



Wieżści

PODLASKIE

wydanie internetowe

ukazuje się od 1999 roku

Rok XXVII, Nr 7-8 (544-545) 1-30.04.2026 r.

Motto numeru:

Spokój zaczyna się właśnie tam, gdzie kończy się ambicja.

Edward Young

Gabriela Filipkowska – podlaska Miss Polonia



W sobotni wieczór, 21 marca br., w łomżyńskiej Filharmonii Kameralnej odbyły się wybory Miss Polonii Województwa Podlaskiego.

Do rywalizacji o koronę przystąpiło tym razem 15 młodych kobiet – w tym osiem z Białegostoku, ale także dwie z niewielkiej Kruszy w gminie Turośl. Były uczennice szkół średnich, studentki np. prawa i pedagogiki, ale także farmaceutka czy zawodowa żołnierka. Z wizytówek wynikało, że są przy tym wielbicielkami tańca, muzyki, nurkowania, gotowania, jeździectwa i innych sportów oraz aktywności społecznej.

- Uroda to tylko początek – wstęp i zapowiedź. Liczy się przede wszystkim charakter, pewna magia, a przede wszystkim wartości jakimi dziewczyny się kierują w życiu – podkreślała Anna Rytel, przewodnicząca panelu jurorów konkursu.

Przed ogłoszeniem decyzji na scenie pojawiła się ubiegłoroczna miss Polonia Województwa Podlaskiego Klaudia Połuboczek.

Po ogłoszeniu decyzji jury, okazało się, że Klaudia Połuboczek koronę przekazuje Gabrieli Filipkowskiej z Łomży. Nowa Miss ma 20 lat i jasne włosy. Jest studentką kosmetyologii i tancerką najwyższej międzynarodowej klasy S w tańcu towarzyskim. Chce inspirować młodszych tą pasją. To także siostra Lindy Filipkowskiej, czyli Miss Polonia Województwa Podlaskiego z roku 2023 i także znakomitej tancerki.

- Mam nadzieję, że nikogo nie zawiodę – mówiła wzruszona.

Tytuł Pierwszej Wicemiss przypadł Patrycji Sulewskiej z Białegostoku, Drugiej Wicemiss – Oliwii Bogdańskiej ze Starej Łomży.

Ubiegłoroczna Miss gratulowała następczyni - życząc odwagi, bo przydaje się na każdym roku. Pamiętaj, że to, co masz w sobie i w sercu jest najważniejsze, a wsparcia szukaj w sobie i rodzinie – zwracała się do kolejnej Miss.

Źródło: UMWP. Foto: Justyna Mocarcka-Kieca i Maciej Gryguć.

CZY WIESZ ŻE ...

Wartość realizowanych obecnie kontraktów z amerykańskimi firmami zbrojeniowymi wynosi (wg ministra obrony Władysława Kosiniak-Kamysza) 60 mld dolarów. Jesteśmy drugim po Arabii Saudyjskiej kupcem amerykańskiego uzbrojenia.

Po raz pierwszy w naszym mieście odbyło się Forum Bielskiego Biznesu pod hasłem „Bielsk Podlaski łączy ludzi biznesu”. Wydarzenie, zorganizowane przez Burmistrza Miasta Bielsk Podlaski przy współpracy z Polską Agencją Inwestycji i Handlu oraz Bankiem Gospodarstwa Krajowego, zgromadziło licznych przedsiębiorców, parlamentarzystów oraz reprezentantów władz.

Forum Bielskiego Biznesu 2026

Forum zorganizowaliśmy 19 marca 2026 r. w Bielskim Domu Kultury im. Marszałka Józefa Piłsudskiego. Jego uczestników powitał Burmistrz Miasta Bielsk Podlaski Piotr Wawulski, podkreślając znaczenie dialogu pomiędzy przedsiębiorcami a administracją publiczną. Spotkanie poprowadziła red. Aleksandra Toczyłowska, dziennikarka TVP Białystok.

Cd. str. 5



Mistrzowie AGRO 2026

Na zakończenie i forum rolnictwa odbyła się uroczystość wręczenia nagród w plebiscycie Mistrzowie AGRO, który promuje osoby i inicjatywy szczególnie zasłużone dla rozwoju polskiej wsi. Nagrody przyznano w siedmiu kategoriach: Rolnik Roku, Sołtys Roku, Lider/Liderka Społeczności Roku, Koło Gospodyń Wiejskich Roku, Agroturystyka Roku, Sołectwo Roku, Nadleśniczy Roku.

Oto laureaci wojewódzcy z naszego terenu:

kategoria Koła Gospodyń Wiejskich

- Miejsce 1 - Koło Gospodyń Wiejskich Pozytywnie Zakręcenie Stadniki, gmina Grodzisk
- Miejsce 3 - Koło Gospodyń Wiejskich Rozy z Knoroz, gmina Bielsk Podlaski

kategoria Lider/Liderka społeczności

- Miejsce 1 - Piotr Dąbrowski, powiat białostocki
- Miejsce 2 - Adam Turek, Czeremcha-Wieś, powiat hajnowski

kategoria Agroturystyka

- Miejsce 2 - Kuźnia Spokoju, Łozowe, powiat hajnowski
- Miejsce 3 - Alpacki z Różanej Zagrody, Filipy, powiat bielski

kategoria sołectwo

- Miejsce 1 - Sołectwo Twarogi Ruskie, powiat siemiatycki
- Miejsce 3 - Sołectwo Konopki Pokrzywnica, powiat białostocki

kategoria Nadleśniczy

- Miejsce 3 - Janusz Samocik, Nadleśnictwo Waliły

źródło: UMWP

Przełomowa inwestycja w Michałowie



Można je wynająć, a w przyszłości wykupić na własność – mowa o 64 domach jednorodzinnych przy ul. Fabrycznej w Michałowie. Inwestycja stanowi wsparcie dla osób, które stać na opłacanie najmu, ale nie posiadają zdolności kredytowej. Swoją „cegiełkę” do jej realizacji dołożył także Samorząd Województwa Podlaskiego, finansując budowę dróg dojazdowych do nowych nieruchomości. We wtorek,

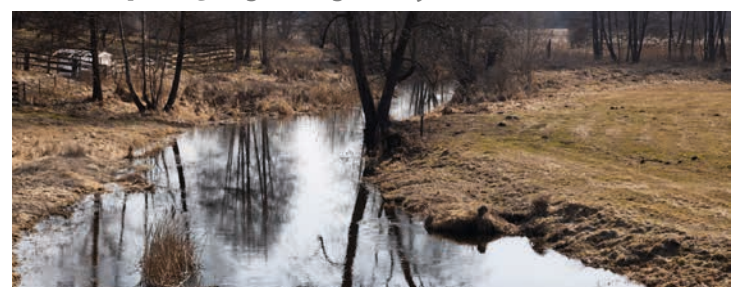
Cd. str. 5

Nowa atrakcja turystyczna Polski Wschodniej.

Szlak „Pisa-Narew” połączy trzy województwa

To ponadregionalny szlak kajakowy liczący ponad 350 kilometrów tras wodnych. Projekt „Pisa-Narew – szlak aktywnej turystyki wodnej” zakłada także rozwój infrastruktury turystycznej. Realizują go wspólnie województwa: podlaskie, warmińsko-mazurskie

Cd. str. 5



OPINIE...

„Nie ma czegoś takiego jak publiczne pieniądze. Jeśli rząd mówi, że komuś coś da, to znaczy, że zabiera tobie, bo rząd nie ma żadnych własnych pieniędzy.”

Margaret Thatcher

Przeliczenie głosów było możliwe. I należało tak postąpić. Nie jest zbrodnią przeciwko demokracji. Jest dość częste.

Prof. Jacek Raciborski o wyniku wyborów prezydenckich

„Nie ma czegoś takiego jak darmowy pieniądź. Realne pieniądze nie pochodzą z czarów, operacji księgowych ani z drukarki. NBP nie wyczaruje prawie 200 mld zł bez negatywnych skutków dla naszej gospodarki. Kto uważa inaczej, nie rozumie, o czym mówi” -

Sławomir Mentzen, lider Konfederacji w serwisie X (05.03.2026)

Dzień Kobiet w Knorozach



Koło Gospodyń Wiejskich „Rozy” w Knorozach aktywnie włącza się w organizację lokalnych wydarzeń. W tym roku zorganizowano bardzo długi Dzień Kobiet, zakończył go zbiorowy wyjazd do białostockiej Opery i Filharmonii Podlaskiej na spektakl komediowy „Kogut w Rosole”. Członkom koła przyświeca myśl, że oprócz pracy trzeba zawsze znaleźć czas na relaks i rozrywkę więc po spektaklu udali się na wspólną pizzę, która oczywiście w takim gronie smakowała lepiej. (S)

Suraż

Dekoracje z wełny parzonej

A cóż to jest „wełna parzona” zastanawiały się uczestniczki warsztatów zorganizowanych przez Miejsko Gminny Ośrodek Kultury w Suraziu wspólnie ze Stowarzyszeniem Rozwoju Kreatywnego „Song of Fire”.

Stowarzyszenie jest organizacją skupiającą się na działalności kulturalnej i edukacyjnej, często

realizującą warsztaty rękodzielniczo dla społeczności lokalnej jak te, które odbyły się w Suraziu. A co to jest wełna parzona? To szlachetny materiał powstający z naturalnych włókien wełnianych, które zostały poddane procesowi obróbki termicznej. Pod wpływem wysokiej temperatury włókna ulegają zagęszczeniu,

tworząc zwartą i trwałą strukturę przypominającą filc. Jest to materiał bardzo ceniony przy produkcji odzieży wierzchniej na chłodniejsze pory roku, bo jest to gruby i termoizolacyjny materiał. Mieszkanek Suraziu przekonano, że z tego materiału można też tworzyć przepiękne dekoracje. (S)



28 marca w Hajnowskim Domu Kultury odbyły się wyjątkowe, rodzinne warsztaty, które wprowadziły uczestników w świąteczny i wiosenny nastrój.

