



Kramik: 10060
ogłoszeń

Jutro II część

Skromny budżet
Podlasia >>2

Województwo zainwestuje w 2010 r. mniej niż Białystok

DZIŚ
po południu / w nocy



8°

6°

>>2

www.wspolczesna.pl

19 listopada 2009

czwartek

226 (16906)

2,30 zł (w tym 7% vat)

GAZETA Białostocka WSPÓŁCZESNA

Cena gazety w prenumeracie pocztowej 1,25 zł.

ISSN 0137-9488

Białystok, Suwałki >> W szpitalach leżą osoby z podejrzeniem wirusa A/H1N1

Świńska grypa już nas atakuje

Beata Chodkiewicz, (jsz)
bchodkiewicz@wspolczesna.pl

Dwóch pacjentów z podejrzeniem grypy A/H1N1 leży w białostockim szpitalu zakaźnym. To osoby w wieku około 20 lat: 15-letnia dziewczyna, która trafiła do suwalskiego szpitala, też może być zarażona wirusem świńskiej grypy. Przebywa na oddziale intensywnej terapii.

– Testy przesiewowe wykazały, że mamy do czynienia z grypą z grupy A – informuje Henryk Misiewicz, dyrektor białostockiego szpitala zakaźnego. – Ale to jeszcze o niczym nie przesądza. Żeby sprawdzić, czy chodzi o świńską grypę, trzeba wykonać dodatkowe badania. Ich wyniki mają być znane dzisiaj.

Z kolei Grzegorz Gałązka, dyrektor suwalskiego szpitala, poinformował wczoraj rano, że specjalistycznym badaniom poddano 14 osób. W dwóch przypadkach wykryto wirusa A/H1N1. Dotyczyło to 15-latki z woj. warmińsko-mazurskiego i 60-latki z powiatu suwalskiego.

– Obie pacjentki są przytomne – uspokajał dyrektor Gałązka. – Ich stan nie jest ciężki.

W przypadku 60-latki wirus wykluczony

Badania zostały wykonane w szpitalnym laboratorium. Dyrektor zastrzegł, że ich wiarygodność wynosi około 60 procent.

Próbki wysłano jednocześnie do specjalistycznego laboratorium w Olsztynie. Późnym popołudniem

PO CZYM POZNAĆ ŚWIŃSKĄ GRYPĘ

Świńska grypa jest chorobą dróg oddechowych, która atakuje nie tylko świnie, ale też ludzi. Najczęściej są to osoby mające kontakt ze świniami.

Choroba u ludzi

Choroba przenosi się z osoby na osobę poprzez kaszel i kichanie.

Wirus

Podtypy wirusa grypy typu A: H1N1, H1N2, H3N1, H3N2, H2N3

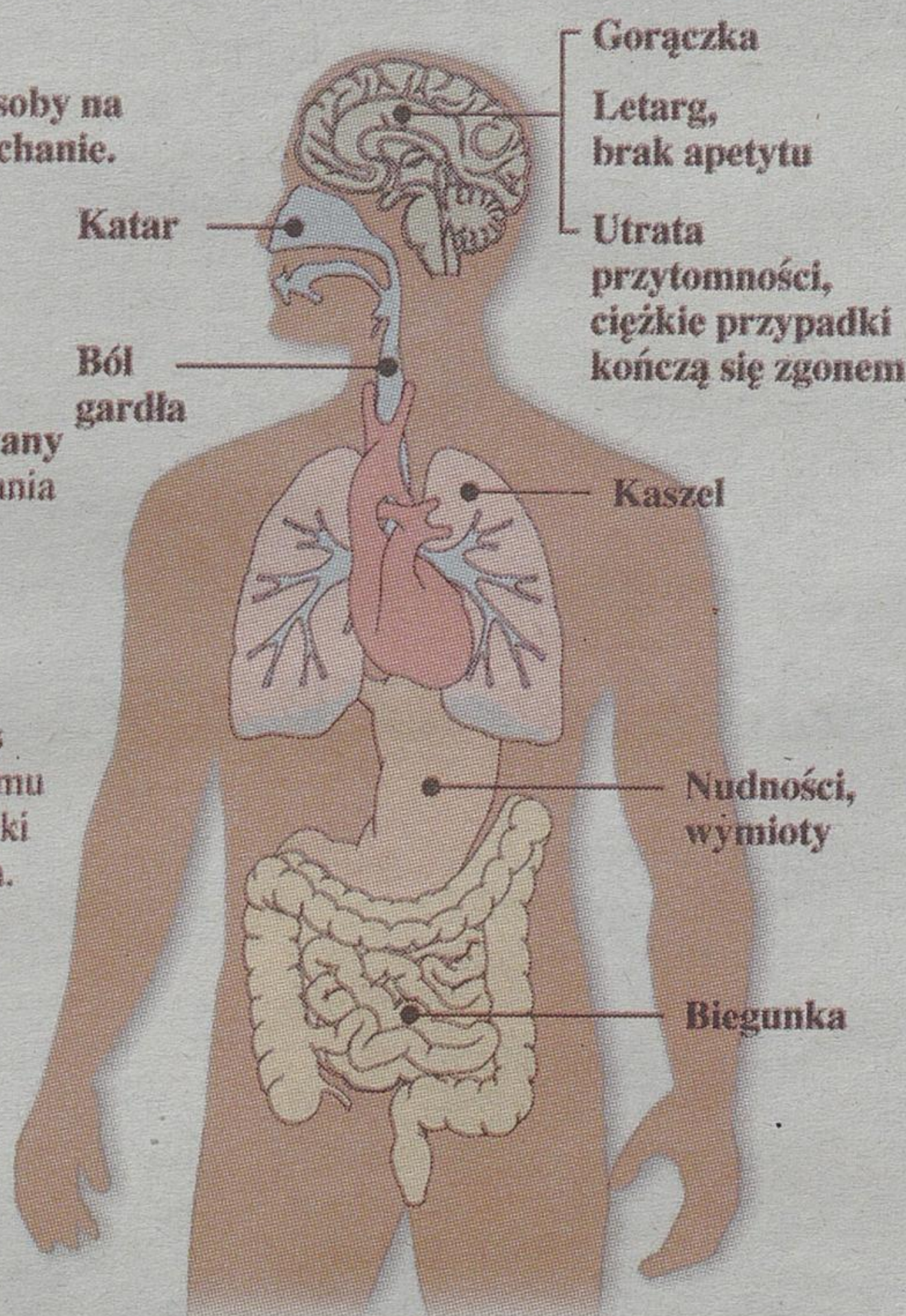
Nowy wirus rekombinowany
Powstaje w wyniku mieszania się genów pochodzących z różnych wirusów.

Rozprzestrzenianie się
Z osoby na osobę, a nie ze zwierząt na ludzi. Wirus może mutować, dzięki czemu staje się odporniejszy na leki i trudniejszy do zwalczania.

Okres inkubacji 5-10 dni

Obecnie nie istnieje szczepionka, która zawierałaby wirusy świńskiej grypy wywołujące chorobę u ludzi.

Źródło: WHO



© 2009.04.27 MCT/Bulls

okazało się, że 60-letnia kobieta, na szczęście, wirusa nie ma.

Do chwili oddawania tego numeru gazety do druku nie było natomiast wiadomo, jaki wynik przyniosły badania próbek pobranej od 15-latki.

– Do tej pory w województwie były cztery przypadki zachorowania na A/H1N1, ostatnio w lipcu – mówi Andrzej Jarosz, rzecznik prasowy

Wojewódzkiej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej. – Wszystkie te osoby są już zdrowe.

Z danych jednoznacznie wynika, że w tym roku mamy do czynienia ze znacznym wzrostem zachorowań na grypę sezonową. Chorych w listopadzie 2008 było 137. Natomiast w listopadzie tego roku – już ponad 3 tysiące.

Wirus w regionie

Wirusa A/H1N1 wykryto w województwie warmińsko-mazurskim u 42 osób. Obecnie w szpitalu w Giżycku znajdują się dwie osoby zarażone tym wirusem. Są to: 27-letni mężczyzna, mieszkaniec Olsztyna, oraz młoda dziewczyna z Kętrzyna. Lekarze informują, że ich stan jest stabilny. Wczoraj na obserwację do szpitala trafiło również 10 mieszkańców powiatu oleckiego.

Państwo nie pomaga

Na oddziałach suwalskiego szpitala znajduje się kilka osób, których stan związany z grypą lekarze określają jako poważny. Przebywa tu m.in. 30-letni mężczyzna, pracownik jednej z komunalnych instytucji. Jeszcze wczoraj często tracił przytomność.

Dyrekcja suwalskiego szpitala zastanawia się, czy, w związku z sytuacją, nie ograniczyć w placówce odwiedzin. Ale takie decyzje zapadną dopiero wówczas, gdy badania potwierdzą u któregoś z pacjentów obecność groźnego wirusa.

Dyrektor Gałązka zapewnia jednocześnie, że szpital jest przygotowany do walki z grypą.

– Już jakiś czas temu z własnych, ograniczonych przecież, środków kupiliśmy odpowiedni zapas dodatkowych leków – mówi. W kryzysowej sytuacji z pomocą powinno przyjść jednak państwo.

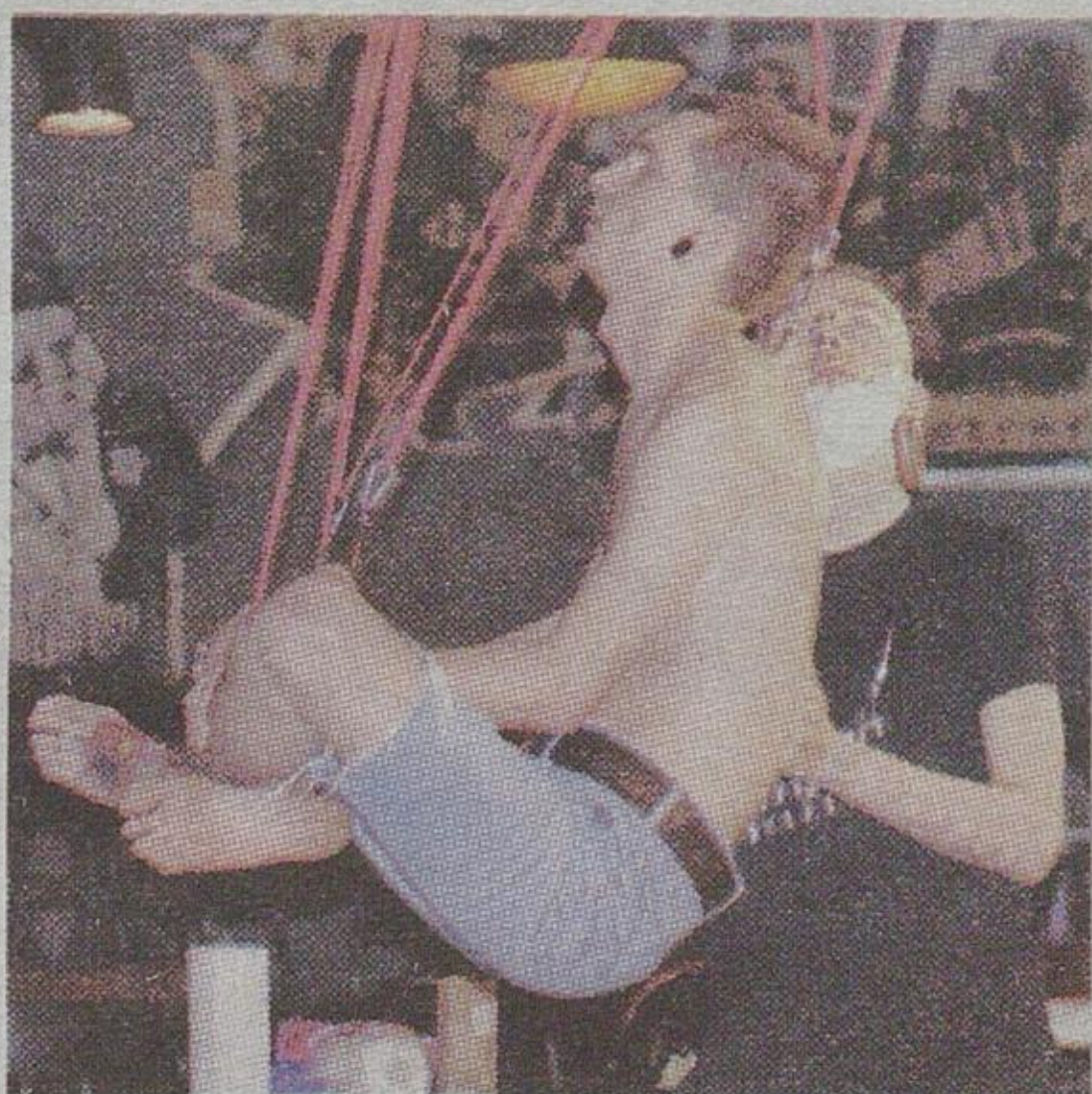
– Żadnej pomocy z tej strony do chwili obecnej nie otrzymaliśmy – stwierdza dyrektor.

W numerze:

▲ Białystok. Załatwiali pracę znajomym. Prezes Agencji Rynku Rolnego i jego poprzednik zostali oskarżeni przez białostocką prokuraturę. Wymuszali oni na podwładnych zatrudnianie osób bez kwalifikacji. Kiedy stanowisko było zajęte, prezesi domagali się zwolnienia pracownika lub stworzenia dodatkowego etatu. Sprawą zajęło się CBA. >> 3

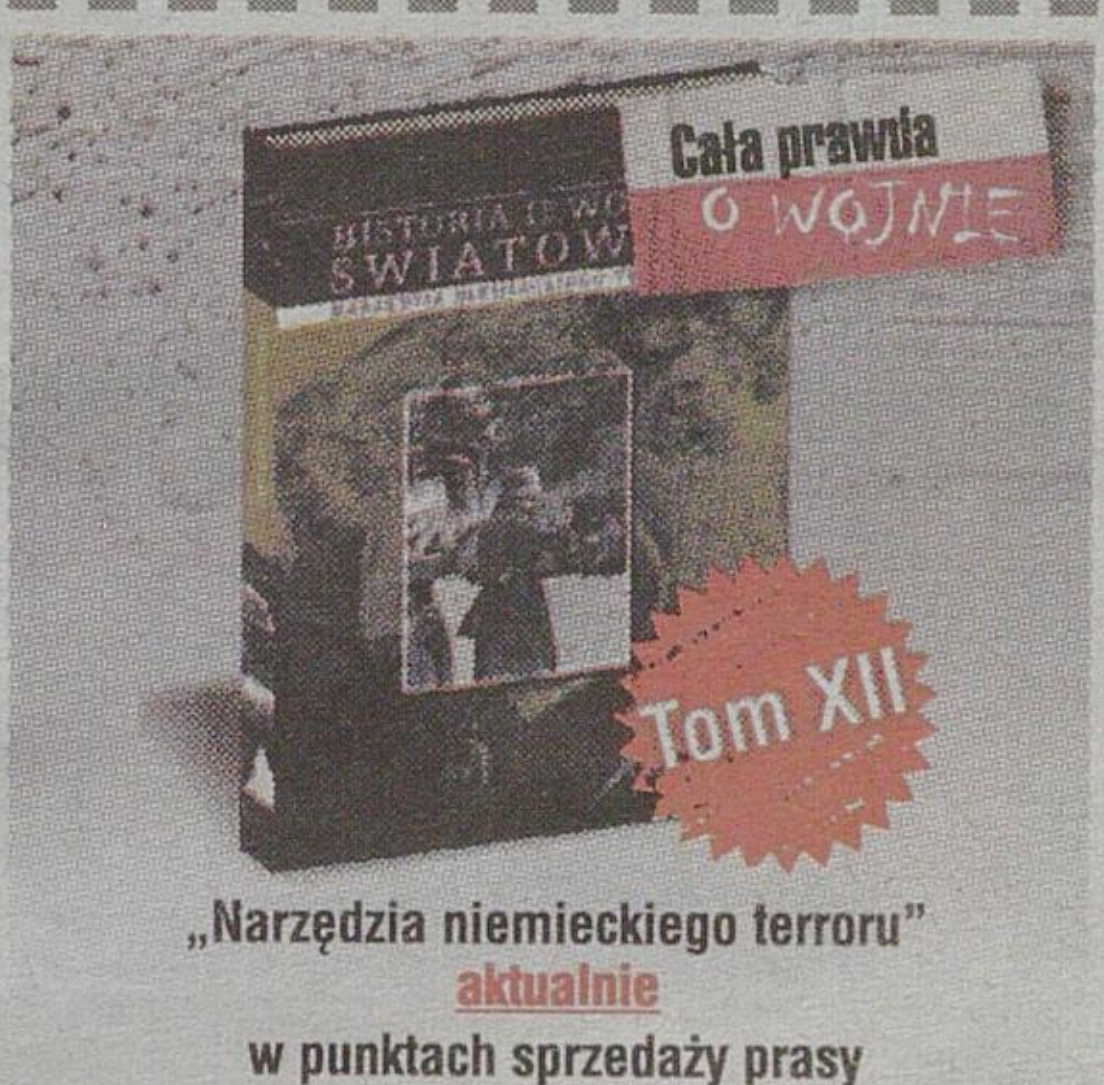
W Magazynie:

▲ Mamy na ciebie haka. Wśród młodzieży narodziła się nowa moda. W gołe ciało wbija się haki i na nich podciąga je do góry! Nazywa się to suspencion, czyli podwieszanie ciała na hakach prze-



chodzących przez skórę. Niektórzy robią to regularnie. Co ich motywuje do tak makabrycznych i bezwzględnych eksperymentów? >> Czytaj jutro

promocja



„Narzędzia niemieckiego terroru”
aktualnie
w punktach sprzedaży prasy

2 WEŹ KURS NA URODZINY

tylko od 20.11. do 22.11.2009

Dokonując zakupu
na minimum 300 zł
otrzymujesz:

Media Markt
Karta podarunkowa
20%
wartości paragonu

Nie dla idiotów!

Media Markt

Dziś >> 323. dzień roku

Imieniny **ELŻBIETY, SEWERYNA**

wschód

6.59

wschód

9.59



zachód

15.26

zachód

16.57

forum.wspolczesna.pl

Komentarz do tekstu: Młody kierowco! Po trzech wykroczeniach możesz stracić prawo.

~Małgośka~ I bardzo dobrze... A taki „kierowco” od tatusia pożyczysz samochód i struga figo figo, jestem za!

~Rychu drajwer~ Głupi to i rowerem się zabię. Oczywiście, jestem na NIE.

Podyskutuj na forum.wspolczesna.pl

Widziałeś, nagrałeś,
zrobiłeś zdjęcie
@ PRZYŚLIJ DO NAS

wspolczesna24@wspolczesna.pl

Lotto 17 listopada

▲ **Lotto:** 5, 21, 24, 28, 35, 37▲ **Multi Multi (II):** 2, 10, 14, 17, 18, 29, 31, 34, 37, 44, 49, 50, 51, 53, 54, 56, 64, 67, 69, 72; Plus 64▲ **Mini Lotto:** 15, 16, 21, 31, 35Pogoda >> na jutro
po południu / w nocy

Białystok



8°

Ciśnienie
1003 hPa

Łomża



9°

Ciśnienie
1004 hPa

Suwałki



8°

Ciśnienie
997 hPa

Zachmurzenie umiarkowane i duże. Wiatr słaby i umiarkowany, zachodni.

Kursy walut NBP

waluta	1\$	1€	1£	1CHF
kupno	2,73▲	4,06▲	4,59▲	2,68
sprzedaż	2,78▲	4,14▲	4,68▲	2,74▲

GAZETA
WSPÓŁCZESNA

Media Regionalne Spółka z o.o. 00-838 Warszawa, ul. Prosta 51. Redakcja: 15-419, Białystok, ul. św. Mikołaja 1; Dyrektor Zarządzający Oddziału: Krzysztof Paliński; Redaktor Naczelny: Konrad Kruszyński – tel. 085 748 74 00, fax 085 748 74 01; Sekretariat Redakcji – tel. 085 748 74 74, fax 085 748 74 73; ODDZIAŁY REDAKCJI: Bielsk Podlaski tel./fax 085 730 67 86; Hajnówka tel./fax 085 682 59 89; Mońki tel./fax 085 716 57 57; Sokółka tel. 085 711-20-18; Suwałki, ul. Mickiewicza 5, 16-400, tel./fax 087 566 30 00, 087 563 14 83; Biuro Ogłoszeń – tel./fax 087 566 57 26; Łomża tel. 086 216 78 99, 086 215 10 25; Grajewo tel./fax 086 272 89 15; Projekt graficzny Krzysztof Ignatowicz. Druk: Drukarnia w Ignatkach, Ignatki 40/2, 16-001 Kleosin

Biuro Reklam i Ogłoszeń tel. 085 748 74 30, KRAMIK tel. 085 748 74 48; Przedstawiciel Handlowi tel. 085 748 74 41, 42, 43. Prenumerata przyjmują „RUCH” SA (Białystok, Elk, Łomża, Ostrołęka), Urzędy Pocztowe oraz listonosze do 20. każdego miesiąca; informacja: Dział Kolportażu – tel./fax 085 748 74 24. Nr indeksu 350133. Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń.

Region >> Samorząd województwa zainwestuje w 2010 r. cztery razy mniej pieniędzy niż Białystok

Unijne inwestycje i zdrowie
– na tylko tyle stać Podlasię

Prozdrowotny i pronijny – tak Henryk Gryko, skarbnik województwa, określa projekt budżetu woj. podlaskiego na 2010 r. Cały region będzie miał w następnym roku cztery razy... mniej pieniędzy niż miasto Białystok. Inwestycji nie będzie więc dużo. Mimo to zadłużenie województwa poważnie wzrośnie.

Władze regionu będą miały do podziału niecałe 400 mln zł. Mowa o pieniądzach własnych województwa. Tym razem bowiem do budżetu nie doliczono kwot z programów unijnych, które urząd rozdziela między samorządy i organizacje. Właśnie ze względu na te metodologiczne różnice pojawiła się gigantyczna różnica między planami finansowymi stolicy regionu a samym regionem. Białystok określa, bowiem, swój przyszłoroczny budżet na 1,6 mld zł! Natomiast województwo – na kwotę cztery razy mniejszą.

– Nie jest to może imponujące, ale na tyle nas stać. I tak zaplanowaliśmy wysokie zadłużenie. Brakuje nam aż 47 mln zł – twierdzi Henryk Gryko. – Część deficytu pokryjemy z pieniędzy, które nam zostały, ale trzeba będzie zaciągnąć kredyt w wysokości 27 mln zł. A przecież każdy kredyt oznacza w perspektywie wysokie koszty.

Dla porównania: Białystok chce w przyszłym roku zadłużyć się na prawie 300 mln zł, a mimo to prezydent miasta zapewnia, że nie będzie to wysoki poziom.

Władze województwa zamierzają w 2010 r. zapewnić tzw. wkład własny swoim jednostkom. Chodzi o pieniądze, którymi trzeba się

dochody **355,8 mln zł**wydatki **393 mln zł**

w tym:

inwestycje **40 mln zł**
w służbie zdrowialotnisko **12 mln zł**rozbudowa ośrodka **2,3 mln zł**
w Szelmenciekredyt, który trzeba **27 mln zł**
będzie zaciągnąćPROJEKT BUDŻETU
WOJEWÓDZTWA
PODLASKIEGO
NA 2010 ROK

wyazać, starając się o unijną dotację na inwestycję. Władze gwarantują, że znajdą środki, by dołożyć do każdego projektu dotowanego przez UE. Kolejny priorytet to służba zdrowia.

– Jeszcze nigdy w historii samorządu województwa nie przeznaczaliśmy aż 40 mln zł z własnych dochodów na inwestycje w służbie zdrowia – podkreśla Gryko.

Pieniądze te mają zostać przeznaczone na remonty, zakup aparatury medycznej oraz wsparcie szpitali przy realizacji wniosków unijnych. (ka)

Na co pójdzie kasa?

Władze samorządowe województwa podlaskiego chcą w następnym roku przeznaczyć także 77 mln zł na budowę Opery Podlaskiej (łącznie z dotacjami 12 mln zł na lotnisko, 5,5 mln zł na przebudowę budynków przy ul. Poleskiej (tam mają pracować urzędnicy z Urzędu Marszałkowskiego). 375 tys. zł ma pochłonąć kampania promocyjna, a 451 tys. zł – nowe biuro w Brukseli.

Region >> Mieszkańcy wsi będą mieli kłopoty z zakupami
Rajstopy szkodzą pocztom

Chemia – gospodarcza, znicze, kawa czy rajstopy wkrótce znikną z półek urzędów pocztowych. Poczta Polska postanowiła bowiem wycofać ze sprzedaży większość tych artykułów.

– Jest to działalność dodatkowa, negatywnie wpływająca na nasz wizerunek – twierdzi Michał Dziewulski z Biura Prasowego Poczty Polskiej. – Chcemy, żeby sprzedawane towary były spójne z działal-

nością poczty. Nadal jednak będziemy prowadzić sprzedaż artykułów piśmienniczych, prasy, książek, a także kopert i kart telefonicznych.

