię
- urzędy pracy
- szukam pracy
- inne

ZDROWIE

- apteki
- pomoc całodobowa
- chirurgia
- ginekologia
- interna
- neurologia

- pediatria
- psychologia
- psychiatria
- stomatologia
- urologia
- inne specjalizacje
- przychodnie, kliniki
- laboratoria
- zabiegi
- opieka
- sprzęt medyczny
- uroda
- inne

USŁUGI

- agd rtv foto
- budowlano-remontowe

- instalacyjne
- biurowo - projektowe
- komputerowe
- krawiectwo
- montażowe
- ogrodnicze
- porządkowe
- przeprowadzki
- reklamowe
- stolarskie
- radio taxi
- transportowe
- rozrywka
- uroczystości
- zabezpieczające
- inne

TURYSTYKA

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

ZWIERZĘTA

- lecznice
- usługi
- inne

MATRYMONIALNE

RÓŻNE

KOMUNIKATY

ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA

GASTRONOMIA

- dania na telefon
- usługi
- inne

ROLNICZE

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

TOWARZYSKIE

USŁUGI KAMIENIARSKIE

USŁUGI POGRZEBOWE

Z wielkim smutkiem przyjmujemy wiadomość,
iż 20 maja 2026 r. w Częstochowie zmarł

Pan

dr **Krzysztof Czajkowski**

(1963 – 2026)

Badacz literatury, dyplomata,
ceniony dydaktyk akademicki,
Wspaniały Człowiek,
Przyjaciel Białostockiej Polonistyki.
W imieniu Społeczności Akademickiej

Prof. Jarosław Ławski
Dziekan Wydziału Filologicznego
Uniwersytetu w Białymstoku

Z głębokim smutkiem i żalem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci
naszego Kolegi

**Witaliego
Maliszewskiego**



Rodzinie, Bliskim
oraz wszystkim pogrążonym w żałobie
składamy
wyrazy szczerego współczucia.

Podlaski Związek Lekarzy Pracodawców
Porozumienie Zielonogórskie

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

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

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CIEKNAĆE rynny, malowanie dachów, kominy, naprawy, 797-513-715.

CYKLINOWANIE bezpyłowe, 504-745-006

INSTALACYJNE

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

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 7 dni od 1050 zł z 30% dofin. dla emerytów/ rencistów, 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

STARE książki skup, 881-934-948

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

AUTOPROMOCJA

**Wtorek
się liczy**

**wspolczesna.pl
poranny.pl**

Jak zagramy trzy koncerty w weekend, to już jesteśmy trochę zmęczeni, bo mamy swoje lata

Krzysztof Skiba w Interii, fot. Przemysław Świdorski



Z ŻYCIA GWIAZD

Ewelina Lisowska spacerowała z ukochanym
W miniony weekend piosenkarka przyjechała do Sopotu, aby wystąpić na festiwalu Polsatu. Na miejscu towarzyszył jej ukochany Andi Mancin. To starszy od Eweliny Lisowskiej o 15 lat kierowca rajdowy. Fotoreporterzy sfotografowali parę, jak relaksowała się, spacerując w ciągu dnia słynnym Monciakiem.

Wersow rośnie z dnia na dzień
Influencerka pokazała ostatnio w internecie, ile przytyła w ciąży. Okazało się, że jest 18–19 kilogramów na plusie. – Dosłownie mam większy brzuch z tygodnia na tydzień – powiedziała w serwisie YouTube. Jak sama podkreśliła, najważniejsze jest jednak to, że jej synek rozwija się prawidłowo.

Patricia Kazadi żywi się toksyną
Prezenterka gościła w internetowym programie „Stare zdjęcia gwiazd”. Prowadzący przypomniał jej, że w 2010 r. wyznała, iż „pociągają ją frajerzy”. W odpowiedzi Kazadi stwierdziła: – Dziś zmieniłabym słowo „frajerzy”, bo jest pejoratywne. Dziś powiedziałabym, że pociągają mnie „toksyki”. Ja żywię się toksyną, jeśli chodzi o relacje damsko-męskie. I dlatego już nie wchodzę w te tematy. Jestem sama cztery lata i nigdy nie byłam szczęśliwsza. To najlepszy etap w moim życiu. (GZL) fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Fryderyki 2026 – Gala Muzyki Rozrywkowej TVP 1, 20:30
To doroczne święto polskiej muzyki. W jednym miejscu spotkają się najlepsi i najpopularniejsi artyści, twórcy oraz producenci, by wspólnie celebrować największe sukcesy i odkrycia rodzimej sceny. Podczas transmitowanej gali ogłoszeni zostaną laureaci najbardziej prestiżowych nagród muzycznych w kraju – Fryderyków.

Sanktuarium TVN, 22:00
Australia 2011 rok. Grupa pływaczy wyrusza na ekspedycję do systemu jaskiń. Wraz z nadejściem tropikalnej burzy ekipa zostaje odcięta od wejścia do kompleksu. Uczestnicy chcą znaleźć wyjście z zalewanych korytarzy.