Przed Świątami Wielkanocnymi tradycyjnie dekorujemy pisanki różnymi technikami, tworzymy kolorowe kwiaty z bibuły i przystrajamy dom wiosennymi ozdobami. Podczas sobotniego spotkania nie zabrakło tych pięknych zwyczajów!

Dzieci wraz z rodzicami z zaangażowaniem wyplatały koszyczki,

ozdabiały jajka oraz tworzyły wesołe kurki i krokusy z bibuły. Powstały prawdziwe małe dzieła sztuki, pełne kolorów i kreatywności.

W tych świątecznych przygotowaniach najważniejsza była pasja tworzenia, inspirowana budzącą się do życia przyrodą, a także wspólnie spędzony czas w ciepłej, rodzinnej atmosferze.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom za obecność i wspólne tworzenie tej wyjątkowej atmosfery!

Anna Kot

Opera Podlaska będzie współpracowała z teatrami w Wilnie i Kownie

Opera i Filharmonia Podlaska podpisała listy intencyjne z dwiema instytucjami muzycznymi Litwy – Litewskim Narodowym Teatrem Opery i Baletu w Wilnie oraz Państwowym Teatrem Muzycznym w Kownie. Dokumenty otwierają drogę do wspólnych projektów, koprodukcji spektakli czy wymiany artystycznej.

Litewski Narodowy Teatr Opery i Baletu w Wilnie to największa scena operowo-baletowa Litwy i jeden z kluczowych ośrodków życia muzycznego. Teatr świętował niedawno 105-lecie działalności oraz 100-lecie litewskiego baletu. Instytucja regularnie współpracuje z artystami z całego świata i realizuje ambitne premiery operowe i baletowe. Państwowy Teatr Muzyczny w Kownie jest także jedną z najstarszych scen muzycznych na Litwie - jego historia sięga schyłku XIX wieku. Stynie z bogatej tradycji operetkowej i musicalowej oraz wyjątkowego repertuaru, w którym

obok klasyki pojawiają się także nowoczesne produkcje muzyczne.

Podpisane dokumenty otwierają nowe możliwości współpracy i wzmacniają relacje kulturalne między Polską a Litwą.

– *Współpraca z najważniejszymi scenami muzycznymi Litwy to dla nas ogromna szansa na tworzenie ambitnych, międzynarodowych projektów i wymianę artystycznych doświadczeń* – podkreśla prof. Violetta Bielecka, dyrektor Opery i Filharmonii Podlaskiej. – *Wierzę, że te działania zaowocują bogatszą ofertą wydarzeń, a przede wszystkim stworzą publiczności po obu stronach granicy jeszcze więcej okazji do spotkań z wybitnymi artystami i inspirującymi projektami scenicznymi.*

To kolejny krok w rozwoju międzynarodowej współpracy – podobne porozumienie w ubiegłym roku OIFP podpisała także z Teatrem im. Josefa Kajetána Tyla w Pilźnie. **Małgorzata Jopich**

Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii w Hajnowce świętował 30 lat!

Kadra Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Hajnowce z dr Tomaszem Musiukiem - Koordynatorem Oddziału, a jednocześnie Zastępcą Dyrektora ds. Lecznictwa, celebrowała 06.03.2026 ten wyjątkowy jubileusz w gronie ekspertów, naukowców, zaprzyjaźnionych placówek oraz przedstawicieli samorządu powiatu, podczas II Podlaskiego Forum Anestezjologicznego.

Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii, popularnie określany jako OIOM, to niewąłgiczne miejsce każdego szpitala. To tu podejmowane są często najtrudniejsze decy-

zje, decydujące o losach pacjentów, a presja i skala odpowiedzialności jest ogromna. Ryzyko niepowodzenia terapii u pacjenta jest tutaj większe niż na innych oddziałach, a konsekwencje emocjonalne dotyczą także kadrę medyczną, z którymi muszą umieć sobie poradzić. Podczas obrad Forum, w części poświęconej Jubileuszowi, wspomniano początki, trudności i przełomy, ale przede wszystkim – ludzi: ich profesjonalizm, empatię, odwagę i determinację w codziennej walce o ludzkie życie.

Jubileusz 30-lecia OIOM-u to

Cd. str. 3

Obchody Dnia Sołtysa w województwie podlaskim

Sołtysi są najbliższymi mieszkańcami i najlepiej znają potrzeby swoich miejscowości. Dzień Sołtysa to okazja, by podziękować im za zaangażowanie i pracę na rzecz lokalnych społeczności. Z tej okazji w środę, 11 marca, w auli Wydziału Elektrycznego Politechniki Białostockiej odbyła się uroczysta gala zorganizowana przez Zarząd Województwa Podlaskiego. Wzięli w niej udział m.in. marszałek Łukasz Prokorym, wicemarszałek Marek Malinowski, członek zarządu Bogdan Dyjuk czy przewodniczący sejmiku Cezary Cieślukowski.

W województwie podlaskim działa ponad 3 tysiące sołectw, na czele których stoją sołtyski i sołtysi – liderzy lokalnych społeczności. W śródowej gali uczestniczyło około 600 przedstawicieli sołectw z całego regionu. Jak podkreślił marszałek Łukasz Prokorym, była to doskonała okazja, aby uhonorować osoby odgrywające niezwykle ważną rolę w życiu lokalnych wspólnot.

– *Jest takie przysłowie: „Tyle sołtys może, ile wieś pomoże”. Uważam, że doskonale oddaje ono rolę, jaką pełnią sołtysi w naszych małych ojczyznach. To wy jesteście nie tylko łącznikiem między*

mieszkańcami a władzami gminy, ale także inspiratorami ciekawych inicjatyw oraz rozwoju kół gospodyń wiejskich i jednostek OSP. Dbacie o tradycję i budujecie poczucie wspólnoty – zaznaczył marszałek.

Jednocześnie w imieniu zarządu województwa podziękował sołtysom za ich pracę i oddanie sprawom lokalnych społeczności. – *Życzę państwu dużo zdrowia, satysfakcji z pełnionej funkcji oraz nieustającej energii do dalszych działań na rzecz mieszkańców* – powiedział Łukasz Prokorym.

Tegoroczna Gala miała wyjątkowy charakter, ponieważ podczas niej rozstrzygnięte zostały konkursy: etap wojewódzki „Fundusz Sołecki – najlepsza inicjatywa” oraz „Nasz Sołtys jest Najlepszy”.

Konkurs „Fundusz sołecki – najlepsza inicjatywa”

„Fundusz sołecki – najlepsza inicjatywa” to ogólnopolski konkurs, w którym województwo podlaskie wzięło udział po raz szósty. Jego celem jest m.in. aktywizacja społeczności wiejskich. Do tegorocznej edycji wojewódzkiej zgłoszono 22 projekty.

Pierwsze miejsce w konkursie zdobyło sołectwo Łoje-Awissa (gmina Radziłów).

Drugie miejsce zajęło sołectwo Stock (gmina Dąbrowa Białostocka).

Trzecie miejsce przypadło sołectwu Czajki (gmina Sokoły)

„Nasz Sołtys jest Najlepszy”

„Nasz Sołtys jest Najlepszy”

to z kolei konkurs, którego celem jest wyróżnienie najbardziej aktywnych sołtysów i sołtysów. W tegorocznej edycji zgłoszono 44 kandydatury z 13 powiatów. Komisja konkursowa przyznała nagrody 13 sołtysom oraz 12 wyróżnień za szczególne osiągnięcia i wieloletnią pracę na rzecz lokalnych społeczności.

Laureaci

- Barbara Grabowska – sołtys wsi Ignatki, (gm. Juchnowiec Kościelny).
- Maria Babulewicz – sołtys wsi Spiczki (gm. Orla).
- Jarosław Golonko – sołtys wsi Łosinka, (gm. Narew)
- Wyróżnienia:
- Leszek Zaleski – sołtys wsi Ogrodniki (gm. Choroszcz)
- Paweł Łupiński – sołtys wsi Łupianka Stara (gm. Łapy)
- Janusz Grzybowski – sołtys wsi Dębowo (gm. Brańsk)
- Irena Jawdosiuł – sołtys wsi Dobrowoda (gm. Kleszczewo)

Źródło: UMWP

„Nasz Sołtys jest Najlepszy”

Irena Jawdosiuk – Sołtys wsi Dobrowoda – otrzymała wyróżnienie

Podczas Obchodów Dnia Sołtysa w województwie podlaskim został rozstrzygnięty konkurs „Nasz Sołtys jest Najlepszy”, którego celem jest wyróżnienie najbardziej aktywnych sołtysów i sołtysów. W tegorocznej edycji zgłoszono 44 kandydatury z 13 powiatów. Komisja konkursowa przyznała nagrody 13 sołtysom oraz 12 wyróżnień za szczególne osiągnięcia i wieloletnią pracę na rzecz lokalnych społeczności.

Wśród wyróżnionych znalazła się Pani Irena Jawdosiuk, która pełni funkcję sołtysa nieprzerwanie od 15 lat. Jest zaangażowana w działalność na rzecz lokalnej społeczności, dba o rozwój społeczny



i kulturalny sołectwa. Podejmuje działania służące zachowaniu i przekazywaniu lokalnego dziedzictwa kulturowego.

Serdecznie gratulujemy Pani Irenie wyróżnienia oraz dziękujemy

za codzienną pracę i poświęcenie na rzecz mieszkańców.

Życzymy dalszych sukcesów, wielu nowych inicjatyw oraz satysfakcji z pełnionej funkcji!

(UM Kleszczele)

Warsztaty ceramiczne



W środę, 11 marca w Hajnowski Dom Kultury odbyły się warsztaty ceramiczne z udziałem młodzieży z Hiszpanii, Cypru oraz Białegostoku.