Pomysł zmniejszenia asortymentu produktów dostępnych w pocztowych okienkach nie podoba się wielu mieszkańcom małych miejscowości. Urząd pocztowy był, bowiem, dla nich nie tylko punktem, gdzie można opłacić rachunki czy wysłać

paczkę, ale też miejscem robienia zakupów.

Natomiast opinie pocztowców są podzielone.

– U nas ludzie kupują dużo – mówi pracownica urzędu w miejscowości w powiecie bielskim. – Uważam, że wielu naszych klientów ucierpi na tej decyzji.

Inni jednak uważają, że to dobre posunięcie, dzięki któremu poprawi się jakość usług pocztowych. (op)

Suwałki >> Tysiąc za goliznę
Golas zapłaci karę

Tysiąc złotych grzywny zapłaci mężczyzna, który dwa miesiące temu spacerował nago po centrum Suwałk. Wczoraj sąd wydał wyrok w tej sprawie.

34-letni suwalczanin szedł nagi ul. Kościuszki oraz Waryńskiego. Dochodziła godzina 19. Na dworze było dość widno. Wkrótce za stał zatrzymany przez policjantów. Był pijany.

Kiedy już wytrzeźwiał, nie potrafił odpowiedzieć na pytanie, dlaczego paradował po ulicy, jak go Pan Bóg stworzył. Złożył je nocześnie wniosek o dobrowolne poddanie się karze. Groziła mu grzywna do 1,5 tys. zł.

Mężczyzna zaproponował 1 tys. zł i sąd ją zaakceptował. (tom)

Białystok >> Pracownicy DPS-u poskarżyli się prokuraturze na dyrektorkę. A ona na nich.
Tak działa Dom Pełen Sprzeczości

GW nasz temat

Przeszukiwanie torebek, podważanie autorytetu przy personelu, poniżanie, groźby utraty pracy, skłócanie, łamanie praw pracowniczych. Część pracowników Domu Pomocy Społecznej przy ul. Świerkowej miała dość takiego traktowania przez dyrektorkę i złożyła doniesienie do prokuratury o mobbingu.

– Atmosfera w pracy jest nie do zniesienia – mówi dr Anna Gutowska, przewodnicząca Związku Zawodowego Pracowników DPS. – Żyjemy w stresie, niektórzy

mają objawy depresji. Wobec zachowania pani dyrektor czujemy się po prostu bezsilni.

Jak się dowiedzieliśmy, białostocka prokuratura zdecydowała się wszcząć śledztwo po doniesieniu pracowników.

– Każdy, kto czuje się pokrzywdzony, ma prawo do zwrócenia się do prokuratury – przyznaje Grażyna Baziuta, dyrektorka DPS-u. – I ja złożyłam doniesienie. Za ciągłe ataki, szykanowanie mnie i naruszanie moich dóbr osobistych w związku z tą sprawą.

Jednocześnie konfliktem, o którym pisaliśmy wielokrotnie, zajmuje się prezydent Białe-

Białystok >> Pracownicy DPS nie mogą dograć

Gabinet z zamkniętymi



gostoku. Wczoraj na jego biurku trafiła opinia Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie na temat pracy dyrektorki DPS. Swoje zdanie przedstawiła też część pracowników DPS-u, którzy deklarują, że

– Pani dyrektor nie stosuje żadnego mobbingu – mówi Alicja Rogacz, z-ca przewodniczącego zakładowej organizacji Konfederacji Pracy, która od niedawna funkcjonuje w placówce. Pod pismem, które to potwierdza, podpisała ponad połowa personelu.

– My nie twierdzimy, że mobbingowani są wszyscy, ale nikt nie ma prawa twierdzić, że my nie jesteśmy – uważa dr Gutowska. (ka)

redaktor prowadzący

Ewa

Wyrwas

85 748 74 74

www.wspolczesna.pl

GAZETA WSPÓŁCZESNA

19 listopada 2009

czwartek

Białystok >>

Alkohol kupimy nawet w 700 punktach

Uchwałę zwiększającą liczbę punktów na terenie Białegostoku, w których można sprzedawać napoje zawierające powyżej 4,5 proc. alkoholu, przegłosowali wczoraj białostoccy radni.

Obowiązujący dotąd limit 550 punktów zwiększono do 700.

W uzasadnieniu uchwały czytamy, że obowiązujący wcześniej limit został już dawno wykorzystany i wielu przedsiębiorców ubiegających się o zezwolenie musiało odejść z kwitkiem.

Argumentowano również, że średnia liczba mieszkańców przypadających na jeden punkt ze sprzedaży napojów alkoholowych w losowo wybranych miastach, takich jak: Bydgoszcz, Kielce, Katowice, Lublin, Olsztyn i Rzeszów, jest znacznie mniejsza niż w Białymstoku.

W Lublinie, Bydgoszczy i Katowicach alkohol można kupić w 1050 punktach.

Przeciwny podjęciu uchwały był m.in. radny PiS Józef Nowak:

– Apeluję do radnych wszystkich klubów, by wzięli pod uwagę zdrowie mieszkańców naszego miasta – powiedział.

Uchwałę jednak przegłosowano stosunkiem głosów: 13 za i 10 przeciw. (wj)

Najbardziej niebezpieczne przejścia dla pieszych w Białymstoku lepiej widoczne



Kierowcy będą z daleka widzieli, że zbliżają się do przejścia dla pieszych. Wczoraj w Białymstoku zainstalowano specjalne markery odbłaskowe na 17 takich przejściach, m.in. na ulicy 11 Listopada (na zdj.). Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Białymstoku sfinansował zakup odbłasków. Miejsca zamontowania wytypowali policjanci, na podstawie analizy wypadków drogowych i informacji od białostoczan. Cel akcji to zwiększenie bezpieczeństwa na drogach. – Markery są o wiele bardziej widoczne dla kierowców niż tradycyjne oświetlenie – powiedział nam sierżant Maciej Zakrzewski z Wydziału Ruchu Drogowego KMP w Białymstoku. – Ponadto kierowcy nie zawsze zwracają uwagę na znaki drogowe. A koszt montażu jest kilkanaście razy mniejszy. Oznakowanie jednego przejścia to wydatek rzędu 200 złotych. Jeżeli projekt się sprawdzi, to tak oznakowana zostanie większość białostockich przejść. Wbudowane w drogę markery nie będą stanowić utrudnienia dla samochodów i jednośladów. (KaWu)

Białystok >> Były i obecny prezes Agencji Rynku Rolnego oskarżeni, bo...

Załatwiali pracę znajomym

Izabela Krzewska
ikrzewska@wspolczesna.pl

GW nasz temat

Prezes Agencji Rynku Rolnego i jego poprzednik zostali oskarżeni przez białostocką prokuraturę! Wymuszali oni na swoich podwładnych zatrudnianie osób bez kwalifikacji.

O sprawie napisaliśmy jako pierwsi w czerwcu br. Były dyrektor białostockiego oddziału Agencji Rynku Rolnego, jednocześnie radny wojewódzki Andrzej S. zawiadomił CBA o praktykach swoich szefów. Telefonicznie wymuszali oni zatrudnianie swoich protegowanych, mimo że często były to osoby bez kwalifikacji. Kiedy požądane stanowisko było zajęte, prezisi domagali się zwolnienia dotychczasowego pracownika lub stworzenie dodatkowego etatu. Właśnie za takie

działania byłemu prezesowi Bogdanowi T. oraz obecnemu, Władysławowi Ł., prokuratura postawiła wczoraj zarzut przekroczenia uprawnień.

– Przestępstwo to jest zagrożone karą pozbawienia wolności do lat 3 – poinformował Adam Kozub, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Białymstoku, która prowadziła śledztwo.

Zarzuty dotyczą roku 2008 roku. To wtedy Bogdan T. miał zadzwonić do Andrzeja S. z poleceniem zatrudnienia „jego człowieka” na stanowisku specjalisty. Innym razem nakazał zwolnić zastępcę dyrektora, który był doktorem nauk rolniczych, a na jego miejsce zatrudnić... historyka. Wielokrotnie domagał się tego telefonicznie, grożąc dyrektorowi zwolnieniem z pracy.

W międzyczasie Bogdan T. został odwołany ze stanowiska. Prośby jednak nie ustały. Jego następca, obecny prezes Władysław Ł., wg prokuratury, wciąż domagał się zatrudnienia historyka w agencji. Tyle że dyrektor protestował. Ostatecznie protegowany został starszym referentem, ale zaledwie po upływie miesiąca awansował na głównego specjalistę. Oczywiście z pominięciem procedury.

Śledczy wykazali też, że konkursy i ogłoszenia internetowe na stanowiska w Agencji Rynku Rolnego dostosowywane były do warunków spełnianych przez osoby polecane przez prezesa agencji. Żaden z oskarżonych nie przyznaje się do winy. Były prezes Bogdan T. twierdzi, że nie zna nawet osób, które miały być zatrudniane; i na pewno nie groził dyrektorowi zwolnieniami. (wsp. ka)

Komentarz

Andrzej S. sam zawiadomił CBA o tym, co się dzieje w ARR. Zeznał i do dziś zeznaje przeciwko swoim szefom. Dzięki jego zeznaniom śledztwo w ogóle zostało przeprowadzone. Jaki jest efekt? Szefowie staną przed sądem. Ale prokuratura wszczęła też drugie śledztwo, właśnie przeciwko Andrzejowi S. Bo przecież – jak sam przyznał – uległ on naciskom swoich szefów i wbrew przepisom zatrudnił dwie osoby. A że sam o tym poinformował służby? No to chyba zrobił błąd... Z tej historii płyną dwa wnioski. 1. Gdy szefowie łamią prawo, lepiej siedzieć cicho. 2. Poziom absurd w naszych służbach śledczych wciąż rośnie. Może chociaż sąd dojrzy okoliczności łagodzące? Anna Mierzyńska

Bromski w Białymstoku

Reżyser serii „U Pana Boga” zachęcał wczoraj radnych z Komisji Kultury i Promocji Miasta do wsparcia finansowego trzynastoodcinkowego serialu, który byłby kontynuacją znanej trylogii.

– Te filmy to wielka promocja Białegostoku: reklamują okolice, wspominają aktorów z BTL-u – mówił Bromski. – Bez pomocy władz nie uda mi się jednak zrealizować kolejnego projektu. Radni stwierdzili, że ten sposób promocji miasta jest wart rozważenia i że temat powróci podczas dyskusji o budżecie. (wj)

Białystok >> To miała być konfrontacja Krzysztof Filipow: Szukano pretekstu, by mnie zwolnić

GW nasz temat

Były dyrektor Muzeum Wojska w Białymstoku Krzysztof Filipow został zaproszony na wczorajsze posiedzenie Komisji Kultury i Promocji Miasta. – Chcieliśmy, by doszło do konfrontacji z zastępcą prezydenta Tadeuszem Arłukowiczem, ale niestety się nie pojawił – stwierdziła Alicja Biały, przewodnicząca komisji.

Filipow stracił stanowisko m.in. z powodu nieprawidłowości w kierowaniu placówką. O sprawie napisaliśmy jako pierwsi. Wczoraj powiedział radnym, że szukał pretekstu, by go odwołać.

– Choć byłem na zwolnieniu, starałem się, by placówka pracowała normalnie – mówił. – Boję się, że po moim odejściu muzeum zmieni się w prowincjonalny dom kultury.

(wj)

Białystok >> Radni głosowali nad podatkami i komunikacją miejską
Podatek od nieruchomości podwyższony o 3,5 proc.

Podczas wczorajszej sesji rady miejskiej radni zdecydowali o podwyżce wysokości stawek podatku od nieruchomości. Wyniesie ona średnio 3,5 procent.

Przeciwko podwyżkom zagłosował klub radnych PiS. – Protestujemy przeciwko wyższemu podatkowi – stwierdził radny Tomasz Madras.

– Chodzi o wzrost o raptem kilka groszy – mówił z kolei Michał Karpowicz z SLD. – Lepiej przeprowadzać podwyżki małymi krokami, niż potem szokowo, z czym mieliśmy do czynienia w przypadku czynszów w ZMK.

Podatek od nieruchomości jest najważniejszym elementem podatków lokalnych

@

PODYSKUTUJ

www.wspolczesna.pl

w Białymstoku. Wpływy z tego tytułu stanowią około 11 proc. dochodów operacyjnych miasta.

Radni wprowadzili również wczoraj zmiany w uchwałach dotyczących utworzenia trzech miejskich spółek komunikacyjnych. Konieczność ich pilnego podjęcia wynikała ze zmiany prawa unijnego. Dzięki zmianom miasto będzie mogło przekazać pozyskane z kasy unijnej autobusy komunikacyjnym spółkom miejskim.

Radni zgodzili się, by do sąsiednich gmin wciąż jeździły autobusy białostockiej komunikacji miejskiej.

– Oferujemy porozumienie, ale o transport lokalny muszą dbać władze poszczególnych gmin – stwierdził Adam Poliński, zastępca prezydenta Białegostoku. – To właśnie poszczególne gminy mają bowiem pokrywać deficyt pomiędzy zamówionymi wozokilometrami a wpływami z biletów.

Według radnych, uchwały mają nie spowodować podwyżki cen biletów, choć ościenne gminy będą mogły o nie wnioskować.

(wj)

Komunikacja >> E-mail od Czytelniczki:
Kontrolerzy nie potrafili
sprawdzić biletu

24 informacja
OD CZYTELNIKA
WSPOLCZESNA24@WSPOLCZESNA.PL

Nasza Czytelniczka przysłała pocztą elektroniczną list, w którym opisuje, jak została potraktowana przez niekompetentnych kontrolerów w autobusie komunikacji miejskiej.

– Wracałam autobusem linii 8 jadącym w kierunku Starosielec – pisze pani Katarzyna (nazwisko do wiadomości redakcji). – Do pojazdu wsiedli kontrolerzy. Do tej pory szanowałam ich jako ludzi oraz rozumiałam sens ich pracy. Sami zapracowali na to, że zmieniłam światopogląd na tym gruncie.

**Pięciu kontrolerów:
bilet jest nieważny**

Grzecznie i z uśmiechem na ustach pani Katarzyna podała bilet (24-godzinny, skasowany dzień wcześniej), który miał ważność jeszcze 40 minut. Czyli akurat tyle, by mogła dotrzeć do pracy.

Jednak tu pojawił się problem: kontroler stwierdził, że bilet jest nieważny od ponad miesiąca! Pani Katarzyna nie zgodziła się na mandat i zażądała wyjaśnienia sprawy. Wtedy została „poproszona” do reszty kontrolerów, którzy zgodnie stwierdzili, że... bilet jest nieważny!

Żadnych wyjaśnień

– Nie poddałam się – pisze dalej Czytelniczka. – Zdenerwowana, rozzaczarowana zażądałam natychmiastowego wyjaśnienia sprawy (spóźniłam się do pracy, ale w późniejszym terminie nie miałabym szans na wyjaśnienie czego-

kolwiek). Niechętnie, ale zgodzono się. Wysiedliśmy na ulicy Składowej. Zostałam pozostawiona sama sobie – żadnych wyjaśnień. Zapytałam, czy mam iść razem z Panem, który trzymał mój bilet. Żadnej odpowiedzi. W budynku Departamentu Dróg i Transportu weszłam za tymże Panem do pokoju na parterze (weszłam, bo też nikt mnie nie zaprosił, a dowodzik mi zabrano).

**„Proszę się odsunąć
od biurka!”**

– Pani siedząca za biurkiem spojrzała na bilet i wyjaśniła Panu kontrolerowi, że bilet jest ważny! – pisze dalej pani Katarzyna. – Powiedziała mi, w jaki sposób powinien przeczytać datę! Wtedy podeszłam do stolika, aby zapytać, co się dzieje. I kolejny problem. Jak śmiałaś podejść do biurka! Pani nazwała „nas” (znaczy pasażerów) roznosicielami zarasków! I krzychała, żeby się do niej nie zbliżać.

Kiedy kontroler zrozumiał, że się pomylił, wyciągnął za siebie rękę (stał odwrócony tyłem) z dowodem i biletem, tak by pani Katarzyna nie wzięła i po prostu wyszła. W tym momencie nasza Czytelniczka wybuchła i zapytała: „A może chociaż „przepraszam”? Wtedy wywiązała się kolejna kłótnia, po której pani Katarzyna zdecydowała się złożyć skargę na sposób, w jaki ją potraktowano.

Napisała również do nas. Wysłaliśmy do Departamentu Dróg i Transportu prośbę o komentarz w tej sprawie. Jak na razie pozostała ona bez odpowiedzi.

(bm)

Pub Amigos >> Casting jakich mało. Kabareciarze rozpoczęli...

Poszukiwania tej jedynej

GW nasza akcja

Siedem pięknych, inteligentnych dziewcząt.

Wszystkie chcą zostać dziewczyną z Bajeczki.

Urszula Kruhal
ukruhal@wspolczesna.pl

Marta Burba lubi kebaby, ale tylko z kurczaka. Patrycja Bikowska zabił się tekstem, że książki po przeczytaniu muszą... odpocząć, a literki się zregenerować. Agnieszka Bilmin uwielbia chomiki, Kasia Szczuka nie jada pomidorów. Ania Kulak potrafi udawać nietrzeźwą będąc trzeźwą, Kasia Laskowska uważa, że każdy z nas jest chory, ale nie każdy zdiagnozowany, a Paulina Potocka na życie ma kilka wariantów: albo kabaret, albo doktorat, albo tajemniczo brzmiały – plan C. Są bardzo różne. Jest wiele rzeczy, które je dzieli. A co je łączy? Chęć kabaretowej przygody w Bajeczce.

Strażaczka dla menela

Na dziewczyny czekały rozmowy z kabareciarzami z Bajeczki, podczas których sprawdzana była m.in. ich dyspozycyjność, stopień „szaleństwa”, to czy mają tremę i jak radzą sobie z przedziwnymi zadaniami. Niektóre z nich musiały na przykład przynieść prawo jazdy, wizytówkę czy dowód osobisty od jakichś nie-



Marta Burba odegrała żonę, która przywitała w domu pijanego męża (w tej roli Marcin Głakowski z Bajeczki, bardziej znany jako Łysy)

znajomych osób. Wszystkie wywiązały się z zadań śpiewając. Czekają na nie też scenki. Musiały wcielić się w przeróżne role. Raz były kobietami ukrywającymi kochankę w szafie, innym razem strażaczkami, które miały za zadanie ugasić pragnienie menela.

Żółw to, czy popielniczka?

W swoich improwizowanych scenkach dziewczyny musiały użyć wyobraźni i tego, co akurat miały pod ręką. I tak Agnieszka przy pomocy paczki chusteczek zamieniła się w chomika, a Ania musiała



GALERIA ZDJĘĆ

udawać, że popielniczka jest żółwiem, który nagle staje się myszką do komputera. Teraz dziewczyny czeka jeszcze kilka prób. Potem kabareciarze wytypują trzy, spośród których wybiorą tę jedyną.

Dziękujemy kierownictwu i pracownikom pubu Amigos za możliwość realizacji castingu.

Wkrótce w centrum będzie lodowisko



Lodowisko coraz bliżej. Wczoraj na Rynku Kościuszki rozpoczęły się pierwsze prace. W ciągu najbliższych tygodni robotnicy umieszczą tam lodową taflę, po której będą szusować amatorzy łyżew. W tym roku pojawi się sporo nowości. Lodowisko będzie zadaszone, co pozwoli korzystać z niego nawet mimo brzydkiej pogody. Wokół staną zaś ładne domki alpejskie, w których będą się mieścić przebieralnie i wypożyczalnia łyżew. Trwają ostatnie ustalenia co do cen. Mają być atrakcyjne. Na sporo upustów może liczyć zwłaszcza młodzież. Lodowisko będzie czynne od 1 grudnia.

(jsz)

Krótko

▲ Kruk i Blacha w „Mam talent”! Wojtek Blaszkowski i Cezary Krukowski, tancerze i założyciele studia tańca Fair Play, dostali się do finałowej 40 programu TVN „Mam talent”. Już 21 listopada o godz. 20 będziemy mogli zobaczyć ich w programie na żywo! Pamiętajmy o wysłaniu SMS-ów na chłopaków.

▲ Pora Reportażu w Kopiluwak. Jej idea jest pokazanie bogactwa polskiego reportażu na różne sposoby. Już dziś o godz. 18 spotkać się będzie można z reporterem Włodzimierzem Nowakiem. Prowadzi: Marek Kochanowski. Klubokawiarnia Kopiluwak, ul. Sienkiewicza 9.

▲ Nagroda Literacka im. Franciszka Karpińskiego zostanie wręczona Edwardowi Redlińskiemu. Dziś, godz. 17, Galeria im. Słędzińskich, ul. Waryńskiego 24A.

(uk)

Zwierzęta >> W sobotę rusza akcja adopcyjna 200 piesków z białostockiego schroniska szuka domu

Kochasz zwierzęta? Chciałbyś przysiąść i dać schronienie dla bezdomnego i przyniębionego pieska? W najbliższą sobotę odwiedź schronisko przy ul. Dolistowskiej 2 i znajdź czworonożnego przyjaciela. To ostatni w tym roku „Piknik u Rekse”. Podczas spotkania chętni

będą mogli zaadoptować jednego z ponad 200 piesków. Obecnych czekają wspólne zabawy i atrakcje, a także porady weterynarza. Każdy adoptowany pies ma zapewnione darmowe strzyżenie. Impreza potrwa od godziny 10 do 14.

Więcej szczegółów już jutro. (lka)

reklama



ul. Gen. F. Kleeberga 66
☎ 085-662-83-10
GALERIA KWADRAT
ul. W. Andersa 38
☎ 085-664-94-40
C.H. RYNEK SIENNY
ul. Legionowa 30
☎ 085-742-89-64
C.H. FASTY
ul. Przędzalniana 60
☎ 085-664-39-37

Z NAMI UMEBLUJESZ CAŁY DOM

► FURNIR ► GARDEROBY ► KUCHNIE ► POKOJE ► SZAFY

Bielsk Podlaski >> Oddział intensywnej terapii otwarty

Perła szpitala już błyszczy

Dobra passa bielskiego szpitala trwa.

Przed kilkoma dniami

otrzymał statuetkę

„Perły Medycyny”,

a wczoraj otwarty zo-

stał nowoczesny od-

dział anestezyjologii

i intensywnej terapii.

Janusz Bakunowicz
bielsk@wspolczesna.pl

Potrzeba powstania oddziału w szpitalu istniała od dawna. Pacjenci będący w stanie bezpośredniego zagrożenia życia byli bowiem przewożeni do innych placówek. Możliwość zbudowania oddziału intensywnej terapii pojawiła się w 2005 r., kiedy ocieplano szpitalne budynki. Okazało się wtedy, że trzeba zabudować taras widokowy nad głównym wejściem. Po zabudowaniu powstały nowe pomieszczenia, które zamierzano przeznaczyć na szpitalną aptekę i gabinety lekarskie. Jednak plany trzeba było zmienić.

– Decyzję o budowie oddziału przyspieszył i wymusił Narodowy Fundusz Zdrowia – mówi Bożena



Na nowy oddział już mogą być przyjmowani pacjenci. Warunkiem jest podpisanie kontraktu z NFZ.

Grotowicz, dyrektor szpitala. – Odmówiono bowiem kontraktowania szpitalnego oddziału ratunkowego, który funkcjonuje przy naszym szpitalu od dziewięciu lat. Po uporczywych naleganiach udało się zakontraktować leczenie na SOR, ale warunkiem postawionym przez NFZ było zbudowanie w tym roku oddziału intensywnej terapii.

Na budowę nie udało się zdobyć pieniędzy z innych. Pomogła rada powiatu, poręczając kredyt. Oddział powstał w ciągu czterech miesięcy.

– Liczy pięć stanowisk, w tym jedno to izolotka – wylicza dyrektor Grotowicz. – W tym momencie jest

jednym z najnowocześniejszych oddziałów tego typu w kraju. Wyposażony został w najnowocześniejszą aparaturę medyczną, m.in. kolumny anestezyjologiczne, 30 pomp infuzyjnych, pięć pomp objętościowych, pięć kardiomonitorów do kontroli funkcji życiowych, aparat USG, aparat do chemiodializy, nowoczesne łóżka.

Na oddziale będą przebywać pacjenci w stanach zagrożenia życia, czyli po zatrzymaniu krążenia, ciężkich zabiegach operacyjnych i poszkodowani w wypadkach komunikacyjnych.

Mońki >> Mieszkańcy przy ul. Gajowej skarżą się na wrak na parkingu

Stoi. Rdzewieje. Blokuje miejsce.

Zbyt mała liczba miejsc parkingowych od lat doskwiera moniecczanom. Okazuje się, że na tych niewielu, które są, stoją samochodowe wraki. O takim przypadku poinformował nas jeden z Czytelników.