Straszny film 2 Paramount, 22:25
Czwórka nastolatków zostaje zwabiona przez nauczyciela do nawiedzonego domu w ramach pracy nad szkolnym projektem. Chodzi o zbadanie paranormalnych sił działających w tym domu.

Siedmiu wspaniałych Polsat, 22:55
Remake słynnego westernu Johna Sturgesa z 1960 roku. Siedmiu rewolwerowców jedzie do wioski na pograniczu amerykańsko-meksykańskim, żeby rozprawić się z bandą opryszków, którzy gnębili ubogich wieśniaków.

KRZYŻÓWKA NR 78

- Poziomo:**
3) zwycięzca Wimbledonu w 2025 roku,
10) wyborczy lub przemysłowy,
11) żaglowiec kapitana Józefa Konrada Korzeniowskiego,
12) ironicznie o dobroczyńcy,
14) mnóstwo ludzi, czereda,
15) mieszkaniec Bawarii lub Nadrenii,
16) jamnik lub terier jako pies myśliwski,
19) piłkarski klub z Bergamo,
23) stolica na skraju Pustyni Syryjskiej,
27) początkowy punkt na skali,
28) zorganizowana grupa szpiegów,
29) część ściany pomalowana na olejno,
30) kleik dla maluszka,
33) bloczek do pisania przez kalkę,
37) legendarny książę Polan,
38) lekkomyślny człowiek, lądacz,
39) rzymskie łaźnie publiczne,
40) grecka wyspa u wybrzeży Albanii,
41) lotny rozpuszczalnik otrzymywany z drzew iglastych.
- Pionowo:**
1) naczynie w kształcie muszli,
2) dobra ..., z bajki o Kopciuszku,
3) drzewo iglaste, araukaria,
4) ziołowa nalewka, piołunówka,
5) dopływ Wisły, Czarna Woda,
6) tłuszczowa lub chrzęstna,
7) ciało niebieskie z warkoczem,

1		2		3		4		5		6		7		8		9
10												11				
				12					13							
14																
						16	17			18						
19	20		21		22					23		24		25		26
28																
30		31		32												
37																
39																

AUTOPROMOCJA 0110987265

Tvoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem

85 875 07 30

TELE MAGAZYN

- 8) miasto z fabryką fortepianów,
9) wafelowy smakołyk z cukierni,
13) waluta Korei Południowej,
17) miejsce postoju karawany,
18) uwielbiany przez fanów,
20) auto z salonu Opla,
21) samosąd na Dzikim Zachodzie,
22) nie idzie w las (w przysłowie),
24) aktor grający bez słów,
- 25) dawne narzędzie żniwiarza,
26) imię pisarki z Grodna,
30) część nogi konia chroniona podkową,
31) ruchoma część obrabiarki,
32) udzielany przez bank,
34) kosmetyk dla noworodka,
35) przywóz towarów z zagranicy,
36) podkarpackie miasto z Narodowym Muzeum Powozów.

ROZWIĄZANIE NR 77

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś odważna decyzja przyniesie sukces. Horoskop dzienny zapowiada, że wieczór pozwoli spokojnie uporządkować emocje.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojna rozmowa poprawi relacje z otoczeniem. Horoskop na dziś mówi, że drobny gest okaże się ważniejszy niż wielkie obietnice.

Baran (21.03 - 19.04)
Nowe wiadomości zmieniają ci plany, ale horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że zachowasz spokój i szybko znajdziesz rozwiązanie.

Byk (20.04 - 20.05)
Bliska osoba okaże ci wsparcie. Horoskop dzienny to wskazówka, by popołudnie wykorzystać na chwilę wytchnienia oraz relaksu.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Energia i pewność siebie pomogą ci zdobyć uznanie, lecz horoskop na dziś radzi by unikać zadzierania nosa i niepotrzebnych sporów...

Rak (22.06 - 22.07)
Intuicja podpowie właściwy krok, a spokojna rozmowa pomoże uniknąć napięcia. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży udany dzień.

Lew (23.07 - 22.08)
Spotkanie z kimś życzliwym poprawi humor. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że drobny sukces doda ci motywacji do działania.

Panna (23.08 - 22.09)
Niespodziewana okazja zachęci cię do szybkiego działania. Horoskop na dziś mówi, że wieczorem zbierzesz plony swojej aktywności.

Waga (23.09 - 22.10)
Horoskop dzienny na poniedziałek zapowiada, że dobra organizacja pozwoli uniknąć chaosu, a cierpliwość przyniesie oczekiwane efekty.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Kreatywny pomysł zwróci uwagę otoczenia. Horoskop dzienny zapowiada, że wieczór będzie sprzyjał planowaniu nowych celów.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Wrażliwość pomoże ci lepiej zrozumieć bliskich, a spokojny wieczór poprawi nastrój. Horoskop na dziś wróży wieczerę w miłym nastroju.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Unikaj ludzi, którzy zazwyczaj mają inne zdanie niż ty. Horoskop dzienny na poniedziałek ostrzega, że wasze spotkanie może źle się zakończyć...