Podczas spotkania uczestnicy tworzyli własne kubki oraz miseczki z twarzami, a następnie malowali je angobą, nadając im wyjątkowy charakter. Nie zabrakło kreatywności, uśmiechu i wzajemnej inspiracji.

Warsztaty były nie tylko okazją do rozwijania zdolności artystycznych, ale przede wszystkim do integracji i wspólnego, miłego spędzenia czasu. Atmosfera sprzyjała rozmowom i budowaniu nowych znajomości.

Na uczestników czekał także poczęstunek – kawa, herbata i ciastka, które umiliły twórczą pracę.

Dziękujemy wszystkim za obecność i wspólnie spędzony czas!

Anna Kot

KONKURS PLASTYCZNY

„Я нарадзіўся тут -Tu się urodziłam/em” 2026!!!

Serdecznie zapraszamy do udziału w 8. edycji konkursu plastycznego „Я нарадзіўся тут -Tu się urodziłam/em”, poświęconego historii i kulturze Podlasia oraz zamieszkujących je od wieków mniejszości narodowych i etnicznych. Celem konkursu jest pielęgnowanie patriotyzmu lokalnego, kształ-

towanie tożsamości regionalnej oraz upowszechnianie twórczości dzieci i młodzieży.

Termin nadsyłania prac: do 15 maja 2026 r. Prace należy przesałać wraz z formularzem zgłoszeniowym stanowiącym załącznik do regulaminu. Regulamin i załączniki dostępne są na stronach: www.muzeumbialo-

ruskie.pl oraz www.hajnowka.pl.

Rozstrzygnięcie konkursu oraz otwarcie wystawy pokonkursowej odbędą się w czerwcu lub wrześniu 2026 r. w Muzeum w Hajnowce.

Organizatorem konkursu jest Muzeum i Ośrodek Kultury Białoruskiej w Hajnowce.

Powiat białostocki

- Ruszył nabór na wsparcie ochotniczych straży pożarnych w powiecie białostockim. Wszystkie jednostki OSP zapraszamy do składania wniosków na dofinansowanie budowy, rozbudowy, zakup sprzętu i nie tylko. Sprawdźcie swoje magazyny, czego Wam brakuje, a powiat białostocki dofinansuje – zachęca Jan Bolesław Perkowski Starosta Powiatu Białostockiego.

- Jak znam życie, to pewnie kwotę zwiększymy na wniosek starosty. Mam nadzieję, że z tych 90 jednostek znowu po dotacje będzie z 60-70 wniosków. Mamy wiele aktywnych jednostek. Wszystkim dziękujemy za ich piękną pracę i zachęcamy, żeby skorzystali z naszej skromnej, ale jednak potrzebnej pomocy – podkreśla wicestarosta Roman Czepe.

Dofinansowanie OSP

- To już kolejna edycja programu wsparcia OSP. Bezpieczeństwo mieszkańców powiatu białostockiego to konkret, a nie puste deklaracje. Będziemy dofinansowywać zakupy sprzętów, umundurowania, wozów strażackich, jak i łączności. Wiemy, jak ważne jest bezpieczeństwo strażaków biorących udział w akcji. Od kilku lat nie ma na Podlasiu programu „Mały Strażak”, który w sposób bardzo zdecydowany wspierał jednostki w ich wyposażeniu – mówi Adam Backiel, przewodniczący komisji bezpieczeństwa i porządku publicznego i dodaje: – My, jako samorząd, podejmujemy działania, nie czekamy, nie oglądamy się na innych i chcemy wspomagać jednostki z terenu powiatu białostockiego. Wiemy, że dobrze wyposażona to bezpieczeństwo ro-

dzin mieszkających na terenie powiatu i to jest dla nas priorytetem.

- Jak znam życie, to pewnie kwotę zwiększymy na wniosek starosty. Mam nadzieję, że z tych 90 jednostek znowu po dotacje będzie z 60-70 wniosków. Mamy wiele aktywnych jednostek. Wszystkim dziękujemy za ich piękną pracę i zachęcamy, żeby skorzystali z naszej skromnej, ale jednak potrzebnej pomocy – podkreśla wicestarosta Roman Czepe.

- To już kolejna edycja programu wsparcia OSP. Bezpieczeństwo mieszkańców powiatu białostockiego to konkret, a nie puste deklaracje. Będziemy dofinansowywać zakupy sprzętów, umundurowania, wozów strażackich, jak i łączności. Wiemy, jak ważne jest bezpieczeń-

Cd. str. 4

Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii w Hajnowce świętował 30 lat!

Cd. ze str. 2

hołd dla tych, którzy każdego dnia mierzą się z granicą życia i śmierci. To wyraz uznania dla pracy, która wymaga siły charakteru, wiedzy i niezwyklej odporności – fizycznej i psychicznej. Życzenia i gratulacje pracownikom i koordynatorom Oddziału złożyli Starosta Hajnowskim Andrzej Skiepkó, Wicestarosta Justyna Jarmocik, dyrektor hajnowskiego szpitala Grzegorz Tomaszuk oraz zastępca dyrektora ds. administracyjno-eksploatacyjnych Patrycja Sarnacka. Podziękowania otrzymały m.in. Małgorzata Siemieniuk – pielęgniarka oddziałowa a jednocześnie radnej powiatu hajnowskiego oraz lek. Tamara Góralewska - Paszkiewicz - współtworząca historię Oddziału, której wspomnień

mieliśmy okazję dziś wysłuchać.

Wszystkim pracownikom Oddziału Anestezjologii i Intensywnej Terapii w Hajnowce – obecnie pracującym oraz tym, którzy jego tworzyli, składamy wyrazy głębokiego szacunku i uznania.

Tymczasem II Podlaskie Forum Anestezjologiczne - wydarzenie o ogólnokrajowej randze, będące platformą wymiany wiedzy i eksperckiego doświadczenia, zakończyło się po sobotnich obradach. To był intensywny czas, upływający na wykładach i dyskusjach w gronie ekspertów i specjalistów reprezentujących olbrzymi dorobek zawodowy i wysokiej klasy ośrodki medyczne.

Forum zostało zorganizowane przy wsparciu i pod patronatem Powiatu Hajnowskiego. **Katarzyna Miszczuk**

Kampania sprawozdawczo – wyborcza w OSP powiatu bielskiego

Na terenie powiatu bielskiego funkcjonuje 56 jednostek OSP, w tym 16 włączonych do krajowego systemu ratowniczo-gaśniczego. W I kwartale 2026 r. we wszystkich tych jednostkach odbyły się walne zebrania, w trakcie których podsumowano działalność jednostek i przedstawiono sprawozdania finansowe za rok 2025 oraz określono plany na rok bieżący. W 2026 roku kończy się pięcioletni okres kadencji zarządów poszczególnych Ochotniczych Straży Pożarnych, dlatego też podczas każdego z zebrań przeprowadzono wybory nowych władz.

W zebraniach, oprócz członków poszczególnych jednostek OSP, władz samorządowych i zaproszonych gości, uczestniczyło również kierownictwo oraz funkcjonariusze

Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej Bielsku Podlaskim. Funkcjonariusze bielskiej komendy podsumowali funkcjonowanie ochrony przeciwpożarowej na terenie powiatu w 2025 roku i omawiali bieżące zagadnienia dotyczące funkcjonowania jednostek OSP. Przedstawili również zagadnień związanych z ochroną ludności i obroną cywilną oraz przybliżyli założenia kampanii „Czujka na straży Twojego bezpieczeństwa”. Przedstawiciele komendy skierowali również szczególne słowa podziękowania do druhów OSP za ich bezinteresowną służbę, codzienne zaangażowanie i wzorową współpracę, która bezpośrednio wpływa na wysoki poziom bezpieczeństwa na terenie powiatu.

Źródło: KP PSP

Nowe stawki składek na ubezpieczenie w II kwartale 2026 r.

Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego Oddział Regionalny w Białymstoku informuje, iż zgodnie z uchwałą nr 15 Rady Ubezpieczenia Społecznego Rolników z dnia 5 marca 2026 r., miesięczna składka na ubezpieczenie wypadkowe, chorobowe i macierzyńskie w II kwartale 2026 r. dla rolnika, małżonka, domownika i pomocnika rolnika, którzy podlegają ubezpieczeniu przez cały miesiąc, wynosi **78,00 zł**.

W przypadku rolników, małżonków i domowników objętych tym ubezpieczeniem na wniosek wyłącznie w zakresie ograniczonym, składka wynosi 1/3 pełnej kwoty, tj. **26,00 zł miesięcznie**.

Jednocześnie informujemy, że w marcu br. wysokość emerytury podstawowej wynosi 1780,64 zł, co oznacza, że **miesięczna składka na ubezpieczenie emerytalno- rentowe dla rolników, małżonków i domowników w II kwartale 2026 r. wynosi 178,00 zł**. Dodatkowa miesięczna składka na ubezpieczenie emerytalno-

rentowe dla rolników rowadzących gospodarstwa rolne o powierzchni powyżej 50 ha przeliczeniowych wynosi:

- **214,00 zł** (12% emerytury podstawowej) – dla gospodarstw o powierzchni do 100 ha przeliczeniowych,
- **427,00 zł** (24% emerytury podstawowej) – dla gospodarstw o powierzchni powyżej 100 ha do 150 ha przeliczeniowych,
- **641,00 zł** (36% emerytury podstawowej) – dla gospodarstw o powierzchni powyżej 150 ha do 300 ha przeliczeniowych,
- **855,00 zł** (48% emerytury podstawowej) – dla gospodarstw o powierzchni powyżej 300 ha przeliczeniowych.

Terminy opłacania składek:

- **do 30 kwietnia 2026 r.** – składki za rolników, małżonków i domowników za II kwartał 2026 r.,
- **do 15. dnia następnego miesiąca** – składki za pomocników rolnika za dany miesiąc.