Obok jednego z bloków przy ul. Gajowej już od kilku miesięcy stoi nieużywany ford sierra. Z tylnej opony zupełnie zeszło powietrze, auto zaczyna pożerać rdza.

– Po południu i wieczorami nie ma gdzie zaparkować, a ten samochód wciąż stoi i blokuje miejsce – skarży się pan Andrzej, mieszkający przy ul. Gajowej. – Ludzie muszą parkować gdzie indziej, czasem po prostu na trawnikach. Obowiązkiem właściciela powinno być sprzątnięcie tego auta – dodaje.

– Zainteresujemy się tym samochodem i postaramy się znaleźć jego właściciela – zapewnia podinspektor Władysław Naliwajko, komendant po-

licji w Mońkach. – Skoro nie jest użytkowany, to nie powinien blokować miejsca innym kierowcom.

– Ten samochód z każdym dniem wygląda coraz gorzej. Czy będzie tak

stał, aż się całkowicie rozpadnie? – pyta pan Andrzej. – W dodatku wrakiem zaczynają interesować się dzieci, które mogą wpaść na niebezpieczny pomysły, aby rozebrać go na części. **US**



Rdzewiejący ford sierra już od kilku miesięcy blokuje miejsce na parkingu

Sokółka >> Wizyta sokółczanki z Nowej Zelandii

Na Antypodach pamięta o Polsce

Każdy musi pamiętać, z jakiego narodu się wywodzi. W przeciwnym razie zatraci poczucie własnej tożsamości – powiedziała Krystyna Tomaszuk, sokółczanka mieszkająca w Nowej Zelandii.

Pani Krystyna przyjechała do Sokółki we wtorek. Wizyta wiązała się z promocją jej książki „Droga i pamięć. Przez Syberię na Antypody”. Autorka uczestniczyła w spotkaniu z uczniami szkół i władzami sokólskiej gminy. Zorganizowano je w Gimnazjum nr 1 im. Jana Pawła II.

– Swoje dzieciństwo spędziłam w Sokółce. Na parterze mojego rodzinnego domu przy ul. Kościelnej mieścił się sąd. Piętro zajmowaliśmy my, czyli matka z ojcem, mój młodszy brat i ja. Dodam, że ojciec pracował jako sędzia – opowiadała Krystyna Tomaszuk z domu Skwarko.

Kiedy wybuchła wojna, Sowieci aresztowali ojca pani Krystyny, a pozostałą trójkę wpakowali do wagonów i wywieźli na Syberię.

– Transport, którym jechaliśmy na zesłanie, opuścił sokólski dworzec w czerwcu 1941 roku. Było to tego samego dnia, kiedy Niemcy rozpoczęli wojnę z Rosjanami – wyjaśniała autorka książki.

Pobyt rodziny Skwarków na Syberii nie trwał długo dzięki amnestii.

– Razem z matką opuściliśmy Syberię i wyjechaliśmy na południe



Krystyna Tomaszuk z kuzynem Janem Skwarko z Szynszela k. Sokółki

Rosji. Stamtąd, razem z Wojskiem Polskim, dostaliśmy się do Persji. W 1944 roku dotarliśmy do Nowej Zelandii. Ciągłe mieliśmy nadzieję, że wrócimy do Polski. A jednak tak się nie stało – dodała Krystyna Tomaszuk.

Po raz pierwszy kobieta odwiedziła powojenną Polskę w 1966 r. W sumie tych wizyt było pięć.

– Kilkakrotnie byłam w Sokółce i widziałam, jak to miasto się zmienia. Zawsze z sentymentem powracam w rodzinne strony – podkreśliła Krystyna Tomaszuk.

(db)

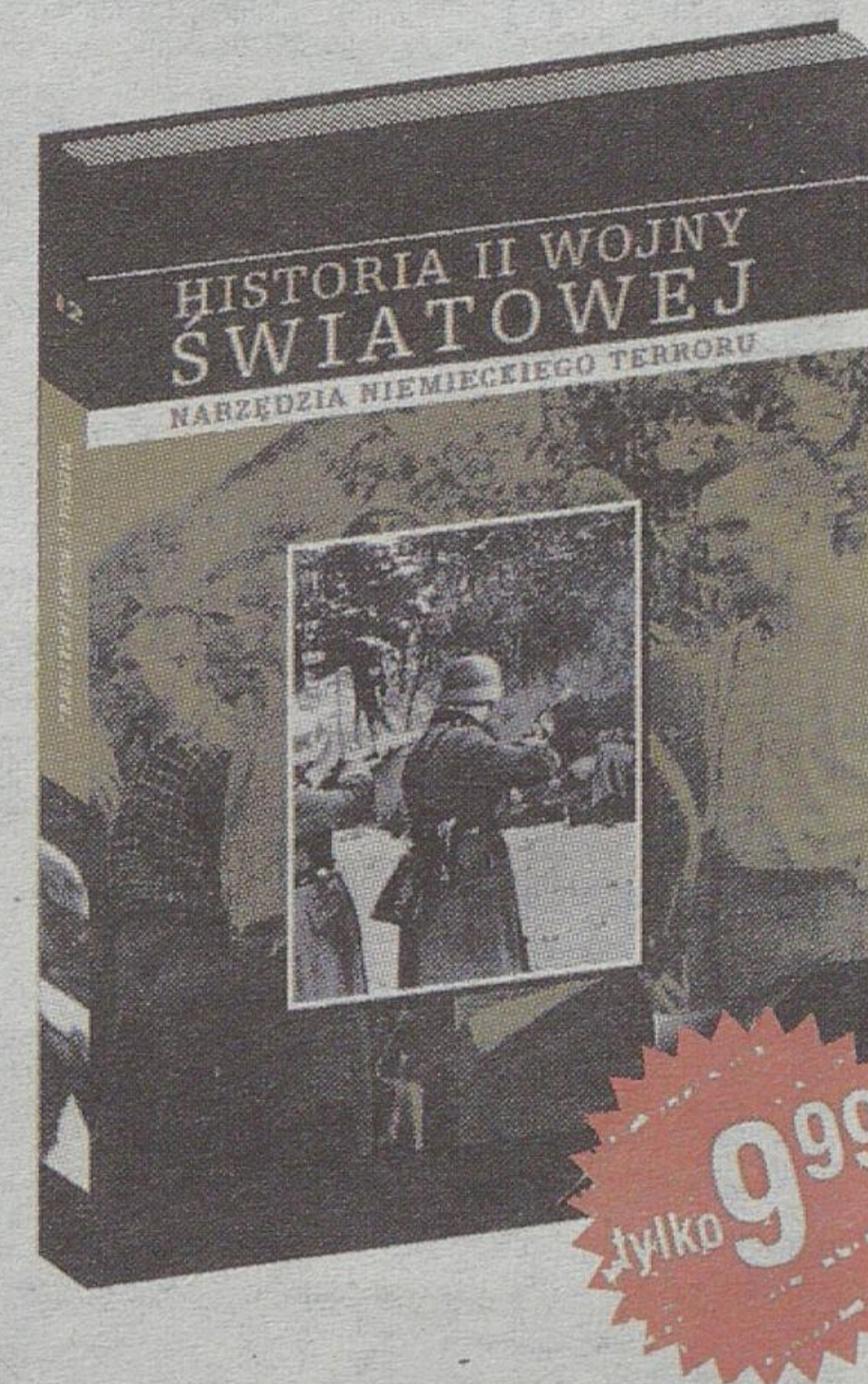
promocja

KOLEKCJA

„Historia II wojny światowej”

do nabycia w punktach sprzedaży prasy

Cała prawda
o WOJNIE



Aktualnie
w sprzedaży

**XII tom:
„Narzędzia
niemieckiego
terroru”**

W tomie m.in.:

- niemiecki system rządów w okupowanej Europie,
- gestapo, Kripo (policja kryminalna), Sipo (policja bezpieczeństwa), Einsatzgruppen.

**Wszystkie tomy „Historii II wojny światowej”,
które dotychczas się ukazały,
są do nabycia
w naszym biurze ogłoszeń
w Białymstoku, ul. św. Mikołaja 1**



Minister
Edukacji
Narodowej



NAC



MOWIA
WIEKI



media
regionalne



GAZETA
WSPÓŁCZESNA

Nasz plebiscyt >> Prezentujemy zgłoszonych do konkursu nauczycieli wychowania fizycznego

Kształtują charakter

Zawód czasem przechodzi z pokolenia na pokolenie.

Zdarzyło się to uczestnikom naszego plebiscytu na Najpopularniejszego Nauczyciela Wychowania Fizycznego. Poznajmy ich bliżej.

Julia Szypulska
jszypulska@wspolczesna.pl

Aktywność sportowa to u Konrada Haponika rodzinną tradycją. Mój ojciec uczył WF-u, robi to także mój młodszy brat i ja – wylicza nauczyciel z II LO w Łomży. Pan Konrad uprawia ten zawód już od 14 lat. Specjalizuje się głównie w koszykówce chłopców. Jego drużyna osiągnęła na tym polu sporo sukcesów, nawet w rozgrywkach na szczeblu krajowym.

Dzieci trzeba kochać

– Utrzymanie dyscypliny i konsekwencja to elementy, bez których można zapomnieć o utrzymaniu porządku na lekcji – opowiada. – Oczywiście konsekwentnym i wymagającym trzeba być także wobec siebie. Wtedy uczniowie to widzą i biorą przykład.

Lubi pracę w szkole, bo daje wymierne efekty. Uczniowie rozwijają się, a nauczyciel, dzięki ich towarzysztwu, czuje się młodszy. W wolnym czasie Konrad Haponik czyta książki, najczęściej sensacyjne.

Rodzinne tradycje skierowały do szkoły także Danutę Godlewską ze Szkoły Podstawowej nr 1 w Monkach.

– Mój tato uczył wychowania fizycznego, tyle że w wojsku – opowiada nauczycielka z ponad 20-letnim stażem pracy.

To ojciec zawiózł ją do Warszawy i zaprowadził do Akademii Wychowania Fizycznego. Córce od razu się to miejsce spodobało.

– Zobaczyłam, że jest tam tylu przystojnych chłopaków, że jest tak na luzie i sympatycznie – śmieje się nauczycielka. – Postanowiłam, że muszę tam zostać.

Danuta Godlewska prowadzi w szkole dwie klasy sportowe. I – jak zapewnia – jest to sama przyjemność.

– Obawiałam się, że dzieci nie będą chciały ćwiczyć, ale jest zupełnie inaczej – opowiada. – Widzę, że uczniowie garną się do tych lekcji, a w wolnych chwilach przychodzą na salę gimnastyczną.

Pracę z dziećmi bardzo sobie ceni. Twierdzi jednak, że nie każdy się do niej nadaje.

– Zawsze da sobie radę ten nauczyciel, który po prostu kocha dzieci – mówi. – Do tego powinien jeszcze pamiętać o żelaznej zasadzie. Jest nią konsekwencja. Bez niej nie da się normalnie prowadzić lekcji, nie mówiąc już o wychowywaniu.

WF ma wychowywać

Nie tylko ruch, ale też wychowanie – to zasada, którą stara się kierować w pracy Tomasz Czech z Gimnazjum nr 1 w Wasilkowie.

– To bardzo satysfakcjonujące, kiedy obserwuję, jak się rozwijają – mówi nauczyciel WF-u z 10-letnim stażem pracy. – Jak poprzez sport kształtują się ich charaktery.

przed wyborem, gdzie iść do pracy, nie myślał o szkole.

– Wybrałem studia sportowe dla własnej satysfakcji – wspomina. – Tak się jednak złożyło, jak to w życiu, że zostałem nauczycielem. Teraz wiem, że szkoła to miejsce, w którym powinienem być.

Z kolei Karol Danowski z Gimnazjum nr 2

czyna im się to podobać. Kiedy już złapią bacił, pracuje się nam bardzo dobrze.

Co uważa za swój największy sukces?

– Jakoś tak się dotąd składało, że każde przedsięwzięcie, którego się podejmowałem, kończyło się sukcesem – mówi. – Moje zespoły dostawały nagrody na festiwalach. Za sukces uważam też to, że znalazłem się w plebiscycie.

Swego czasu pan Karol prowadził zespół „Suwalszczyzna”. Teraz natomiast wraz z uczniami układa obraz sceniczny tańców podlaskich. Znajduje się w nim polki, walczyki, chodzony i oberki.

Przydaje się psychologia

Trochę dyscypliny stara się wprowadzać na lekcjach także Mirosław Chilimoniuk.

– Czasem trzeba wykazać stanowczość, choć nie należy przesadzać – mówi. – W pewnych sytuacjach lepszy efekt przynosi żart. Pracuję dopiero od ponad roku i większych problemów wychowawczych na razie nie miałem.

Pan Mirosław poświęca pracy sporo czasu. Dbą też o podwyższanie swoich kwalifikacji.

– Zaczęłem studia podyplomowe, ale nie ze swojego przedmiotu – zdradza. – Muszę myśleć o przyszłości. Młodzieży jest coraz mniej, a w związku z tym i godzin lekcyjnych. Uprawnienia do nauczania innego przedmiotu mogą więc mi się przydać.

Katarzyna Szejder z Gimnazjum nr 3 w Elku wybrała studia na AWF-ie, bo zachęciła ją do tego mama.

– Sama lubiłam grać w siatkówkę i tenisa – wspomina. – Teraz widzę, że dobrze zrobiłam słuchając rady mamy. Bardzo lubię pracę z młodzieżą. Co jest w niej najprzyjemniejsze? Chyba to, kiedy widzę, że młodzi wiążą się ze sportem. Jestem nauczycielem od 17 lat i wielu moich wychowanków wybrało studia na AWF-ie. Wtedy mogę sobie z satysfakcją pomyśleć: Chyba jednak dobrze uczyłem.

Plusów tej pracy widzi jednak dużo więcej. Na szczęście przysługują one trudności.

– Wychowanie fizyczne to przedmiot, który z założenia prowadzi do tego, że jest bardziej na luzie – opowiada nauczycielka. – Pozwala to zobaczyć, jakie dzieci są naprawdę i jakie relacje między nimi panują. To z kolei sprzyja wychowywaniu i promowaniu właściwych postaw.

Pani Katarzyna pamięta też o zasadach, którymi powinien kierować się nauczyciel, czyli o cierpliwości i konsekwencji.

– Trzeba też mieć świadomość, że często zachowanie uczniów w szkole jest odzwierciedleniem tego, co się dzieje w domu – twierdzi wuefistka. – Żeby to łatwiej rozpoznać, zaczęłam interesować się psychologią.

Katarzyna Szejder od lat trenuje młodzież w piłce siatkowej. Na jej zajęcia pozalekcyjne przychodzi mnóstwo chętnych. Czasem więcej niż jest w stanie przyjąć.

Kolejnych uczestników plebiscytu będziemy w miarę możliwości prezentować w następnych wydaniach gazety. Potrwa to do końca listopada.

Głosuj na swojego faworyta!

w 1. Plebiscycie Gazety Współczesnej na

3 NAJPOPULARNIEJSZYCH NAUCZYCIELI WF

Wyślij SMS /2,44 z VAT/ na nr 72051 o treści:
nauczyciel.nr nauczyciela np. nauczyciel.25

nauczyciel.1 ZDZISŁAW KONIECKO GIMNAZJUM RADZIŁÓW	nauczyciel.2 TOMASZ ŁACIŃSKI ZS PONADGIMNAZJAL NR 2 BIAŁYSTOK	nauczyciel.3 WITOLD KACZMAREK GIMNAZJUM SPORT NR 19 BIAŁYSTOK	nauczyciel.4 ARKADIUSZ SZYNDLER ZS OGÓLNOKSZTAŁC. AUGUSTÓW	nauczyciel.5 BOGDAN SIERBA GIMNAZJUM NR 1 MONKI	nauczyciel.6 KAROL CHOJNOWSKI ZS WOJEWODZIN
nauczyciel.7 RENATA GONTOWSKA PUBLICZ. GIMNAZJUM NR 7 B-STOK	nauczyciel.8 MALGORZATA DĄBROWSKA PUBLICZ. GIMNAZJUM NR 6 BIAŁYSTOK	nauczyciel.9 DANIEL OŁOWNIUK ZS NR 2 SUWAŁKI	nauczyciel.10 ADAM ARONOWICZ LO NR 3 BIAŁYSTOK	nauczyciel.11 KONRAD HAPONIK LO NR 2 ŁOMŻA	nauczyciel.12 DANUTA GODLEWSKA SP NR 1 MONKI
nauczyciel.13 KAROL DANOWSKI GIMNAZJUM NR 2 SUWAŁKI	nauczyciel.14 PAWEŁ RÓŻNIAŁOWSKI ZS TECHNICZNYCH KOLNO	nauczyciel.15 MIROSLAW CHILIMONIUK PUBLICZNE GIMNAZJUM NAREW	nauczyciel.16 CZESŁAW NOWIKSZKOŁA PODSTAWOWA SIDRA	nauczyciel.17 IZABELA PURTA SP NR 32 BIAŁYSTOK	nauczyciel.18 TOMASZ ZDAŃSKI SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1 MONKI
nauczyciel.19 ANDRZEJ TYSKO ZESPÓŁ SZKÓŁ KULESZE KOŚCIELNE	nauczyciel.20 KATARZYNA SZEJDER GIMNAZJUM NR 3 ELK	nauczyciel.21 JOANNA HOŹKO SP IM KONSTYTUCJI 3 MAJA JASWILY	nauczyciel.22 ADAM WSZEBOROWSKI SZKOŁA PODSTAWOWA KUPISKI	nauczyciel.23 TOMASZ CZECH GIMNAZJUM NR 1 WASILKÓW	nauczyciel.24 JOANNA GRUSZKOWSKA ZS OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH ZAMBROW
nauczyciel.25 ELŻBIETA PIEKARSKA ZESPÓŁ SZKÓŁ SAMORZĄDOWYCH AUGUSTÓW	nauczyciel.26 MAREK KLIMASZEWSKI ZESPÓŁ SZKÓŁ PŁOCICZNO-TARTAK IM. LOTNIKÓW POLSKICH PŁOCICZNO	nauczyciel.27 TOMASZ ZIELIŃSKI ZS HANDLOWO- EKONOMICZNYCH BIAŁYSTOK	nauczyciel.28 PIOTR TOMECKI ZSOM SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1 BIAŁYSTOK	nauczyciel.29 KRZYSZTOF BOGDANSKI SP3 AUGUSTÓW	nauczyciel.30 ANDRZEJ OLCZAK VI LO BIAŁYSTOK
nauczyciel.31 PIOTR PAWŁOWSKI ZESPÓŁ SZKÓŁ W KORYCINIE KORYCIN	nauczyciel.32 JAN SZMITKO SP NR 5 IM. STANISŁAWA STASZICA ŁOMŻA	nauczyciel.33 MARCIN CZYŻYK SP IM JANA PAWŁA II NOWA WIEŚ	nauczyciel.34 WOJCIECH GUTOWSKI ZESPÓŁ SZKÓŁ LESNYCH IM. LESNIKÓW POLSKICH W BIAŁOWIEŻY BIAŁOWIEŻA	nauczyciel.35 ANNA KARPIUK VII LO BIAŁYSTOK	nauczyciel.36 MIECYSŁAW GAWIŃCZYK ZSOIZ MONKI
nauczyciel.37 MARIUSZ ROSZKOWSKI SZKOŁA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO PRZY ZESPÓLE SZKÓŁ ROLNICZYCH 17 LO BIAŁYSTOK	nauczyciel.38 MARTA SASIMOWICZ PUBLICZNE GIMNAZJUM NR 4 BIAŁYSTOK	nauczyciel.39 PRZEMYSŁAW USZYŃSKI ZESPÓŁ SZKÓŁ ZAWODOWYCH WYSOKIE MAZOWIECKIE	nauczyciel.40 WOJCIECH NIEDZIEDZI SZKOŁA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO PRZY ZESPÓLE SZKÓŁ ROLNICZYCH 17 LO BIAŁYSTOK	nauczyciel.41 KRZYSZTOF TOPOLANSKI ZESPÓŁ SZKÓŁ MECHANICZNYCH BIAŁYSTOK	nauczyciel.42 ANDRZEJ NOWACKI ZESPÓŁ SZKÓŁ MECHANICZNYCH CKP NR 2 BIAŁYSTOK
nauczyciel.43 PAWEŁ BARANOWSKI ZESPÓŁ SZKÓŁ SPORTOWYCH NR 1 BIAŁYSTOK	nauczyciel.44 DAWID MALINOWSKI SP 16 I PG 6 BIAŁYSTOK	nauczyciel.45 RAFAŁ CZARNECKI SZKOŁA PODSTAWOWA NR 2 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI W ZESPÓLE SZKÓŁ INTEGRACYJNYCH SOKÓŁKA	nauczyciel.46 TADEUSZ HAN ILO BIAŁYSTOK	nauczyciel.47 ANDRZEJ GUTOWSKI GIMNAZJUM IM. T. KOŚCZUSZKI ZAMBROW	nauczyciel.48 JAROSŁAW JUTKIEWICZ GIMNAZJUM NR 3 SUWAŁKI
nauczyciel.49 SŁAWOMIR KALISZ ILO BIAŁYSTOK	nauczyciel.50 EDWARD DEC GIMNAZJUM IM. MARII KONOPNICKIEJ SUWAŁKI	nauczyciel.51 JAN WOJTAŁA GIMNAZJUM W MONKACH MONKI	nauczyciel.52 BOGDAN GRZEGORZ MALINOWSKI SZKOŁA PODSTAWOWA KRAMARZEWÓ	nauczyciel.53 ZBIGNIEW STYPUŁKOWSKI GIMNAZJUM W MONKACH MONKI	

Final oraz wręczenie nagród laureatom II etapu głosowania odbędzie się podczas Wielkiej Gali Sportu w dniu 23 stycznia 2010 w Hotelu Golebiowski w Białymstoku.

Głosowanie I etap 6 listopada - 27 listopada 2009.

Wyłonimy 10 najpopularniejszych nauczycieli, którzy przejdą do II etapu.

Głosowanie II etap 3 grudnia - 28 grudnia 2009.

Wyłonimy 3 najpopularniejszych nauczycieli.

Do uczniów stara się podchodzić indywidualnie. Zwłaszcza do tych niesfornych.

– Staram się znaleźć na nich jakąś metodę – mówi tajemniczo. – Chyba mi się to udaje, bo kilka razy wyróżniono mnie w szkolnych konkursach za niekonwencjonalne metody wychowawcze.

W ostateczności zaś każde robić pompki. Pan Tomasz specjalizuje się w piłce ręcznej chłopców. Praca z nimi sprawia mu wielką przyjemność. Kiedy jednak wiele lat temu stanął

w Suwałkach nauczycielskiego bakiyla był już na studiach. Pracując w szkole, stara się zarazić uczniów swoją pasją. Jest nią taniec ludowy.

– Zaczęłam tańczyć w piątej klasie szkoły podstawowej – opowiada. – Teraz sam uczę, bo uważam, że warto znać trochę swego dziedzictwa kulturowego. Muszę jednak przyznać, że przekonanie do tego współczesnej młodzieży wcale nie jest łatwe. Na początku trzeba ich do tego trochę zmusić. Jednak z mojej praktyki wynika, że już po dwóch-trzech zajęciach za-



Warszawa >> Personalne przepychanki polityków uniemożliwiły obrady

Lewica nie chce Czuma w komisji

Komisja śledcza ds. nacisków zawiesiła prace do czasu wyjaśnienia, czy może w nich uczestniczyć jej szef Andrzej Czuma.

Poseł Krzysztof Matyjaszek z SLD złożył wniosek, aby Czuma został wykluczony z prac komisji śledczej ds. nacisków – donosi TVN24. Lewica podkreśla, że jako prokurator generalny i minister sprawiedliwości Czuma nadzorował prace wszystkich prokuratorów w kraju, w tym tych, którzy zajmowali się sprawami badanymi przez komisję.

– Ktoś może nam zarzucić w przyszłości, że nasze posiedzenia są nieważne albo odbywają się w niestatutowym składzie – wyjaśniał poseł SLD.

– Nie mogę się wyłączyć i nie chcę się wyłączyć – odpowiedział mu od razu Czuma.

Zdecydują prawnicy

Jak podkreśla TVN24, dyskusja o tym, czy polityk powinien być szefem komisji, trwała prawie pół godziny. W tym czasie miał być przesłuchiwany Zbigniew Wassermann jako



Czuma uważa, że ma prawo pełnić funkcję przewodniczącego komisji „naciskowej”

byli koordynator ds. służb specjalnych. Do tego jednak nie doszło, bo Czuma przerwał obrady, aby skonsultować się z sejmowymi prawnikami. Jak podkreśla TVN24, nie potrafili oni wydać jednoznacznej opinii w tej sprawie.

Obrady zostały więc zawieszone do czasu rozstrzygnięcia, czy Andrzej Czuma ma, czy też nie ma prawa pełnić funkcji przewodniczącego komisji „naciskowej”.

Szef komisji zdecydował, że Matyjaszek musi sformułować swój wniosek na piśmie i przedstawić ekspertom. Ci, po zbadaniu sprawy, muszą zaś wydać aż dwie opinie, również na piśmie.

Wrócił na stanowisko

TVN24 przypomina, że Czuma już wcześniej kierował pracami komisji ds. nacisków – był jej pierwszym przewodniczącym. Jednak po tym,

jak w styczniu br. zastąpił na stanowisku ministra sprawiedliwości Zbigniewa Cwiakałskiego, również pojawiły się wątpliwości odnośnie jego roli w komisji. Ostatecznie polityk PO zrezygnował, jego miejsce zajął Robert Węgrzyn, a nowym szefem został Sebastian Karpiniuk.

– Po odejściu z resortu Czuma znowu pojawił się w komisji na początku listopada. Ponownie został też szefem – dodaje stacja.

Nowa Gwinea >> Tylko pięciu mężczyzn przeżyło Ośmiu rozbitków ponad dwa miesiące dryfowało na Pacyfiku

A amerykańscy rybacy przypadkiem natknęli się na Pacyfiku na grupę mężczyzn z Papui-Nowej Gwinei, którzy ponad dwa miesiące dryfowali po oceanie w niewielkiej łódce.

Jak podaje BBC, byli oni tak wycieńczeni, że dwóch z nich zmarło w drodze do szpitala. Z pozostałych pięciu rozbitków tylko jeden był w stanie chodzić o własnych siłach. Obecnie wszyscy przebywają w placówce w Majuro na Wyspach Marshalla, tysiące kilometrów od miejsca, z którego wyruszyli. Ich stan jest stabilny.

Statki nie reagowały

To pilot helikoptera, który należał do rybackiego kutra, wypatrzył rozbitków – dowiedziała się stacja BBC. Na swojej stronie internetowej przytacza ona ich wersję wydarzeń. Mężczyźni twierdzą, że wyruszyli na papuańską wyspę New Ireland 14

września. Po drodze zabrakło im jednak paliwa. Opowiadali, że w czasie, gdy dryfowali po oceanie, wiele razy widzieli przepływające w pobliżu statki, ale żaden z nich nie zareagował na dawane przez nich znaki.

BBC dodaje też, że początkowo grupa liczyła ośmiu mężczyzn. W zeszły piątek jeden z nich, 17-letni chłopiec, utopił się po tym, jak wskoczył do wody, żeby ratować swoje ubranie. Koledzy nie mieli siły, aby wciągnąć go z powrotem na łódź.

Jedli kraby i orzechy

Jak udało im się przeżyć na pełnym oceanie przez ponad dwa miesiące? Doktor Peter Asuo, który opiekuje się rozbitkami w szpitalu w Majuro, wyznał BBC, że był zszokowany, gdy usłyszał ich historię.

– Przeżyli, jedząc dryfujące na powierzchni wody kraby i orzechy kokosowe – opowiadał zdziwiony dziennikarzom.

Krótko

▲ Warszawa >> Prezydent Lech Kaczyński w środę wyszedł ze szpitala. Trafił tam we wtorek, po tym jak zdiagnozowano u niego przeziębienie. Lekarze podkreślają, że jedynie wykorzystali ten fakt do przeprowadzenia badań kontrolnych w placówce medycznej. Kaczyński i tak musiał bowiem zwolnić tempo i odwołać wystąpienia publiczne. (IAR)

▲ Małopolskie >> Policja zatrzymała szesnastolatka, który we wtorek w Szczyrzycu koło Limanowej ranił szczyrzykiem szkolnego kolegę – dowiedziało się RMF FM. Ranny jest w dobrym stanie, w szpitalu przeszedł operację. Napastnik prawdopodobnie ukrywał się przed policją w lesie. Jak podało radio, wycieńczony i głodny wrócił w końcu do domu. Spodziewał się, że funkcjonariusze będą tam na niego czekać.

▲ Leszno >> Dziecko 23-latki, która zarażona jest wirusem A/H1N1, urodziło się zdrowe – podało RMF FM. Przyszło na świat w wyniku cesarskiego cięcia. Stan jego matki jednak się pogorszył. Z zapaleniem płuc trafiła ona na oddział intensywnej terapii. Tymczasem liczba chorych na grype w Polsce rośnie. TVN24 dowiedziało się, że szkoła w Lipniku w Małopolsce zawiesiła pracę, bo w środę na zajęciach nie przyszło 75 proc. dzieci. Stacja podkreśla, że rodzice boją się posyłać je do placówki w obawie, iż zarażą się one grypą.

▲ Warszawa >> Poseł PO Stanisław Chmielewski został nowym wiceministrem sprawiedliwości, a pułkownik Kajetan Dubiel – dyrektorem generalnym Służby Więziennej – poinformował resort sprawiedliwości. Dotychczasowy szef SW Paweł Nasilowski pozostaje na stanowisku pełnomocnika ministra sprawiedliwości do spraw wdrożenia systemu dozoru elektronicznego. (IAR)

▲ Warszawa >> To Mariusz Kamiński zastąpi Zbigniewa Wassermanną w komisji śledczej badającej okoliczności śmierci Krzysztofa Olewnika – podał portal gazeta.pl. Zaledwie kilka godzin



wcześniej rzecznik PiS twierdził, że kandydatem partii do tej komisji jest Antoni Macierewicz. Sprzeciwił się temu jednak Stefan Niesiołowski. Według niego, przeszkody formalne nie pozwalają, by Macierewicz mógł być członkiem komisji. Ostatecznie więc klub zmienił zdanie na korzyść Kamińskiego – podała gazeta.pl.

W obiektywie



Niespokojna noc w Atenach >> Pokojowa demonstracja, urządzona przez anarchistów w rocznicę studenckiej rewolty z 1973 roku, przerodziła się w starcia z policją. Wzięło w nich udział ponad 12 tysięcy osób. Jak donosi TVN24, w nocy z wtorku na środę manifestanci obrzucali kamieniami policjantów. Jeden z funkcjonariuszy został ciężko ranny. Władze aresztowały ponad 200 młodych ludzi.

Opinie

Czytelników internetowego wydania Gazety Współczesnej zainteresował artykuł o częstych ostatnio wypadkach na krajowej „19” w okolicach miejscowości Horodnianska. Oto ich komentarze z forum www.wspolczesna.pl.

▲ Nick: gościu

www.wspolczesna.pl

„Dziewiętnastka” już dawno powinna być co najmniej dwupasmowa w obie strony. To jest wstyd i hańba, że unijna droga do przejścia granicznego tak wygląda.

▲ Nick: aa

www.wspolczesna.pl

Trzeba zadać sobie pytanie, co jest przyczyną tych wypadków? Oczywiście, nadmierna prędkość! Jeżeli chłopakowi urwało głowę, to raczej nie jechał 60 km/h.

▲ Nick: Gość

www.wspolczesna.pl

Nie tylko. Tam jest masa gór. Wystarczy, że ktoś się śpieszy do chaty i zacznie wyprzedzać – wypadek gotowy. A coraz więcej tirów jedzie tą trasą, więc prędkość spada.

▲ Nick: hid

www.wspolczesna.pl

Jedzie tę trasą codziennie. Niebezpiecznych sytuacji na tej drodze jest mnóstwo. To nie nadmierna prędkość, a gorące głowy kierowców są najczęstszym powodem tragedii. A z drugiej strony, nie ma się czemu dziwić. Wystarczy, że jeden kierowca będzie jechał 80 km/h, to na drodze zaczyna się robić masakra, bo nawet kierowcy zabierają się za wyprzedzanie. Nauczylimy się akceptować nędzę polskich dróg. Uznajemy ich jakość za normę. Dobra droga, bo szersza o metr, i pasy odmalowane. Nieprawda! Dobra droga jest wtedy, gdy nie giną na niej ludzie. Dobra droga jest wtedy, kiedy wjeżdżając na nią, nie musimy, za każdym razem martwić się, czy dojedziesz bezpiecznie do celu.

(azda)

Białystok >> Niepełnosprawni uczniowie świętują niecodzienny jubileusz

Szkolna gazetka ma już 10 lat

Andrzej Zdanowicz
azdanowicz@wspolczesna.pl

Był tort i pokazy iluzjonisty. Niepełnosprawni uczniowie i opiekunowie z Zespołu Szkół nr 13 w Białymstoku świętowali wczoraj urodziny swojej gazetki szkolnej. Wydawany przez nich „Szkolnik” ma już 10 lat. – Tworzenie gazetki to ciężka praca, ale jestem bardzo zadowolony z tego, co robię – mówi Paweł Żygalski, uczeń klasy Vc i od roku redaktor.

Nad wydaniem gazetki pracują wszyscy

– W naszej szkole uczą się dzieci o różnych stopniach niepełnosprawności – opowiada Jolanta Wońska, dyrektorka szkoły. – W tworzeniu „Szkolnika” uczestniczą niemal wszyscy. Staramy się wykorzystać ich zdolności, dlatego jedne dzieci piszą, inne rysują, a jeszcze inne kolorują.

Oczywiście od samego początku wspierają ich opiekunowie.

– Gratulacje należą się wszystkim, szczególnie uczniom: redaktorom oraz ich opiekunom – mówi skromnie Jagoda Olechowska.

Jej również nie ominęły podziękowania i gratulacje. To ona 10 lat temu zachęciła dzieci i opiekunów do prowadzenia gazetki. Pomysł okazał się trafiony. Od samego początku „Szkolnik”, jak świeże bułeczki, rozchodzi się wśród uczniów i rodziców.

Praca, zabawa i rozwój

– Praca nad tworzeniem gazetki to wspaniały sposób na rozwój dzieci –



Uczniowie z Zespołu Szkół nr 13 obchodzili wczoraj swój mały wielki jubileusz

mówi Elżbieta Jacewicz. – Wszyscy uczniowie bardzo się angażują. Przy okazji uczą się pracy w grupie i odpowiedzialności.

Dzięki takim zajęciom uczniowie czują się doceniani.

– W szkołach masowych dzieci niepełnosprawne często są ignorowane – mówi pani Elżbieta. – Ich zdolności są niezauważane, bo uwaga nauczycieli skupia się na tych najzdolniejszych. Przy wydawaniu „Szkolnika” wszyscy uczniowie mogą wykazać się talentem.

Nad wydaniem gazetki czuwa 9 redaktorów. Każda strona poświęcona

jest innej tematyce. Odpowiada za nią inny opiekun.

– Dzieci zaskakują mnie swoimi umiejętnościami – mówi jedna z opiekunek. – Niektórych rzeczy sama bym nie potrafiła zrobić.

Nowoczesna redakcja

Wspólna praca nie idzie na darmo. „Szkolnik” cały czas się rozwija.

Pierwsza gazetka miała tylko 4 strony. Wszystkie teksty i obrazy były tworzone odręcznie i później kserowane. Obecnie 11 stron gazetki opracowywane jest komputerowo. Nawet część obrazków tworzona jest

na komputerze. Robią to sami uczniowie pod okiem opiekunów.

Gazetka ma swoich sponsorów.

– Wydanie gazetki kosztuje, dlatego liczymy na wsparcie życiowych osób – mówi pani Elżbieta.

Przeglądając jubileuszowe wydanie „Szkolnika”, mieliśmy okazję zobaczyć profesjonalizm uczniów-redaktorów. Widząc kolorowe strony, trudno uwierzyć, że zrobili to uczniowie podstawówki. Mało która szkoła masowa może pochwalić się podobnymi osiągnięciami.

Uczniom i opiekunom wydającym „Szkolnika” gratulujemy.

Szkolne drużyny strażackie z Kleosina miały uroczyste ślubowanie



Była musztra, ślubowanie i rozdanie legitymacji – tak oficjalnie rozpoczęły wczoraj swoją działalność uczniowskie drużyny strażackie w Zespole Szkół w Kleosinie. Ich powstanie to efekt wieloletniej tradycji strażackiej w tej miejscowości, a także oczekiwań uczniów. Chcieli oni w ciekawy i pożyteczny sposób spędzać czas po lekcjach. Od września mają taką możliwość. Szkoła wprowadziła w tym celu innowację pedagogiczną. Dzięki niej uczniowie będą poznawać tajniki pracy strażaka. Będzie między innymi sporo zajęć z wychowania fizycznego i elementy ratownictwa medycznego. Dzieci dowiedzą się też o współczesnych zagrożeniach oraz jak ich unikać. Przede wszystkim jednak nauczą się odpowiedzialności i pracy zespołowej.

(jsz)

Nasz program >> Zapisy na szkolenia Weźcie udział w warsztatach

Ruszają zapisy na warsztaty makroregionalne dla nauczycieli i pedagogów. Zapraszamy wszystkich chętnych do Białegostoku.

Warsztaty odbędą się 12 i 13 grudnia. Żeby wziąć w nich udział wystarczy wypełnić formularz zgłoszeniowy na stronie www.szkołabezprzemocy.pl.

Podczas warsztatów nauczyciel będzie mógł wziąć udział w jednym z czterech szkoleń. Po jego ukończeniu będzie zaś musiał zrealizować u siebie w szkole miniwarsztaty. Kiedy to uczyni, uzyska tytuł konsultanta programu społecznego „Szkoła bez przemocy” w danej dziedzinie. Uczestnicy szkoleń dowiedzą się, jak pomóc ofie-



rze przemocy i agresji szkolnej, jak budować partnerstwo szkoły i rodziny, w jaki sposób prowadzić działania interwencyjne w szkole oraz reagować na agresję.

Rejestracja uczestników potrwa do końca listopada. Warsztaty są skierowane do nauczycieli z województwa podlaskiego, lubelskiego, łódzkiego i mazowieckiego.

(jsz)



Krótko

▲ Owocowe herbaty – na przeziębienie



Dreszcze, łamanie w kościach, kaszel, początki kataru – objawy przeziębienia zna każdy z nas. Tymczasem imbir bogaty jest w substancje przeciwzapalne i odkażające, leczy infekcje. Herbata z imbirem działa napotnie, zawiera dużo witaminy C. Mięta pieprzowa – stosuje się ją ze względu na właściwości przeciwbakteryjne, przeciwbólowe i przeciwzapalne. Olejek miętowy stosowany jest zewnętrznie w niezycie nosa, do inhalacji przy nieżytach gardła i oskrzeli. Kwiaty czarnego bzu – zażywany regularnie napar obniża gorączkę i skraca okres choroby. Maliny i jeżyny – owoce mają działanie napotne i ogólnie wzmacniające ze względu na zawartość witamin.



Przepis na herbatę malinową z kardamonem:

▲ torebka Irving Malinowa Polana lub Irving Owoce Leśne
▲ 50 ml soku malinowego
▲ 4 strączki zielonego kardamonu
Kardamon rozgnieć w młynku kuchennym albo np. wałkiem do ciasta. Zaparz herbatę Irving Malinowa Polana lub Irving Owoce Leśne w niepełnej szklance wody, dodaj do niej kardamon. Pozostaw pod przykryciem na 10-15 minut. Odcedź napar. Dodaj sok malinowy, wymieszaj. Aby napój był gorący, uzupełnij kubek wrzątkiem. Wypij od razu.

▲ Aromatyczna kąpiel zimową porą



Chłodne poranki i coraz dłuższe, mroźne wieczory zapowiadają zbliżającą się zimę. Olejki do kąpieli Naturalis to siedem preparatów: od rozgrzewającego cynamonu-pomarańczy, po orzeźwiający zieloną herbatę-paczulę. Zawierają ekstrakt z nagietka i d-panthenol, pielęgnujące naskórek. Cena każdego olejka – 14 zł/250 ml.

(opr. now)

Układ krążenia >> Dobry humor i odrobina ruchu – sposób na wieńcówkę

Serce w dołku

Ryzyko rozwoju choroby serca u pacjentów z depresją jest blisko dwa razy większe niż u osób zdrowych.

Wojciech Nowicki
wnowicki@prasapodlaska.pl

Jesienią na zewnątrz często panują niesprzyjające warunki pogodowe. Jest mniej światła słonecznego i występują skoki temperatury. Zmieniamy wtedy tryb życia. Często pogarsza się też nasze samopoczucie – stajemy się senni, smutni, brak nam energii. Zwiększony apetyt na słodkie jesienią i niewłaściwie zbilansowana dieta powoduje wzrost wagi. W konsekwencji zmiany pory roku i trybu życia może pojawić się jesienna depresja, a wraz z nią drażliwość, zmiany nastrojów i kłopoty z koncentracją.

Pierwsze sezonowe objawy depresji nie są groźne. Nie można ich jednak lekceważyć. Jeśli towarzyszą nam dłużej niż dwa tygodnie wymagają konsultacji lekarskich. Pamiętajmy, że nieleczona, długotrwała depresja zwiększa czterokrotnie ryzyko zawału serca.



Depresja jest związana z mniejszym wysiłkiem fizycznym czy paleniem tytoniu. Tacy pacjenci mają też podwyższone ciśnienie.

– U osób z depresją częściej występuje nadciśnienie tętnicze czy choroba wieńcowa – mówi prof. dr hab. Zbigniew Gaciong, ekspert programu „Serce na nowo”. Mniejszy wysiłek fizyczny jesienią lub jego brak, nadmierne spożywanie alkoholu i palenie tytoniu, nieprawidłowe odżywianie, „siedzący” tryb życia oraz stres to zarówno czynniki chorób układu krążenia jak również depresji – dodaje prof. Z. Gaciong.

Pamiętaj, że ograniczając czynniki powodujące choroby układu krążenia ograniczasz ryzyko wystąpienia depresji. Przyjrzyj się swojemu stylowi życia i nie wahaj się przed wpro-

wadzeniem koniecznych zmian. Aktywny tryb życia podczas długich jesiennych i zimowych wieczorów może poprawić Twoją kondycję psychiczną i fizyczną. Poniżej kilka wskazówek.

▲ Bądź aktywny. Nawet krótki spacer na świeżym powietrzu dotlenia komórki organizmu i pobudza do działania. Ruch uwalnia endorfiny – grupę hormonów, które odpowiadają za dobre samopoczucie i optymistyczne postrzeganie otoczenia.

▲ Dbaj o swoją dietę. Jedz regularnie, nie podjadaj między posiłkami. Zbilansowana, pełnowartościowa dieta zapewni lekkość i zmniejszy

Ruch i serce

Aktywność fizyczna może mieć pośredni wpływ na inne główne czynniki ryzyka choroby wieńcowej. W celu jej zapobiegania dorośli powinni ćwiczyć co najmniej trzy razy w tygodniu przez przynajmniej 20-30 min. Z przeprowadzonych badań wynika, że aktywność fizyczna związana z pracą także chroni przed chorobą wieńcową.

ryzyko niestrawności, np. uczucia pełności i ciężkości.

▲ Zredukuj stres, bądź towarzyski. Spotkania z rodziną i przyjaciółmi pomagają rozładować napięcie.

▲ Rozmawiaj o swoich problemach. Wczesnie wykryte dolegliwości psychosomatyczne oraz sercowo-naczyniowe dają szansę na złagodzenie objawów choroby i aktywne życie. Jeżeli zauważysz niepokojące objawy, zgłoś się do lekarza. Niezbędne badania diagnostyczne oraz konsultacja lekarska rozwieją Twoje wątpliwości, a lekarz kompleksowo zajmie się problemem zdrowotnym.

Cebula >> Ma wiele walorów zdrowotnych

Pękata bomba witamin – nie tylko na kaszel

Męczy Cię kaszel, ale nie chcesz stosować specyfików z apteki? Spróbuj samodzielnie pomóc swojemu gardłu i przyrządź syrop z cebuli. Cebula jest dla nas bardzo cennym źródłem składników wpływających na zdrowie, a w szczególności na system odpornościowy.

Wszyscy wiemy doskonale, że zawiera dużo witaminy C i dlatego kiedyś polecano cebulę jako panaceum na szkorbut. Jednak to nie wszystko, co cebula ma w sobie dobrego.

Źródło młodości i zdrowia

Cebula zawiera jeszcze: związki siarki wzmacniające odporność, olejki eteryczne, flawonoidy, witaminy: prowitaminę A, B1, B2, E – witaminę młodości, K, PP, a także sole wapnia i fosforu potrzebnego kościom, magnezu – działa przeciwmiażdżycowo, potrzebny jest mięśniom, poprawia odporność i potrzebny jest do syntezy wielu enzymów, krzemu, cynku, selenu (działa przeciwrakotwórczo i przeciwmiażdżycowo), żelaza potrzebnego krwi oraz cynku zwalczającego wirusy. Cebula uzupełnia braki wszystkich tych składników. Ale nie tylko.

Działa również antybakteryjnie. Zwalcza bakterie czasem skuteczniej niż antybiotyki. Zwiększa odporność

organizmu w zwalczaniu infekcji wirusowych, w tym infekcji wywołanych przez wirus grypy. Wspomaga zwalczanie suchego kaszlu.

Dla tych, których drażni zapach cebuli, proponujemy żucie ziarenka palonej kawy lub – jeszcze lepiej – zielonej naci pietruszki. Znacznie złagodzi ostry aromat.

Przeciwwskazania

Z cebuli powinny zrezygnować osoby z chorym wątroby, ponieważ warzywo jest ciężkostrawne. Ale nieprzyjemne wzdęcia i odbijanie można zlikwidować, spożywając łyżeczkę mielonego kminku lub czarnuszki po zjedzeniu cebuli. (zag)

Syrop z cebuli

Szczególnie polecany jest na kaszel, przeziębienia i grype. Sposób przygotowania: 2 duże cebule obrać, pokroić w plasterki, warstwami układać w słoiku przesypując cukrem (lub miodem). Można też dodać kilka posiekanych ząbków czosnku. Po kilku godzinach syrop można zlać. Podawać kilka razy dziennie łyżkę. Syrop można przechowywać w lodówce 1-2 dni.

reklama

centrum CENTRUM POŁOŻNICZO-GINEKOLOGICZNE BOCIAN. G. Mrugacz, P. Pietrewicz Sp. j.
Białystok, ul. Akademicka 26. Tel. 085 744 77 00, kom. 0 602 636 656

POSIADAMY BOGATE WIELOLETNIE DOŚWIADCZENIE KLINICZNE I LABORATORYJNE

Oferujemy:

- LECZENIE NIEPŁODNOŚCI IVF (in vitro)
- DIAGNOSTYKĘ NIEPŁODNOŚCI
- LAPAROSKOPIĘ I HISTEROSKOPIĘ
- SZCZEPNIENIA PRZECIWKO RAKOWI SZYJKI MACICY
- PROWADZENIE CIĄŻY
- USG prenatalne ciąży, 3D, 4D, zdjęcia kolorowe, DVD
- USG GINEKOLOGICZNE

CENTRUM SPECJALIZUJE SIĘ W LECZENIU NIEPŁODNOŚCI PARTNERSKIEJ

Świadczymy również specjalistyczne ambulatoryjne usługi medyczne w zakresie położnictwa i ginekologii, andrologii i endokrynologii.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-18.00, w soboty 9.00-13.00

MASTERMED

15-281 Białystok, ul. Legionowa 9A lok 6

tel./fax 085 742 30 30 Pn.-Pt. 10.30 -19.00
tel. kom. 605 900 902 Sb. 9.00-12.30
www.diagnostykaprenatalna.com

Diagnostyka wad w ciąży

- USG genetyczne 11-14 tyg. z oceną ryzyka wad genetycznych wg FMF z Londynu
- USG prenatalne 20-40 tyg.
- ECHO serca płodu
- Testy PAPP-A, Podwójny i Potrójny
- Obrazowanie 3D i 4D, amniopunkcja
- USG jamy brzusznej, tarczycy, piersi
- Echo serca dorosłych i dzieci

BEZPŁATNE BADANIA PRENATALNE I ECHO SERCA PŁODU - refundacja NFZ

Badania wykonują lekarze z Certyfikatami Fundacji Medycyny Płodowej z Londynu



Wnętrze plecaka FatMax (prod. Stanley) zostało podzielone na 3 komory – w sumie 50 kieszeni. Każda z nich to organizer na drobne narzędzia, jak wkrętaki, klucze lub szczypce. Cena – 310 zł.

iPhone 3GS >> Dwa razy wydajniejszy, z lepszą baterią i kamerą

3GS, czyli szybki

Design ikony firmy

Apple nie zmienił się

niemal od początku

i sprzęt cały czas świetnie

się prezentuje. Dziś

– testujemy osiągi

urządzenia.

Wojciech Nowicki

wojciech.nowicki@mediaregionale.pl

Prostota, dobry smak, wysokiej jakości wykonanie – iPhone'owi 3GS nie można prawie nic zarzucić. Posiada wszystkie zalety iPod'a. Ale oprócz tego jest przecież telefonem komórkowym. I jako telefon sprawuje się bardzo dobrze.

Trzeba przyznać, że rozmowę słychać znakomicie. Przy połączeniu przychodzącym muzyka wycisza się automatycznie. SMS-y pisze się bardzo sprawnie. A mikrofon wbudowany w słuchawki jest bardzo czuły.

Tylko nie wiedzieć czemu nie da się zmienić dzwonka oznajmającego przyjście SMS-u na inny niż wbudowany. Naszym zdaniem to błąd, a przynajmniej ograniczenie. Dość kłopotliwe jest też ustawienie naszej ulubionej muzyki jako dzwonka. Owszem, można, korzystając z zasobów iTunes. Tylko że ten sklep internetowy z muzyką nie obsługuje obywateli naszego kraju.

Łączność i nawigacja

Gorzej z wysyłaniem e-maili o dużej objętości. Próbowaliśmy wysłać notatkę głosową, która zajmowała 30 MB. Niestety nie udało nam się przesłać jej w ca-

łości. To chyba niedopatrzenie producenta – dziś przecież skrzynki do poczty elektronicznej mają bardzo dużą pojemność.

Za to – również wbudowany – GPS bardzo szybko łapie sygnał. Ale nie oszukujmy się: jeśli nie mamy wykupionego pakietu danych u operatora, to najlepiej zakupić oryginalne oprogramowanie do nawigacji, które nie wymaga



Do dyspozycji mamy m.in. cyfrowy kompas – aplikację, która wskazuje kierunek i strony świata.

aktywnego połączenia i pobierania danych z sieci (to również zwiększa koszty użytkownika).

Zachwycił nas również system Voice Control, czyli sterowanie urządzeniem przy pomocy głosu – przemyślany i świetnie działający. W każdym aspekcie, m.in. przy tworzeniu muzyki. Po dłuższym przyciśnięciu klawisza HOME uzyskujemy dostęp do głosowego wybierania numeru. Po uruchomieniu tej funkcji pojawiają się tagi, które

możemy w danej sytuacji wykorzystać, np.: graj listę utworów, zadzwoń, następna piosenka, itp.

Wi-fi (pozwala łączyć się z sieciami internetowymi) działa bardzo sprawnie. Choć producent mógłby zwiększyć nieco jego czułość – mimo złapania sygnału i wyświetlenia dwóch kresek na ekranie nie udało nam się połączyć.

Aparat i kamera

Aparat robi dobre zdjęcia. Trzeba jednak przyznać, że wystarczy lekko poru-

Parametry

- ▲ Procesor: ARM Cortex-A8 600MHz
- ▲ RAM: 256 MB
- ▲ GPU: PowerVR SGX
- ▲ Pojemność: 16 GB lub 32 GB
- ▲ kolory: czarny lub biały
- ▲ Waga: 135 g

żyć ręką, a obraz wychodzi zamazany. Ale w końcu to telefon, a nie cyfrowa lustrzanka. Cieszy natomiast autofocus, który działa naprawdę prosto. Wystarczy zaznaczyć żądany fragment zdjęcia, a iPhone automatycznie go wyostriży.

Jakość kręconych filmów jest bardzo dobra – obraz w rozdzielczości 640 x 480 prezentuje się ostro i wyraźnie (dźwięk niestety tylko mono). Film o długości 40 sekund zajmuje 18 MB. Można jednak zapomnieć o kręceniu filmów przy słabym oświetleniu. Drugą wadą jest brak zoomu (zarówno optycznego jak i programowego).

Jakość i cena

Wyświetlacz (480 x 320 pikseli) wyposażono w nową powłokę, która ma zapobiegać tworzeniu się efektu odcisniętych palców na ekranie. Faktycznie, wyświetlacz nie paprze się tak, jak miało to miejsce w przypadku iPod'a Touch. Poza tym łatwiej go wyczyścić.

Według oficjalnych danych iPhone 3GS wytrzyma do 12 godzin rozmów w sieci 2G lub do 5 godzin w 3G. Czas spędzany na korzystaniu z Internetu powinien się ograniczyć do 9 godzin przy wykorzystaniu Wi-Fi lub 5 godzin korzystając z połączenia przez sieć 3G.

Krótko mówiąc iPhone to świetny sprzęt, aczkolwiek zastanowilibyśmy się kilka razy przed zakupem. Mnóstwo możliwości, tylko ta cena... Wersja 16 GB kosztuje grubo ponad 2 tys. zł. ▲

Krótko

▲ Po prostu mocny blender



To niewielkie urządzenie (prod. Siemens), skruszy lód lub poszciska warzywa na sałatkę. Albo robi koktajl. Model MQ5N6PE w kolorze antracytu to pełen zestaw akcesoriów: pojemnik z podziałką, rozdrabniacz do warzyw i owoców, końcówka do ubijania piany i specjalny nóż do kruszenia lodu. Moc 750 W, cena – 299 zł.



MQ5N300 o mocy 600 W ma także pojemnik z podziałką oraz dodatkowo rozdrabniacz do warzyw i owoców. W wyposażeniu stopa plastikowa z nożem ze stali szlachetnej, płynna regulacja obrotów i funkcja turbo. Cena – 179 zł.

Najprostszy, biały blender MQ5N150 posiada w zestawie pojemnik z podziałką. Moc 400 W, stopę plastikową z nożem ze stali szlachetnej, oprócz normalnej pracy, także funkcja turbo. Cena – 119 zł.

▲ Zmysłowość w cenie



Kolekcja stała bielizny Nippex utrzymana jest w kolorystyce czerni, bieli, czerwieni oraz kolorach beżu i écru. Kompletów sezonowe odzwierciedlają aktualne trendy. Można wybierać wśród biustonoszy (miseczki ABCD, w niektórych rozmiarach również miseczki E, obwody 70-85), figi, stringów,



(SMLXL), gorsetów oraz bielizny nocnej. Ceny – od 53,90 zł do 59,90 zł (biustonosze); od 25,90 zł do 33,90 zł (figi/stringi).

Na zdjęciach: modele Ilona (powyżej) i Marika (niżej). (opr. now)

Prawo >> Utrudnianie rozwiązania umowy? To jedna z nielegalnych praktyk szkół językowych

Kurs językowy - zanim wybierzesz

Podwyższanie ceny kursu, gdy zmniejszy się liczba uczestników czy wzrost inflacji, prawo do zmiany miejsca odbywania się zajęć i jednocześnie zatrzymania całej kwoty w przypadku rezygnacji uczestnika – to niektóre niedozwolone postanowienia dotyczące edukacji. W sumie jest ich 194.

Umowa niezgodna z prawem

W ostatnim czasie Urząd wydał decyzję dotyczącą jednej z warszawskich szkół językowych. Jak ustalił UOKiK szkoła rezygnująca z kursu przed jego rozpoczęciem lub w trakcie uniemożliwiała zwrot zapłaconych pieniędzy. Ponadto jeśli kursant za naukę płacił w ratach – po rezygnacji z nauki nadal musiał regulować opłaty mimo rozwiązania umowy.

Tymczasem zgodnie z prawem możemy wypowiedzieć umowę w każdym momencie jej trwania. Jeśli występuje z ważnych powodów, np. zmiany miejsca zamieszkania, utraty pracy czy choroby – przepisy przewidują zwrot części



Zanim wybierzemy kurs językowy podpisujemy umowę – sprecyzujemy miejsce odbywania kursu, termin zajęć i czas ich trwania

poniesionych kosztów za niewykorzystane zajęcia. Obciążanie kursanta całą kwotą w przypadku jego wcześniejszej rezygnacji jest niezgodne z prawem.

Ponadto UOKiK zakwestionował pobieranie przez szkołę wyższych niż dopuszczają prawo odsetek za nietermino-

we regulowanie rat za naukę. Wielu kursantów wybiera płatność w ratach – i zdarza się czasem, że nie opłacają ich w terminie. W takim przypadku muszą zapłacić odsetki karne, których wysokość zwykle określa zawarta umowa. Ale odsetki nie mogą być większe niż

czterokrotność wysokości stopy lombardowej NBP – obecnie około 20 proc. rocznie.

O czym warto pamiętać wybierając kurs:

▲ zawsze podpisujemy umowę – określimy prawa i obowiązki obu stron oraz kary, które będziemy musieli zapłacić gdy spóźnimy się ze spłatą rat. Dowiedzmy się, czy w cenę kursu wliczone są książki i płyty CD, z których mamy się uczyć. I dokładnie przeczytajmy regulamin.

▲ kurs językowy to dla wielu duże zobowiązanie, dlatego często decydują się na rozłożenie płatności na raty. Można na własną rękę postarać się o pożyczkę w banku, ale również skorzystać z pośrednictwa szkoły. Podpisują one z bankiem porozumienie o udzielenie pożyczki. W takim przypadku pieniądze trafiają na konto szkoły, a zobowiązanie spłaca uczestnik kursu.

(opr. now)

PRACA

ZATRUDNIĘ

BAR „Rozi” Gdańsk zatrudni hostessy. Wysokie zarobki. 0509-380-003.

DO dociepleń brygady. 0604-754-816.

GOSPOSIĘ do Warszawy, miła rodzina, dobre warunki. 0501-777-898

KIEROWCA do jazdy Tirem z nacząpą chłodnią na trasach: Polska-Belgia-Rosja, z praktyką na stałe. Łapy k/Białegostoku, (085)650-21-99, 0602-557-199, 0602-591-457.

KIEROWCĘ kat. C + E, z doświadczeniem. 660-464-946.

MIEDZYNARODOWA firma zatrudni Przedstawicieli i Menadżerów do sprzedaży i szkoleń. Zapisz i zadzwoni: Anna Senda: tel. 0606-803-409.

PANIA na stanowisko Przedstawiciel Handlowy -branża kosmetyczna. CV na adres: temkleosin@wp.pl,

ZAKŁADY Mięsne Netter zatrudnią sprzedawczynię na stoisko mięsne w Bielsku Podlaskim.

Zainteresowanych prosimy o kontakt: 600-380-767.

SZUKAM PRACY

EMERYTKA zaopiekuje się dzieckiem, 505-432-743.

KIEROWCA kategoria B C D, 0662-283-621.

AUTOMOTO

KUPIĘ

DO kasacji, całe -powypadkowe, 0506-427-705.

ZŁOM, auta na złom, 0510-943-771.

SPRZEDAM

AUDI A4, (1995), 1.6, anglik 3,500,-, 0508-752-406.

AUTO-SZYBY SPRZEDAŻ, MONTAŻ, GRAJEWÓ,
UL. ELEWATORSKA 1, 798-757-636.

MERCEDES 308, (1995), 0502-472-318.

MERCEDES C klasa 180, benzyna +gaz (1996), (85)654-00-28.

PASSAT 1,9 TDI (1999-00), klimatyzacja, pełna elektryka, niebieski, 18.500 zł. 505-799-251.

PASSAT combi 110KM, 1997r., 12500. 0888-786-414

POLONEZ atu plus (1998) 2.700 zł. 0503-478-392.

RENAULT Megane classic, (1999), 1.6, klimatyzacja, 4x poduszki, stan dobry, pilnie, 11.000,-, 0505-123-403.

SEICENTO 1.1, (XII2005). 47 tys. km, 793-379-577.

SEICENTO, (2002), stan idealny. 0519-860-180.

SKODA Felicia kombi 1,6 c.zielony metalik, serwisowany w ASO Skody, 156.000 km, benzyna +gaz, 6.000,-, (85)661-51-70 po 16.

VOLVO F57, (1993), winda 18 palet, (85)650-12-78.

VW Sharan, (1999), granatowy metalik, 7-miejsc, klimatyzacja, 110 KM, 17.700 zł, 0604-270-922.

CZĘŚCI

FIAT, Daewoo, Polonez -Sienkiewicza.
(085)654-53-35.

OPONY 825/20, części do Stara 200. 0602-734-246.

OPONY, felgi, koła 13-18, od 40 zł. 0698-195-597.

AUTOKOMISY

AUTOKOMIS Premium skup -sprzedaż -zamiana, pranie tapicerek samochodowych, Białystok 1000-lecia P.P 39 zapraszamy, 0601-850-700.

ZAKUPY

HURTOWNIE

MARS hurtownia odzieży używanej. Bezpośrednie dostawy z Anglii, Irlandii, Niemiec. Białystok ul. Kleeberga 22. (085)664-72-11, 0602-392-013.

SZWECJA, niesort, Elk, ul. Suwalska 78, 0508-150-551, 0782-192-390.

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM

3-POKOJOWE, 63 mkw., Bojary. 0505-626-329.

70 m2 +garaż podziemny, cegła, 1lp, Białystok, stałe zabudowy, bezpośrednio. 501-512-712.

ATRAKCYJNA cena garaży blaszanych- transport montaż gratis, 0501-231-350.

AUSTRIA -niesort. Bezpośredni importer, Białystok ul. Produkcyjna 9, 0600-403-866.

BEZPOŚREDNIO 3-pokojowe, Zielonogórska 63,90 m2, parter, płyta, po remoncie. 0696-405-884

BLASZAKI garaże- tanio i solidnie, (085)730-18-00, 0694-052-905.

BLASZAKI garaże tanio, transport montaż gratis, 0506-900-520, (052)348-71-48, (041)263-27-42.

CH Park, 44m2, super miejsce. 0507-044-951.

DEVELOPER sprzedaje domy szeregowo bez pośredników, tel. (085) 654-55-67 w godz. 8:00-16:00

DOM w Dobryniowie Dużym, 504-674-792.

DOM w Podgórzu k/Łomży, 300 m2, działka 16 ary, z budynkiem gospodarczym, wykończony, 700.000 zł, (86)217-82-16.

DOM w Supraślu, bez pośredników, 0601-486-885

DOM wolnostojący, Łomża, 440.000 zł, 0507-843-026.

DZIAŁKA 1400 mkw. k/Szczuczyna. 0669-030-712.

GARAŻE blaszaki- tanio, 0505-126-033.

GARAŻE blaszane, bramy garażowe. Transport, montaż -gratis. Cały kraj. Raty! www.konstal-garaze.pl, (085)667-21-08, (089)741-38-75, 0503-073-111.

GARAŻE blaszane. Transport, montaż gratis! (085)733-52-11, 0512-245-075, www.Robstal.pl

KSIĘŻYNO, dom nowy 130x500. 0602-302-888.

ŁAPY-OSSE dom drewniany 60x500 m2. 0602-302-888.

Lecę PKS-em i czytam "Współczesną"

↑ 1⁵⁰
zł

Teraz "Gazetę Współczesną"
możesz kupić w PKS-ie!

PKS Białystok

GAZETA WSPÓŁCZESNA

Szczegóły na www.pks.bialystok.pl
oraz www.wspolczesna.pl/marketing

M-3, Rajgród -zamienię Grajewo, 0721-092-335.

SKLEP spożywczo -przemysłowy z domem i działką, gm. Kulesze Kościelne, 509-704-009.

STAN surowy zamknięty Zambrów, 0505-289-937.

WYNAJME

4-POKOJOWE, ul. Mickiewicza, wynajmę. 0695-202-033.

DUBOIS komfortowe, Nowe Miasto. 0514-409-337, (86)277-67-58 po 19.00.

EŁK -plac ogrodzony i utwardzony do 6000m2 wynajmę, (085)868-31-07.

KAWALERKĘ wynajmę. 0511-077-611.

M-3, garaż, Białystok, ul. K.E.N., 0694-181-347.

NAUKA

PRZECIWDZIAŁANIE PRANIU BRUDNYCH PIENIEDZY I FINANSOWANIU TERRORYZMOWI SZKOLENIE TEL. 0606-456-330.

KURSY

AUTOMOBILKLUB - prawo jazdy, tel. (085)732-76-85.

TURYSTYKA

***BELGIA**, Holandia, Niemcy- soboty, niedziele, DVD, klimatyzacja, 0602-664-771, (085)747-00-01.

***SOBOTA** -Belgia, Holandia, Niemcy, 0606-379-966.

ANTWERPIA, Bruksela, Holandia, środa, sobota, niedziela, szybko, DVD, klimatyzacja. 0608-835-822, (085)662-16-00.

BELGIA sobota wieczorem, 0600-761-945. (085)747-43-75.

BELGIA, Holandia czwartek -środa, 0502-701-966.

BELGIA, Holandia, czwartek, piątek, 0503-136-520.

BELGIA, Holandia, środa, sobota, niedziela (szybko). Klimatyzacja, DVD. 0696-250-258.

HOLANDIA, Belgia: szybko, solidnie i komfortowo, pod wskazany adres: piątek, sobota, 518-349-303.

MERCEDES 7-osobowy, wysoki komfort, 0600-044-612.

ZWIERZĘTA

MAŁY kotek tygrysek szuka domu, pokryje kosztą sterylizacji, (85)741-67-20.

BIZNES

KREDYTY

PROSTA pożyczka na dowód. Łomża, Wojska Polskiego 38, (086)216-92-82.

TANI kredyt. (85)744-50-08.

POŻYCZKI

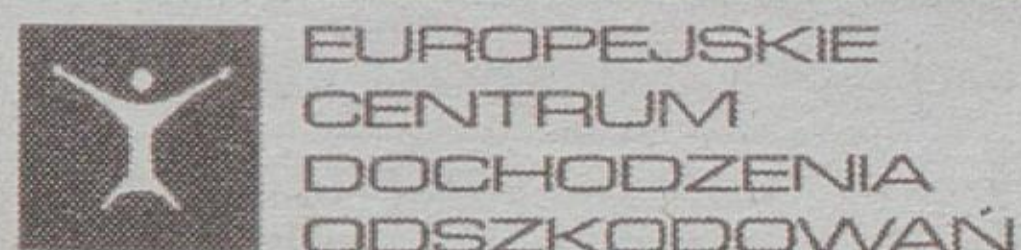
****POTRZEBUJESZ** pieniędzy? Przyjdź do nas! Minimum formalności: bez zaświadczeń, poręczyteli, BIK. Niskie raty 25000 zł -155,27 zł, odsetki 7,08%. Białystok (085)653-70-60, Łomża (086)216-61-11.

****POŻYCZKI** dla Firm bez zaświadczeń, uproszczone procedury; 150 tys. rata: 931,60, infolinia: 608-921-608.

***CHWILÓWKA!** Pożyczka, wypłata natychmiast, bez zbędnych formalności, ubezpieczenie assistance dla pożyczkobiorcy, korzystna oferta. 0600-700-304.

ATRAKCYJNA pożyczka
bez BiK, PROFI Credit,
0519-199-545,
0(85)742-17-51.

POŻYCZKI od 30.000,-. Z dochodem nieudokumentowanym dla Firm. Osobom fizycznym ze złą historią w BIK. Indywidualne rozwiązania rolnikom., (023)673-28-58, 0600-853-655.



ul. E. Orzeszkowej 32
lok. 117 Białystok
tel. 085 741 44 33 / 505 12 33 00
fax: 085 733 10 51

Nie jesteśmy w stanie przywrócić
Ci zdrowia sprzed wypadku,
ale potrafimy
profesjonalnie sprawić,
że ktoś za to zapłaci!!!

SKUP BYDŁA RZEŹNEGO na Export

byki, jałowki, krowy

atrakcyjne ceny, indywidualne odbiory

Skupy:

Poniedziałek: Lipsk, godz. 7.00
Wtorek: Kalinowo, godz. 7.00, Janówka, godz. 10.00
Środa: Rutka Tartak, godz. 7.00
Czwartek: Bargłów Kościelny, godz. 7.00
Codziennie Rzeźnia „STAN” Poddubówek
Tel. 087 566-37-48, 516-093-470, 516-093-450

OGŁOSZENIE

Informacja o uchwaleniu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miejscowości Szepletowo

Na podstawie art. 43 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. Nr 199, poz. 1227 ze zmianami) informuję, że uchwałą Nr XXVI/182/09 Rady Gminy Szepletowo z dnia 13 listopada 2009 r. został uchwalony miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego części miejscowości Szepletowo w rejonie ulic Główniej i Piwnej, obejmujący obszar położony pomiędzy ulicami Piwną i Główną oraz granicą obrębu geodezyjnego Stare Gieraltę.

Z ww. planem, uzasadnieniem, o którym mowa w art. 42 pkt 2 oraz podsumowaniem, o którym mowa w art. 55 ust. 3 ww. ustawy, można zapoznać się w siedzibie Urzędu Gminy w Szepletowie przy ul. Główniej 6, pokój nr 15, w godzinach pracy urzędu.

Plany zaczęły obowiązywać po upływie 30 dni od dnia ogłoszenia w Dzienniku Urzędowym Województwa Podlaskiego.

Wójt Gminy Szepletowo
Stanisław Roch Wyszniński

OGŁOSZENIE

o wywieszeniu wykazu lokali mieszkalnych przeznaczonych do sprzedaży

Zarząd Powiatu Zambrowskiego informuje, że na stronach internetowych www.powiatzambrowski.pl www.spzambrow.bip.podlaskie.pl i na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Zambrowie przy ulicy Fabrycznej Nr 3 w dniu 23 listopada 2009 r. na okres 21 dni, został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży, stanowiącej część budynku przychodni zdrowia, w stanie surowym zamkniętym, położonej na działce nr 254/14, o pow. 0,2310 ha, we wsi Przeździecko Mroczyk złożonej z 6 lokali mieszkalnych wraz z pomieszczeniami przynależnymi i udziałem w działce gruntowej, na której budynek jest posadowiony i częściach wspólnych budynku wynoszącym 72081/117914.

Nieruchomość stanowi własność Powiatu Zambrowskiego.

Ty wybierasz
Ty wyceniasz
www.yp.com.pl

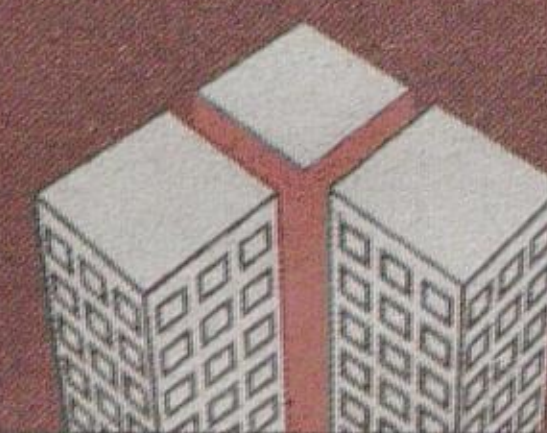
DO KOŃCA ROKU
5% RABATU W BUDYNKU B
+ piwnica gratis



BIAŁYSTOK
— UL. E. ORZESZKOWEJ

TERMIN ODDANIA:
BUDYNEK A
— II KWARTAŁ 2010

BUDYNEK B
— IV KWARTAŁ 2010



YUNIVERSAL
PODLASKI

SUWAŁKI



SERCE SUWAŁEK — UL. KOŚCIUSZKI/NONIEWICZA
INWESTYCJA W REALIZACJI

Yuniversal Podlaski sp. z o.o.
15-281 Białystok | ul. Legionowa 28 lok. 401

tel. 085 748 52 02

ZA TREŚĆ REKLAM I OGŁOSZEŃ REDAKCJA NIE ODPOWIADA

ROLNICTWO

KUPIĘ

*KUPIĘ bydło pourazowe, powypadkowe 1 zł/kg, knury, maciory. Faktura wyrejestrowanie. Szybki dojazd. Najwyższe ceny, 0669-955-409, 0663-041-519.

*****BYDŁO pourazowe. Dojazd 24 h/dobę. Faktura. Wyrejestrowanie. Ceny konkurencyjne, 0507-367-541.

*****KUPIĘ bydło pourazowe, powypadkowe. Knury, maciory. Faktura. Wyrejestrowanie. Najwyższe ceny do 4 zł. 0515-419-263.

BYDŁO pourazowe. Dojazd 24 h/dobę, najwyższe ceny, faktura. 0516-347-901.

KUPIĘ owies i żyto, (0-86)217-83-74.

KWOTĘ mleczną kupię. 0510-208-510.

RZEŹNIA ZAKUPI BYDŁO POURAZOWE, MACIORY, KNURY, SUWAŃKI, ŁOMŻA, BIAŁYSTOK. WYŻSZE CENY NIŻ U KONKURENCJI. 0512-307-037.

SKUP koni, zrebiat, 0603-651-516.

ZIEMIĘ rolną: Płanica, Marianowo, Jeziorko, Kisielnica, Budy, Górki, całe gospodarstwa, 0660-269-749.

SPRZEDAM

BECKKOWOZY, siewniki zbożowe, inne maszyny rolnicze, transport, autoholowanie, 0602-505-623.

BECKKOWÓZ 3000 l, ocynkowany, st.bdb, 7.200 zł, k.tap. 0609-244-014.

BECKKOWÓZ 8000 l, cyklop 1989 r. 605-418-753.

BEŁE siana, słomy k/Grajewa, 661-513-581.

BEŁE sianokiszonki 100 szt. (86)273-21-63.

BIZON, sieczkarnię Menegle, Renault 110 KM (1986), kosiarko-ladowacz Z378, przyczepkę do koni, żróbka, grubery, pług Fiskars 4- skibowy na sprężynach, pompy do beczkowozów, 3 Stary A 200 albo zamienię na bydło, 0660-269-749.

CHCESZ za litr mleka 1,60 zł, mieszkasz na terenie gm Szepletowo, Klukowo, Nowe Piekuty, Czyżew, Ciechanowiec - zadzwoń, 0606-715-006.

CIĄGNIKI rolnicze, prasy, kombajny, 0607-379-824.

CIĄGNIKI z importu, agregaty uprawowo-siewne, pługi Kverneland, przyczepy. Dreństwo. 0660-818-515.

KURY noski, (85)650-30-69.

KWOTĘ mleczną 22000, (087)569-66-15.

KWOTĘ mleczną sprzedam, 0506-131-620.

MACIORKI prośne. 2 szt. 1000 zł/szt., 668-553-976.

MASZYNY rolnicze, rozrzutniki, 509-604-048.

MIESZANKI pełnoporcjowe, koncentraty dla bydła, trzody i koni sypkie i granulowane, niskie ceny. (85)721-16-24.

NAWOZY, 0604-108-111, 0604-190-168.

OTREBY, nawozy z dowozem, 0600-074-966.

OWIARKA uniwersalna. 7.000 zł, 694-334-994.

PRZYZCZEPĘ 16-tonową do bel, 0793-743-320.

SIANO suche 200 bel. (86)476-12-45.

STOŁY do rzepaku Bizon i inne. Tel. 0501-496-288.

URSUS C-360 w bardzo dobrym stanie od rolnika, 15.500 zł. 509-350-923.

UŻYWANE Zetory, Ursusy, kombajny Bizon, prasy kostkujące i inne maszyny. Stawiski tel. (086)278-51-84, 0606-947-028.

WYCINAK DO KISZONKI, BECKKOWÓZ 10 TYS. LITRÓW, PIEC CENTRALNEGO OGRZEWANIA (2004/05) NOWY, 0516-183-971.

ZBIORNIK mleka 800l 4000 zł, 507-681-909.

RÓŻNE

KUPIĘ

DĄB, brzozę, olchę, sosnę, 0608-713-032.

DŁUŻYCĘ olchę, (087)731-90-11, 0604-224-918.

DŁUŻYCĘ olchową, 0500-127-144, (087)565-01-77.

DREWNO papierówkę, 0728-998-381.

OLCHĘ, dłużycę, (087)566-62-93.

SPRZEDAM

BRYKIET OPAŁOWY DRZEWNY I TORFOWY, 602-439-621.

GARAŻE- blaszaki najtaniej! Raty. www.blaszaki.com, (089)542-83-71, (058)762-95-12, (018)334-08-10.

LADY chłodnicze, wagi, maszyna. 0697-493-731.

INNE

PRZYJMĘ reklamę na sam. dostawczy, 507-263-146.

ZDROWIE

GINEKOLOG

DR n. med. Grzegorz Mrugacz, Centrum „BOCIAN”, Białystok, ul. Akademicka 26, (085)744-77-00.

GABINET ginekologiczny, Lipowa 6, 0602-170-344.

GINEKOLOG, 0796-624-804.

GINEKOLOG. Farmakologicznie. 0666-265-373.

GINEKOLOG. TEL. 0517-960-074.

PSYCHIATRA

ALKOHOLOWE odtrucia (także domowe). Kroplówki, nerwice, depresja. Terapia (NFZ). NZOZ - VIRTUS, Antoniuk Fabr. 10 Białystok. (085)661-53-33.

ODTRUCIA alkoholowe, profesjonalne, dyskretnie -także domowe, 0604-847-051.

PSYCHIATRY-DR. CHOROSZUCHA. NERWICE, DEPRESJE, ODTRUCIA ALKOHOLOWE, ZABURZENIA SEKSUALNE. BIAŁYSTOK, UL. PODLEŚNA 16, (085)732-77-35.

ALERGOLOG

ALERGIA. Bezbolesne testy i leczenie. 2500 alergenów. Odczulanie na urzędzeniach najnowszej generacji, ul. Rzymowskiego 43/28, (085)746-59-02.

GASTROLOG

GASTROLOGICZNA DIAGNOSTYKA, endoskopia, USG, leczenie, dr Orest Hnidec, Ogrodowa 19, rejestracja 8.00-18.00, www.gastrologia.bialystok.pl, (085)732-75-15.

HEMOROIDY nieoperacyjnie, (085)743-23-29.

URODA

SPRZEDAM prosperujący salon fryzjerski oraz solarium. 0507-120-780.

INNE

KOMPUTEROWE badanie zdrowia, (085)743-23-29.

RZUĆ palenie, Starobojarska 8, (085)743-23-29.

MATERIAŁY BUDOWLANE

SPRZEDAM

PUSTAKI, 2 zł/szt., 0514-768-773.

PUSTAKI stropowe 24 cm, okna drewniane skęcane, 118x145, 87x145 tanio, Zambrów. 0660-755-316.

USŁUGI

TYNKARSKIE

TYNKI tradycyjne, elewacje, 0500-171-349.

TYNKI wewnętrzne, tel. 0513-301-554.

BUDOWA, REMONT

AUTOMATYKA. Bramy. Drzwi. Serwis, (085)663-26-39.

BUDOWA budynków pod klucz. Tel. 605-300-397.

BUDOWA domów, obór, okol. Augustowa. 604-935-128

GLAZURA, TERAKOTA, KAMIEŃ NATURALNE I DUŻO WIĘCEJ, ORLA. TEL. 0510-192-383, (85)739-21-02.

MALOWANIE, szpachlowanie, 668-141-137.

NOWE domy, ocieplenia, dachy, 0695-415-201.

POSADZKI agregatem od 9zł/mkw. 0509-894-878.

POSADZKI agregatem. 0604-400-174.

POSADZKI i tynki agregatem, 605-300-397.

REMONTY, kompleksowo solidnie. 0510-571-516.

REMONTY, wykończenia, 0507-746-189.

STUDNIE głębinowe tanio sprawdź !!! 0600-772-149

STUDNIE wiercone -solidnie, tanio! 0504-320-592.

STUDNIE, pompy ciepła. Q604-651-727.

SZPACHLOWANIE, malowanie, 0668-141-137.

TANIO, solidnie.Glazura, terakota, inne prace remontowe, Suwałki, okolice, 0663-387-489.

Biuro Ogłoszeń Online



www.wspolczesna.pl/nadaj

TYNKI, SUCHY tynk, szpachlowanie, glazura, 0509-114-550.

WTRYSKOWE ocieplenie. 0608-648-110.

CYKLINOWANIE

CYKLINOWANIE bezpyłowe. 0511-731-383.

CYKLINOWANIE bezpyłowe. 0511-731-383.

MEBLE

MEBLE na wymiar, solidnie. 0504-126-542.

NAPRAWA RTV

TELENAPRAWA, (085)661-76-31, 0602-120-966.

PRZEPROWADZKI

WWW. przeprowadzki.bialystok.pl (085)742-15-28.

OKNA I DRZWI

ATESTOKNA tanio. Handlowa 7, (085)652-70-71.

BIAŁOSTOCKA Fabryka Okien, Pogodna 22, ceny hurtowe,ekspresowe terminy,raty, (085)742-20-08.

OKNA pcv nowe od 135 zł, montaż. (85)675-19-35.

OKNA PCV, najniższe ceny w mieście, profesjonalny montaż. (085)746-14-46, 0600-380-772.

OKNA, drzwi,solidnie, www.atros.pl, (085)744-42-22

DACHY

PAPY termozgrzewalne, solidnie, 0516-321-649.

ŚLUSARSKIE

BALUSTRADY, poręcze i inne wyroby ze stali nierdzewnej, 0781-933-672.

OGRODZENIA, Łomża, 0692-148-426.

INNE

*NAGROBKI granitowe, podwójne już od 5.000 zł.

Wystawa Białystok. 0601-566-181.

USŁUGI BHP, 0601-665-334, 0691-496-415.

ROLNICTWO

SZAMBA przyborowe prostokątne, okragle, płyty, silosy, obory. Kompleksowo, 0501-408-363.

IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE

ZESPÓŁ muzyczny Puls, tel. 0502-365-319.

MATRYMONIALNE

BIURA MATRYMONIALNE

MARIAŻ. (085)675-13-15, 0604-167-379.

ZLEĆ OGŁOSZENIE DROBNE do Gazety Współczesnej

SMS-em

Jak zlecić ogłoszenie?

- Wpisz w telefonie komórkowym dowolnej sieci SMS-a z treścią ogłoszenia. Zaczynaj od podania kodu złożonego z nazwy naszej gazety, czyli WSP i numeru rubryki, w której ma się znaleźć ogłoszenie, np. 01, a dalej - po kropce - jego treść. Całość powinna wyglądać tak (prosimy nie używać polskich znaków):
WSP09.kupie mieszkanie, tel. 123456
- Wyślij SMS-a z treścią ogłoszenia pod numer 91968. Każdorazowe przesłanie SMS wiąże się z naliczeniem opłaty przez operatora w wysokości **23,18 PLN z VAT** (19 PLN + VAT).
- Otrzymasz potwierdzenie przyjęcia ogłoszenia z naszego Biura Reklamy, które sprawdzi czy jest ono zgodne z zasadami określonymi w regulaminie przyjmowania ogłoszeń.
- Twoje ogłoszenie znajdzie się w Gazecie Współczesnej w najbliższym możliwym terminie.
- Wiadomość SMS pod numer 91968 może być przesłana przez Ogłoszeniodawcę raz na 15 minut.
- Dozwolona liczba znaków w SMS-ie (wraz ze spacjami i interpunkcją) nie może przekroczyć 130.
- Regulamin wysyłania i publikowania ogłoszeń przez SMS dostępny jest na stronie internetowej www.wspolczesna.pl



Wykaz rubryk - ogłoszeń SMS

- 01 Praca/zatrudnię
- 02 Praca/szukam pracy
- 03 Automoto/kupię
- 04 Automoto/sprzedam
- 05 Automoto/inne
- 06 Automoto/inne
- 07 Nauka
- 08 Nieruchomości/sprzedam
- 09 Nieruchomości/kupię
- 10 Nieruchomości/poszukuję
- 11 Nieruchomości/zamienię
- 12 Nieruchomości/wynajmę
- 13 Nieruchomości/stancje
- 14 Komputery
- 15 Turystyka
- 16 Zwierzęta
- 17 Biznes
- 18 Rolnictwo/sprzedam
- 19 Rolnictwo/kupię
- 20 Różne/sprzedam
- 21 Różne/kupię
- 22 Różne/inne
- 23 Maszyny i urządzenia
- 24 Materiały budowlane
- 25 Życzenia
- 26 Zakupy
- 27 Zdrowie
- 28 Usługi

INFORMACJA O OCHRONIE DANYCH OSOBOWYCH

Media Regionalne Spółka z o.o. informuje, że dane osobowe Ogłoszeniodawców (osób fizycznych) są przetwarzane przez wydawcę „Gazety Współczesnej” wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszeń i reklam, wystawienia faktury VAT i sprawozdawczości finansowej. Dane osobowe nie są udostępniane osobom trzecim ani przetwarzane w innych celach. Ogłoszeniodawcy mają prawo do wglądu i poprawiania danych.

KUPON NA OGŁOSZENIE DROBNE

wyd. codzienne - jedna linia: **5,50 zł**, wyd. magazynowe - jedna linia: **11 zł**
łącznie z adresem (telefonem)

W jednej linii ogł. mieści się około 47 znaków (w pierwszej linii 43 znaki). Za znak uważa się każdą literę, cyfrę, przerwę między wyrazami, nawias, znak interpunkcyjny. Zapis numeru tel. (0-00)000-00-00, kom. 0-000-000-000	
---	--

W jednej linii ogł. mieści się około 47 znaków (w pierwszej linii 43 znaki).
Za znak uważa się każdą literę, cyfrę, przerwę między wyrazami, nawias, znak interpunkcyjny.
Zapis numeru tel. (0-00)000-00-00, kom. 0-000-000-000

Ilość publikacji wyd. zwykłe wyd. magazynowe 1 linia x 5,50,- x 11,00,- 2 linie x 11,00,- x 22,00,- 3 linie x 16,50,- x 33,00,-	dane klienta: adres, kod pocztowy: Upoważniam Media Regionalne Sp. z o.o. do wystawiania faktur bez mojego podpisu.
--	---

- Kupony przyjmują nasze biura ogłoszeń i współpracujące agencje (adresy w gazecie). Kupon wraz z dowodem wpłaty na konto w Deutsche Bank Polska SA nr 7818800090000001101214002 można również przestać pod adresem: Gazeta Współczesna, 15-419 Białystok, ul. Św. Mikołaja 1 z dopiskiem Biuro Ogłoszeń.
- Publikacja pierwszego ogłoszenia nie później niż w ciągu 7 dni od daty otrzymania kuponu.
- Wydania codzienne gazety: poniedziałek - czwartek, wydanie magazynowe: piątek.
- W cenę został wliczony podatek VAT 22%.
- Ważne są tylko kupony wycięte z gazety.

Podane dane osobowe będą przetwarzane przez Media Regionalne Sp. z o.o. wyłącznie dla potrzeb realizacji zamówienia.

Zakreśl wybraną rubrykę ☐ UBEZPIECZENIA ☐ NAUKA ☐ TURYSTYKA ☐ USŁUGI ☐ budowa, remont ☐ AGD, RTV ☐ transport ☐ inne ☐ MEBLE	☐ PRACA ☐ zatrudnię ☐ szukam pracy ☐ NIERUCHOMOŚCI ☐ kupię ☐ sprzedam ☐ poszukuję ☐ zamienię ☐ wynajmę ☐ stancje ☐ KOMPUTERY ☐ ZWIERZĘTA ☐ BIZNES	☐ ROLNICTWO ☐ kupię ☐ sprzedam ☐ inne ☐ KOSZTY ☐ hurtownie ☐ sklepy ☐ produkcja ☐ antykwariaty ☐ KOOPERACJA ☐ HYDRAULIKA
---	--	---

Do koloru do wyboru.
Kolorowe ogłoszenia drobne w Gazecie Współczesnej.

GAZETA WSPÓŁCZESNA

RADIO

> JARD

Wiadomości. 7.00-22.00 5 minut przed pełną godziną; Prognoza pogody: o równej godzinie (przez całą dobę) Fotoradary. 8.00 do 17.00 (1 minutę po pełnej godzinie); przegląd prasy. 7.20, 8.20, 9.20; Konkursy. 8.40, 10.40, 17.10; Poranek z Radiem JARD. 6.00-9.00; Program religijny. 6.10 w każdą niedzielę; Ciekawostki cenowe. 8.30, 10.30, 12.30, 6.30, 18.30, 20.30; Dzień z Radiem JARD. 9.00-16.00; Rozmowa dnia. 10.10 pon.-pt.; Ciekawostki motoryzacyjne. 10.30, 16.30, 20.30; Jak i gdzie przyjemnie spędzić czas. JARD 2 poleca. 8.35, 9.30, 11.30, 13.30, 17.30, 19.30, 21.30; Informator medyczny. 11.40 w każdą niedzielę; Pozdrowienia ultra-krótkie. 12.00-14.00, 20.00-22.00; Audycja dla dzieci i młodzieży. 15.10 w każdą niedzielę; Wieczór z Radiem JARD. 16.00-22.00; Piosenki z Listy przebojów Greatest Hits 18.00-19.00; Przegląd wydarzeń kulturalnych. 21.10 pon. pt.; Lista przebojów Greatest Hits. po godz. 22.00 w każdy piątek; Sport w Radiu JARD. 21.35 w każdą niedzielę; Noc z Radiem JARD. 22.00-6.00.

> JARD 2

Stałe bloki programowe. 7-10 Poranek z Radiem JARD 2; 10-14 Dzień z Radiem JARD 2; 14-18 Popołudnie z Radiem JARD 2; 18-22 (24) JARD Mega SMS-Beat; 22-7 Noc z Radiem JARD 2. muzyka non-stop. Stałe punkty programowe. Wiadomości codziennie od 8 do 18. minutę przed pełną godziną; Prognoza pogody. od 7 do 22. od 8

do 18 cztery minuty po pełnej godzinie, o 7 oraz od 19 do 22 minutę przed pełną godziną; Informacje dla kierowców. Od 8 do 18. trzy minuty po pełnej godzinie; Propozycje kulturalne. Jak i gdzie przyjemnie spędzić czas. JARD 2 poleca. 8.35, 10.35, 12.35, 14.35, 16.35, 18.30. Powerplay.

> BIAŁYSTOK

Wiadomości Radia Białystok co godzinę; Wiadomości Radia Białystok w skrócie: 6.30, 7.30, 8.30, 9.30, 14.30, 16.30, 17.30; Sport: 7.05, 8.05, 18.05, 20.05, 21.05; Ale jazda: 6.40, 7.40, 8.40, 14.45, 15.45, 16.45; PIG: 8.30; 16.30. 2.00 Raport dnia - wiadomości z regionu, 5.00 Raport dnia - wiadomości z regionu, 5.45 Czarnystok story; 6.00 Nowy Dzień, prow. Monika Selimi; 9.00 Najbliższe Ciebie, Prow. Dorota Sokołowska i Wojciech Kujawowicz; 11.30 Czarnystok story; 12.20 Czytam Książki; 13.30 Zielone oko, aud. Anety Gałaburdy; 14.00 Tu i teraz, Prow. Andrzej Ryczkowski; 16.45 Czarnystok story; 17.15 Reportaż; 18.00 Lista Przebojów Radia Białystok, prow. Kamil Kalicki; 19.05 Forum Podlasia, prow. Lech Piliński; 19.30 Litewski Magazyn Radiowy, aud. Zyty Wasiluk; 19.45 Pod znakiem Pogoni, aud. Radosława Dąbrowskiego; 20.00 Strefa Dobrej Muzyki, prow. Tomasz Piekarski; 22.00 Raport dnia - wiadomości z regionu; 22.30 Reportaż; 23.00 Wiadomości; 23.15 Nocna Orkiestra Radia Białystok;

2.00 Nocna Orkiestra Radia Białystok.

> RMF FM

Poniedziałek - piątek 0.00-6.00 pr. nocny; 6.00-9.00 pr. poranny. Jestem w Szoku; 9.00-13.00 pr. przedpołudniowy; 13.00-17.00 pr. popołudniowy LIS-VEGAS; 17.00-20.00 Lista przebojów HOP-BEC; 20.00-0.00 program wieczorny świat według Karpia. Sobota - niedziela 0.00-8.00 program nocny; 8.00-13.00 pr. przedpołudniowy; 13.00-18.00 pr. popołudniowy. Muza pod Waszym Nadzorem.; 18.00-22.00 program wieczorny. Bit or not to Bit; 22.00-0.00 pr. nocny.

> RADIO 5

Wiadomości co godzinę 6.00-22.00; Prognoza pogody co godzinę 6.00-22.00. 5.08 Kalendarium; 5.35, 6.35, 7.20 Horoskopy; 6.10 Urodzeni dzisiaj... 6.20 Echo najważniejszych wydarzeń wczorajszego dnia; 6.25 Kalendarium + imieniny + piosenka dla solenizantów; 6.45 Przegląd prasy; 7.20 Echo najważniejszych wydarzeń wczorajszego dnia; 7.45 Przegląd prasy; 8.35 Wybór piosenki dnia; 10.20 Pięć minut z polityką; 11.15 Gość Radia 5; 11.35 Telefon dla Ciebie; 12.20 Porady prawnika oraz Studio Infor; 12.30-13.00 Grająca Szafa Radia 5; 13.40 Quiz; 15.10-16.00 Grająca Szafa Radia 5; 15.20 Kłaskon; 17.00-18.00 Echo wielkiego świata. 18.30 Audycja. POPCORN MEGA SHOW; 18.35 Pakietki; 18.40 Quiz; 20.15 Opowieści nie całkiem zwyczajne.

Plotki, ploteczki...

Królowa otworzyła parlament



Królowa Elżbieta II we środę uroczyście otworzyła kolejną sesję brytyjskiego parlamentu. Jak zawsze przy tego typu okazjach, towarzyszył jej mąż książę Filip.

Japonia Johna kocha bardziej



John Cusack promował w środę w Japonii film „2012”. Mimo że w ekipie obecna była też m.in. znana aktorka Amanda Peet, jednak to Cusack był najbardziej oblegany przez fanów.

Krzyżówka

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Litery z pól: J-6, E-2, J-2, F-7, B-1, D-7, F-7 utworzą CZWARTĄ /ostatnią/ część przysłowia łacińskiego.

POZIOMO: 1/ bunt, rokosz. 2/ stolica Włoch. 3/ kawałek drewna na podpałkę. 4/ serce świecy. 5/ ciągnie wilka do lasu. 6/ sprzeczka. 7/ serial z Lubiczami. 8/ Watykan we Włoszech. 9/ wystawowe w sklepie. 10/ wodospad na granicy USA z Kanadą.

PIONOWO: A/ pomoc w niebezpieczeństwie. B/ chińska żywica. C/ używana do usuwania zarostu z twarzy. D/ gaz z reklamy. E/ zwierciadło. F/ rybnie jaja. G/ trunek. H/ reperacja. I/ część drzewa. J/ statek żaglowy z XV wieku.

„GENTO”

KUPON 46/D

TVP 1



22.05 Zagubieni, Serial przygodowy, USA 2009, 50 mi n Sawyer jest pewien, że Ben pomógł Sayidowi w ucieczce. Jin zanosí małego Bena do obozu Dharmy. Juliet próbuje ratować chłopca, ale niezbędna jest pomoc chirurga.

6.00 Kawa czy herbata?; 8.50 Rozmowa Jedynki; 9.00 I kudłate, i łaciate (7) - program dla dzieci; 9.15 Dlaczego? Po co? Jak? (5); 9.30 Tropiciel zagadek (12) - serial animowany; 10.05 Fantaghiro (12) - serial animowany; 10.30 Telezakupy; 11.05 Cztery koła ratunkowe (7) - magazyn poradnikowy; 11.25 Zwierzęta w niebezpieczeństwie (6/7) - serial dokumentalny; 12.00 Wiadomości; 12.10 Agrobiznes; 12.25 Europa bez miedzy - cykl reportaży; 12.40 Plebania (1383); 13.10 Klan (1771); 13.35 Przebojowa noc; 14.00 Ponad chodnikami - film dokumentalny; 14.30 My, wy, oni (288); 15.00 Wiadomości, pogoda; 15.13 Londyńczy (10/16) - serial obyczajowy; 16.05 Moda na sukces (4576, 4577); 17.00 Teleexpress; 17.20 Celownik; 17.35 Klan (1772); 18.00 Plebania (1384); 18.25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny; 19.00 Wieczorynka; 19.30 Wiadomości, sport, pogoda; 20.25 Londyńczy (11) - serial obyczajowy; 21.20 Sprawa dla reportera; 22.05 Zagubieni (11) - serial przygodowy, wyk. Naveen Andrews, Henry Ian Cusick; 22.55 Leksykon PRL; 23.10 Okrutna wyliczanka - thriller, Australia 2005, wyk. Teo Gebert; 0.45 Katastrofa - thriller, Niemcy/Szwajcaria 2006, wyk. Ralph Gassmann, Johanna Bantzer; 2.20 Notacje (500) - serial dokumentalny

TVP 2



20.40 Dr House, Serial obyczajowy, USA 2008, 60 mi n Zespół bada primabalerinę, która dostała duszności podczas próby. W szpitalu skóra tancerki zaczyna odchodzić od ciała. House boi się, że Amber może być groźna.

6.30 Telezakupy - program reklamowy; 7.05 Ulica lemurów (9) - serial dokumentalny; 7.35 Bibi Blocksberg (26/26) - serial animowany; 8.10 Barwy szczęścia (162) - serial obyczajowy; 8.45 Pytanie na śniadanie - magazyn; 11.00 Głoty (14) - teleturniej; 11.30 Boskie oblicze - film dokumentalny; 12.10 Kawiarnia naukowa - rozmowa; 12.40 Australia - królestwo papug - film dokumentalny; 13.45 Córki McLeoda (146) - serial obyczajowy; 14.40 Święta wojna (311) - serial komediowy; 15.15 Szansa na sukces - rozrywka; 16.20 Droga (5) - serial obyczajowy; 17.30 Program lokalny; 18.00 Doktor Martin (6/23) - serial obyczajowy; Wielka Brytania 2004. Całe miasteczko wrze od plotek na temat fobii doktora Martina. Stała się ona nawet tematem gorącej dyskusji radiowej; 19.00 Dzieciaki góra (45) - teleturniej; 19.35 Nagroda literacka im. Józefa Mackiewicz - reportaż; 20.05 Barwy szczęścia (341) - serial obyczajowy; 20.40 Dr House (109) - serial obyczajowy; 21.40 Tancerze (19) - serial obyczajowy; 22.35 Tancerze - kulisy (19); 22.45 Panorama, sport, pogoda; 23.25 Trzeci oficer (11) - serial kryminalny; 0.20 Oczy Angeli (12/13) - serial kryminalny; 1.10 Dr House (109) - serial obyczajowy; 2.00 „Zapatrzeni w siebie” - piosenki Marka Grechuty - koncert

TVP BIAŁYSTOK



20.00 Serwis info, Magazyn informacyjny, Polska 2009 Aktualne wiadomości z kraju i ze świata. Relacje korespondentów na temat bieżącej sytuacji politycznej, społecznej i gospodarczej. Codzienny profesjonalny serwis informacyjny.

7.45 Obiektyw; 8.01 Gość poranka; 8.15 Serwis informacyjny; 8.45 Jesteśmy; 9.00 Serwis info, pogoda; 9.11 Gość poranka; 9.22 Serwis informacyjny; 10.15 Biznes - otwarcie dnia (333); 10.30 Serwis info, pogoda; 10.45 Gość poranka; 10.55 Serwis informacyjny; 11.15 Info świat; 11.25 Serwis informacyjny; 12.15 Biznes (206); 12.30 Serwis informacyjny; 13.10 Raport z Polski; 13.25 Serwis informacyjny; 14.15 Biznes (335); 14.30 Serwis informacyjny; 15.10 Raport z Polski; 15.30 Serwis informacyjny; 16.00 Rozmowa dnia; 16.15 Info świat; 16.30 Serwis info, pogoda; 16.45 Gość dnia; 16.50 Warto tam być...; 17.00 Ahora Espanol; 17.15 Raport z Polski; 17.30 Obiektyw; 17.50 Szerokiej drogi!; 17.57 Warto tam być...; 18.00 Przystanek kultura; 18.15 Apetyt na czytanie; 18.25 Jest sprawa; 18.50 Stacja PRL; 19.15 Gość dnia; 19.28 Prognoza pogody; 19.32 Raport z Polski; 19.51 Biznes (39); 20.00 Serwis info; 20.10 Minęła 20-ta, pogoda; 21.07 Telekurier - bliżej siebie; 21.30 Serwis info, pogoda; 21.45 Obiektyw; 22.00 Minął dzień; 22.36 Plus minus - zapowiedź programu; 22.38 Prognoza pogody; 22.45 Plus minus; 23.00 Serwis informacyjny; 23.48 Patrol; 0.06 Odwet boliwijskich Indian - film dokumentalny; 1.05 Minęła 20-ta

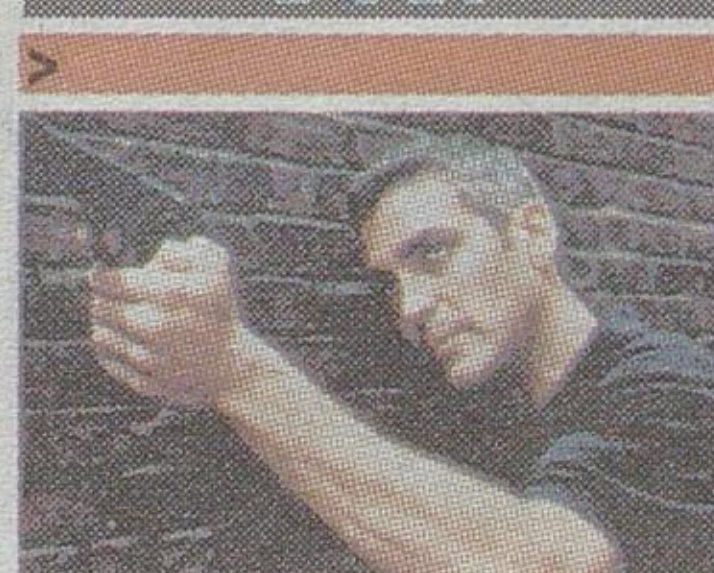
POLSAT



21.00 Uliczny wojownik, Film sensacyjny, USA 1994, 140 mi n Na Syberii doszło do potężnej eksplozji. Wybuchu nuklearnego o dużej sile rażenia nikt się nie spodziewał. Doktor Kelly od początku śledztwa nie wierzy, że eksplozja była przypadkowa.

5.15 Wstawaj! Gramy!; 6.00 Nowy dzień z Polsat News (141); 7.00 TV market; 7.15 Wielka wygrana (616) - teleturniej; 8.00 Sabrina, nastoletnia czarownica (161, 162); 9.00 Świat według Kiepskich (39, 40); 10.00 Daleko od noszy (82) - serial komediowy; 10.30 Daleko od noszy (83) - serial komediowy; 11.00 Malanowski i Partnerzy (131); 11.30 Samo życie (1357); 12.00 Rodzina zastępcza plus (256) - serial komediowy; 13.00 Sabrina, nastoletnia czarownica (163) - serial komediowy; 13.30 Kabaret na Topie (8) - kabaret i satyra; 14.00 Pierwsza miłość (991); 14.45 Ostry dyżur (16) - serial obyczajowy; 15.50 Wydarzenia, pogoda; 16.15 Interwencja; 16.30 Malanowski i Partnerzy (132) - serial fabularno-dokumentalny; 17.00 Świat według Kiepskich (41, 199) - serial komediowy; 18.00 Pierwsza miłość (992) - serial obyczajowy; 18.50 Wydarzenia, sport, pogoda; 19.30 Samo życie (1358) - serial obyczajowy; 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (99) - serial kryminalny; 21.00 Uliczny wojownik - film sensacyjny, USA 1994, wyk. Raul Julia, Jean-Claude van Damme, Ming-Na Wen; 22.00 Studio Lotto (w przerwie filmu); 23.20 Gotowe na wszystko (102) - serial obyczajowy; Susan spieszy się do pracy, by zarobić pieniądze, dzięki którym MJ będzie mógł uczęszczać do elitarniej szkoły; 0.20 Gotowe na wszystko (103)

TVN



21.30 Peacemaker, Film sensacyjny, USA 1997, 150 mi n Na Syberii doszło do potężnej eksplozji. Wybuchu nuklearnego o dużej sile rażenia nikt się nie spodziewał. Doktor Kelly od początku śledztwa nie wierzy, że eksplozja była przypadkowa.

5.35 Uwaga!; 5.55 Mango Telezakupy; 7.00 Granie na śniadanie; 8.00 BrzydUla (211); 8.30 Dzień dobry TVN - magazyn; 11.00 Na Wspólnej (1188); 11.35 Salon gry - teleturniej interaktywny; 12.10 Mango Telezakupy - program reklamowy; 12.40 Sąd rodzinny - serial fabularno-dokumentalny; 13.40 Detektywi; 14.15 W-11 wydział śledczy; 14.55 Agenci NCIS (20) - serial sensacyjny; 15.55 Rozmowy w toku - talk show; 16.55 Sąd rodzinny - serial fabularno-dokumentalny; 17.55 BrzydUla (212) - serial obyczajowy; Polska 2009. Violetta liczy na to, że zostanie twarzą nowej kolekcji. Piotr podejmuje decyzję w sprawie wyjazdu do Stanów Zjednoczonych; 18.25 Detektywi - serial fabularno-dokumentalny; 19.00 Fakty, sport, pogoda; 19.50 Uwaga!; 20.05 Na Wspólnej (1189) - serial obyczajowy; 20.45 W-11 wydział śledczy - serial fabularno-dokumentalny; 21.30 Peacemaker - film sensacyjny, USA 1997, wyk. George Clooney, Nicole Kidman, Marcel Iures; 0.00 Fringe: Na granicy światów (11) - serial kryminalny; 1.00 Multikino; 1.25 Uwaga!; 1.45 Nocne granie - teleturniej interaktywny; 3.05 Rozmowy w toku; 4.00 Nic straconego - powtórki programów

TV4



20.00 Goło i wesoło, Komedia-dramat, Wielka Brytania 1997, 115 mi n Dwóch bezrobotnych przyjaciół, zainspirowanych popularnością tancerzy Chippendale, postanawia stworzyć grupę rozrywkową występującą z stripteazem.

5.15 Muzyczne listy - magazyn muzyczny; 6.15 TV market - program reklamowy; 6.50 Zbuntowani (96); 7.50 Dziewczyny fortuny - teleturniej; 8.55 Nie igraj z aniołem (123); 9.55 Rodzina Serrano (57); 11.35 Mała czarna - talk show; 12.35 Muzyczne listy - magazyn muzyczny; 13.45 Dekoratornia - dokument fabularny; 14.15 Dziewczyny fortuny - teleturniej; 15.15 Rodzina Serrano (58) - serial komediowy, Hiszpania 2004. Raul potrzebuje pieniędzy na wyjazd z Afriką na Wyspy Kanaryjskie. Postanawia udzielać korepetycji koleżance ze szkoły, której rodzice są bogaci. Jednak lekcje służą jej do szantażowania Raula; 17.00 Mała czarna; 18.00 Zbuntowani (97) - serial obyczajowy, Meksyk 2005. Roberta tłumaczy Mii, że powinna wspierać Miguela. Mia wyznaje przyjaciółce, że nie potrafi pogodzić się z tym, że chłopak przypomniał sobie o Sabinie; 19.00 Nie igraj z aniołem (124) - telenowela; 20.00 Goło i wesoło - komediodramat, Wielka Brytania 1997, reż. Peter Cattaneo, wyk. Robert Carlyle, Tom Wilkinson, Mark Addy; 21.55 Hole In The Wall - rozrywka; 23.00 Wirtualna broń - komedia kryminalna, Francja/Włochy 1997, wyk. Terence Hill, Marvin Hagler, Tommy Lane

TVP POLONIA

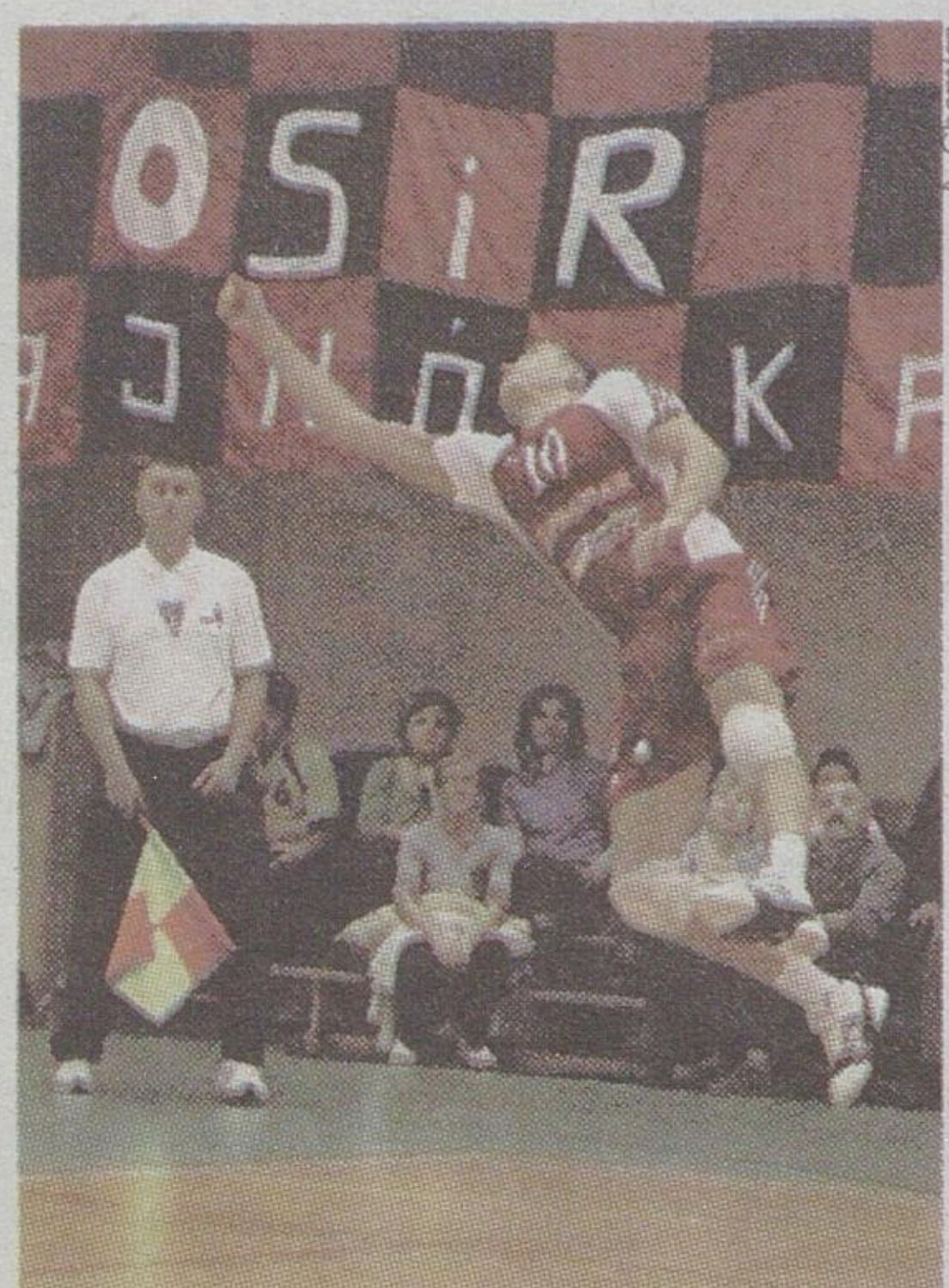


21.25 Pitbull, Serial sensacyjny, Polska 2007, 45 mi n Gebels i Nielat jadą do Ursusa, gdzie znaleziono zwłoki radnego. W centrum handlowym zamachowiec próbuje zastrzelić Kwadrata. Despero jedzie na miejsce wydarzeń.

5.05 Tomasz Lis na żywo; 6.00 Kawa czy herbata?; 8.50 Rozmowa Jedynki; 9.00 Budzik (320); 9.30 Orlik, gola (8); 9.45 Raj (290); 10.10 Made in Poland (232) - teleturniej; 10.40 Zawód: reżyser (4); 11.10 W rajskim ogrodzie (19); 11.30 Plebania (1378); 12.00 Wiadomości; 12.10 Klan (1756); 12.35 Tydzień polski; 13.05 Łączy nas Polska (103); 13.20 Barwy szczęścia (147); 13.50 Złote Kaczki 2009 - Stulecie polskiego kina (1/2); 14.30 Złote Kaczki 2009 - Stulecie polskiego kina (2/2); 15.10 Bronisław Wildstein przedstawia; 15.40 Ze względu na Jezusa - film dokumentalny; 16.05 Raj (290) - program dla młodzieży; 16.30 Polska dobrze smakuje (9) - Teleexpress; 17.20 Budzik (320) - program dla dzieci; 17.45 Bajkonur, czyli w świecie książek dla dzieci (73); 17.55 Zawód: reżyser (4); 18.25 W rajskim ogrodzie (19); 18.50 Plebania (1378); 19.15 Bolek i Lolek (13); 19.30 Wiadomości, sport, pogoda; 20.15 Klan (1756); 20.45 Zdaleka, a z bliska; 21.25 Pitbull (12) - serial sensacyjny; 22.10 Magazyn Ekspresu Reporterów; 23.05 Pobyt czasowy - film dokumentalny; 23.30 Bronisław Wildstein przedstawia; 0.00 Serwis info, pogoda; 0.15 W rajskim ogrodzie (19); 0.35 Sposób na zdrowie (11); 0.50 Plebania (1378); 1.15 Bolek i Lolek (13); 1.30 Wiadomości, sport; 2.05 Powtórki programów



Siatkówka >> I liga
Szybki, dziwny,
zły mecz



Daniel Saczko był rozczarowany grą jego drużyny

Po dwóch dobrych, zwycięskich spotkaniach, Pronar Parkiet Hajnówka zawiódł w Świdniku. Przegrał ważny mecz z Avią 0:3.

Wynik mógł być inny.

– Graliśmy punkt za punkt. Niestety, to my w pewnym momencie popełniliśmy serię błędów. Avia nie grała rewelacyjnie, ale my nie pokazaliśmy swoich umiejętności – mówi libero Pronaru Parkiet Daniel Saczko.

Najbliżej zwycięstwa goście byli w drugim secie. Zaczęli go od korzystnego wyniku 9:6. I choć rywale w końcówce wygrywali 23:21, hajnowianie doprowadzili do remisu. W najważniejszym momencie nie udało im się jednak skończyć kontry. Przegrali seta, a w trzecim, mimo prób, również okazali się nieco słabsi.

– To był jakiś dziwny mecz. Wszystko szybko się potoczyło i nie po naszej myśli. Szkoda, bo przy grze na naszym normalnym poziomie mogliśmy zdobyć tu punkty – mówi Saczko.

Avia Świdnik – Pronar Parkiet Hajnówka 3:0 (25:19, 27:25, 25:20)
Pronar Parkiet: Zrajkowski, Wójcik, Sacharewicz, Guindo, Żyliński, Staniewski, Saczko (libero) oraz Poinc, Skup, Ignaciuk. (milk)

Siatkówka >> Ślepsk znów z kompletem punktów!

Dali uczniom ostrą szkołę

Rewelacyjny do tej pory SMS Spała nie miał nic do powiedzenia w meczu z suwalskim Ślepskiem.

Miłosz Karbowski
mkarbowski@wspolczesna.pl

Beniaminek pierwszej ligi siatkarki w siódmej kolejce sięgnął po komplet punktów. Uczniowie Szkoły Mistrzostwa Sportowego dostali od naszej ekipy lekcję dojrzałej siatkówki.

– Gramy coraz lepiej. Byliśmy dziś bardzo dobrzy w przyjęciu i w zagrywce. Dzięki naszemu trudnemu serwisowi, zafunkcjonował też blok – mówi trener Ślepska Adam Aleksandrowicz. – Byliśmy dobrze przygotowani do tego spotkania. Tu podziękowania należą się trenerowi Pronaru Hajnówka Pawłowi Blombergowi, który udostępnił nam nagranie. Wyłączyliśmy z gry dwóch, moim zdaniem, najgroźniejszych siatkarzy SMS-u. Poza tym wreszcie zagraliśmy w końcówkach tak, jak powinniśmy, czyli praktycznie bezbłędnie.

Zespół ze Spały po raz pierwszy w tym sezonie zasilili Miłosz Hebda, atakujący, który ma już za sobą debiut w PlusLidze w Skrze Bełchatów. Na niego również goście znaleźli jednak sposób.

W pierwszej partii Ślepsk kilkakrotnie uzyskiwał niewielką przewagę, ale gospodarze wciąż gonili



Trener Adam Aleksandrowicz (z prawej) tym razem mógł tylko bić brawo swoim podopiecznym

suwalczan. Dopiero w końcówce drużyna Aleksandrowicza przesądziła losy seta na swoją korzyść. W drugiej odsłonie meczu goście byli zdecydowanie lepsi. Najtrudniejsza przeprawa czekała ich w trzecim secie.

SMS objął prowadzenie, a na zwrot akcji trzeba było czekać aż do stanu 19:16. W tym momencie Ślepsk zdobył z rzędu cztery punkty, wychodząc na prowadzenie. Suwalczanie poszli za ciosem i pewnie wygrali do 21. Silnym punktem zespołu był drugi rozgrywający Łukasz Augustynowicz,

który zastąpił kontuzjowanego Jacka Malczewskiego.

– Łukasz to bohater meczu. Umiejętnie rozdzielał piłki, kilka razy zatrzymał też blokiem skrzydłowych. Cieszę się, że naciska Jacka, ta rywalizacja może wyjść drużynie tylko na dobre – mówi Aleksandrowicz.

SMS PZPS I Spała – Ślepsk Suwałki 0:3 (21:25, 15:25, 21:25)
Ślepsk: Augustynowicz, Skrzypkowski, Gołębski, Krzysiek, Szlejtter, Rudzewicz, Knasiecki (libero) oraz Wawrzyniak, Głowczyński. ▲

I liga mężczyzn

Wyniki 7. kolejki: SMS PZPS I Spała – Ślepsk Suwałki 0:3 (21:25, 15:25, 21:25), Avia Świdnik – Pronar Parkiet Hajnówka 3:0 (25:19, 27:25, 25:20), Joker Pila – Morze Bałtyk Szczecin 3:0 (25:18, 25:18, 25:16), Orzeł Międzyrzecz – Fort Kielce 0:3 (15:25, 25:27, 15:25), BBTS Bielsko-Biała – GTPS Gorzów Wielkopolski 3:1 (25:22, 15:25, 25:22, 25:19).
Mecz Trefl Gdańsk – Energetyk Jarwożno zakończył się wczoraj późnym wieczorem. Pauzował: AZS Nysa.

1. Fort	6	17	18:4
2. Joker	7	15	17:9
3. BBTS B.-Biała	6	13	16:9
4. Orzeł	7	13	15:12
5. Trefl	5	11	13:8
6. GTPS G. Wlkp.	7	11	16:15
7. Ślepsk	6	9	11:10
8. Avia	6	9	11:11
9. SMS I Spała	7	8	13:18
10. Morze	6	6	9:14
11. Pronar Parkiet	7	6	9:18
12. Energetyk	6	5	9:15
13. AZS Nysa	6	0	4:18

Siatkówka >> PlusLiga
Nie ma tutaj nietykalnych

Mistrzynie Polski, Muszynianka Muszyna, poniosły klęskę w Dąbrowie Górniczej. Miejscowy MKS nie oddał „Mineralnym” nawet seta i objął przodownictwo w tabeli.

Z wielkich opresji w Bydgoszczy wyszedł drugi faworyt ekstraklasy siatkarek, Aluprof Bielsko-Biała, zamieniając groźbę porażki 0:3 na zwycięstwo 3:2. Przypomnijmy, że swój mecz 5. kolejki PlusLigi białostocki AZS zagrał już we wtorek, łatwo pokonując Gedanię Żukowo 3:0. (milk)

Wyniki 5. kolejki: Pronar Zeto Astwa AZS Białystok – Gedania Żukowo 3:0 (25:19, 25:19, 25:15), PTPS Pila – Budowlani Łódź 1:3 (26:24, 27:29, 22:25, 22:25), Centrostal Bydgoszcz – Aluprof Bielsko-Biała 2:3 (27:25, 25:19, 24:26, 10:25, 10:15), MKS Dąbrowa Górnicza – Muszynianka Muszyna 3:0 (25:17, 27:25, 25:17), Stal Mielec – Gwardia Wrocław 3:2 (25:11, 22:25, 25:13, 25:27, 15:10).

1. MKS D. Górnicza	5	13	14:4
2. Muszynianka	5	12	12:6
3. Aluprof	5	11	13:6
4. Centrostal	5	10	11:7
5. Gwardia	5	9	12:9
6. PTPS Pila	5	6	9:9
7. Budowlani	5	6	8:11
8. AZS Białystok	5	6	7:10
9. Stal	5	2	5:14
10. Gedania	5	0	0:15

Tenis >> W sobotę odbyło się tradycyjne zakończenie Letniej Ligi Tenisowej ośrodka „Stanley”. Nadchodzi sezon zimowy.

Ostatnie miesiące należały do Zdzisława Mozolewskiego

Ostatni akord letniej ligi tenisowej białostockiego ośrodka „Stanley” nastąpił w minioną sobotę w klubie „Zenit”.

Tym razem sportowe koszulki zostały zastąpione przez marynarki. Odbyło się wręczenie pucharów, a potem część nieoficjalna. Najszcześniejszym człowiekiem w sali był Zdzisław Mozolewski, który triumfował w ekstraklidze, a poza tym dotarł do finału Pucharu Ligi.

Poniżej zamieszczamy końcowe wyniki rozgrywek. A już od teraz mogą odbywać się mecze ligi zimowej. Na zgłoszenia organizatorzy czekają do 10 grudnia. Nr telefonu ośrodka „Stanley” to 085 743 47 43.

Ekstraliga

1. Zdzisław Mozolewski, 2. Zdzisław Hryniewicz, 3-4. Piotr Rusiłowicz i Andrzej Wasiluk, 5. Paweł Szpakowicz, 6. Andrzej Prystom, 7. Jacek Klimaszewski, 8.

Ryszard Karadus, 9. Sebastian Grynczel, 10. Sebastian Augustynowicz, 11. Adam Batakiej, 12. Włodzimierz Kleban. Spadek z ligi: 13. Andrzej Maliszewski, 14. Roman Rakowski, 15. Jan Aleksiejuk. Mirosław Kozłowski, który wycofał się z powodu kontuzji, w przyszłym sezonie zagra z „dziką kartą”.

I liga

1. Marek Makal, 2. Błażej Siwiec, 3-4. Andrzej Markiewicz, Albert Augustynowicz – wszyscy z miejsc 1-4 awansowali do ekstraklasy; 5. Miłosz Karbowski, 6. Jarosław Żółdkowski, 7-8. Andrzej Marcuk, Mariusz Baruch, 9. Cezary Tomczak, 10. Stanisław Kulesza, 11. Janusz Wilanowski, 12. Mariusz Klimaszewski, 13. Jan Karpiuk, 14. Jerzy Wojniak, 15. Adam Matreńczyk, 16. Marek Smolkowski, 17. Mariusz Chomko, 18. Waldemar Kardasz. Prawdopodobnie do II ligi spadną zawodnicy z miejsc 13-18.

II liga

1. Iwan Botwin, 2. Jerzy Talarczyk, 3. Michał Pajak, 4. Andrzej Kondej – wszyscy z miejsc 1-4 awansowali do I ligi; 5. Tomasz Pasiuk, 6. Sławomir Dudek, 7. Krzysztof Czaczkowski, 8. Aleksander Wasyluk, 9. Grzegorz Rymaszewski, 10. Mirosław Siemieniuk, 11. Mirosław Doktor, 12. Jerzy Giersberg, 13. Roman Niesterczuk, 14. Jerzy Rojecki, 15-16. Christen Roos, Tomasz Kuchlewski.

Liga powyżej 45 lat

1. Adam Batakiej, 2. Stanisław Kulesza, 3. Jan Aleksiejuk, 4. Jerzy Wojniak, 5. Jerzy Kondej, 6. Antoni Zin, 7. Stanisław Garbacik, 8. Leon Doliński, 9. Eugeniusz Warwiernia, 10. Jan Karpiuk.

Puchar Ligi

Zwycięzca: Paweł Szpakowicz
Finalista: Zdzisław Mozolewski

(milk)



Zdzisław Mozolewski wygrał ekstrakligę i awansował do finału Pucharu Ligi, w którym uległ Pawłowi Szpakowiczowi



Polonia Bytom zaprosiła na testy najlepszego strzelca drugiej ligi, 24-letniego napastnika Resovii Rzeszów Sebastiana Hajduka.

Piłka nożna >> Rozmowa z trenerem Polonii Bytom Jurijem Szatałowem

Chcę ograć Jagę

Krzysztof Sokółski
ksokolski@wspolczesna.pl

Jurij Szatałow jest jednym z trenerskich objawień obecnego sezonu ekstraklasy. Prowadzona przez niego Polonia Bytom zajmuje szóste miejsce w tabeli. W piątek do Bytomia zawita białostocka Jagiellonia. Kibice Jagi dobrze pamiętają Szatałowa. W kwietniu 2006 roku przejął, po Adamie Nawalce, pograżoną w kryzysie drużynę i doprowadził ją do baraży o ekstraklasę. Przegrał je z Arką Gdynia. W czerwcu nieoczekiwanie pożegnał się z Podlasie.

▲ Jakie myśli przychodzą do głowy na dźwięk słowa Jagiellonia? – rozpoczynamy rozmowę z 46-letnim szkoleniowcem.

J. Szatałow: – Że to dobry zespół i w piątek trzeba go ograć.

▲ Nic z przeszłości?

– Oczywiście wspominam czasy, kiedy pracowałem w Białymstoku. Pamiętam pozytywne i negatywne rzeczy z tym związane.

▲ Których jest więcej?

– Pół na pół. Staram się nawet te negatywne zastąpić dobrymi.

▲ Co by się stało, gdyby w czerwcu 2006 roku nie odszedł pan z Jagiellonii?

– Na pewno byłby awans do ekstraklasy. Ale ten awans i tak by nastąpił, bez względu na to, czy zespół prowadziłby Szatałow, czy inny szkoleniowiec. Zresztą tak się przecież stało. A co do mnie? Ja miałem swoje zdanie na pewne sprawy, jeden człowiek w klubie myślał inaczej i się rozstał.

▲ Potem już nie pojawiały się propozycje powrotu do Białegostoku?

– Jakieś luźne rozmowy zostały nawet podjęte. Dokładnie nie pa-



Jurij Szatałow awansował do grona najbardziej cenionych trenerów polskiej ekstraklasy. Jego Polonię Bytom sprawdzi jutro białostocka Jagiellonia.

mieć, w jakim to było okresie. Ale w końcu Jagiellonia zdecydowała się na zatrudnienie innego szkoleniowca.

▲ A co jeśli jeszcze kiedyś w przyszłości pojawi się oferta z Jagi?

– Nigdy nie mów nigdy. Czasami człowiek wchodzi drugi raz do tej samej rzeki.

▲ To jest właśnie ciekawe, że w pańskim przypadku często mó-

wi się o tym, gdzie pan będzie niedługo pracował. A to Lech czy Legia. Polonię Bytom traktuje się jako coś tymczasowego.

– To fakt, że ktoś czasami coś powie, ktoś zadzwoni. Były nawet rozmowy z prezesami klubów. Ale to wszystko patykiem po wodzie pisać. Wyznaję zasadę, że w życiu trzeba opierać się na konkretach. Konkretem jest moja praca w Bytomiu. Przyszedłem do klubu w kryzysowej

sytuacji. Udało się utrzymać zespół w ekstraklasie. Teraz wprowadzam własne pomysły i można powiedzieć, że w Bytomiu realizuję się jako szkoleniowiec.

▲ Pańskie pomysły wypalają do tego stopnia, że już mówi się, że celem Polonii jest piąte miejsce w tabeli.

– Ja tak mówię? Dla mnie najważniejsze jest każde najbliższe spotkanie. Nie myślę o miejscach na koniec

sezonu. Nie żyję tym, co będzie za tydzień, dwa, trzy. Koncentruję się na najbliższym meczu. W tym akurat przypadku na pojedynku z Jagiellonią.

▲ I do jakich wniosków pan dochodzi?

– Że możemy spodziewać się ciekawego meczu. Nie zapewniam, że widowisko będzie takie jak w Chorzowie, gdzie Jaga przegrała z Ruchem 2:5. Ale sądzę, że będzie ciekawie. Jagiellonia piłkarsko prezentuje się bardzo dobrze. Dysponuje świetną drugą linią, posiada klasowych napastników. Jednak Polonia też radzi sobie całkiem nieźle. Również mamy mocną pomoc. Do tego tracimy mało bramek.

▲ Gdyby prezesi Polonii znaleźli pieniądze na transfery, wyłożyłby pan je na zawodników Jagiellonii?

– Mam bardzo dobre zdanie o Brazylijczyku Bruno. To on w dużej mierze decyduje o obliczu białostockiego zespołu. Jest dobrze motorycznie i taktycznie przygotowany do gry. No i duet napastników Frankowski – Grosicki. Drugiego takiego nie ma w ekstraklasie. Chyba trener każdego zespołu chciałby mieć tych piłkarzy w swoim składzie. ▲ Wyczuwa pan dodatkową temperaturę, że do Bytomia przyjeżdża zespół prowadzony przez byłego trenera Polonii Michała Probiezka?

– Raczej nie. Członkowie sztabu szkoleniowego, z którymi pracuję, a którzy wcześniej pomagali trenerowi Probiezowi, bardzo pochlebnie się o nim wypowiadają. Chwała warstata i ogólnie pozytywnie wyrażają się jako o człowieku. Działacze też nie szczędzą mu dobrych słów. Osobiście jakoś szczególnie z Michałem się nie znamy, ale parę razy się spotkaliśmy. Cenię go i uważam za dobrego fachowca. ▲

Piłka nożna >> W Wysokiem Mazowieckiem pojawili się zawodnicy z Ukrainy
Freskovita wygrała z Olimpią

Pilkarze Freskovity Wysokie Mazowieckie, mimo że zakończyli już jesienią część sezonu, nie rozpoczęli jeszcze urlopów. W drugoligowym klubie panuje obecnie okres roztrenowania. Wczoraj „mleczni” rozegrali sparing z Olimpią Zambrów.

Mecz odbył się na boisku w Dąbrowie Wielkiej, położonej w pobliżu Wysokiego Mazowieckiego. Grano ośmiu na ośmiu. Freskovita zwyciężyła 6:3.

W spotkaniu testowanych było dwóch ukraińskich zawodników – obrońca i napastnik. Ten drugi zdobył nawet dwa gole. Do siatki trafiali też Michał Twardowski (również dwukrotnie) i Tomasz Bzdęga. Statystyki uzupełnia samobójcza bramka.

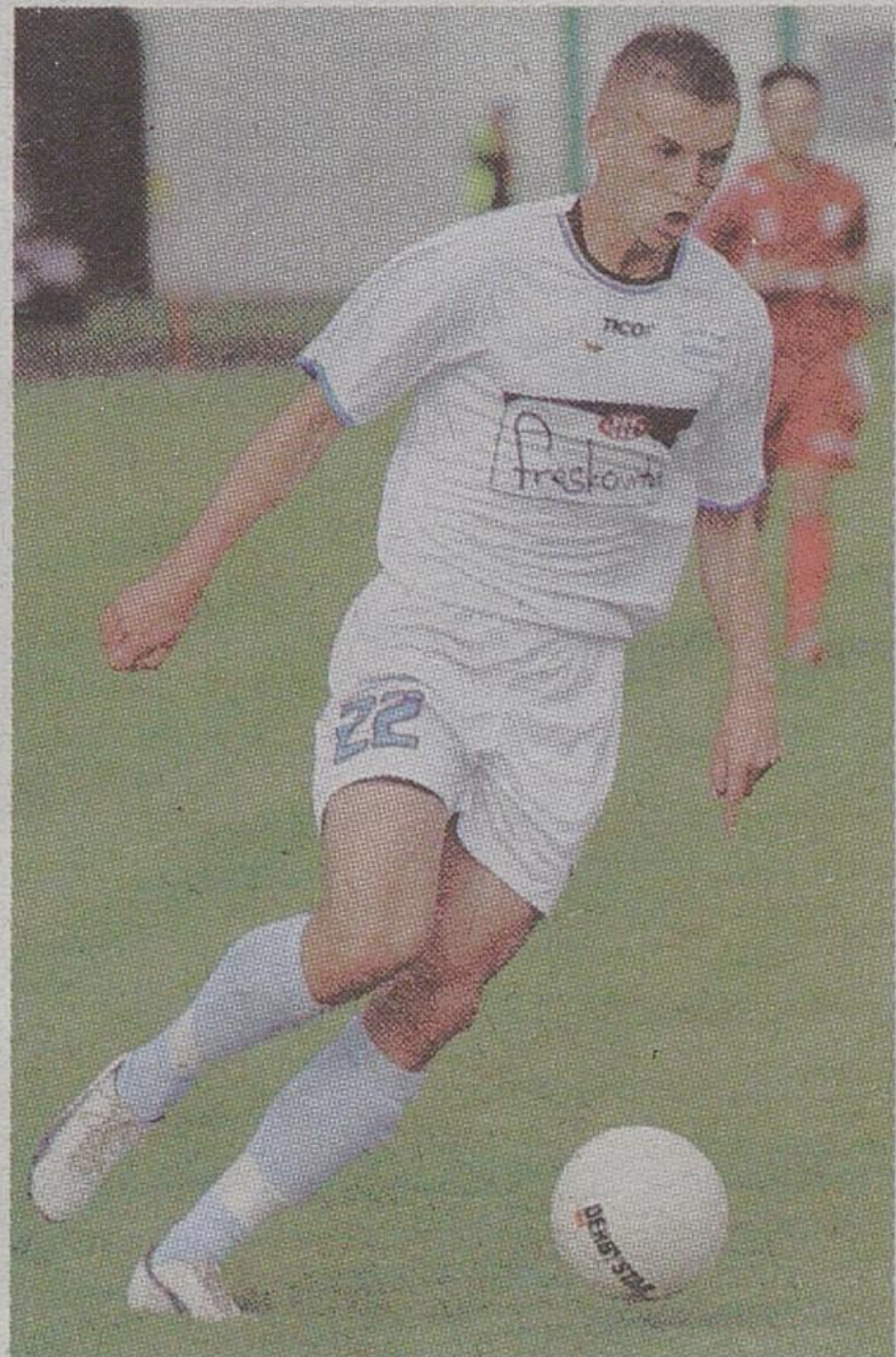
Nazwiska testowanych Ukraińców utrzymywane są w tajemnicy. Podob-

nie jak innych zawodników znajdujących się na liście życzeń Freskovity.

– Szukamy obrońcy, pomocnika i napastnika – mówi trener Piotr Zajączkowski.

Przypomnijmy, że w zespole Freskovity doszło już do sporych zmian. Drużynę opuścili: Wojciech Kobeszko, Krzysztof Zalewski, Tomasz Jakuszewski, Grzegorz Jóźwiak i Łukasz Grzybowski. Odnosnie Jakuszewskiego, to we wczorajszym sparingu bronił barw trzecioligowej Olimpii i wszystko wskazuje, że na stałe przeniesie się do Zambrowa.

Jakuszewski strzelił jedną z bramek dla zambrowian. Jego wyczyn skopiowali Łukasz Wójcik oraz Paweł Olszewski. W ekipie Olimpii pokazał się również przymierzany do składu Radosław Korzątkowski (ostatnio Supraślanka). (KS)



Tomasz Bzdęga zdobył jedną z bramek dla Freskovity

Piłka nożna >> Wigry zagrają w Niecieczy
Walkowerem z Elblągiem

Wydział Gier PZPN podjął przedwczoraj wieczorem korzystne dla suwalczan decyzje w sprawie odwołanych spotkań 18. i 19. kolejki. Za nieprzystąpienie do meczów z Wigrami oraz OKS Olsztyn, walkowerami została ukarana Olimpia Elbląg. Nierozegrane w ubiegłą środę z powodu ulewnych deszczów na południu Polski trzy spotkania II ligi, wśród nich LKS Nieciecza – Wigry, wyznaczone zostały na najbliższą sobotę, 21 listopada, na godz. 12.

– Z Olimpią wolelibyśmy wygrać na boisku, a nie przy zielonym stoliku – mówi Grzegorz Wołagiewicz, prezes suwalskiego klubu. – Elbląkanie, tłumacząc się epidemią grypy w drużynie, nie przyjechali do nas ani 7, ani 15 listopada. Najwiedoczniej, PZPN uznał, że tej choroby nie leczy się tak długo – dodaje.

Wigry zadowolone są z faktu, że mecz z LKS Niecieczą, wiceliderem tabeli, nie został przełożony na wiosnę. Podopieczni Zbigniewa Kaczmarka ostatnio spisywali się bardzo dobrze. Na wyjeździe pokonali przodującyą stawkę Świt Nowy Dwór. Z Niecieczy chcą przywieźć przynajmniej jeden punkt.

– Teraz mamy mocną drużynę – uważa Wołagiewicz. – Do wiosennych rozgrywek możemy, niestety, przystąpić w osłabionym składzie – narzeka.

Wczoraj, w tylko jednym treningu Widzewa Łódź, lidera Unibet I ligi, mieli być testowani Michał Danilczyk i Sebastian Radzio. Pozwolenia na udział w piątkowym sparingu w barwach drugoligowego Pelikana Łowicz nie otrzymali zaś Jakub Kowalski i Michael Sanni. (ab)

Polska
Kanada

1:0

Avia Świdnik
Pronar Parkiet

3:0

SMS I Spółka
Ślepsk Suwałki

0:3

GW sport

www.wspolczesna.pl

Wczoraj o punkty w I lidze w wyjazdowych spotkaniach walczyli siatkarze z Hajnówki i Suwałki. >>14



ISSN 0137-9488



Piłka nożna >> 1:0 z Kanadą. Polska reprezentacja powoli wstaje z kolan.

Krocze do przodu

Polska reprezentacja wreszcie wygrała. Biało-czerwoni zasłużenie pokonali Kanadę. Rywal był bardzo słaby, ale w tym momencie liczy się tylko zwycięstwo naszych piłkarzy.

Krzysztof Sokółski
ksokolski@wspolczesna.pl

Polacy ogromnie potrzebowali wygranej. Wyczekiwał jej trener Franciszek Smuda, który w sobotnim debiucie musiał przełknąć gorycz porażki (0:1 z Rumunią). Gra biało-czerwonych daleka była od ideału, ale i tak wyglądała o niebo lepiej niż w starciu z Rumuniam.

Siatkówka >>

Falstart naszych mistrzów Europy

Polacy przegrali pierwszy, historyczny mecz naszej reprezentacji w Pucharze Wielkich Mistrzów. Biało-czerwoni nie zdołali zatrzymać grających jak natchnieni gospodarzy turnieju – Japończyków.

Kluczowy moment nastąpił w czwartym secie. Przy stanie 12:12, Azjaci zanotowali serię pięciu wygranych punktów, w tym trzech z rzędu po asach serwisowych Shimizu. Gospodarze do końca spotkania byli nie do zatrzymania, maksymalnie ryzykując w ataku i zagrywce.

▲ Japonia – Polska 3:2 (22:25, 25:15, 21:25, 25:21, 15:10). Polska: Bąkiewicz, Możdżonek, Łomacz, Kurek, Gromatowski, Piński, Ignaczak (libero) oraz Nowakowski, Jarosz, Ruciak, Woicki, Bartman.
Pozostałe wyniki pierwszego dnia:
Egipt – Iran 2:3 (25:21, 20:25, 21:25, 25:17, 10:15), Kuba – Brazylia 2:3 (22:25, 26:24, 18:25, 25:23, 10:15).
1. Japonia 1 2 108:96
2. Brazylia 1 2 112:101
3. Iran 1 2 103:101
4. Egipt 1 1 101:103
5. Kuba 1 1 101:112
6. Polska 1 1 96:108

Za zwycięstwo, niezależnie w jakim rozmiarze, zespół dostaje dwa punkty, za porażkę jeden. O miejscu w tabeli decyduje najpierw liczba zwycięstw, potem stosunek małych punktów (podane w tabeli), dopiero później stosunek setów.
2. kolejka: Iran – Brazylia, Polska – Kuba (godz. 7.30, transmisja w Eurosport 2, powtórka o godz. 10 w głównym Eurosporcie), Egipt – Japonia. (milk)

Inna sprawa, że rywal nie prezentował nadzwyczajnej klasy. – Wyszliśmy na boisko ze zbyt dużym respektem dla Polaków – przyznał w przerwie meczu najbardziej znany kanadyjski piłkarz (zresztą Polak z pochodzenia) Tomasz Radzinski.

Gospodarze objęli prowadzenie w 18 minucie pojedynku. Po „miękkim” dośrodkowaniu Ludovica Obraniaka, piłkę głową w polu karnym zgrał Kamil Kosowski, a pięknym strzałem popisał się Maciej Rybus. Na gola naszej reprezentacji czekaliśmy 388 minut!

Ale doczekaliśmy się, a mogliśmy zobaczyć i następne gole. Bardzo aktywny był Sławomir Peszko, uderzeniami z dystansu straszył Dariusz Dudka. Popełniający błąd za błędem na początku meczu Lars Hirschfeld, w drugiej części spotkania dokonywał cudów w bramce.

Tuż przed ostatnim gwizdkiem sędziego bliski szczęścia był wprowadzony w 88 minucie na boisko Patryk Małecki. Piłka po jego strzale trafiła w słupek kanadyjskiej bramki.



Ludovic Obraniak (w środku) w starciu z Tomaszem Radzinskim (z lewej)

– Wykonaliśmy mały krok do przodu – powiedział po meczu Kamil Kosowski. – W Bydgoszczy trochę otuchy dodali nam kibice (na trybunach zasiadło ponad 10 tys. widzów – przyp. red.). Ich doping bardzo mógł zwłaszcza młodym zawodnikom – dodał Kosowski.

Zwycięstwem z Kanadą polska reprezentacja zakończyła tegoroczny występ. Był to rok kosztowny. Przynajmniej na samym finiszu biało-czerwoni dali swoim kibicom trochę odrobiny radości. Nikt nie ma jednak wątpliwości, że Smudę czeka następne wyzwanie.

▲ Polska – Kanada 1:0 (1:0)
Bramki: 1:0 – Rybus 18.

Polska: Kuszczak (46 Szczepny) – Rzeźniczak (65 Kowalczyk), Żewłakowski, Sadlok, S. Gancarczyk – Peszko, Dudka, Obraniak (88 Małecki), Kosowski (69 J. Gancarczyk) – Rybus (77 Majewski), Lewandowski.

Kanada: Hirschfeld – Klukowski, Stalteri, McKenna, Jakovic – Hutchinson, de Jong (70 Simpson), de Guzman, Peters – Friend (64 Jackson), Radzinski (84 Hume).

Żółte kartki: Peszko (Polska), Simpson (Kanada). **Widzów:** 10 400.

promocja

GAZETA
WSPÓŁCZESNA

Głosuj na swojego faworyta!

w 55. Plebiscycie Gazety Współczesnej na NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW

Wyślij SMS na nr 72051 /2,44 z VAT/ o treści: sportowiec.numer sportowca np. sportowiec.25

WIELKA GALA SPORTU

sportowiec.1 KAMILA STEPANIUK Podlasie Białystok lekkoatletyka	sportowiec.2 ANNA ROSTKOWSKA Athletics Jakać Młoda lekkoatletyka	sportowiec.3 MAREK TWARDOWSKI Sparta Augustów kajakarstwo	sportowiec.4 KATARZYNA PUŁKOŚNIK Naręć Łapy judo
sportowiec.5 SEBASTIAN WÓJCİK Pronar Parkiet Hajnówka / siatkówka	sportowiec.6 ŁUKASZ STANIEWSKI Pronar Parkiet Hajnówka siatkówka	sportowiec.7 ANNA CIWONIUK UKS Trzynaśka B-stok szermierka	sportowiec.8 MATEUSZ KRZYWIŃSKI Sparta Augustów narciarstwo wodne
sportowiec.9 JAKUB RUTKOWSKI Sparta Augustów narciarstwo wodne	sportowiec.10 KAMIL KRYŃSKI Podlasie Białystok lekkoatletyka	sportowiec.11 BOGUMIŁ KLIMIUK Rally Team Automobilklub Podlaski rajdy samochodowe	sportowiec.12 MAGDALENA SAAD Pronar Zeto Astwa AZS Białystok siatkówka
sportowiec.13 PAWEŁ SKOWRONSKI UKS Dojlidy Białystok kajakarstwo	sportowiec.14 TOMASZ KUJAWA Zubry Białystok koszykówka	sportowiec.15 TOMASZ FRANKOWSKI Jagellonia Białystok piłka nożna	sportowiec.16 KAMIL GROSICKI Jagellonia Białystok piłka nożna
sportowiec.17 HERMES Jagellonia piłka nożna	sportowiec.18 DARIUSZ JARECKI Jagellonia Białystok piłka nożna	sportowiec.19 MARCIN ŁĘGOWSKI Hetman Białystok boks	sportowiec.20 ROBERT MATEUSIAK SKB Litpol-Małow Suwałki
sportowiec.21 MALGORZATA KURDELSKA SKB Litpol-Małow Suwałki	sportowiec.22 MACIEJ KOWALIK SKB Litpol-Małow Suwałki	sportowiec.23 LINLING WANG SKB Litpol-Małow Suwałki	sportowiec.24 MICHAŁ ŁĘGOSZ SKB Litpol-Małow Suwałki

sportowiec.25
DAWID KISZYCKI
Białostocki Klub
Oyama Karate
Karate

Głosowanie I etap 6 listopada - 27 listopada 2009. Wyłonimy 10 najpopularniejszych sportowców, którzy przejdą do II etapu.
Głosowanie II etap 3 grudnia - 28 grudnia 2009. Wyłonimy 3 najpopularniejszych sportowców.
Finał oraz wręczenie nagród laureatom II etapu głosowania odbędzie się podczas Wielkiej Gali Sportu w dniu 23 stycznia 2010 w Hotelu Gołębiowski w Białymstoku.

Głosuj na swojego faworyta!

w 10. Plebiscycie Piłkarskim na NAJPOPULARNIEJSZYCH PIŁKARZY

Wyślij SMS /2,44 z VAT/ na nr 72051 o treści: piłkarz.nr piłkarza np. piłkarz.25

WIELKA GALA SPORTU

piłkarz.1 TOMASZ FRANKOWSKI Jagellonia Białystok	piłkarz.2 KAMIL GROSICKI Jagellonia Białystok	piłkarz.3 GRZEGORZ SANDOMIERSKI Freskovita / Jagellonia Białystok	piłkarz.4 THIAGO RANGEL CIONEK Jagellonia Białystok
piłkarz.5 DANIEL OŁOWNIUK Wigry Suwałki	piłkarz.6 PRZEMYSŁAW MAKAREWICZ Wigry Suwałki	piłkarz.7 HERMES Jagellonia Białystok	piłkarz.8 IGOR LEWCZUK Jagellonia Białystok
piłkarz.9 BRUNO Jagellonia	piłkarz.10 DARIUSZ JARECKI Jagellonia Białystok	piłkarz.11 PRZEMYSŁAW KOLLATAJ Freskovita Wysokie Mazowieckie	piłkarz.12 OZDROSLAW ZUBEREK Freskovita / Sokół Sokółka
piłkarz.13 MICHAŁ TWARDOWSKI Freskovita Wysokie Maz. Jagellonia Białystok	piłkarz.14 PAWEŁ GALIŃSKI Freskovita Wysokie Mazowieckie	piłkarz.15 DAWID PŁATUŃSKI ŁKS Łomża	

Finał oraz wręczenie nagród laureatom II etapu głosowania odbędzie się podczas Wielkiej Gali Sportu w dniu 23 stycznia 2010 w Hotelu Gołębiowski w Białymstoku.

Głosowanie I etap 6 listopada 27 listopada 2009. Wyłonimy 10 najpopularniejszych piłkarzy, którzy przejdą do II etapu.
Głosowanie II etap 3 grudnia 28 grudnia 2009. Wyłonimy 3 najpopularniejszych piłkarzy.