Mariusz Żmijewski

UMB dla podlaskiej żywności – unikalne korzyści dla regionu

Jak sprawić, by podlaska żywność była wyjątkowa w skali Europy i świata, a jednocześnie bardziej opłacalna dla producentów? O tym rozmawiano w czwartek, 19 lutego podczas konferencji zorganizowanej przez Uniwersytet Medyczny w Białymstoku. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele nauki, branży spożywczej, administracji rządowej i samorządu. Samorząd województwa reprezentował marszałek Łukasz Prokorym.

Głównym tematem spotkania była żywność funkcjonalna – produkty, których działanie prozdrowotne może być potwierdzone w badaniach klinicznych.

Z rynku spożywczego na rynek medyczny

Rektor UMB, prof. Marcin Mוניuszko, podkreślił, że region ma realną szansę stać się pionierem w tworzeniu żywności o udokumentowanych efektach zdrowotnych. Zachęcał producentów, by część swojej oferty kierowali z rynku spożywczego na rynek medyczny. A warunkiem jest poddawanie swoich produktów badaniom klinicznym, które mogą przeprowadzać naukowcy z UMB. Jak podkreślał rektor, badania kliniczne pozwalają bowiem przenieść produkt na wyższy poziom wiarygodności, dotrzeć do nowych grup odbiorców – w tym pacjentów – i budować trwałą przewagę konkurencyjną. – To wciąż nisza w Polsce i Europie, a jednocześnie ogromna szansa rozwojowa dla Podlaskiego – dodał.

O drodze „od receptury do badań klinicznych” mówiła prof. Kata-

ryna Socha, wskazując, że uczelnia realizuje projekty obejmujące zarówno opracowanie składu i jakości produktów, jak i badania z udziałem pacjentów. Równolegle trwają prace nad systemem certyfikacji żywności o potwierdzonym działaniu zdrowotnym.

Dziekan Wydziału Farmaceutycznego UMB, prof. Wojciech Mityk, zwrócił uwagę na konieczność rzetelnej weryfikacji suplementów diety i promowania wiedzy opartej na dowodach naukowych. Podkreślił, że rolą uczelni jest wspieranie producentów w tworzeniu bezpiecznych, przebadanych produktów.

Dolina Rolnicza 4.0 – wspólna strategia regionu

Marszałek Prokorym wskazał na ścisły związek inicjatywy UMB ze strategicznym projektem Województwa Podlaskiego Dolina Rolnicza 4.0 – łączącym rolnictwo, nowe technologie i zaplecze naukowe.

– Jestem przekonany, że współpraca uniwersytetu i województwa będzie się rozwijać. Jednym z jej filarów jest Dolina Rolnicza 4.0 – projekt, który łączy świat nauki i podlaskich producentów, by wydobyć z naszej żywności to, co najzdrowsze i najlepsze – mówił marszałek.

Przypomniał również o działalności Podlaskiego Centrum Produktu Lokalnego, które zrzesza już blisko 300 producentów i promuje regionalne wyroby w kraju i za granicą, a także o pilotażowym programie wprowadzania lokalnych produktów do 20 szkół w regionie we współpracy z Krajowym Ośrod-

kiem Wsparcia Rolnictwa.

Marszałek odniósł się także do decyzji Komisji Europejskiej o uznaniu regionów przygranicznych – w tym województwa podlaskiego – za obszary „trudnego sąsiedztwa”, co otwiera drogę do dodatkowych środków finansowych, m.in. na bezpieczeństwo żywnościowe i rozwój żywności funkcjonalnej. – Jestem przekonany, że pomysły przedstawione dziś przez UMB mają potencjał światowy – i ten świat mogą zdobyć – podsumował.

Od badań do produktu

Podczas konferencji omawiano konkretne przykłady innowacji: żywność funkcjonalną wspierającą terapię zaburzeń metabolicznych, przebadane suplementy diety, innowacyjny funkcjonalny dodatek do jogurtów, produkty z aronii w prewencji chorób metabolicznych, wykorzystanie łuski gryki w żywności funkcjonalnej czy produkty jagodowe wspierające funkcjonowanie mózgu.

Eksperti z Ośrodka Wsparcia Badań Klinicznych UMB wyjaśniali, dlaczego potwierdzanie efektów prozdrowotnych produktów spożywczych w badaniach klinicznych zwiększa ich wiarygodność i wartość rynkową.

Spotkanie podsumował Andrzej Parafiniuk, prezes Podlaskiego Funduszu Ekosystem Dolina Rolnicza 4.0, podkreślając, że współpraca nauki, samorządu i biznesu może stać się jednym z kluczowych motorów rozwoju gospodarczego regionu.

Aneta Kursa

Dofinansowanie OSP

Cd. ze str. 3
stwo strażaków biorących udział w akcji. Od kilku lat nie ma na Podlasiu programu „Mały Strażak”, który w sposób bardzo zdecydowany wspiera jednostki w ich doposażeniu – mówi Adam Backiel, przewodniczący komisji bezpieczeństwa i porządku publicznego i dodaje: –

My, jako samorząd, podejmujemy działania, nie czekamy, nie oglądamy się na innych i chcemy wspomagać jednostki z terenu powiatu białostockiego. Wiemy, że dobrze wyposażona to bezpieczeństwo rodzin mieszkających na terenie powiatu i to jest dla nas priorytetem.

Wojciech Cymbalista

Powiat białostocki wspiera organizacje pozarządowe

29 inicjatyw organizacji pozarządowych z zakresu kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa narodowego wsparł dotacjami powiat białostocki. Łączna kwota dotacji to 100 tys. zł. Wśród beneficjentów dotacji znalazły się m.in.:

- Koło Gospodyń Wiejskich w Olmontach Olmoncianki „Marzanna w Olmontach łączy pokolenia” – 1150,00 zł,
- Koło Gospodyń Wiejskich Pasjonatki w Bielewiczach „W kręgu tradycji – wypiek sękacza i korowaja” – 2850,00 zł,
- Stowarzyszenie „Załuki nad Supraślą” Organizacja festynu „Kupalnoczek” w Załukach

- 5000,00 zł,
- Koło Gospodyń Wiejskich „KRE-SÓWKI” w Mostowlany-Kolonia „KRE-SOWY FESTYN FOLKOWY – pyszna strawa i świetna zabawa” – 2000,00 zł,
- Stowarzyszenie „Olmonty” „Piknik Patriotyczny W 257 Rocznice Bitwy Konfederatów Barskich Z Moskalami Pod Olmontami” – 2 000,00 zł,
- Fundacja Teatr Latarnia „Mała Pasja” – spektakle dla mieszkańców powiatu białostockiego” – 6 000,00 zł.

Pełna informacja o dofinansowanych inicjatywach na www.wiescipodlaskie.eu

(seb)

Wiosenna przygoda



25 marca w Hajnowskim Domu Kultury odbyły się kolejne zajęcia artystyczne „Wiosenna Przygoda” tym razem dla uczniów klas I-II Szkoły Podstawowej nr 2 w Hajnowce. Nie zabrakło energii, uśmiechu i świetnej zabawy!

Dzieci chętnie brały udział w zabawach ruchowych i integracyjnych oraz grach zespołowych. Ogromne emocje wzbudziła kon-

kurencja „ubierania Marzanny”, w której uczestnicy wykazali się kreatywnością i poczuciem humoru. Kulminacją wydarzenia była barwna „bitwa taneczna Marzanny”!

Na zakończenie każdy uczestnik otrzymał słodki upominek, a klasy – pamiątkowe dyplomy. To był wspaniały dzień pełen integracji i radosnego powitania wiosny!

Anna Kot

Koncert Jana Kondraka

22 marca w Hajnowskim Domu Kultury odbył się koncert Jana Kondraka – artysty znanego z niezwyklej wrażliwości interpretacji poezji śpiewanej. Wydarzenie otworzyła i zapowiedziała artystę Barbara Panasiuk Dyrektor HDK, witając licznie zgromadzoną publiczność i podkreślając rangę spotkania z tak wybitnym twórcą. Jej ciepłe słowa wprowadziły słuchaczy w wyjątkowy nastrój wieczoru. Koncert był muzyczną podróżą przez utwory inspirowane twór-

Cd. str. 4



Stypendystki Marszałka



30 marca odbyła się wyjątkowa uroczystość w Operze i Filharmonii Podlaskiej – Europejskim Centrum Sztuki w Białymstoku. To szczególne wydarzenie było dla nas powodem do dumy, ponieważ nasze niezwykle, młode artystki z Hajnowskiego Domu Kultury otrzymały z rąk Marszałka Województwa Podlaskiego, Łukasza Prokoryma, stypendia

w dziedzinie twórczości artystycznej. To nie jest tylko nagroda. To potwierdzenie drogi, którą każdego dnia pokonują – pełnej pracy, determinacji, emocji i marzeń. To także ogromne wyróżnienie dla ich instruktorów, którzy z pasją, cierpliwością i sercem towarzyszą im na każdym kroku, wierząc w nich czasem nawet bardziej niż oni sami. Za tym sukcesem stoją godzi-

ny prób, chwile zwątpienia, małe i wielkie zwycięstwa oraz ludzie, którzy nigdy nie przestają wierzyć, że warto. Dziś jesteśmy dumni. Podczas dzisiejszej gali reprezentując Hajnowski Dom Kultury oraz całe miasto Hajnowka miały zaszczyt zatańczyć tegoroczne stypendystki z zespołu mażorettek. Gratulujemy tego wyróżnienia dziewczynom. Na Gali obecna była Zastępca Burmistrza Pani Barbara Sadowska, dyrektor Hajnowskiego Domu Kultury Pani Barbara Panasiuk oraz instruktor zespołu mażorettek Karolina Gryciuk i instruktor zespołu tańca ludowego Przepiórka Bartosz Plewa.

Gratulujemy stypendystom:

Mażoretki Shock:

- Nina Sajewicz
- Marta Znaczk
- Nikola Skiepk
- Patrycja Kuczko
- Julia Sadowska
- Wiktoria Rogoza

Zespół Tańca Ludowego Przepiórka:

- Magdalena Kiendys
- Magdalena Romańczuk

Studio Piosenki Estradowej:

- Daria Znaczk
- Nikola Hołodok
- Wiktoria Masalska
- Zofia Golonko

Anna Kot

Forum Bielskiego Biznesu 2026

Cd. ze str. 1

W programie znalazły się prezentacje poświęcone wsparciu polskich firm w ekspansji zagranicznej oraz roli Polskiej Agencji Inwestycji i Handlu, a także instrumentom finansowym wspierającym eksport, zaprezentowanym na przykładzie doświadczeń Banku Gospodarstwa Krajowego.

Clou forum był panel dyskusyjny, który zgromadził przedsiębiorców oraz przedstawicieli władz publicznych. Dyskusja, moderowana przez redaktor Toczyńską, stała się przestrzenią do bezpośredniej wymiany opinii i doświadczeń. Przedsiębiorcy zadawali pytania zarówno w ramach panelu, jak i z sali, wskazując na najważniejsze wyzwania, z jakimi mierzą się w codziennej działalności.

W gronie panelistów znaleźli się:

- Posłanki i Posłowie RP: Alicja Łepkowska-Gołaś, Barbara Okuła, Jacek Bogucki, Sebastian Łukasiewicz i Dariusz Piontkowski;
- I Wicewojewoda Podlaski Paweł Krutul;
- Pełnomocnik Zarządu Polskiej Agencji Inwestycji i Handlu Bohdan Pawłowicz;
- Przedsiębiorcy i Zarządcy firm: Patrycja Śliwka (Suempol), Andrzej Brzozowski (Gospodarstwo Rolne w Parcewie), Grzegorz Burzyński (Arhelan), Marcin Gołębiowski (Unihouse) i Grzegorz Jurczuk (Inżynieria Łądowa Bracia Jurczuk).

Forum cieszyło się dużym

zainteresowaniem – wzięło w nim udział ponad 50 przedsiębiorców, właścicieli firm i menedżerów z Bielska Podlaskiego i okolic. Wśród uczestników znaleźli się także uznani przedstawiciele podlaskiego biznesu i udziałowcy wielkich firm, m.in. Helena Burzyńska (Arhelan), Sergiusz Martyniuk (Pronar) czy Jan Mikołuszko (Uni-bep). Obecni byli również licznie reprezentanci firm rodzinnych oraz mikroprzedsiębiorstw, które stanowią istotny filar lokalnej gospodarki. W forum wzięło też udział II Wicewojewoda Podlaski Michał Gąsowski.

W trakcie dyskusji poruszono szereg kluczowych tematów, takich jak m.in.: promocja polskich i regionalnych marek, wsparcie ekspansji zagranicznej, dostęp do kapitału inwestycyjnego, złożoność przepisów prawa, obciążenia administracyjne czy ograniczenia wynikające z regulacji dotyczących handlu i gospodarki leśnej, w tym obszarze Puszczy Białowieskiej. Nie zabrakło również wątków związanych z sytuacją rolnictwa, inwestycjami samorządowymi oraz problemami branży transportowej.

Panel wywołał duże zainteresowanie i emocje wśród uczestników. Parlamentarzyści odnosili się do zgłaszanych postulatów, wskazując możliwe kierunki działań oraz formy wsparcia dla przedsiębiorców. Spotkanie zakończyły rozmowy kularowe, które stały się okazją do nawiązania nowych kontak-

tów i kontynuowania dialogu.

Bielsk Podlaski od lat pozostaje miastem ludzi przedsiębiorczych – miejscem, w którym dobre pomysły łączą się z pracowitością, a odwaga w biznesie idzie w parze z odpowiedzialnością społeczną. To tutaj powstały firmy, które dziś z powodzeniem działają na rynkach krajowych i międzynarodowych, budując markę regionu Podlasia. Siłą lokalnej gospodarki są nie tylko duże przedsiębiorstwa, ale również setki mniejszych, często rodzinnych firm, rozwijanych przez pokolenia. To właśnie ich codzienna praca i doświadczenie tworzą fundament gospodarczy miasta.

Forum Bielskiego Biznesu było odpowiedzią na potrzebę dialogu i współpracy. Hasło „Bielsk Podlaski łączy ludzi biznesu” oddaje ideę spotkania – budowania przestrzeni do rozmowy o wyzwaniach, oczekiwaniach oraz możliwościach wspólnego działania na rzecz rozwoju przedsiębiorczości. Otwarta dyskusja pomiędzy biznesem, samorządem i administracją państwową to najlepsza droga do wypracowania rozwiązań, które będą sprzyjać dalszemu rozwojowi gospodarczemu miasta i regionu. Forum to także pierwszy krok na drodze do zrealizowania kolejnej idei Burmistrza Miasta Bielsk Podlaski – powołania Bielskiej Rady Biznesu, która wesprze głos naszych przedsiębiorców.

Krzysztof Jankowski
– UM Bielsk Podlaski

Nowa atrakcja turystyczna Polski Wschodniej.

Szlak „Pisa-Narew” połączy trzy województwa



Cd. ze str. 1 i mazowieckie. O szczegółach przedsięwzięcia mówili samorządowcy podczas briefingu poprzedzającego konferencję turystyczną w Narewce. Gospodarzami spotkania byli marszałek województwa podlaskiego Łukasz Prokorym oraz członek zarządu województwa Bogdan Dyjuk.

Marszałek Prokorym zaznaczył, że przedsięwzięcie jest jedną z największych inwestycji turystycznych w regionie.

– *To nowy szlak turystyczny o wartości ponad 150 milionów złotych, z czego prawie 130 milionów stanowią środki z Funduszy Europejskich. W ramach projektu zmodernizowanych zostanie ponad 350 kilometrów naturalnego szlaku wodnego, a wzdłuż rzek powstaną przystanie, miejsca odpoczynku i infrastruktura dla turystów* – powiedział.

Jak dodał, inwestycja ma szczególne znaczenie dla wschodnich regionów kraju.

– *To ważny projekt dla terenów przygranicznych, gdzie branża turystyczna w ostatnich latach mocno ucierpiała. Chcemy przyciągnąć tutaj turystów, bo naprawdę warto. Musimy pokazać światu wszystkie te piękne miejsca* – podkreślił.

Według wiceprezes Polskiej Organizacji Turystycznej Małgorzaty Wilk-Grzywny, szlak ma szansę stać się jednym z najbardziej wyróżniających się produktów turystycznych w kraju.

– *Rzeka Narew jest jedną z nielicznych na świecie rzek o charakterze warkoczowym. Takie warunki występują tylko w kilku miejscach na świecie, m.in. w dorzeczu Amazonki czy Konga. To ogromny atut dla rozwoju turystyki opartej na naturze* – powiedziała.

Jak podkreśliła, kluczowe będzie odpowiednie zarządzanie projektem oraz rozwój usług turystycznych wokół szlaku.

Przedsięwzięcie zrealizują dwa województwa Polski Wschodniej (Podlaskie i Warmińsko-Mazurskie)

oraz Województwo Mazowieckie.

Wicemarszałek województwa warmińsko-mazurskiego Katarzyna Sobiech zwróciła uwagę na połączenie trzech województw pod względem turystycznym, gospodarczym i społecznym. Z kolei członek zarządu województwa mazowieckiego Janina Ewa Orzełowska podkreśliła znaczenie współpracy między regionami.

Spotkanie prasowe poprzedziło rozpoczynającą się w czwartek dwudniową konferencję „Pisa-Narew – szlak aktywnej turystyki wodnej” w Narewce. W forum biorą udział samorządowcy, m.in. radny wojewódzki Stanisław Derehjało, przedstawiciele branży turystycznej, eksperci i praktycy zajmujących się rozwojem turystyki. Uczestnicy dyskutują m.in. o potencjale przyrodniczym regionu jako podstawie rozwoju turystyki, modelach współpracy samorządów i przedsiębiorców przy tworzeniu spójnego produktu turystycznego oraz o standardach zrównoważonego rozwoju w turystyce wodnej.

Liderem przedsięwzięcia jest Województwo Podlaskie.

UMWP – Aneta Kursa,
foto: Mateusz Duchnowski

Projekt „Pisa-Narew – szlak aktywnej turystyki wodnej” obejmuje zagospodarowanie około 351,5 km szlaków wodnych oraz budowę infrastruktury dla turystów, m.in.: przystani i miejsc wodowania sprzętu, miejsc odpoczynku dla turystów, punktów gastronomicznych, zaplecza dla kajakarzy i kamperów, infrastruktury usługowej i przewodnickiej.

W projekcie bierze udział 18 samorządów lokalnych, w tym Ostrołęka oraz gminy: Choroszcz, Łapy, Suraż, Tykocin, Nowogród, Pisz, Dobrzyniewo Duże, Juchnowiec Kościelny, Turośń Kościelna, Wyszki, Narew, Narewka, Kolno, Łomża, Wizna, Zbójna i Trzcianne. Realizacja projektu potrwa do 2028 roku.

Przełomowa inwestycja w Michałowie

Cd. ze str. 1

31 marca, marszałek Łukasz Prokorym wraz z burmistrzem Markiem Nazarko i lokalnymi samorządowcami spotkali się z mieszkańcami osiedla przy ul. Fabrycznej oraz obejrzeli zrealizowaną inwestycję.

– *Na wjeździe do Michałowa powinna stanąć tablica z napisem „tu niemożliwe staje się możliwe”, bo czegoś takiego w województwie podlaskim jeszcze nie widziałem. Dzięki tej inwestycji władze miasta dały mieszkańcom szansę na zdobycie własnego domu. Gratuluję – to wymagało odważnych decyzji* – podkreślił marszałek Łukasz Prokorym.

Jak zaznaczył burmistrz Nazarko, przedsięwzięcie skierowane jest do „zwykłych ludzi pracujących”, osiągających dochody rzędu 4–5 tys. zł netto miesięcznie – osób, które mogą pozwolić sobie na regularne opłacanie czynszu, lecz napotyka trudności w uzyskaniu kredytu hipotecznego.

Domy o powierzchni około 109 mkw. oferowane są na ko-



rzystnych warunkach finansowych. Szacunkowa wartość nieruchomości wynosi około 440 tys. zł, przy możliwym wkładzie własnym na poziomie ok. 88 tys. zł. Inwestycja została zrealizowana w ramach gminnego projektu dofinansowanego w 80 proc. z Rządowego Funduszu Dopląt, co znacząco zwiększyło jej dostępność dla mieszkańców.

W określonych przypadkach istnieje również możliwość przystąpienia do programu bez wkładu własnego – po spełnieniu od-

powiednich kryteriów punktowych. Program zakłada długoterminowy najem z opcją wykupu, co daje mieszkańcom realną szansę na doświadczenie do własności.

Zainteresowanie inwestycją było bardzo duże, co pokazuje skalę zapotrzebowania na tego typu rozwiązania mieszkaniowe. Jak podkreślają władze Michałowa, projekt może stać się inspiracją dla innych samorządów – zarówno w regionie, jak i w całym kraju. **Aneta Kursa**
foto: Paweł Krukowski

Opera i Filharmonia Podlaska

Album z koncertowym nagraniem opery Joasz, król judzki Pawła Łukaszelewskiego został nominowany w dwóch prestiżowych kategoriach: Muzyka oratoryjna i operowa oraz Najwybitniejsze

Nagranie Muzyki Polskiej. Dzieło Pawła Łukaszelewskiego w wersji koncertowej zostało zarejestrowane przez DUX Recording Producers podczas finału III edycji Międzynarodowego Festiwa-

lu Metastasio bez granic w Operze i Filharmonii Podlaskiej, z udziałem Orkiestry i Chóru OiFP oraz znakomitych solistów (Anna Wolfinger, Paulina Boreczko-Bura, Joanna Motulewicz, Paweł Cichoński,

Tomasz Rak i Krzysztof Szyfman). Artystów poprowadził Massimo Mazzeo, a Chór OiFP przygotowała Violetta Bielecka.

– *Nominacje za Joasza w dwóch kategoriach to dla nas*

ogromne wyróżnienie i wielka radość – podkreśla Dyrektor Opery i Filharmonii Podlaskiej prof. Violetta Bielecka. – *Z profesorem Pawłem Łukaszelewskim współpra-*
Cd. str. 6

Podwójna Nominacja do Fryderyków 2026

To jest dopiero żart



1 kwietnia w Hajnowski Dom Kultury odbyło się uroczyste podsumowanie Konkursu Plastycznego „To jest dopiero żart”. Wydarzenie skierowane było do uczniów klas IV–VIII szkół podstawowych z powiatu i miasta Hajnówka. Na konkurs wpłynęło 18 prac, a komisja konkursowa – po dokładnym zapoznaniu się ze wszystkimi zgłoszeniami – zdecydowała o zakwalifikowaniu do wystawy wszystkich nadesłanych dzieł. Prace oceniano w dwóch kategoriach wiekowych: klasy IV–V oraz klasy VI–VIII. Po burzliwych obradach komisja wyłoniła laureatów, których prace w najwyższym stopniu spełniały kryteria konkursowe. Łącznie przyznano 6 nagród oraz 5 wyróżnień.

Kategoria klas IV–V

Wyróżnienia otrzymali:

- Patrycja Pacewicz (SP nr 2, kl. IVc)
- Jan Bazyluk (SP nr 4, kl. Vb)

Nagrody przyznano:

- Aleksandrze Samusiewicz (SP nr 2, kl. IVc)
- Marii Kuptel (SP nr 4, kl. IVb)
- Natalii Nowik (SP nr 4, kl. IVb)

Kategoria klas VI–VIII

Wyróżnienia otrzymali:

- Lilianna Woszczenko-Silbert (SP nr 4, kl. VIb)
- Nina Białomyzy (SP nr 4, kl. VIa)
- Laura Markiewicz (SP nr 4, kl. VIa)

Nagrody przyznano:

- Mateuszowi Siemiackiemu (SP nr 4, kl. VIa)
- Michałowi Siemiackiemu (SP nr

4, kl. VIa)

- Julii Jańczuk (SP nr 4, kl. VIIa)

Wystawa pokonkursowa stanowi barwny przegląd kreatywności i poczucia humoru młodych twórców. Prace zachwycają pomysłowością, różnorodnością technik oraz oryginalnym podejściem do tematu żartu w sztuce. Wszystkie nadesłane prace zostały zakwalifikowane na wystawę, którą można było podziwiać w Galerii HDK do 15.04.2026 r. Wydarzenie było nie tylko okazją do nagrodzenia najzdolniejszych uczestników, ale również inspiracją do dalszego rozwijania pasji artystycznych wśród dzieci i młodzieży. Serdecznie gratulujemy wszystkim uczestnikom!

Anna Kot

Wielkanocna kurka



W 14 marca 2026 r. w Hajnowskim Domu Kultury, odbyły się wyjątkowe warsztaty ceramiczne inspirowane sztuką ludową i stylem naiwnym. Było bardzo twórczo, swobodnie i z dużą dawką wyobraźni.

Temat spotkania „Naczynie - Wielkanocna kurka” – rzeźba tworzona techniką lepienia z płata, z naciskiem na prostą formę, wyraźną strukturę i charakter postaci. Co ważne, kurka była nie tylko formą rzeźbiarską, ale również użytkowym

naczyniem – małą ceramiczną formą, która może pełnić funkcję pojemnika lub świątecznej dekoracji stołu.

Uczestnicy pracowali z naturalną gliną, budując bryłę krok po kroku – najpierw ciało, potem głowę i charakterystyczne elementy: grzebień, skrzydła, ogon. Inspiracją była rzeźba ludowa oraz dawne ceramiczne zabawki, w których najważniejsza była nie dosłowność, lecz opowieść i emocja.

Szczególną uwagę poświęcili-

śmy fakturze – nacinaniu, nakłuwaniu i modelowaniu powierzchni. To ona nadawała kurkom indywidualny charakter: jedne były dumne i dostojne, inne zabawne, jeszcze inne spokojne i miękkie w wyrazie. Prosta forma, ale świadoma struktura – zgodnie z zasadą, że powierzchnia i kształt budują osobowość rzeźby.

Podczas trzech godzin wspólnej pracy nie zabrakło rozmów, skupienia i radości tworzenia. Każda kurka okazała się inna – bo każda była osobistą, małą rzeźbiarską opowieścią i jednocześnie praktycznym, ceramicznym naczyniem.

Po wyschnięciu i wypale prace wrócą do swoich autorów jako piękna, wielkanocna ozdoba domu – łącząca funkcję użytkową z artystycznym charakterem.

Dziękujemy za zaangażowanie i wyobraźnię – do zobaczenia na kolejnych spotkaniach w Pracowni RZEŻBA 3D.

Anna Kot

Dotacje na wydarzenia sportowe

Zarząd Województwa Podlaskiego w trakcie wtorkowego, 17.03, posiedzenia przyznał dotacje z budżetu województwa na

organizację wydarzeń sportowych.

Ponad 700 tys. zł trafi do organizacji przygotowujących wydarzenia sportowe o zasięgu co najmniej

wojewódzkim, w tym m.in. imprezy mistrzowskie oraz międzynarodowe. To także pieniądze na takie działania

Cd. str. 7

Opera i Filharmonia Podlaska

Podwójna Nominacja do Fryderyków 2026

Cd. ze str. 5
cujemy od lat, mamy nagranych osiem płyt z jego kompozycjami i pracujemy nad następnymi. Bardzo się cieszymy, że ta praca została po raz kolejny zauważona i doceniona.

Joasz, król judzki Pawła Łukaszewskiego w ubiegłym roku został nagrodzony Dyplomem Złotym w V Jubileuszowym Międzynarodowym Konkursie Muzyczne Orły 2024 w kategorii: Prawykonanie (za prapremierę opery).

Laureatów tegorocznych Fryderyków poznamy 24 kwietnia podczas gali w Narodowym Forum

Muzyki we Wrocławiu.

„Joasz – Król Judzki”

Kompozytor: Paweł Łukaszewski

Artyści: Anna Wolfinger (sopran), Paulina Boreczko-Bura (sopran), Joanna Motulewicz (mezzosopran), Paweł Cichoński (tenor), Tomasz Rak (baryton), Krzysztof Szyfman (bas), Orkiestra i Chór Opery i Filharmonii Podlaskiej pod dyrekcją Violety Bieleckiej i Massimo Mazzeo

Wydawca płyty: DUX Recording Producers

Reżyseria dźwięku: Marcin Domała i Lech Tołwiński

Malgorzata Jopich

Koncert Jana Kondraka

Cd. ze str. 4
czością takich poetów jak Leonard Cohen, Bułat Okudźawa, Edward Stachura, jak również autorskie piosenki samego artysty. Jan Kondrak z niezwykłą charyzmą i autentycznością interpretował teksty, nadając im osobisty, głęboko emocjonalny wymiar. Publiczność reagowała bardzo żywiołowo – nie zabrakło momentów zadumy, wzruszeń, ale także

uśmiechu i spontanicznych braw. Kameralna atmosfera sprzyjała bliskiemu kontaktowi artysty ze słuchaczami, co sprawiło, że koncert miał nastrojowy charakter. Wieczór zakończył się owacjami na stojąco, będącymi wyrazem uznania dla talentu i scenicznej osobowości artysty. Serdecznie dziękujemy za piękny koncert i obecność.

Anna Kot

Podlaski Bon Turystyczny

Pierwsza edycja Podlaskiego Bonu Turystycznego zakończyła się sukcesem przyciągając do regionu wielu turystów, liczba rezerwacji w podlaskich hotelach i pensjonatach zwiększyła się o prawie 51 procent.

Tegoroczna edycja ruszyła 21 marca i będzie trwała do 31 grudnia br. w trzech turach. Początkowa pula środków przeznaczona na program wynosi 2,2 mln zł.

Pierwsza, wiosenna tura potrwa od 1 kwietnia do 30 czerwca 2026 r. Wnioski o bon będzie można składać od 21 marca (start 11:00–12:00) na stronie internetowej www.generuj.podlaskibonturystyczny.pl.

Jak zapewnia Marta Grzelak, dyrektor Biura PROT, zagwarantowano sprawne funkcjonowanie serwisu, wzmocniono serwery, a nad całym przebiegiem procedury będą czuwać administratorzy. W tej turze wartość bonu wynosi 300 zł, a warunkiem jego otrzymania jest rezerwacja co najmniej dwóch noclegów. Pula środków to 800 tys. zł.

Druga, letnia tura zaplanowana została na okres od 1 lipca do 31 sierpnia 2026 r., a nabór wniosków rozpocznie się 20 czerwca. Wysokość bonu pozostaje na poziomie 300 zł, jednak warunkiem jego wykorzystania będzie pobyt obejmujący minimum trzy noclegi. W przypadku tej tury pula środków wynosi 400 tys. zł.

Ostatni etap programu – tura jesienno-zimowa – potrwa od 1 września do 31 grudnia 2026 r. Wnioski będzie można składać od 22 sierpnia, a wartość bonu wzrośnie do 400 zł. Na ostatnią turę przeznaczono 1 mln zł.

W drugiej edycji programu wysokość bonu nie będzie zależała od kategorii obiektu noclegowego, lecz od terminu pobytu. Bony będą generowane na poszczególne tury, a nie na konkretne miesiące.

Więcej szczegółów o bonie można znaleźć na stronie: <https://podlaskibonturystyczny.pl/>

Źródło: UMWP

Podlaska Marka

Kapituła wybrała zwycięzców

17 marca br. Kapituła Podlaskiej Marki wybrała zwycięzców w każdej z dziesięciu kategorii. Laureatów poznamy podczas gali finałowej, która odbędzie się 17 kwietnia br.

Znamy już zwycięzców głosowania internetowego, w którym oddano ponad 10 tys. głosów.

Mieszkańcy regionu zdecydowali, że Podlaską Markę Kon-

sumentów otrzymała Podlaska Iskra Nadziei – 100 lecie Diecezji Łomżyńskiej na którą oddano 2552 głosy. Drugą pozycję zajął Rock na Bagnie, trzecie miejsce – Tulone, na czwartym uplasowała się Franca The White Bear Coffee. Muzeum im. Marii Konopnickiej w Suwałkach głosami internautów przypadła piątą lokatą

Źródło: UMWP

Dotacje na wydarzenia sportowe

Cd. ze str. 6
jak wydawanie niekomercyjnych opracowań promujących kulturę fizyczną i sport w województwie podlaskim, realizację seminariów, konferencji i warsztatów w ramach współpracy w zakresie sportu oraz organizację szkolenia i współzawodnictwa sporto-

wego w zakresie sportu w środowisku akademickim w 2026 roku.

Dotacje otrzymały m.in.:

- Parafia pw. św. Józefa Rzemieślnika w Księżynie na organizację VI Turnieju Piłki Nożnej Liturgicznej Służby Ołtarza Archidiecezji Białostockiej – 10 000 zł,

- Katolicki Klub Sportowy „Orzeł” w Siemiatyczach na organizację Turnieju Piłkarskiego dla dzieci Orzeł Cup 2026 – 15 000zł,

- Uczniowski Klub Żeglarski Michałowo na Mistrzostwa Województwa Podlaskiego w Żeglarstwie 2026 – 6 000 zł. (mp)

Powiat białostocki wspiera sport

Zarząd powiatu białostockiego podjął 19 marca decyzję o wsparciu kwotą 97 tys. zł 24 inicjatywy sportowe. Wśród beneficjentów znalazły się m.in.

- Klub Sportowy Michałowo „II Mistrzostwa Powiatu Białostockiego w Pływaniu” – 4000,00 zł,
- Klub Sportowy Sumo Koluch „IX Turniej Młodzi Wojownicy Podlasia w Koluchstyl” – 5000,00 zł

- Uczniowska Szkółka Sportowa „Gryfik” w Gródku Organizacja Turnieju Piłkarskiego „Gryfik Cup” 2026 – 4500,00 zł,

- Uczniowski Klub Sportowy Gródek Organizacja Ogólnopolskiego Turnieju „O Puchar Niepodległej” – 3000,00 zł,

- Uczniowski Klub Żeglarski Michałowo „Organizacja i popularyzacja imprez sportowych w po-

wiecie białostockim – Mistrzostwa Województwa Podlaskiego w Żeglarstwie 2026” – 4000,00 zł,

- Koło Gospodyń Wiejskich w Sochoniach „Festyn sportowy – Wysokie loty na Bajecznym Zakątku” – 2000,00 zł.

Wszystkie dofinansowane inicjatywy sportowe na www.wiescipodlaskie.eu w zakładce „Sport” (cym)

Dobry występ Karoliny

Bardzo dobry występ zano-towała Karolina Hołda podczas turnieju WTT Youth Contender rozegranego w bułgarskim Panagurishte. Zawodniczka wywalczyła brązowy medal w grze indywidualnej, a także dotarła do ćwierćfinału w grze mieszanej.

W rywalizacji mikstów Hołda występowała w parze z reprezentantem gospodarzy Yoanem Velichkovem. Duet zakończył swój udział na etapie ćwierćfinału, przegrywając z późniejszymi triumfatorami – rumuńską parą Istrate / Bianca Mei-Rosu.

Znacznie lepiej białostoczanka zaprezentowała się w grze pojedynczej. Zmagania rozpoczęła od dwóch pewnych zwycięstw 3:0 nad Bułgarką Deyą Miltanową oraz reprezentantką Mołdawii Anastasią Taucii, wygrywając swoją grupę eliminacyjną. W 1/16 finału pokonała Włoszkę Candele Sanchi 3:1,



a w ćwierćfinale nie dała szans Francesce Seu, zwyciężając w imponującym stylu 3:0.

W półfinale Hołda zmierzyła się z jedną z czołowych zawodniczek Europy – Biancą Mei-Rosu. Spotkanie miało bardzo wyrównany przebieg i stało na wysokim poziomie sportowym. Polka prowadziła już 2:1 w setach, jednak ostatecznie musiała uznać wyższość rywalki.

- W turnieju gier mieszanych miałam naprawdę ciężkie losowanie, mimo naszej dobrej gry. Czuję, że zabrakło nam jeszcze jednego

meczu z nieco słabszymi rywalkami, żeby dobrze wejść w turniejowy rytm. Za to w singlu zagrałam cały turniej na bardzo wysokim poziomie – od początku do końca. Czuję, że weszłam na wyżyny swoich umiejętności – podsumowała swój występ Karolina Hołda.

- W półfinale przegrałam z Biancą Mei-Rosu, zawodniczką TOP 3 w Europie. Mecz był niezwykle wyrównany, punkt za punkt. Był moment, gdy wyszłam na prowadzenie i poczułam, że mogę wygrać. Niestety, w końcówce zabrakło trochę szczęścia. Mimo wszystko jestem bardzo zadowolona i już skupiam się na kolejnych startach – dodała.

Brązowy medal w Panagurishte to kolejny bardzo dobry wynik Karoliny Hołdy na arenie międzynarodowej i potwierdzenie jej wysokiej formy.

Paweł Piszczatowski

TURNIEJ PIŁKI SIATKOWEJ AMATORÓW



Turniej Piłki Siatkowej Amatorów odbył się dnia 28 lutego 2026r. w II Liceum Ogólnokształcącym z Dodatkową Nauką Języka Białoruskiego. W zawodach uczestniczyła rekordowa ilość, bo aż dziesięć drużyn - 77 zawodników.

Po wstępnym rozstawieniu trzech najlepszych zespołów z poprzedniego roku, dołosowano kolejno siedem zespołów do trzech grup. Grupa „A” liczyła cztery drużyny, a grupa „B” i „C” po trzy drużyny. Eliminacje w grupach rozgrywano systemem każdy z każdym na równoległych, dwóch boiskach. W półfinałach walczyły ze sobą: pierwszy zespół z grupy „A” z pierwszym zespołem z grupy „B” oraz drugi zespół z grupy „A” z pierwszym zespołem z grupy „C”. W finałach o pierwsze miejsce walczyli zwycięzcy tych par, a przegrani rywalizowali o miejsce trzecie. Po sześciu godzinach zmagania wyłoniono zwycięzcę, którym został AS Hajnówka przed Żubrem Białowieża i VBT Bielsk Podlaski. W finale bardzo dobrze zaprezentował się Mikasa Brańsk, który zajął czwarte miejsce.

Zwycięzca z poprzedniego roku musiał się zadowolić miejscem piątym.

KLASYFIKACJA KOŃCOWA:

I miejsce – AS HAJNÓWKA.

Najlepszy zawodnik drużyny – Dawid Skiepmo

II miejsce – ŻUBR BIAŁOWIEŻA

Najlepszy zawodnik drużyny – Nataniel Przygodzki

III miejsce – VBT BIELSK PODLASKI

Najlepszy zawodnik drużyny – Karol Struk

Uczestniczące reprezentacje za miejsca I-IV otrzymały pamiątkowe puchary i medale. Najlepsi zawodnicy – pamiątkowe statuetki, medale, torby. Dwie uczestniczące panie z okazji zbliżającego się Dnia Kobiet otrzymały maskotkę żubra. Torbami wyróżnieni zostali również sędziowie stolikowi: Dariusz Tumiel i Marek Borowik oraz najstarszy zawodnik Mirosław Waszkiewicz (Żubr Białowieża).

Sędziami zawodów byli: Andrzej Romaniuk i Tomasz Dobosz. Zawody prowadził – Janusz Ludwiczak.

Organizatorem imprezy był Ośrodek Sportu i Rekreacji w Hajnówce. Janusz Ludwiczak



Przysłowia ludowe na kwiecień

Ciepły kwiecień, mokry maj, będzie żytko jako gaj.
Na świętego Wincenty (5 kwietnia) szczybie mróz piety.
Na świętego Wojciecha gdy żaba zakuka, to już nasz zima mrozami nie oszuka.
Na świętego Justyna (14 kwietnia) siew się w polu zaczyna.
Na św. Józefa (19 marca), gdy płyną wody, na św. Wojciecha (24 kwietnia) rznij trawę dla trzody.
Kwiecień co deszczem rosi, wiele owoców przynosi
Kiedy Jerzy (23 kwietnia) skryje wronę w życie, będzie zboża obficie.
Na świętego Augustyna (29 kwiecień) orka dobrze się zaczyna.
Kwiecień plecień, to przeplata, trochę zimy trochę lata.
Jak przygrzeje stonko, pójdzie kwiecień łąka.
Jeśli w kwietniu pszczoły latają, to długie chłody zapowiadają.
Kiedy grzmi na goły las, będzie dla rolników ciężki czas.
Za kwietniem ciepłym idzie maj chłodny.
Jaskółka i pszczoła lata, znakiem wiosny dla świata.

Przysłowia wybrał i dodał zdjęcie Jan Cieluszecki

Powiatowe Igrzyska Dzieci w Piłce Siatkowej rocz.2013 i mł.



Dnia 03 marca 2026 r. w hali sportowej Szkoły Podstawowej w Białowieży odbyły się Powiatowe Igrzyska Dzieci w piłce siatkowej dziewcząt i chłopców.

Zawody rozegrane zostały w dwóch grupach, w których uczestniczyło 58 zawodników i zawodniczek.

Grupa dziewcząt:

I miejsce SP KLESZCZELE
II miejsce SP CZEREMCHA
III miejsce SP NR 1 HAJNÓWKA

Grupa chłopców:

I miejsce SP BIAŁOWIEŻA
II miejsce SP 1 HAJNÓWKA
III miejsce SP 4 HAJNÓWKA

Najlepsza zawodniczka Turnieju(MVP) - Hanna KRAWCZUK (SP Kleszczele)

Najlepsze zawodniczki drużyn:

- SP Kleszczele – Martyna Sankiewicz
- SP Czeremcha –Maja Badowiec
- SP 1 Hajnówka- Weronika Ostapczuk

Najlepszy zawodnik Turnieju (MVP) – Samuel DULKO (SP Białowieża)

Najlepsi zawodnicy drużyn:

- SP Białowieża - Hubert Ochryciuk
- SP 1 Hajnówka – Mateusz Orzechowski
- SP 4 Hajnówka – Oliwier Stepaniuk

Organizatorem zawodów była Szkoła Podstawowa w Białowieży. Zawody przeprowadził Jarosław Kutikow. Puchary i medale ufundował Powiatowy Szkolny Związek Sportowy w Hajnówce.

Janusz Ludwiczak

(pełne wyniki rywalizacji w zakładce Sport)

dr n. med. Krzysztof Rogowski
specjalista urolog
ZOZ MSWiA Białystok,
ul. Fabryczna 27
tel: 602 351 808

- schorzenia układu moczowego
- andropauza
- zaburzenia erekcji
- USG, uroflowmetria

UROgowsky
gabinet urologiczny
Białystok, ul. Młynowa 38
rejestracja, tel: 668 555 707

Wtorek:
Bielsk Podlaski,
ul. Mickiewicza 31
tel: 85 730 71 38

**Prywatny Gabinet
Ortopedyczny**

dr n. med. Mariusz Tomaszuk

Hajnówka, ul. Zielona 5
termin przyjęć - poniedziałki

Siemiatycze, ul. 11 Listopada 45
termin przyjęć - piątki

- diagnostyka i leczenie
chorób narządu ruchu

- badanie USG stawów

- kwalifikacja
do zabiegów
operacyjnych

rejestracja tel. 88 2710 395
www.mariusztomaszuk.pl

DR P. POPOW
DUOMED

**Prywatny Gabinet
Chirurgiczny**
specjalista chirurg
dr n. med. Andrzej Popow

**USUNIANIE ŻYŁAKÓW
LASEREM**
ZAMIAST TRADYCYJNEJ OPERACJI

**LECZENIE ŻYŁAKÓW
SKLEROTERAPIĄ
CIEŁEM LASEREM TOW. INTEL**

USG TRANSREKTALNE

**LEKNIENIE ZMIAN SIŁOWYCH
LASEREM**

Rejestracja:
tel. 85 873 20 00
pon. - pt. godz. 8.00 - 16.00
sob. godz. 9.00 - 13.00

Hajnówka,
ul. 11 Listopada 17
www.popow.com.pl

Prywatny
Gabinet Ginekologiczny
Dorosłych i Dziewcząt

dr n. med. Anna Kluz-Kowal
specj. położnictwa, ginekologii
i ginekologii dziewczęcej

15- 543 Białystok
ul. Niedźwiedzia 69
tel. 602 361 518,
604 962 685,
85 732 75 88

rejestracja pacjentów
telefoniczna

czynny
poniedziałek, środa, czwartek
w godzinach 15.00- 19.00

TOMDENTAL
STOMATOLOGIA
wzruszającym światem Lpi

ponad 18 lat doświadczenia pracy
w stomatologii

- leczenie kanałowe
pod mikroskopem
- implanty zębne
- periodontologia
- protetyka - skaner 3D

łt. stom. Andrzej Tomaszuk
specjalista endodoncji, implantologii

łt. stom. Tomaszuk Ilwona
łt. dent. polodentolog, implantolog

Rejestracja:
kom. 539 326 363
Centrum
Medycyna Stomatologiczna
ul. Zielenia 5
17-200 Hajnówka

P.H.U. „J.N.D.”
Jarosław Niewiarowski
Kłopoty Bujny 34
17-300 Siemiatycze

Oferujemy:

- śrutę sojową i rzepakową
- DDGS
- premiksy farmerskie
- koncentraty firmy BioFit
- komponenty paszowe

tel. 502 397 425
email: jaropa@op.pl

DOWOZIMY!

**Handel Zwierzętami
Gospodarczymi**
Świrydy 24 - gm. Brańsk

Skupuję
zdrowe bydło rzeźne
(byki, krowy, jałówki)

Odbiór i ważenie
wagą elektroniczną
na miejscu u klienta
w dniu zgłoszenia

Płatność gotówką
lub przelewem do 14 dni

Ceny konkurencyjne
Zapraszam

WOJCIECH KUCZABA
608 503 671

**SKUP CIELĄT,
ODSADKÓW i KRÓW**



Kupię byczki i jałówki 50-400 kg do
dalszej hodowli i krowy z mlekiem.

☎ 538 479 125
Gotówka lub Przelew

Siemiatycze, Działek, Dziadowice, Grodzisk,
Wilejczyce, Nurzec Stacja, Orla, Mieszczele,
Hajnówka, Dablice Cer., Czeremcha, Bielsk Podl.,
Bełki i okolice

ultramed
ul. Bema 2
15-369 Białystok

Rejestracja telefoniczna:
☎ 795 795 014
☎ 792 793 460
☎ 665 795 014

czynny: pn-pt 8:00-16:00

Badania USG
wykonujemy:
pn-pt 7:30-21:00
sobota 8:00-18:00

NOWOŚĆ !!!
* USG PŁUC DZIECI
I DOROSŁYCH

Wykonujemy biopsję
ciężkich guzów:
- płuc
- wątroby, śledziony
- węzłów chłonnych
- zmian podskórnych

ul. Bema 2
15-369 Białystok
Pacjent:
lo k. nr 29, 31, 43, 45
i wjeżdżaj:
lo k. nr 106, 112, 113, 131
www.ultramed.pl

facjalne ok. 20000 / gabinetu tu i tam na d

**10 przykazań,
które warto zaszczepić dziecku
zanim zrobi to świat**

- Jesteś ważny, nawet jeśli nie jesteś najlepszy
- Możesz mówić „nie” - nawet dorosłym.
- Nie musisz zadawałać wszystkim, żeby być lubianym.
- Tweje emocje są „OK” - możesz je czuć i wyrażać.
- Błędy są po to, by się uczyć - nie po to, by się bać.
- Zawsze możesz prosić o pomoc - to nie oznaka słabości.
- Nie musisz być grzeczny kosztem siebie.
- Tweje ciało należy do ciebie - nikt nie ma prawa go naruszać.
- Nie wszystko musi się udać - ale warto próbować.
- Jesteś kochany - bezwarunkowo. Zawsze.

GAMA Aparaty Słuchowe
Białystok, ul. Stołeczna 25 (wejście od Wyszyńskiego (obok Poczty))

DZIECI, MŁODZIEŻ I DOROSŁYCH ZAPRASZAMY NA:

Bezpłatne badania słuchu
Bezpłatne wypożyczenia aparatów słuchowych

Oferujemy:

- Pomoc w uzyskaniu orzeczenia o niepełnosprawności
- Pomoc w dopłatach NFZ i PFRON
- Aparat słuchowy już od 500 zł*

*po uwzględnieniu refundacji NFZ i PFRON

Umów wizytę telefonicznie ☎ 85 742 36 03 pn. - pt. 8:00-16:00

Gdzie szukać pomocy?

Jeśli znajdujesz się w trudnej sytuacji i chcesz porozmawiać ze specjalistą, zadzwoń pod bezpłatny numer:

- * 116 111 - całodobowy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę,
- * 116 123 - całodobowy telefon zaufania dla osób dorosłych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego,
- * 800 70 22 22 - całodobowy telefon dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym,
- * 22 484 88 01 - antydepresyjny telefon zaufania Fundacji ITAKA,
- * 22 484 88 04 - telefon zaufania młodych Fundacji ITAKA,
- * 800 12 12 12 - dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka.