



PO STRONIE SENIORA

SENIORZE, NIE DAJ SIĘ OSZUKAĆ

FAŁSZYWI ŻOŁNIERZE, CELEBRYCI WYŁUDZAJĄ PIENIĄDZE – Str. 10 i 11

Nr ISSN 1230-9192
Nr indeksu 350680

www.expressbydgoski.pl

Nr 175 (11363) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Express

BYDGOSKI

Czwartek, 30.07.2026

37
lat

Nowa komendant WIM-PIB ppłk dr n. med. Agata Będzichowska: Wojskowa służba zdrowia przegrywa z rynkiem cywilnym, a największym problemem lekarzy nie są zarobki, lecz niemożność wykonywania zawodu – **Str. 2**

Wyrok za skatowanie 13-miesięcznego Grzesia z Bydgoszczy. Prokuratura nie wyklucza apelacji. Katarzyna B. i jej partner Fabian P. usłyszeli wyroki – **Str. 3**

Relaks

Krzyżówki
do kawy.
Nowości
w programie TV



Prawo

Zamiast spłacać
długi, puszczają
wodze fantazji.
Nawet „umierają”

W stałym repertuarze dłużników są: „Zapomniałem o terminie”, „SMS nie dotarł”, „Mail wpadł do spamu”, „Nikt nie zadzwonił...” – **Str. 3**

Remont

Prace
na Sułkowskiego
prawie na finiszu,
ale jest problem

Stopniowo znikają utrudnienia w ruchu. Wykonawca ma czas na zrealizowanie wszystkich robót do końca wakacji. – **Str. 4**

Raport naukowców i społeczników o Parku Centralnym. Miasto informuje, że jesienią planuje rozpoczęcie prac kąpielisku. – **Str. 7**

Dr Paweł Rajewski: „Dbajmy o naszą wątrobę!”. Konsultant wojewódzki w dziedzinie chorób zakaźnych jest autorem profilaktyki chorób wątroby „Dziesiątka dla Wątroby” – **Str. 12**



FOTOMASZ CZACHOROWSKI

Inwestycje

W bydgoskim Centrum Onkologii ma powstać schron-szpital

Marcin Kozłowski

W Centrum Onkologii im. prof. Franciszka Łukaszczyka w Bydgoszczy powstanie dwupoziomowy schron o powierzchni 1500-1800 metrów kwadratowych. To kolejny taki obiekt, którego budowa jest planowana w mieście.

O bydgoskiej – i trzech innych inwestycjach w regionie – poinformowano podczas konferencji prasowej w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu. Schrony-podziemne

szpitale na wypadek wojny powstaną ponadto na terenie Szpitala Zespołowego w Toruniu, Szpitala Specjalistycznego we Włocławku i Szpitala Zdrowia Psychicznego w Świeciu. Zadania przygotowuje marszałkowska spółka celowa Kujawsko-Pomorskie Inwestycje Medyczne. Prezes Jarosław Wierski poinformował, że prace koncepcyjne są zaawansowane, a pozytywną opinię dla przedsięwzięcia wydało już Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji.

– Te podziemne szpitale będą oczywiście mniejsze od standardowych. Będą tam wykonywane jedy-

nie niezbędne procedury medyczne – na przykład chirurgiczne i diagnostyczne. Obiekty powstaną w standardzie dual-use, czyli podwójnego zastosowania. Oznacza to, że mamy dla nich zastosowania także w czasie niekryzysowym. Wzorujemy się na podobnych rozwiązaniach stosowanych w Finlandii – poinformował marszałek Piotr Całbecki.

Obiekt, który ma powstać na terenie Centrum Onkologii im. prof. Franciszka Łukaszczyka w Bydgoszczy, ma być dwupoziomowym schronem o powierzchni 1500-1800 metrów kwadratowych. Będą to podziemne kondygnacje projekto-

wanych budynków. Poziom -1 ma być miejscem czasowego ukrycia dla 450-500 osób, które w czasach pokoju będzie wykorzystywane jako parking. Poziom -2 zaplanowano jako bezpieczne przestrzenie umożliwiające prowadzenie niezbędnych medycznych funkcji szpitali w warunkach kryzysowych (w tym trzy sale operacyjne oraz jedna wybudzeniowa) oraz schrony dla 300 osób.

Estetyczna bryła budynku zostanie wkomponowana w otoczenie Centrum Onkologii i będzie połączona z zapleczem medycznym i ochronnym. ©

Więcej - Str. 4

Obiekty powstaną w standardzie dual-use, czyli podwójnego zastosowania. Podziemne szpitale będą mniejsze od standardowych

JUTRO Z EXPRESSEM

Piątek PULS: Wszystkie wojny i powstania dra Michała Grobelskiego, bydgoskiego lekarza

30.07.2026

Czwartek

Dzisiaj imieniny obchodzą: Julita, Leopold i Piotr
Telefon alarmowy: 112

Komentarz dnia

**Beata Busz:**

Żywy sztucznej jeszcze długo nie przepuści

Publicystka

Ostatnio usłyszałam: to są jeszcze dziennikarze?! Bo przecież teraz sztuczna inteligencja napisze wszystko. Chociażby taki felieton, który tutaj popełniam, to dla niej pestka. Pewnie tak, nie sprawdzałam. Wciąż jeszcze bowiem samodzielne pisanie komentarzy sprawia mi frajdę. Ale czy na przykład taka AI wysłucha problemu czytelnika, a potem spróbuje go rozwiązać, odpytując wszystkie strony sporu? Jestem pewna, że jeszcze dłuuuugo nie. A zatem pismaki i ich szare komórki, choć rzadko już władają piórem, są jeszcze na tym świecie potrzebni.

A weźmy taką samoobsługową sztuczną inteligencję kasującą nasze zakupy w markecie. Często popada ona w tarapaty i woła: asystent proszony do kasy! I człowiek spieszy jej z odsieczą.

Nielekkko mają też boty na usługach firm telekomunikacyjnych lub kurierskich. Ostatnio taki jeden natrafił na mnie i ... poległ. A było tak: posłałam do paczkomatu nadać i zarazem odebrać paczkę. Nie widząc dobrze bez okularów, zdalnie otworzyłam skrytkę, a jako że wydawała mi się pusta, wcisnęłam tam paczkę do wysyłki. Następnie chciałam odebrać paczkę i... zdębiałam. Bo przeczytałam w aplikacji, że ją właśnie wyjęłam. W pierwszej chwili pomyślałam: kto wziął moją paczkę! Ale zaraz przyszła refleksja: że ta paczka - jak się później okazało niewielkich rozmiarów - jest w skrytce, którą właśnie zatrasnęłam z paczką do zwrotu. Co robić?! Zadzwoń! pod numer podany na urządzeniu. Odebrał wspomniany bot. Nie nadawaliśmy na tych samych falach, przez pięć minut nie mogłam zrozumieć, co takiego odwalili. Wreszcie ten sztuczny połączył mnie z żywym konsultantem, który zrozumiał mnie w lot i pomógł w rozwiązaniu problemu. Ta sztuczna inteligencja musi się jeszcze wiele od ludzi nauczyć. ©©

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
 „Express
 Bydgoski”

tel. 52 511 94 64
 bok.prenumerata@polskapress.pl
 prenumerata.expressbydgoski.pl

POGODA W BYDGOSZCZY



Czwartek
 33°C/16°C



Piątek
 32°C/19°C



Redaktor naczelna
 Alicja Polewska
Z-cy redaktor naczelnej
 Justyna Wojciechowska-
 Narloch
 Lucyna Tańska-Klich
 Jakub Stykowski
Wydawca dnia
 Robert Borzyszkowski

www.express.bydgoski.pl

Polska Press
Makroregion Wielkopolska
Kujawsko-Pomorskie
Redakcja ul. Zamyskiego 2,
 85-063 Bydgoszcz, tel. 52 32 63 100
 redakcja@express.bydgoski.pl
Prezes Makroregionu
 Marek Ciesielski
Dyrektor reklamy
 Agnieszka Perlińska
Dyrektor marketingu
 Katarzyna Jabłońska
Druk
 Polska Press Oddział Poligrafia,
 85-438 Bydgoszcz,
 ul. Grunwaldzka 229



Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
 ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
 tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
 Zenon Nowak
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
 Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
 Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
 biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10



©© - umieszczenie takich dwóch
 znaków przy Artykule,
 w szczególności przy
 Aktualnym Artykule, oznacza
 możliwość jego dalszego
 rozpowszechniania tylko
 i wyłącznie po uiszczeniu opłaty
 zgodnie z cennikiem
 zamieszczonym na stronie
 www.express.bydgoski.pl/tresci
 i w zgodzie z postanowieniami
 niniejszego regulaminu.

ROZMOWA

Wojskowa służba zdrowia przegrywa z cywilną

Mira Suchodolska (PAP)

Wojskowa służba zdrowia przegrywa z rynkiem cywilnym, a największym problemem lekarzy nie są zarobki, lecz niemożność wykonywania zawodu - mówi nowa komendant WIM-PIB ppłk dr n. med. Agata Będzichowska.



FOT. WIM.MIL.PL

Agata Będzichowska

stwa. Równolegle chcemy realizować bardzo ambitną strategię rozwoju WIM na lata 2026-2029. Obejmuje ona zarówno rozbudowę infrastruktury, jak i dalszy rozwój wysokospecjalistycznych ośrodków leczenia. Liczymy na pozyskanie środków m.in. z programu SAFE oraz z Krajowego Planu Odbudowy.

Jest pani pierwszą kobietą na stanowisku komendanta. Czy odbiera pani swoją nominację jako sygnał zmian zachodzących w wojskowej służbie zdrowia?

Te zmiany po prostu już się dokonują. Medycyna od dawna przestała być zawodem zdeminowanym przez mężczyzn, a ten proces

obejmuje również medycynę wojskową. Obecnie kobiety stanowią już około 40 proc. lekarzy wojskowych. Równocześnie rośnie liczba kobiet pełniących służbę w Siłach Zbrojnych RP. W tej sytuacji nie powinno nikogo dziwić, że kobieta kieruje wojskowym szpitalem.

Niedawno opublikowany raport WIM pokazuje, że obsadzonych jest zaledwie 59 proc. etatów lekarskich.

Brakuje właściwie lekarzy wszystkich specjalności, choć z punktu widzenia wojska najbardziej dotkliwe są niedobory anestezjologów, chirurgów i ortopedów. To właśnie te specjalizacje mają kluczowe znaczenie zarówno podczas zabezpieczenia działań wojskowych, jak i w sytuacjach kryzysowych. Nie jest to jednak problem, który pojawił się nagle. Od lat przegrywamy z rynkiem cywilnym. Młody lekarz, który kończy specjalizację, otrzymuje tam znacznie atrakcyjniejsze warunki finansowe, a jednocześnie ma większe możliwości rozwoju zawodowego. Oczywiście służba wojskowa daje coś, czego nie da się przeliczyć na pieniądze - poczucie misji, etos, możliwość służenia państwu. Tylko że dziś to już nie wystarcza, by zatrzymać ludzi.

KALENDARIUM BYDGOSKIE 29 LIPCA

Szklany szyld rozprysł się. Ranna kobieta i dziecko

1817: w przebudowanym gmachu kolegium jezuickiego przy ul. Jezuickiej w Bydgoszczy zostało otwarte Królewskie Gimnazjum im. Fryderyka Wilhelma. Pierwsze zajęcia rozpoczęły się 4 sierpnia. Liczba uczniów wynosiła około 70. Dyrektorem placówki został dotychczasowy inspektor szkolny Ludwig Mueller, który rozpoczął proces germanizacji placówki.
1895: miejska straż ogniowa zakupiła w miejsce smolnych pochodni używanych do oświetlania swoich wozów gaśniczych - mosiężne naczynia z naftą i z szerokimi knotami,

które po zamontowaniu na pojazdach dawały jaśniejsze światło.

1930: na ul. Mostowej szyld szklany kawiarni „Bristol” zawieszony na wysokości piętra spadł na niżej umieszczony szyld kina „Nowości”. Rozprysk szkła ranił przechodzącą kobietę z 5-letnim dzieckiem.

1938: w bydgoskim więzieniu został stracony przez specjalnie przybyłego z Warszawy kata Brauna - zbrodniarz Władysław Leśniewski. W 1922 roku dokonał on podwójnego zabójstwa, za co został skazany na śmierć. Prezydent Wojciechowski ułaskawił go jednak i po 15 latach wyszedł z więzienia, niemal natychmiast dopuszczając się kolejnej zbrodni.

1949: bydgoski Teatr Polski wystawił na wolnym powietrzu, na kortach tenisowych Gwardii przy ul. Zamyskiej komedię popularną w tamtym czasie komedię muzyczną „Wesele Fonia”.
1961: we wszystkich bydgoskich kioskach pojawiły się gazety z ZSRR „Prawda” i „Izwestia”, w których opublikowano projekt programu Komunistycznej Partii Związku Radzieckiego.

1998: rozpoczęła się rozbiórka dawnego „odwachu”, komendy garnizonu bydgoskiego i aresztu garnizonowego przy ul. Karmelickiej, wzniesionych w XIX wieku. Dziś jest tam parking samochodowy przy Operze Nova. ©© **KB**

Z WOKANDY

Będzie apelacja w sprawie Grzesia?

Maciej Czerniak

Wyrok dwóch lat pozbawienia wolności jest „niewspółmiernie łagodny” w stosunku do winy - to stanowisko bydgoskiej prokuratury. Katarzyna B. i jej partner Fabian P. usłyszeli wyroki za skatowanie 13-miesięcznego Grzesia. Mężczyzna ma iść do więzienia na 15 lat.

Do Sądu Okręgowego w Bydgoszczy trafił już wniosek o uzasadnienie wyroku, jaki zapadł 13 lipca. Sentencja kończyła proces, w którym sądzeni byli kobieta i mężczyzna odpowiedzialni za opiekę nad liczącym 13-miesięcy Grzesiem.

Syn oskarżonej zmarł z powodu rozległych obrażeń. Sąd uznał, że przemoc wobec dziecka dopuścił się Fabian P., partner Katarzyny B. Kobieta miała wprowadzić działać wspólnie i w porozumieniu z jej partnerem, ale



Fabian P. został skazany na 15 lat więzienia. Prokuratura nie wyklucza, że również od jego wyroku zostanie złożona apelacja

nie Temida nie dopatrzyła się bezpośredniego jej udziału w skatowaniu dziecka.

Kara „niewspółmiernie niska”

- W naszej opinii kara orzeczona wobec Katarzyny P. jest niewspółmiernie niska - mówi prok. Adam Lis, zastępca szefa Prokuratury Rejonowej Bydgoszcz-Północ. - Z kolei, jeżeli chodzi o wyrok wobec Fabiana P., jest on zbliżony do tego wy-

miaru kary, o jaki wnioskował prokurator. W tym przypadku decyzję podejmujemy po przeanalizowaniu pismemnego uzasadnienia wyroku.

W związku z zamiarem złożenia apelacji do sądu został już skierowany wniosek o uzasadnienie wyroku.

Przypomnijmy, że po procesie prokuratura wniosła o 16 lat więzienia dla Katarzyny B. i o 18 lat dla jej partnera Fabiana P. (mieli działać

wspólnie i w porozumieniu). Ostatecznie oboje zostali skazani (nie byli obecni na ogłoszeniu wyroku), ale matce chłopca wymierzono mniejszy wyrok.

Katarzyna B. za znęcanie się psychiczne nad dwójką starszych dzieci w latach 2019-2021 (ostatecznie zostały jej odebrane i trafiły do rodziny zastępczej, podobnie jak dwójka dzieci kilka lat wcześniej) i znęcanie się fizyczne nad Grzesiem dostała karę łączną 2 lat pozbawienia wolności. Na poczet kary zaliczono jej areszt (20 miesięcy). Została skazana z par. 207 Kodeksu Karnego (przestępstwo znęcania się fizycznego lub psychicznego nad osobą najbliższą, zależną, nieporadną lub małoletnią).

Z kolei jej partner Fabian P. dostał wyrok 15 lat pozbawienia wolności za znęcanie się nad Grzesiem (par. 207 KK) i za spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu

ze skutkiem śmiertelnym (par. 156 KK). Do wyroku zaliczono mu areszt (od 14.09.2024, został on przedłużony na kolejne 3 miesiące). Oboje oskarżeni nie przyznawali się do winy i składali często sprzeczne zeznania.

Rozbieżne zeznania

Grześ trafił do szpitala z rozległymi obrażeniami, między innymi głowy. Ta tragedia rozegrała się w mieszkaniu w bydgoskim Fordonie, we wrześniu 2024 roku. Najpoważniejszym urazem, jakiego doznał chłopiec, był krwiak mózgu. Dziecko zmarło.

W toku śledztwa i późniejszego procesu para składała odmienne wyjaśnienia. Ani matka, ani jej były partner nie przyznawali się do stosowania przemocy wobec chłopca. Według jednej z wersji, dziecko miało nieszczęśliwie spaść kanapy i uderzyć głową w podłogę. ©

KRÓTKO

Wypadek

Dachowanie auta na DK 10 w Solcu Kujawskim. Jedna osoba zabrana do szpitala

W środę, tuż po godzinie 9, na DK 10 pod Bydgoszczą doszło do groźnego zdarzenia. Auto wypadło z drogi na wysokości Solca Kujawskiego i dachowało. Jak informuje w rozmowie z „Expressem Bydgoskim” starszy kapitan Arkadiusz Łojewski z KM PSP w Bydgoszczy, służby odebrały wezwanie do zdarzenia o godzinie 9.05.

Na miejsce wysłano dwa zastępy straży pożarnej (jeden PSP z Bydgoszczy oraz OSP z Solca Kujawskiego). Pracujący na miejscu policjanci ustalili, że 53-letni kierowca, jadąc w kierunku Torunia nie dostosował prędkości do panujących warunków ruchu, przez co stracił kontrolę nad pojazdem i w wyniku tego doszło do dachowania - informuje sierż. szt. Jakub Skrzypek z Zespołu Prasowego KMP w Bydgoszczy. Kierujący był trzeźwy, został zabrany do szpitala. MS

ZADŁUŻENIE

Zamiast spłacać długi, puszczają wodze fantazji. Niektórzy udają nawet śmierć!

Małgorzata Stempinska

W stałym repertuarze dłużników są: „Zapomniałem o terminie”, „SMS nie dotarł”, „Mail wpadł do spamu”, „Nikt nie zadzwonił i nie przypomniał”. Są też wymówki bardziej kreatywne. Niektórzy... nawet udają swoją śmierć.

Obecnie w Krajowym Rejestrze Długów widnieje 1,9 mln konsumentów, którzy mają do spłaty 40,4 mld zł. Na jednego dłużnika przypada średnio 21,5 tys. zł zobowiązań. Największe ryzyko koncentruje się w grupie 36-55 lat. Osoby w tym wieku odpowiadają za 60 proc. wszystkich zaległości. W naszym regionie średnie zadłużenie wynosi 5479 zł. Na liście najbardziej zadłużonych miast szóste miejsce zajmuje Włocławek z kwotą 2,2 mln zł, która obarcza 8 proc. konsumentów.

Najczęściej osoby zadłużone tłumaczą, że „nie mają teraz pieniędzy”. Dłużnicy mówią też wprost „Mam ważniejsze

wydatki i zobowiązania” albo są zaskoczeni, że jakaś kwota obciąża ich konto, stwierdzając „Nie wiedziałem, że mam zaległość”.

Przyczyna nie znosi długu

Negocjatorzy trafili również na usprawiedliwienie „Kornik już zabiera mi pensję”, co miało sugerować, że ta osoba nie będzie miała z czego zapłacić. - Nie możemy z góry zakładać, że każdy dłużnik szuka wymówki. Podczas rozmów dowiadujemy się także o naprawdę trudnych życiowych sytuacjach. Sama przyczyna opóźnienia nie powoduje, że dług znika. Pozwala jednak lepiej ocenić rzeczywiste możliwości konsumenta i szansę na spłatę, która nie stanie się deklaracją bez pokrycia, lecz zostanie zrealizowana - wyjaśnia Jakub Kostecki, wiceprezes zarządu Kaczmarek Inkasso.

Drugi typ wymówek, z jakimi spotykają się negocjatorzy, to „na nie pamięć”. Od dawna w stałym repertuarze dłużników są: „Zapo-



Najwięcej długów mają osoby w wieku 36-55 lat

omniałem o terminie”, „SMS nie dotarł”, „Mail wpadł do spamu”, „Nikt nie zadzwonił i nie przypomniał”.

W części przypadków może to być zwykłe roztrągnięcie. Przy wielu rachunkach, ratach i innych obowiązkach łatwo przeoczyć jeden termin. Zdarza się jednak, że „zapomniałem” pojawia się kolejny raz, mimo wcześniejszych rozmów i ustaleń z negocjatorem.

Wzięli kredyt dla wnuczka

Rzadkością nie są też takie tłumaczenia: „To był kredyt dla wnuczka”, „Dzieci nakłakały płatne usługi”, „Ubezpieczenie jest na mnie, ale samochodem jeździ wnuczka i to ona miała zrobić przelew”, „Zięć nie miał zdolności kredytowej, więc zgodziłem się podpisać umowę ratalną na telewizor. Ale to on miał płacić”. Windykatorzy

usłyszeli także: „Musiałam zapłacić za leczenie psów”, „Czekam na premię świąteczną” czy „Zgubiłem się w lesie i nie mam dostępu do banku” albo „Załało mi mieszkanie, a w nim trzymałem pieniądze na raty”.

Zdarzają się też takie sytuacje: pewna dłużniczka odebrała telefon od windykatora. Podała się za inną osobę i opianowanym głosem przekazała, że koleżanka niestety

nie żyje. Jej problem polegał na tym, że miała dość charakterystyczną wadę wymowy i kłamstwo wyszło na jaw.

Szefowie biorą na litość

Kreatywni są też przedsiębiorcy. Właściciele jednoosobowych firm zazwyczaj tłumaczą negocjatorom: „To księgowa miała opłacić fakturę”. Przekazanie tego na zewnątrz nie zwalnia jednak przedsiębiorcy z odpowiedzialności za terminowe regulowanie firmowych zobowiązań. Inny argument brzmi: „Kontrahenci mi nie zapłacili”. - Kreatywni przedsiębiorcy sięgają także do repertuaru, który ma zmieścić negocjatorów. Mówią, że się rozwodzą i nie mogą w tej chwili myśleć o płatnościach. Twierdzą też, że umarł ktoś bliski i biznes to ostatnie, czym chcą się teraz zajmować. Kiedy mediator dzwoni następnym razem, dłużnik mówi, że zmarła kolejna bliska mu osoba. Profesjonalny negocjator jest jednak w stanie zdemaskować kłamstwo i zmobilizować do spłaty należności - podsumowuje Jakub Kostecki. ©

Bydgoszcz

BEZPIECZEŃSTWO

Dwupoziomowy schron powstanie na terenie Centrum Onkologii

Marcin Kozłowski

W Centrum Onkologii im. prof. Franciszka Łukaszczyka w Bydgoszczy powstanie dwupoziomowy schron o powierzchni 1500-1800 metrów kwadratowych.

Wartość czterech inwestycji wynosi 270 milionów złotych. Zadanie finansowane będzie z preferencyjnych pożyczek z Banku Gospodarstwa Krajowego. Prace nad budową schronu-szpitala mają ruszyć w przyszłym roku, a zakończyć się w 2029 roku.

Według najnowszych danych w Bydgoszczy jest około 220 budowli ochronnych, które mogą pomieścić 18 tys. osób, czyli około 5,5 procenta zameldowanych mieszkańców. W ramach Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej miasto w najbliższych trzech latach otrzyma co najmniej 100 milionów złotych na budowę ochronnych obiektów. Bydgoszcz jest bowiem najważniejszym pod względem bezpieczeństwa kraju miejscem w województwie - z największym nasyceniem infrastruktury krytycznej, jednostką NATO, lotniskiem wojskowym i spółkami obronnymi Skarbu Państwa.

Bydgoszcz szykuje się do dużych inwestycji w tym zakresie. Na Placu Piastowskim i naprzeciw Komendy Wojewódzkiej Policji (przy stadionie Polonii) przy ul. Powstańców Wielkopolskich powstaną podziemne dwupoziomowe parkingi, które będą mogły pełnić funkcję schronów spełniających najwyższe wymagania. Ogłoszone zostały przetargi na zaprojektowanie obiektów. W mieście ma powstać więcej takich nieruchomości, ale ich lokalizacja nie została jeszcze wskazana.

Funkcję schronu ma również pełnić wielopoziomowy parking, którego budowa jest planowana przy Szpitalu Uniwersyteckim nr 2 im. Jana Biziela. Część podziemna ma wytrzymać obciążenia spowodowane tzw. zgruzowaniem i spadającymi elementami części nadziemnej, odłamkami bomb, pocisków, granatów, ostrzałem z broni małokalibrowej, a nawet promieniowaniem gamma. Konstrukcja ma mieć zapewnioną maksymalną autonomię energetyczną, zaopatrzenie w wodę i odprowadzanie ścieków. Rolę schronu może pełnić ponadto dwukondygnacyjna hala lekkoatletyczna i strzelectwa sportowego w kompleksie Zawiszy. ©©

REMONT

Prace na Sułkowskiego prawie na finiszu, ale jest problem

Jarosław Więclawski

Zbliża się koniec prac przy budowie drogi rowerowej i wymiany nawierzchni na ul. Sułkowskiego w Bydgoszczy. Stopniowo z okolicy znikają utrudnienia w ruchu. Wykonawca ma czas na zrealizowanie wszystkich robót do końca wakacji. Na jednym z odcinków pojawił się jednak problem, który może dłużej generować utrudnienia.

Kierowcy, którzy regularnie jeżdżą Sułkowskiego i Kamienną od jakiegoś czasu widzą, że prace wreszcie zmierzają ku końcowi. Choć inwestycja nie jest jeszcze oddana, na trasie pojawia się też coraz więcej rowerzystów, testujących nową drogę. Zapytaliśmy drogowców, jakie prace pozostały do wykonania, kiedy dobiegną końca i znikną ostatnie utrudnienia.

- Roboty są na finiszu. Do wykonania pozostały jeszcze prace związane z oznakowaniem pionowym oraz poziomym, które nie mogą być prowadzone pod ruchem, roboty wykończeniowe oraz posianie trawy, a także zagospodarowanie przestrzeni zielonych - przekazała „Expressowi Bydgoskiemu” Katarzyna Muszyńska, rzeczniczka prasowa Zarządu Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy.



Prace na ul. Sułkowskiego wreszcie zmierzają ku końcowi

- Nasz wykonawca dokłada starań, aby minimalizować utrudnienia, oddając kolejne elementy przebudowywanego układu do ruchu. Jak zapewnia, dotrzyma terminu i uzyska pozwolenie na użytkowanie dla całości inwestycji do końca sierpnia tego roku - informuje rzeczniczka.

Fragment nowej nawierzchni zniszczony Choć prace dobiegają końca, na finiszu pojawił się dodatkowy problem. - Do rozwiązania pozostała jeszcze

sprawa uszkodzenia przez gestora sieci podziemnej kilku-nastu metrów nowej nawierzchni jezdni ulicy Sułkowskiego (prawy pas w kierunku Osiedla Leśnego za zatoką autobusową, pomiędzy ul. Chodkiewicza a Kozietulskiego). Uszkodzenie powstało podczas prowadzonych prac konserwacyjnych - odpowiada nam Katarzyna Muszyńska.

- Nasz wykonawca ocenił koszty i zgłosił sprawę do ubezpieczyciela, który prowadzi analizę zgłoszonego zakresu i kosztów naprawy. Niniejsza sprawa dotyczy jednego pasa ruchu wschodniej jezdni ul. Sułkowskiego, zatem ruch pojazdów będzie mógł się odbywać - dodaje.

Remont Sułkowskiego z długą historią

Budowa drogi rowerowej na Sułkowskiego ruszyła wiosną 2025 roku i miała zakończyć się przed jego końcem. Cały projekt zakłada powstanie trasy po obu stronach ulicy od dróg rowerowych w rejonie Chodkiewicza do ronda Żołnierzy Górników. Na odcinku od ul. Chodkiewicza w stronę Cichej zaprojektowano jednokierunkowy pas rowerowy.

W ubiegłym roku główne prace toczyły się na odcinku od ronda Żołnierzy-Górników do Dwernickiego. Wykonano tam chodniki, drogi rowerowe i wyspy dla pieszych. Od jesieni trwają prace na odcinku od Dwernickiego do Chodkiewicza. Inwestycja realizowana jest w formule projektuj i buduj. Wykonawcą jest firma Betpol. Wartość zadania to 13,4 mln zł.

Wśród przyczyn opóźnienia prac wskazywano m.in. warunki pogodowe w zimę, ale i rozszerzenie zadania o wymianę nawierzchni na wybranych odcinkach Sułkowskiego i Kamienną. Jak wyjaśniali drogowcy, dzięki temu nie będzie tu konieczności prowadzenia działań naprawczych infrastruktury w kolejnych latach. ©©

AKCJA CHARYTATYWNA

0011545569



REKREACJA

Nie masz pomysłu na wakacje w mieście? Oto kilka propozycji

Paweł Kaniak

Wypoczywacie w mieście i szukacie pomysłów jak spędzić czas? Przygotowaliśmy dla Was przegląd tego, co jutro i pojutrze będzie działo się w Bydgoszczy.

Hangar Kultury zaprasza dzieci i grupy zorganizowane na wakacje filmowe: „Prezentujemy fantastyczne filmy pełne przygód, magii i wzruszeń. Nasze filmowe seanse to idealna okazja, żeby spędzić czas w kreatywny i przyjemny sposób.” w czwartek 30 lipca - „Jak Bert to wszystko ogarnie”, w piątek 31 lipca - „Jak Bert to wszystko ogarnie”. Początek wszystkich seansów o godzinie 10.30. Wstęp: 6 zł wejściówki indywidualne / 5 zł wejściówki dla grup zorganizowanych powyżej 10 dzieci. Rezerwacje dla grup zorganizowanych: tel. 785-704-344, kinojeremi@liceumxv.edu.pl

Muzeum Okręgowe w Bydgoszczy zaprasza na „Pana Twardowskiego w Bydgoszczy” - warsztaty plastyczne z białą kredką odbędą się w Centrum Edukacji Muzealnej 30 lipca. Początek o 11.00. Wstęp: 18 zł/1 os. (1 zł/opiekun), bilety do zakupu w kasie oraz na stronie Muzeum.



31 lipca odbędzie się rajd rowerowy z Bydgoską Masą Krytyczną na podsumowanie Rowerowej Stolicy Polski

FOT. ARKADIUSZ WOJASIEWICZ

31 lipca MOB warsztaty kreatywne z suwakiem „Będę artystą - Afirmacje artysty”. Centrum Edukacji Muzealnej. Początek o 11.00. Wstęp: 18 zł/1 os. (1 zł/opiekun), bilety do zakupu w kasie oraz na stronie Muzeum.

Kolejne wydarzenie z cyklu Bydgoskie Lato Muzyczne przy Spichrzach. Koncert zespołu Dixie Company, pt. „Duch Nowego Orleanu nad Brdą” zaplanowano na 30 lipca o godz. 19 przy ul. Grodzkiej 11.

Steffi Mal & Paweł Wenderski wystąpią 31 lipca w Świątłowni o godz. 18. Usłyszymy znane piosenki biesiadne, ludowe i rozrywkowe. Steffi Mal (Stefania Malinowska) - bydgoska wokalistka, uzdolniona muzycznie i plastycznie. Animatorka imprez dla dzieci i dorosłych. Trenowała gimnastykę akrobatyczną na obiektach sportowych KKS „Brdą” i WKS „Zawisza”. Obecnie instruktor gimnastyki tanecznej. Paweł Wenderski jest absolwentem wrocławskiego AWF-u, a także... dwukrotnym laureatem telewizyjnej Szansy na Sukces w kategorii piosenek Renaty Przemyk i Ireny Santor. Brał udział w wielu programach TV, koncertach Violetty Villas i w Sylwestrowej Dwójce. Cegielka na Fundację Świątłownia w cenie 30 zł. ©©

INWESTYCJE

Jest opóźnienie przy budowie dróg dojazdowych do AM

Jarosław Więclawski

Trwa budowa dwóch dróg dojazdowych do kampusu Akademii Muzycznej w Bydgoszczy. Gdy roboty na miejscu ruszą, przewidziano finał przed wakacjami, co się nie udało. Sprawdziliśmy na miejscu postęp robót.

Nowy układ drogowy będą tworzyć dwie ulice:

- prof. R. Sucheckiego, prostopadła do Gdańskiej, długości ok. 180 metrów, przebiegająca po północnej stronie boiska szkoły,

- prof. J. Godziszewskiego ołamanym przebiegiu łącznej długości ok. 500 metrów, zapewniająca bezpośrednią obsługę terenu przylegającego do Akademii, a także połączenie z ulicą Kamienną przed budynkiem Akademii Muzycznej.

Jak informowano przed startem robót, będą to ulice kategorii gminnej i klasy funkcjonalnej dojazdowej. Wzdłuż obu zaplanowano zatoki do parkowania (prostopadłego względem osi jezdni). Na Kamiennej przewidziano prawoskręt dla pojazdów wjeżdżających na nową ulicę. Z kolei wyjazd na Kamienną możliwy będzie tylko w prawo. Na jakim etapie są prace?

Sporo kolizji i przebudów

Wykonawca zrealizował większość zakresu budowy kanalizacji deszczowej, przebudowy kolizji elektroenergetycznych i gazowych oraz prace remediacyjne gruntu. Realizuje prace związane z budową kanalizacji deszczowej (na ukończeniu), przebudową sieci gazowej, przebudową sieci elektroenergetycznych i telekomunikacyjnych w ulicy Godziszewskiego.



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

Umowę na budowę dróg podpisano w marcu 2025 r. W 15 miesięcy nie udało się zrealizować inwestycji, ale na razie nie wiadomo, o ile się to przedłuży

Wykonawca prowadzi prace drogowe w ulicy Godziszewskiego na odcinku równoległym do ulicy Kamiennej - przekazuje „Expressowi Bydgoskiemu” Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy.

- Do wykonania zostały przepięcie sieci gazowej, dokończenie prac dot. kanalizacji deszczowej, kanału technologicznego, oświetlenia oraz infrastruktury drogowej i zieleni - informują drogowcy.

Termin się... przesuw

Umowę na budowę dwóch ulic oraz remediację gruntu podpisano w marcu 2025 r. Inwestycję o wartości 11,9 mln zł realizuje firma Strabag. Wykonawca w przetargu zadeklarował wykonanie prac w ciągu 12 miesięcy. W późniejszych komunikatach pojawiały się informacje o zakończeniu robót przed wakacjami, a gdy roboty budowlane w marcu ruszyły na miejscu, informowano o finale latem.

Sytuacja na miejscu nie wskazuje na to, że niebawem prace się zakończą. Zapytaliśmy drogowców o terminy związane z inwestycją: ten przewidziany w umowie oraz spodziewany finał prac i udo-
stępnienia dróg do ruchu.

- Umowny termin zakończenia budowy to 07.07.2026 r. Wykonawca poinformował, że będzie składał wniosek o wydłużenie terminu realizacji inwestycji. Po otrzymaniu wniosku będziemy go analizowali i podejmowali decyzję co do zasadności wydłużenia terminu - zapowiadają drogowcy.

Co ciekawe, wykonawca przewidywał, że nie uda się wykonać prac w takim terminie. Spółka Strabag podczas trwania przetargu składała odwołanie, zarzucając „określenie niemożliwego do dochowania terminu na wykonanie przedmiotu zamówienia, który wynosi maksymalnie 15 miesięcy licząc od zawarcia umowy, podczas gdy wykonania wszystkich obowiązków wchodzących w zakres zamówienia wymaga co najmniej 21 miesięcy od dnia zawarcia umowy”. W 15 miesięcy się nie udało, ale na ra-

Umowę na budowę dwóch ulic oraz remediację gruntu podpisano w marcu 2025 r. Inwestycję o wartości 11,9 mln zł realizuje firma Strabag.

zie nie wiadomo, o ile się to przedłuży. Inwestycja miała być zrealizowana dużo wcześniej. Z powodu wykrycia zanieczyszczenia gruntu, pierwszy przetarg na budowę dróg dojazdowych do powstającego nowego kampusu Akademii Muzycznej w Bydgoszczy unieważniono w lipcu 2023 r. Od jesieni 2025 r. z imponującego gmachu korzystają już studenci.

Drzewa i zróżnicowane materiały

W ramach prowadzonej wokół kampusu inwestycji przebudowane będą także krótkie odcinki istniejących chodników i dróg rowerowych wzdłuż ul. Kamiennej. Uwzględniając prestiżowy charakter przyszłej ulicy przy kampusie, projektant zaproponował zróżnicowanie materiałów nawierzchniowych, podkreślających odmiennie funkcje poszczególnych elementów ulicy (jezdnie bitumiczne, opaski z kostki brukowej, chodniki z płyt betonowych, miejsca postojowe z kostki).

Wzdłuż obu projektowanych ulic przewidziano nasadzenie pojedynczych szpalców drzew. Będą wkomponowane w pasy parkingowe, które specjalnie w tym celu podzielono na segmenty. ©©

AKCJA CHARYTATYWNA

0111544823



KONTROWERSJE

Raport naukowców i społeczników o Parku Centralnym. Domagają się wstrzymania prac

Jarosław Więclawski

We wtorek, 28 lipca, po południu radna Joanna Czerska-Thomas, w imieniu naukowców, przyrodników i społeczników, przekazała prezydentowi Bydgoszczy Rafałowi Bruskiemu raport ekspercki dotyczący znaczenia Parku Centralnego dla zrównoważonego rozwoju miasta. To wspólny głos o wstrzymanie planowanej tam inwestycji. Miasto informuje, że jesienią planuje rozpoczęcie prac przy budowie kąpieliska.

Umowę na realizację inwestycji – zbiornika przepływowego wraz z kanałem doprowadzającym i odprowadzającym wodę z rzeki Brdy z przeznaczeniem na kąpielisko miejskie wraz z infrastrukturą towarzyszącą – podpisano pod koniec 2024 roku. Na początku maja na konferencji prasowej w ratuszu wojewoda wręczył prezydentowi pozwolenie na budowę. Start prac zapowiadano 1 czerwca, a zakończenie całego procesu do 27 maja 2027 r.

W maju stowarzyszenie MODrzew zorganizowało spacer pożegnalny w Parku Centralnym, a następnie wspólnie z innymi organizacjami, happening przeciwko inwestycji. Wznowiono także zbiórkę podpisów pod petycją „STOP budowie kąpieliska”, pod którą do tej pory podpisało się blisko 3400 osób. W odpowiedzi miasto wydało obszerne stanowisko w sprawie inwestycji.

– Jako radna przekazuje głos przede wszystkim naukowcom, ale też mieszkańcom. To oni wskazują, że przed podjęciem tak poważnej i prawde mówiącej nieodwracalnej decyzji brakuje szeregu analiz, opracowań, które są niezbędne do rzetelnej oceny jej skutków. Chcę podkreślić, że nie składamy tego wniosku tylko dlatego, że się z tą inwestycją nie zgadzamy. Składamy go, aby decyzje dotyczące jednego z najcenniejszych przyrodniczo miejsc w Bydgoszczy podejmowane



- W raporcie znajdują się wyczerpujące informacje o tym, dlaczego jest to miejsce wyjątkowe pod względem przyrodniczym - mówi Emilia Czekala (pierwsza z prawej), wiceprzewodnicząca stowarzyszenia MODrzew



Umowa podpisana, prace mają niebawem ruszyć, ale społecznicy dalej wierzą w ich zatrzymanie

były na podstawie wiedzy, faktów i obowiązujących przepisów – mówiła we wtorek na konferencji prasowej Joanna Czerska-Thomas.

Darmowy skarb

– W raporcie znajdują się wyczerpujące informacje o tym, dlaczego jest to miejsce wyjątkowe pod względem przyrodniczym. Jak ważne jest w obecnym kształcie, z jaką turzycową, dla procesów hydrologicznych w czasach, w których coraz częściej dotyka nas susza. Jakiego bogactwo gatunkowe tam znajdziemy, zarówno jeśli chodzi o roślinność, jak o ptaki i inne

zwierzęta. Znajdziemy w nim także rozdział o jego walorach edukacyjnych i zdrowotnych. O tym, jaką wizytówką dla miasta i turystyczną atrakcją mogłoby być to miejsce, gdyby podkreślić jego walory takie, jakie są obecnie, zamiast je niszczyć. Park Centralny jest skarbem, który już mamy za darmo – opowiada Emilia Czekala, wiceprzewodnicząca stowarzyszenia MODrzew.

Zaznaczyła, że podczas konsultacji w 2021 roku było 194 głosy sprzeciwu, przy 41 wsparcia. Dodała, że do raportu dołączyli analizę geologiczną znaną z doku-

mentacji projektowej, której autorzy ocenili warunki geologiczne terenu jako niekorzystne.

– Dotarli do nas informacje, że pan prezydent się waha, bo jednak opinie mieszkańców są dla niego ważne. Oczywiście bardzo nas to cieszy. Wiemy, że podczas podejmowania decyzji pan prezydent kieruje się twardymi danymi, dlatego mu je udostępniamy i przedstawiamy raport przygotowany przez naukowców i ekspertów – stwierdziła Emilia Czekala.

Znajdziemy w nim rozdziały poświęcone m.in. łęgom, położeniu parku czy gatunkom ptaków, które można tam spotkać. Nie brakuje również odniesień do lokalnych dokumentów, w tym Strategii Rozwoju Bydgoszczy do 2030 roku. Z całością opracowania można zapoznać się na stronie modrzew.org.pl.

„Domagamy się wstrzymania realizacji inwestycji polegającej na przekształceniu Parku Centralnego w kąpielisko miejskie do czasu wykonania następujących analiz i opracowań oraz przeprowadzenia niezbędnych procedur” – czytamy w podsumowaniu. Na liście wymienione są:

- pełna inwentaryzacja przyrodnicza;
- przeprowadzenie oceny oddziaływania przedsięwzięcia na obszary Natura 2000;

- wykonanie ekspertyzy hydrologicznej i hydrogeologicznej;
- wykonanie analizy kosztów i korzyści;
- wykonanie analizy ryzyka występowania zakwitów sinic;
- przeprowadzenie otwartej debaty z udziałem niezależnych ekspertów.

Miasto podtrzymuje stanowisko

Biuro prasowe Urzędu Miasta Bydgoszczy przekazało nam, że inwestycja jest kontynuowana, a celem jej realizacji jest stworzenie przyjaznej dla mieszkańców przestrzeni rekreacyjnej przy maksymalnym wykorzystaniu walorów środowiskowych Brdy.

– Choć każda infrastruktura wiąże się z ingerencją w otoczenie, projekt został zoptymalizowany tak, aby chronić cenne siedliska łęgowe, a niekąd kąpieliska umieszczono na polanach pozbawionych zadrzewień. Dzięki konsultacjom społecznym i analizom przyrodniczym i liczbie drzew do wycinki zredukowano ze 100 do 46 (na ogółem 592 drzewa w Parku Centralnym), planując jednocześnie nasadzenie łącznie ponad 180 nowych drzew w całym Parku Centralnym – przekazał nam UMB.

Podobnie jak we wcześniejszych komunikatach, przypomniano, że inwestycja to odpowiedź na głosy blisko 3,5 tys. bydgoszczan, którzy w konsultacjach w 2021 roku wskazali budowę kąpieliska jako jeden z priorytetów (wymieniano tam 3 lokalizacje, oprócz parku, Astorii i Balaton) i 6 tys. w BBO na wodny plac zabaw. Miasto nie rezygnuje z planów dotyczących innych lokalizacji i w przyszłości zakłada także realizację basenów otwartych przy Astorii.

Projekt został zoptymalizowany tak, aby chronić cenne siedliska łęgowe, a niekąd kąpieliska umieszczono na polanach pozbawionych drzew.

Wycofania nie będzie

– Budowa kąpieliska jest kluczowym zadaniem inwestycyjnym, na które Bydgoszcz pozyskała 8,8 mln zł dofinansowania z Rządowego Funduszu Polski Ład. Miasto nie zamierza rezygnować z tej dotacji, ani odstąpić od umowy z bydgoskim wykonawcą, firmą Ebud-Przemysłówka, co wiązałoby się z roszczeniami rzędu kilku milionów złotych. Inwestycja o łącznej wartości blisko 24 mln zł jest realizowana w oparciu o prawomocną decyzję o pozwoleniu na budowę z maja 2026 roku – informuje biuro prasowe.

Przypomina, że projekt posiada wszelkie niezbędne zgody, w tym decyzję RDOŚ zezwalającą na odstąpieniu od zakazów względem gatunków chronionych. Choć pierwotnie prace miały ruszyć w IV kwartale 2025 roku, przesunięcie terminu na maj 2026 roku z powodu procedur wodnoprawnych nałożyło na wykonawcę obowiązek zachowania szczególnych środków ostrożności w okresie łęgowym.

– Zgodnie z deklaracją Prezydenta Bydgoszczy: „Żaden ptak nie ma zginąć!”, gwarantują to przepisy prawa (zobowiązują wykonawców do poprzedzenia każdej wycinki kontrolą ornitologiczną nie wcześniej niż 2 dni przed startem prac). W przypadku wykrycia łęgu, roboty zostaną natychmiast wstrzymane do czasu opuszczenia siedlisk przez młode osobniki – deklaruje ratusz.

Z odpowiedzi wiemy również, kiedy planowane jest rozpoczęcie robót na miejscu.

– Wykonywana jest nadal aktualizacja inwentaryzacji przyrodniczej i przygotowywane wnioski do RDOŚ w zakresie uzupełniającym do uzyskanych wcześniej decyzji wynikającym z aktualnej inwentaryzacji. Rozpoczęcie prac planowane jest jesienią. Wykorzystujemy bieżący czas na analizę możliwości udoskonalenia projektu, aby zapewnić jak najlepszą ochronę środowiskową parku przy jednoczesnej realizacji oczekiwanego kąpieliska – przekazało. ©

PRACA

Prawie 9 tys. nowych etatów. Pensje powyżej 10 tys. zł

Centra usług biznesowych utworzyły tylko w tym roku 8860 etatów, sektor zatrudnia w Polsce już niemal pół miliona osób. Choć rozwój sektora spowolnił, to nadal jego udział w PKB Polski zwiększa się – w tym roku do poziomu 6,1 proc.

Agnieszka Kamińska

Branże, które w centrach usług są najsilniejsze, jeśli chodzi o wysokość zarobków, to life sciences z wynagrodzeniami 13% powyżej rynku, czy high tech z 6%. Na stanowiskach juniorskich średnie wynagrodzenia wynoszą 8183 zł, specjalista z doświadczeniem średnio zarabia 14 012 zł brutto, a menedżer ponad 20 000 zł brutto.

Na koniec pierwszego kwartału 2026 r. w kraju działało 2179 centrów usług biznesowych należących do 1303 firm. Udział sektora w PKB Polski wzrósł do poziomu 6,1 proc. Szacowana wartość eksportu usług w 2025 r. wyniosła 48,4 miliarda dolarów (w roku poprzednim było to 42,3 mld USD). Centra tworzą już pół miliona miejsc pracy, co stanowi 7,8 proc. całkowitego zatrudnienia w polskim sektorze przedsiębiorstw.

Sektor przechodzi jednak duże zmiany. Firmy, które w Polsce prowadzą swoje przedstawicielstwa, stawiają przede wszystkim na specjalizację i wysoką jakość usług. Nie chodzi im już tylko o niższy koszt prowadzenia działalności.

– Dane wskazują na przejście usług biznesowych w Polsce do modelu opartego na efektywności. Średni eksport na pracownika wzrósł rok do roku o ponad 10 000 dolarów, do poziomu 96 700 dolarów, co jest wyraźnym dowodem na rosnącą złożoność i war-



Centra usług biznesowych w Warszawie zapewniają pracę 116 700 pracownikom, w Krakowie 110 000, a we Wrocławiu 71 100 osobom

tość realizowanych w Polsce usług. Już 63 procent procesów w centrach to funkcje typu mid-office, a prace wiodące stanowią blisko 60 procent operacji. Rozwój AI pozwala przesunąć się w górę łańcucha wartości przy stabilizacji poziomu zatrudnienia – mówi Mariusz Mulas, wiceprezes Związku Liderów Sektora Usług Biznesowych ABSL Polska.

Prognozy ABSL wskazują, że do 2030 r. aż 70 proc. centrów w Polsce wyjdzie poza tradycyjne schematy

działania, opierając swoją efektywność m.in. na analizie danych i autonomicznych systemach pracujących w synergii ze specjalistami. A to oznacza również zmiany w systemie zatrudnienia. 33 proc. liderów sektora przewiduje, że do 2030 r. połowa ich pracowników będzie wymagała m.in. nabycia nowych umiejętności w obszarach analityki, automatyzacji i AI.

W sektorze zatrudnienie wzrosło o 1,8% rok do roku, czyli o 8860 etatów. Wzrost zatrudnienia był jednak

niższy niż w latach poprzednich. W I kwartale 2026 r. segment SSC/GBS dominował pod względem zatrudnienia, skupiając 180 600 pracowników w 523 centrach. Tuż za nim uplasował się segment IT, który zapewniał pracę 158 900 osobom w 990 centrach. Z kolei podsektor BPO zatrudniał 82 900 osób w 310 centrach, a w obszarze R&D pracowało 56 600 osób w 282 ośrodkach.

Jednocześnie sektor zdecydowanie odchodzi od ekspansji opartej na skali i koncentruje się na wzroście wynikającym z większej efektywności, wykorzystania technologii oraz rosnącej złożoności usług. ABSL podaje też, że od I kw. 2016 do 2026 r. zidentyfikował około 81 centrów, z których 51 zakończyło działalność, a 30 zostało przejętych. Te zmiany nie spowodowały spadku zatrudnienia w sektorze, ale oczywiście wiąże się z przepływem i przetasowaniami pracowników w tej branży.

„Zwolnienia grupowe ogłoszone w 2024 r. w kilku dużych centrach już teraz kształtują dynamikę zatrudnienia w latach 2025 i 2026. Najnowsze dane potwierdzają wzrost liczby zamknięć w 2025 r. i na początku 2026. W 2025 r. wpływ na całkowite zatrudnienie był nadal ograniczony. (...) W wielu przypadkach zamknięcia wynikają z globalnych fuzji i przejęć, restrukturyzacji portfela lub przenoszenia konkretnych funkcji na inne

rynki. Procesy te były jednak selektywne, przynajmniej na obecnym etapie. Wpływ sztucznej inteligencji rośnie, a transformacja w kierunku agentowej sztucznej inteligencji nabiera tempa w ciągu najbliższych 24 miesięcy. Jednocześnie w nadchodzących latach może ujawnić się trend równowagujący, w miarę narastania fragmentacji geostrategicznej. Obok restrukturyzacji, spodziewamy się wzrostu liczby przypadków reshoringu i reinwestycji, w tym powrotu lub rozszerzenia działalności w Polsce” – czytamy w raporcie ABSL.

Z 8860 nowych miejsc pracy 3240 zostało utworzonych przez 50 nowych centrów uruchomionych w 2025 roku i I kwartale 2026 roku. Pozostałe to efekt rozwoju centrów utworzonych przed 2025 rokiem.

Widać wyraźnie, że nowi gracze wchodzący do Polski są mniejsi pod względem liczby tworzonej etatów i jednocześnie bardziej wyspecjalizowani. Podobnie jak w latach ubiegłych, w nowych inwestycjach dominowały centra z kapitałem zagranicznym, stanowiąc 94% wszystkich nowo otwartych ośrodków. Centra te odpowiadały również za 96,8% całkowitego zatrudnienia w nowo utworzonych obiektach. Co ważne, mimo zmian i spowolnienia rozwoju, obroty netto sektora, generowana wartość dodana brutto, wartość eksportu i produktywność nadal rosną.

PRACA

Można zarobić już ponad 30 tys. zł. Duże odbicie w branży, wreszcie ruszyły rekrutacje

Agnieszka Kamińska

Na rynku pracy IT widać zdecydowaną poprawę. Największe portale z pracą dla programistów odnotowały wzrost propozycji zatrudnienia.

Rośnie popyt na analityków zajmujących się sztuczną inteligencją oraz uczeniem maszynowym (AI/ML). Dwie inne najbardziej pożądane specjalizacje to teraz Architecture i SAP & EPR. Wynagrodzenia na stanowiskach seniorskich Architecture to obecnie 26 880-31 920 zł (na umowach B2B) oraz 18 500-25 000 zł (na umowach o pracę). Osoba na stanowisku seniorskim ERP zarobi 28 560-33 600 zł (B2B) i 22 000-28 000 zł (UoP).

Po okresie stagnacji i marazmu na rynku pracy IT zdecydowanie coś drgnęło. W portalu No Fluff Jobs (głównie z ofertami dla IT) w każdym z miesięcy od stycznia do maja liczba dostępnych ofert była wyraźnie wyższa niż w analogicznym okresie 2025 roku – średni wzrost wyniósł około 70%. Badanie Pracuj.pl również przynosi optymistyczne wnioski. W portalu w pierwszej połowie roku liczba ofert wzrosła o 12% w porównaniu do tego samego okresu ubiegłego roku. W tym portalu najwięcej ofert było w sprzedaży (18%) i dla pracowników fizycznych (16%), ale tu odnotowano jednoprocenowy spadek w stosunku do 2025 roku.

„W pierwszej połowie tego roku najszybciej rosnącą specjalizacją pod względem liczby publikowanych ofert pracy było IT. To sygnał, że firmy

znów zwiększają inwestycje w technologie i rozwój kompetencji cyfrowych. Pracodawcy mają już za sobą pierwsze, eksperymentalne wdrożenia sztucznej inteligencji. Teraz czują się pewniej i wracają do szerszych rekrutacji” – podaje w raporcie Pracuj.pl.

Przjrzyjmy się głębiej sektorowi IT. Rekordowy wręcz popyt, bo sięgający 111%, odnotowano na analityków i specjalistów zajmujących się sztuczną inteligencją oraz uczeniem maszynowym (AI/ML). Dwie inne najbardziej pożądane specjalizacje to teraz Architecture (58%) i SAP & EPR (43%). Poza tym rośnie rola analizy danych, która powoli staje się kompetencją uniwersalną – zapotrzebowanie na specjalistów system analitycznych wzrosło o 27%, natomiast business analitycs o 11%. Z drugiej strony można zaobserwować ostrożniejsze

podejście firm do specjalizacji takich jak Game dev (spadek liczby ofert o 76%), Agile (-35%) czy Frontend (-22%). Backend pozostaje dziś jedną z kluczowych i najbardziej perspektywicznych ścieżek kariery w IT mimo zmian w narzędziach, architekturze i rosnącej automatyzacji.

Odbicie na rynku IT nie jest tożsame z sytuacją z czasów pandemii, gdy rekrutacje miały wręcz masowy charakter. Teraz są one dużo bardziej selektywne.

– Branża IT kontynuuje odbicie, ale firmy stawiają przede wszystkim na kompetencje pozwalające wykorzystywać technologię do realizacji celów biznesowych. Coraz większego znaczenia nabierają umiejętności pracy z danymi, wykorzystywania narzędzi AI, krytycznego myślenia oraz łączenia wiedzy technologicznej z rozumieniem potrzeb organizacji – mówi Rafał Nachyna, dyrektor operacyjny i członek zarządu Grupy Pracuj.

Widać też, że coraz mocniej umacnia się trend chęci zatrudnie-

nia bardziej doświadczonych pracowników. Na Pracuj.pl prawie połowa (48%) ofert dla programistów jest adresowana do specjalistów na poziomie mid, a 34% do seniorów. Do juniorów kierowane było jedynie 10% ofert, natomiast było ich o 5% więcej niż w analogicznym okresie 2025 roku. To dowód, że wejście na rynek pracy nadal pozostaje dla nowicjuszy w IT dużym wyzwaniem.

– Sztuczna inteligencja potrafi dziś przetwarzać ogromne ilości danych i automatyzować rutynowe zadania, jednak interpretacja wyników i podejmowanie strategicznych decyzji wciąż pozostaje domeną człowieka. Nie bez wpływu pozostają także wprowadzone w 2026 roku podwyżki dla użytkowników dużych modeli językowych, tzw. LLM-ów, za wykorzystanie tokenów. Coraz częściej słyszymy o przypadkach, że zatrudnienie człowieka jest tańsze od wykorzystywania AI – komentuje Piotr Trzmiel, dyrektor ds. rozwoju biznesu theprotocol.it.

FOKUS

POLITYKA

Członkowie Rozwój Plus i Mateusz Morawiecki zakładają klub parlamentarny

Rozłam w PiS? Wszystko na to wskazuje. Grupa polityków partii, zgromadzona wokół Morawieckiego i ruchu Rozwój Plus, zakłada klub parlamentarny. Głos zabrał też prezes PiS

Adam Kiełar

– Byliśmy świadkami bardzo dziwnych partyjnych gier. My chcemy iść dalej i patrzeć w przyszłość. Nie chcemy się wdawać w przepychanki partyjne, więc jako 40 posłów i senator postanowiliśmy założyć klub parlamentarny – ogłosił Mateusz Morawiecki.

Podkreślił, że jeszcze w środę zostanie złożony wniosek do marszałka Sejmu w tej sprawie.

Na konferencji prasowej pojawiło się wielu członków stowarzyszenia Rozwój Plus. Były premier dodał, że do stowarzyszenia zapisują się „setki i tysiące osób”.

– Chcemy zwrócić ostrze naszego ataku na ten bardzo zły rząd Donalda Tuska, chcemy zwrócić uwagę Polaków i będziemy to robić jako klub parlamentarny, jakiego typu błędy, nieprawidłowości, przekrety robi ten rząd, jakie szanse na rozwój traci. Jesteśmy do tego bardzo dobrze przygotowani – powiedział Morawiecki.

Obecni na środowowej konferencji politycy oświadczyli, że działacze ruchu Rozwój Plus są odcinani od informacji partyjnych czy z grup na komunikatorach. – Ten rozłam się dokonał, my zostaliśmy wypchnięci z partii i klubu, posłowie nie mają narzędzi do pracy, nie dostają porządku obrad, informacji o ustawach – wyliczał poseł Marcin Horała.



Posłowie ruchu Rozwój Plus zakładają klub parlamentarny. Na wczorajszej konferencji pojawiło się wielu członków stowarzyszenia

Morawiecki został zapytany, czy rozważa współpracę np. z szefem PSL lub przewodniczącą Polski 2050. Odpowiedział, że „Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz i PSL to są nieodrodne dzieci Donalda Tuska” i „współpracują z nim bardzo intensywnie na wielu polach”.

Podkreślił, że obecnie nie prowadzi z nimi żadnych rozmów i nie ma w planach prowadzić ich również w przyszłości. – Nie ma żadnych zamiarów współpracy z kimkolwiek, kto żyruje ten zły rząd, z kimkolwiek, kto wspiera Donalda Tuska – oświadczył.

Morawiecki powiedział, że on i jego współpracownicy chcą „po-

szerzać obóz patriotyczny” i „docierać do wyborców niezdecydowanych”.

Wcześniej w środę, tuż po 7 rano, akces do stowarzyszenia Rozwój Plus zgłosił poseł PiS Piotr Uściński, były wiceminister rozwoju i technologii w rządzie Morawieckiego.

– Miałem nadzieję, że prezes wycofa się z decyzji o wykluczeniu polityków. Musiałem wybrać i stać po stronie Mateusza Morawieckiego, najlepszego premiera Polski – oświadczył Uściński.

Z kolei sam był premier zaprezentował nowe logo stowarzyszenia.

W mediach społecznościowych założenie nowego klubu skomento-

wał rzecznik PiS. Rafał Bochenek zamieścił fragment regulaminu Sejmu, wskazujący, że poseł może być członkiem tylko jednego klubu lub koła.

– Jeżeli ktoś chce założyć klub parlamentarny, to musi z jakiegoś wystąpić. W związku z tym my takim razie czekamy na deklarację o rezygnacji z klubu Prawo i Sprawiedliwość złożone przez osoby, które mają tworzyć ten nowy klub pana Mateusza Morawieckiego – powiedział Bochenek.

Oświadczył ponadto, że formalnie decyzja w sprawie wykluczenia z PiS parlamentarzystów, którzy dołączyli do stowarzyszenia Morawieckiego, nie zapadła. – Postępowanie toczy się przed rzecznikiem dyscyplinarnym partii. Tego wymagają nasze wewnętrzne regulacje – dodał Bochenek.

Głos zabrał również prezes PiS Jarosław Kaczyński. Na jego profilu na portalu X znalazło się oświadczenie. „Stało się to, co było do przewidzenia. Do końca podejmowałem próby porozumienia, niestety Mateusz Morawiecki ewidentnie miał w głowie swój własny plan polityczny, realizowany na bazie rozłamu PiS. Rozłam, którego dokonał, nastąpił w najbardziej nieodpowiednim momencie z punktu widzenia Polski i służy tym, którzy szkodzą naszej Ojczyźnie” – czytamy.

PAP

KRÓTKO

RPO

Sylwia Gregorczyk-Abram złożyła ślubowanie

Nowa rzeczniczka praw obywatelskich Sylwia Gregorczyk-Abram złożyła wczoraj ślubowanie przed Sejmem. Adwokatka po pięciu latach zastąpiła na stanowisku RPO prof. Marcina Więcka. Po głosowaniach w Sejmie nowa rzeczniczka odebrała z rąk marszałka Sejmu Włodzimierza Czarzastego akt powołania na to stanowisko. Sylwia Gregorczyk-Abram to adwokatka i obrończyni praw człowieka. Jest współzałożycielką inicjatywy Wolne Sądy, Komitetu Obrony Sprawiedliwości oraz członkinią zarządu Stowarzyszenia im. prof. Zbigniewa Hołdy. PAP

GUS

W 2025 r. strażacy mieli mniej interwencji

W 2025 r. jednostki ochrony przeciwpożarowej podjęły 483,2 tys. interwencji – o 12,4 proc. mniej niż w roku poprzednim. Jednocześnie liczba wypadków tonięcia zgłoszonych policji spadła o 33 proc., a liczba ofiar śmiertelnych utonięć zmalała o 34,2 proc. – wynika z najnowszych danych GUS.

Pomorskie

Niecodzienne włamanie i dziwna kradzież

W Tuchomiu koło Bytowa doszło do nietypowego włamania, które zaskoczyło zarówno właścicieli domu, jak i policję. 45-letni mężczyzna, zamiast skupić się na wartościowych przedmiotach, postanowił zabrać bieliznę i ubranka z dziecięcych zabawek. Dodatkowo, zanim został złapany, zdążył wypić alkohol należący do gospodarzy. Za kradzież z włamaniem mężczyźni nie grozi surowa kara. Może on trafić do więzienia nawet na 10 lat.



FOT. ADAM JANKOWSKI

W ten piątek wydam stosowne rozporządzenie o dacie wyborów prezydenckich w Krakowie. Trwają jeszcze konsultacje z Krajowym Biurem Wyborczym

DONALD TUSK
premier

MARKA POLSKA

Pełnomocniczka rządu ds. promocji marki Polska

Anna Nagel

– Barbara Mróz-Gorgoń została pełnomocniczką rządu do spraw promocji marki Polska – poinformował w środę premier Donald Tusk.

Dr hab. Barbara Mróz-Gorgoń jest profesorem Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, prezeską Fundacji Marka Polska Think Tank.

– Profesor Mróz-Gorgoń to najwybitniejsza w Polsce specjalistka od kształtowania marki. Współpracuje z nami od dłuższego czasu – powiedział Tusk. Zdaniem premiera kluczowe jest, by skupić starania różnych rządowych instytucji i ministerstw, aby lepiej promować Polskę. – Mówimy tutaj o promocji na rzecz atrakcyjności turystycznej naszego kraju, wizerunku Polski, poszczególnych marek – dodał Tusk. Gorgoń-Mróz stwierdziła, że marka Polska nie jest własnością rządu ani poszczególnych inwestycji, a tworzą ją przedsiębiorcy, artyści, ludzie kultury, sportowcy, naukowcy oraz sami obywatele. PAP

TRANSPORT

Tańsze paliwo pod koniec wakacji? Jest plan

Alina Mazurska

Rząd przygotowuje się, by pod koniec wakacji wprowadzić osłonowy mechanizm na rynku paliw, włącznie z górnym limitem cen.

– Powody, dla których paliwo jest drogie w Polsce i na świecie, są wszystkim znane. W Polsce paliwo, tak jak wtedy, gdy wprowadziliśmy program

CPN, tak i dzisiaj jest jednym z najtańszych w Europie – powiedział Donald Tusk podczas wczorajszej konferencji prasowej. Podkreślił, że wprowadzenie pakietu osłonowego „Ceny Paliwa Niżej” (CPN) kosztowało budżet państwa około 4,7 mld zł.

Premier odniósł się też do sugestii, że rząd mógłby wpłynąć na obniżenie marży przez Orlen. Tusk powiedział, że chce, by taniej było na wszystkich stacjach. – Dlaczego mam działać na szkodę państwowej, polskiej firmy i faworyzować tych, którzy są obecni na naszym rynku? To są kraje arabskie, to są Węgry (...). Ja chcę ich obłożyć ciężarem, żeby to oni sfinansowali – zaznaczył szef rządu. PAP

JAPONIA

13 ofiar trzęsienia ziemi w Japonii. Wielu rannych i ewakuowanych

Alina Mazurska

W wyniku trzęsienia ziemi w Japonii zginęło co najmniej 13 osób, siedem jest ciężko rannych, a 29 ma lekkie obrażenia. W 506 schroniskach w pięciu prefekturach przebywa blisko 9,2 tysiąca ewakuowanych.

Trzęsienie o magnitudzie 7,1 nawiedziło we wtorek prefekturę Kumamoto. Główne wstrząsy wystąpiły tuż przed godz. 16.30 czasu lokalnego (godz. 9.30 w Polsce). Japońska Agencja Meteorologiczna (JMA) zarejestrowała w ciągu kolejnych 24 godzin niemal 170 wstrząsów wtórnych i ostrzegła, że w ciągu najbliższego tygodnia nie można wykluczyć ponownego wstrząsu o magnitudzie sięgającej 7.

Z powodu zniszczeń infrastruktury bez bieżącej wody wciąż pozostaje 84 tysięcy gospodarstw domowych, a około 37 tys. zostało odciętych od dostaw energii elektrycznej.

Wcześniej szefowa rządu Sanae Takaichi przekazała, że dramatyczna walka z czasem trwa m.in. w centrum handlowym Aeon w Kumamoto, gdzie wiele osób pozostaje uwięzionych pod gruzami, a trzy zginęły. Premier zapowiedziała również pilne dostawy paliwa oraz urządzeń chłodzących i klimatyzatorów do ośrodków ewakuacyjnych. Z kolei główny sekretarz rządu Minoru Kihara poinformo-

wał o sytuacji w fabryce Nippon Paper w Yatsushiro. Po zawaleniu się fabrycznego komina służby wydobyły dotychczas spod gruzów trzy osoby, spośród których jedna zmarła. Los kolejnych pracowników wciąż pozostaje nieznany.

Władze nie sprecyzowały, gdzie potwierdzono pozostałe zgony.

Żywiół uderzył w lokalny przemysł, powodując zakłócenia w łańcuchach dostaw. Koncerny Honda i Toyota wstrzymały do piątku produkcję w swoich zakładach. Zawieszenie pracy ogłosiły również firmy z branży półprzewodników, w tym Sony, Renesas i Tokyo Electron, która przedłużyła przestoje z uwagi na konieczną kontrolę bezpieczeństwa budynków.

PAP



Zakład Nippon Paper Industries w Yatsushiro, gdzie zawałił się komin. Jedna osoba zginęła

BOŚNIA I HERCEGOWINA

Wandalizm w Medjugorje. Podejrzany Polak został zatrzymany

Anna Nagel

Prokuratura państwowa Bośni i Hercegowiny przejmie sprawę obywatela Polski podejrzanego o wandalizm w Medjugorje. Grozi mu od sześciu miesięcy do pięciu lat pozbawienia wolności.

Mężczyźnie zarzuca się uszkodzenie lub zniszczenie obiektów sakralnych.

Chociaż policja nie ujawniła oficjalnie tożsamości podejrzanego o sprofanowanie miejsca kultu w położonym na południu BiH Medjugorje, chorwackie i bośniackie media zidentyfikowały zatrzymanego jako 31-letniego obywatela Polski.

Mężczyzna przebywa obecnie w areszcie policyjnym w miejscowości Ljubuski w BiH. Polak został zatrzymany we wtorek krótko przed go-

dziną 13 w miejscowości Cerno w pobliżu Ljubuskiego, po policyjnych poszukiwaniach wszczętych w związku z kilkoma incydentami w Medjugorje.

31-latkę podejrzewa się o podłożenie ognia w pobliżu ołtarza zewnętrznego kościoła św. Jakuba oraz zbezczeszczenie pobliskiego posągu Matki Boskiej. Napisano na nim w językach angielskim i polskim „Diabeł w spódnicy”, a na pozostawionym obok transparenecie wymieniono imiona osób, które głosiły objawienia Matki Bożej w Medjugorje, dodając „... to oszuści, mam dowody”.

Kancelaria parafialna w Medjugorje określiła zdarzenia mianem wandalizmu, informując, że natychmiast przystąpiono do czyszczenia i naprawy uszkodzonych miejsc. Sanktuarium pozostaje otwarte dla wszystkich pielgrzymów. AP

USA

Dobre spotkania Trumpa z Zełenskim i Netanjahu

Anna Nagel

Prezydent USA Donald Trump ocenił, że spotkania z przywódcą Ukrainy Wołodymyrem Zełenskim i premierem Izraela Benjaminem Netanjahu były „bardzo dobre”. Dodał, że spotkanie z Zełenskim to „wielki zaszczyt”.

„To wielki zaszczyt spotkać się z prezydentem Ukrainy Wołodymyrem Zełenskim. Omówiono wiele kwestii. Spotkanie przebiegło bardzo dobrze!” – napisał Trump w swoim serwisie społecznościowym Truth Social, dołączając do wpisu dwa zdjęcia z Zełenskim.

W kolejnym wpisie Trump opublikował zdjęcia z wizyty w Gabinetu Ovalnym izraelskiego premiera Benjamina Netanjahu. Również napisał, że było to „bardzo dobre spotkanie”, podczas którego „omówiono wiele ważnych tematów”. Było to ich pierwsze osobiste spotkanie od rozpoczęcia przez oba kraje wojny z Iranem.

Najpierw Zełenski, potem Netanjahu

Donald Trump najpierw przyjął w Białym Domu Zełenskiego, a następnie spotkał się z Netanjahu. Rozmowy w Gabinetu Ovalnym były zamknięte dla prasy. Rzeczniczka Białego Domu Karoline Levitt poinformowała, że spotkania były „pozytywne i produktywnie”.

Trump, Zełenski i Netanjahu uczestniczyli po południu w uroczystości pogrzebowej senatora Republikanów Lindsey’a Grahama w waszyngtońskiej Katedrze Narodowej. Graham był bliskim sojusznikiem Ukrainy i Izraela oraz bliskim doradcą Trumpa.

WŁOCHY

17-letni ratownik bohaterem – uratował osiem osób

Anna Nagel

17-letni licealista spod Rzymu, pracujący jako ratownik na nadmorskiej plaży, jednego dnia uratował osiem osób, które kąpały się mimo zakazu wprowadzonego z powodu wysokich fal.

Denis jest uczniem liceum imienia Mikołaja Kopernika w mieście Pomezia w stołecznym regionie Lacjum. Podczas wakacji pracuje jako ratownik na plaży w miejscowości Torvaia-



Donald Trump napisał: „To wielki zaszczyt spotkać się z prezydentem Ukrainy Wołodymyrem Zełenskim”

Rakiety do systemów Patriot Zełenski poinformował po rozmowach w Białym Domu, że jednym z poruszonych tematów była produkcja pocisków do systemów Patriot. Oceniał, że było to dobre spotkanie.

Podkreślił, że podczas wtorkowych spotkań z Donaldem Trumpem i senatorami alarmował, że dla Ukrainy prawdziwym problemem są systemy antybalistyczne i pociski antybalistyczne. – Oczywiście przedstawiłem, czego potrzebujemy, jakie są nasze potrzeby. Przekazałem to dziś prezydentowi. Podziękowałem mu za to spotkanie, a teraz przekazałem te informacje senatorom. Będziemy więc próbowali sobie z tym poradzić. To ogromne, ogromne wyzwanie – oznajmił ukraiński przywódca w rozmowie z mediami na Kapitolu.

W wywiadzie dla telewizji Fox News przywódca Ukrainy powiedział:

Prezydent USA Donald Trump zgodził się przekazać Ukrainie licencję na produkcję rakiet do systemów Patriot. Białe Domy na razie nie skomentował tej deklaracji.

Zełenski powiedział też, że odbył spotkanie z przedstawicielami sektora produkcyjnego, bardzo ważnymi amerykańskimi firmami zbrojeniowymi.

Jedna z najlepszych rozmów

Przedstawiciel Białego Domu zapowiadał, że rozmowy Trumpa z Netanjahu będą dotyczyć wojny z Iranem, negocjacji z Libanem i porozumień abrahamowych, czyli umów dotyczących uregulowania stosunków państw arabskich z Izraelem.

Netanjahu przekazał z kolei na platformach społecznościowych, że jego rozmowa z Trumpem była „jedną z najlepszych, jakie kiedykolwiek odbyli”.

PAP

nica niedaleko Wiecznego Miasta. Jak podała włoska prasa, mimo wywieszanej czerwonej flagi oznaczającej zakaz kąpieli wiele osób weszło do wzburzonego morza. 17-latek rzucał się do morza i uratował po kolei osiem osób, sam narażając się na duże ryzyko.

Wiadomość o jego wyczynie rozpowszechniono na portalach społecznościowych, a przy okazji nie szczędzono krytyki pod adresem tych, którzy kąpią się, nie zważając na zakazy. Szczególnie popularny jest następujący wpis: „Chłopak o imieniu Denis

pracuje w wakacje, żeby uczciwie zarobić, a zamiast mieć spokój, musi przeprowadzić osiem akcji ratunkowych jedna po drugiej, bo wy nie macie za grosz rozumu. Osiem! Czy wy w ogóle zdajecie sobie z tego sprawę, czy nie?”

Publikowane są słowa podziwu dla bohaterskiego młodego ratownika oraz apele o przyznanie mu nagrody.

Wybrzeże w Torvaianica charakteryzuje się łagodnym zejściem do morza, jednak kiedy jest ono wzburzone, zagrożenie dla osób może być bardzo poważne. PAP

Po stronie Seniora

OSTRZEGAMY

Seniorze, nie daj się oszukać i uchronić oszczędności! Oto najpopularniejsze metody naciągaczy

Oszuści są niezmordowani w wymyślaniu nowych metod wyłudzenia pieniędzy. Ich ofiarami są głównie seniorzy. Oto najpopularniejsze ostatnio metody naciągaczy i porady jak się nie dać nabrać

Małgorzata Stempinska

Nie ma tygodnia, by policjanci nie odnotowali oszustwa „na wnuczkę” czy „na policjanta”. Choć metoda jest ta sama od lat i ostrzegają przed nią nawet księża w kościołach, seniorzy wciąż dają się nabrać i tracą nawet po kilkaset tys. zł.

Oszustwo „na wnuczkę” czy „na policjanta”

Nadkom. Lidia Kowalska z Zespołu Prasowego KWP w Bydgoszczy zaznacza, że ofiarami oszustw „na wnuczkę” i „na policjanta” są przeważnie osoby starsze. Metoda działania przestępców za każdym razem jest bardzo podobna. Najczęściej wyszukują osobę, jej adres i numer telefonu w książce telefonicznej. Podają się za członka rodziny: wnuczkę, kolegę, przyjaciela. Tłumaczą zmniejszony głos chorobą lub wzbudzają poczucie winy w starszej osobie, z powodu tego, że go nie poznaje.

Proszą o pożyczanie dużej sumy pieniędzy. Zazwyczaj pieniądze mają zostać wykorzystane w celu pokrycia szkód po wypadku drogowym, na ważną operację, na zakup samochodu albo wakacji w promocyjnej cenie.

Chwilę po zakończeniu pierwszej rozmowy do ofiary dzwoni kolejna - podając się za funkcjonariusza CBŚP lub policji. Na ogół przestępca informuje rozmówcę o tym, że jest potencjalną ofiarą oszustwa. Mówi, że poprzednia rozmowa telefoniczna była próbą wyłudzenia pieniędzy. Informuje o tym, że oszust został namierzony. Nalega, aby osoba pokrzywdzona wypłaciła określoną sumę pieniędzy z banku i przekazała ją wyznaczonej osobie lub prosi o wykonanie przelewu bankowego na wskazany numer konta.

Fałszywy funkcjonariusz „sprzedaje” też legendę, że prowadzi akcję przeciwko przestępcom, którzy okradają ludzi z oszczędności ich życia. Podaje często wymyślone nazwisko, a nawet numer odznaki. Prosi aby nie przerywać rozmowy telefonicznej i wybrać numer na policję. Wtedy inny głos w słuchawce przekonuje ofiarę, że bierze udział w akcji rozpracowania oszusta.

Sprawcy oszustw wywierają na ofiarach presję czasu. Nie dają chwili na zastanowienie się, czy sprawdzenie informacji o dzwoniącym. Przekonują starsze osoby, że ich pieniądze pomogą w schwytaniu przestępców. Mówią, że gotówka przechowywana na koncie nie jest bezpieczna, a oszust ma do nich łatwy dostęp. Przestępcy podając się za funkcjonariuszy, grożą konsekwencjami prawnymi, jeżeli ich rozmówca nie będzie współpracował.

Tuż po przekazaniu pieniędzy kontakt się urywa, a przestępcy znikają ze wszystkimi oszczędnościami ofiary. - Pamiętajmy, że policjanci nigdy nie zwracają się z prośbą o przekazanie pieniędzy. Tego rodzaju sytuacje są dowodem na to, że mamy do czynienia z oszustami. Niestety, dopiero po wszystkim ofiara orientuje się, że została oszukana, bardzo często wcześniej przekazując oszustom oszczędności swojego życia, a nawet zaciągając kredyty - mówi nadkom. Lidia Kowalska.

Równocześnie apeluje do bliskich osób starszych: - Zadbajcie Państwo o bezpieczeństwo seniorów. Powiedzcie im o zagrożeniach, uczulcie na przestępcze techniki oszustów. Porozmawiajcie z rodzicami bądź dziadkami o czyhających na nich zagrożeniach ze strony takich osób. Wpłyńcie na osoby starsze, by kontaktowały się z Wami i pytały o radę - podsumowuje nadkom. Lidia Kowalska.

Uwaga na fałszywych pracowników

Do drzwi pukają też fałszywi pracownicy gazowni, ZUS, NFZ, spółdzielni mieszkaniowych czy hydraulicy. Na ich celownika są seniorzy.

Oszuści mówią, że przyszli zrobić przegląd instalacji, pomóc wypełnić wniosek o podwyższenie emerytury albo o unijne świadczenie 500 plus. Każdy pretekst jest dobry, byle tylko dostać się do mieszkania czy domu, wykorzystać nieuwagę starszej osoby i ją okraść z gotówki czy kosztowności. Często też oszuści podczas wizyty nagle odczuwają pragnienie i proszą o szklankę wody. Gdy gospodarz idzie do kuchni, oni mają czas by „się rozejrzeć”.



FOT. PIXABAY.COM

Sprawcy oszustw wywierają na ofiarach presję czasu. Nie dają chwili na zastanowienie się, czy sprawdzenie informacji o dzwoniącym

Dlatego też policjanci radzą, by nie wpuszczać obcych do mieszkania szczególnie, gdy inni domownicy są nieobecni. Otwierając drzwi poproszmy o okazanie identyfikatora czy legitymacji z imieniem, nazwiskiem, zdjęciem, pieczęcią i logiem firmy. Jeśli podejrzewamy, że ktoś próbuje nas oszukać, należy się skontaktować z policją pod nr tel. 997 lub 112.

Oszustwo „na pracownika banku”

Oszuści dzwonią podając się za pracownika banku. Informują klienta, że właśnie ktoś próbuje zaciągnąć kredyt na jego dane osobowe. Konsultant przekonuje rozmówcę, że dzwoni, by zweryfikować, czy to nie jest próba oszustwa i czy faktycznie dana osoba składała wniosek kredytowy. Klient najczęściej zaskoczony, a zarazem zaniepokojony tym faktem zaprzecza, a wtedy konsultant pod pretekstem wdrożenia działań prewencyjnych próbuje zebrać jak najwięcej danych osobowych od klienta. Takie dane mogą wystarczyć do tego, żeby podrobić dowód osobisty lub zamówić tzw. dowód kolekcjonerski. W ten sposób, korzystając z tożsamości ofiary, przestępcy są w stanie np. wziąć po-

życzkę, podpisać umowę leasingową lub zrobić drogie zakupy na raty, których nie zamierzają potem spłacać. - Pokrzywdzony o wszystkim dowie się po czasie z wezwania do zapłaty, które otrzyma albo co gorsze po zajęciu konta przez komornika. Sprawni oszuści są w stanie zaciągnąć nawet kilka zobowiązań, z którymi mierzyć się będzie musiała ich ofiara - ostrzega Bartłomiej Drozd, ekspert serwisu ChronPESEL.pl.

Oszustwo „na BLIK-a”

Popularne są oszustwa metodą „na BLIK-a”. Naciągacze pokonując zabezpieczenia uzyskują dostęp do aplikacji Messenger, za którego pośrednictwem wysyłają wiadomości z prośbą o wygenerowanie i podanie im kodu BLIK. Swoją prośbę tłumaczą chwilowym brakiem gotówki, pilną potrzebą zapłaty rachunku czy zrobienia przelewu. Oczywiście deklarują, w dalszym ciągu podszycząc się pod osobę, na której konto na Messengerze się włamali, że całą kwotę zwrócą.

Policjanci radzą: - Zanim zdecydujemy się podać kod BLIK lub w jakikolwiek inny sposób przelać pieniądze, warto najpierw skontaktować się z osobą, która prosi nas o gotówkę i zweryfikować, czy faktycznie jej potrzebuje.

wać się z osobą, która prosi nas o gotówkę i zweryfikować, czy faktycznie jej potrzebuje.

Oszustwo „na firmę energetyczną”

Oszuści podszywają się też pod firmę energetyczną. Wysyłają SMS-y, w których straszą, że odłączą prąd, jeśli odbiorca nie ureguje zaległości. Z reguły kwota jest niewielka, np. 3,46 zł. To celowe działanie naciągaczy. Wiele osób może dać się nabrać i kliknie w link podany w SMS-ie. To niebezpieczne, bo po kliknięciu w link zostajemy przeniesieni na fałszywą stronę firmy energetycznej, z której przekierowuje nas do „panelu płatności”. Po zalogowaniu się na „fałszywe” konto bankowe, przestępcy zbierają nasze dane logowania. Po uzyskaniu dostępu do konta oszuści mogą ukraść nam wszystkie pieniądze.

Jak pomóc seniorom?

Starsze osoby, które dały się naciągnąć oszustom, często wstydzą się powiedzieć najbliższym, że były tak łatwowierne.

Maria Szuster, psycholog z Ośrodka Edukacji i Psychoterapii „Ego” w Bydgoszczy, odpowiada, że możemy poznać, że coś jest nie tak, kiedy zauważymy że poziom życia seniora znacząco się obniżył, że zamyka się w sobie, nie ma ochoty na rozmowę, robi się tajemniczy. - W takich wypadkach warto szczerze porozmawiać, powiedzieć o naszych niepokojach i zobaczyć, co usłyszymy. Może się jednak zdarzyć, że osoba starsza sama postanowi poradzić sobie z problemem i ma do tego prawo - zaznacza Maria Szuster.

Ważne wydaje się zbudowanie takiego kontaktu, żeby osoby starsze nie bały się nam przyznać do różnych rzeczy. To trudne, ale warto się postarać, żeby nasze reakcje nie były agresywne (ja cię chyba ubezwłasnowolnię czy jak mogłeś coś takiego zrobić), ani upokarzające (jak można być tak głupim i dać się nabrać). - Ważne jest też rozważenie w sobie, na ile jesteśmy skłonni pomóc osobie starszej w tarapatkach, a które konsekwencje będą musiały same ponieść - podsumowuje psycholog. ©©

WYŁUDZENIA

Fałszywi lekarze, żołnierze, celebryci wyłudzają pieniądze. Seniorzy też wpadają w sidła oszustów

Zapewniają o gorącym uczuciu. Obiecuja wspólne życie i hojne prezenty. Jest tylko jeden warunek: potrzebują drobnej przysługi - przelewu na niemałą kwotę. Tak działają oszuści matrymonialni

Małgorzata Stempinska

Oszuści uwodzą „ofiary”, a potem bezlitośnie czyszczą ich portfele. Uważajmy!

Policjanci zaznaczają, że schemat działania oszustów jest zawsze podobny. Nieświadoma ofiara spotyka swoją „miłość” na portalach społecznościowych albo profilach randkowych. Sprawca otacza swoją ofiarę czułością, romantyzmem. Jak się później okazuje, wymyśla różne kłamstwa, aby pozyskać pieniądze od zakochanej osoby, po czym znika. - Popularną metodą wyłudzenia pieniędzy stało się oszustwo na tak zwanego „marynarza, amerykańskiego żołnierza czy lekarza na misji”. Oszuści najczęściej posiadają wiele fałszywych profili na portalach społecznościowych albo randkowych. Piszą za pomocą internetowego tłumacza - mówią policjanci.

Anna Paszko, ekspert Intrum, przekonuje kluczem do sukcesu oszustów jest wzbudzanie przez nich zaufania. „Matrymonialni” przestępcy grasujący w sieci potrafią bardzo długo i żmudnie budować wrażenie realności. „Celebryci” odwołują się do faktycznych zdarzeń z życiorysu aktorów, wysyłają zdjęcia (np. fotomontaże z innymi gwiazdami). „Żołnierze” pokazują zdjęcia przepustek, a „lekarze” wzruszające zdjęcia z leczonymi pacjentami lub na dowód majątności swoje wystawne domy lub bilety lotnicze, które rzekomo zakupili, by już za kilka dni odwiedzić zakochaną osobę. W mediach spo-



Popularną metodą wyłudzenia pieniędzy stało się oszustwo na tak zwanego „marynarza, amerykańskiego żołnierza czy lekarza na misji”. Oszuści najczęściej posiadają wiele fałszywych profili na portalach społecznościowych albo randkowych. Piszą za pomocą internetowego tłumacza

lecznościowych uwiarygadniają się, dodając do kontaktów także znajomych ofiary.

Bywa nawet, że proszą na początek o drobną pożyczkę zwracając w ciągu kilku dni! Piszą i dzwonią o różnych porach, z zaangażowaniem pytają o prywatne sprawy. Omotana i przekonana o uczciwości adoratora osoba, brnie dalej w pułapkę, i co gorsza, zdradza coraz więcej cennych informacji: mówi, gdzie pracuje, co posiada. Wysyła kolejny raz pieniądze w końcu wybra-

nek/wybranka to osoba zamożna, ma tylko przejściowe kłopoty, niedługo odda całą sumę.

Kto pada ofiarą oszustów matrymonialnych?

W uczuciowo-finansową matnię wpadają zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Coraz częściej są to seniorzy. Niejednokrotnie, gdy ofiary przekażą złodziejowi całe oszczędności, a ten nie ustaje z prośbami, sprzedają drogie przedmioty i zaciągają kredyty, stopniowo pogrążając

się w długach, i nawet wtedy nie umieją racjonalnie ocenić swojej sytuacji. - Otrzeźwienie pojawia się dopiero, gdy adorator znika, a do rąk trafia wezwanie do zapłaty. Wtedy jest już niestety za późno. Przestępcom udaje się oszukać również osoby pozostające w małżeństwach. Wtedy konsekwencje powstania długów mogą ponieść także najbliżsi. Dlatego pod żadnym pozorem nie przekazujemy pieniędzy osobie, którą znamy jedynie przez internet - ostrzega Anna Paszko.

Jak chronić w internecie swoje serce i portfel?

- Zweryfikujmy tożsamość osoby, która się z nami kontaktuje: sprawdzimy szczegóły, które „ukochany” czy „ukochana” podaje: internet może potwierdzić wiele informacji np. miejsce pracy. Zdjęcia z mediów społecznościowych „znajomego” wrzucimy w wyszukiwarkę obrazów Google i sprawdzimy, czy nie są powielone. Bądźmy też czujni, jeśli profil został założony niedawno.
- Uważajmy, jeśli nowy znajomy/znajoma po wymianie kilku wiadomości od razu prosi o prywatny telefon czy adres email.
- Jeśli ktoś szybko przechodzi do tematu pieniędzy, opowiada o swoich kłopotach finansowych, próbuje wzbudzić litość, zachowajmy ostrożność. A jeśli internetowa „miłość”, prosi o udostępnienie kodu BLIK, to już właściwie gwarancja oszustwa. Ponieważ kod przekazujemy dobrowolnie, a nie został nam wykradziony, bardzo trudno będzie udowodnić, że zostaliśmy zmanipulowani.
- Weźmy pod uwagę, że wszystko, co przesyłamy za pośrednictwem internetu, może z niego wyciec. Nie wysyłamy treści, których wykorzystanie przez osoby trzecie mogłoby nam zaszkodzić i służyć jako materiał do szantażu.
- Nie dajmy się namówić na zdalne czy bezpośrednie zawieranie formalności, np. inwestycję w kryptowaluty, podpisane umowy kredytowe. Oszuści proszą nawet o zameldowanie ich w mieszkaniu, a potem bezprawnie je zajmują. ©©

OSZUSTWA INWESTYCYJNE

Tak naciągają na kryptowaluty, obligacje czy akcje. W grę wchodzi tysiące złotych!

Małgorzata Stempinska

Coraz więcej osób daje się nabrać na tzw. oszustwa inwestycyjne. Kusi ich wizja szybkiego zarobku np. na akcjach gazociągów czy kryptowalutach. Zamiast zysków, tracą tysiące złotych.

Najczęściej oszuści tworzą fałszywe reklamy np. zachęcające do kupna udziałów w gazociągu czy akcji zna-

nych firm. Osoba zainteresowana wypełnia formularz kontaktowy. W krótkim czasie telefonicznie kontaktuje się z nią oszust, który prosi o zainstalowanie na komputerze oprogramowania będącego aplikacją inwestycyjną. W rzeczywistości jest to narzędzie do przejęcia danych do konta bankowego ofiary. Podobnie jest w przypadku fałszywych platform kryptowalut. Ofiary zakładają na nich konta, inwestują pieniądze, które przejmują naciągacze.

Dlatego też policjanci zalecają szczególną ostrożność przy inwestowaniu pieniędzy za pośrednictwem giełd internetowych, na rynkach kryptowalut czy podczas zakupu akcji różnych firm poprzez serwisy.

W jaki sposób można się chronić przed oszustwami inwestycyjnymi?

Jeśli chcemy zainwestować, a nie mamy doświadczenia, poszukajmy zaufanego doradcy finansowego, brokera lub maklera giełdowego, który pomoże podjąć pierwsze kroki.

Nie wierzymy natomiast reklamom, ogłoszeniom ani doradcom, którzy mówią o szybkim zysku bez ryzyka.

Jeśli otrzymamy od kogoś propozycję inwestycji, sprawdzimy, czy jest ona prawdziwa. Jeśli będziemy mieć jakiegokolwiek wątpliwości, zgłosimy sprawę do swojego banku lub na policję. Warto śledzić informacje zamieszczane przez Komisję Nadzoru Finansowego, gdzie można zapoznać się z listą stron firm i podmiotów, które są fałszywe.

Pamiętajmy też, by nie udostępniać nikomu danych do logowania w bankowości elektronicznej i mobilnej, haseł do konta. Nie powinno się także otwierać przesłanych lin-

ków, nie znając ich zawartości oraz instalować dodatkowych oprogramowań na urządzeniach, z których następuje logowanie do banku. Złazszcza jeśli wymaga tego rekomendy „doradcy” inwestycyjny. Nie należy autoryzować przelewów, których sami nie wykonujemy. - Nie ufajmy ofertom mówiącym o dużych zyskach z zainwestowanych pieniędzy w krótkim czasie za pośrednictwem stron brokerskich czy osobom podającym się za doradców inwestycyjnych czy maklerów giełdowych - mówi nadkom. Lidia Kowalska z Zespołu Komunikacji Społecznej KMP w Bydgoszczy. ©©

ZDROWIE

Dr Paweł Rajewski: „Dbajmy o naszą wątrobę! Te 10 zaleceń jej pomoże”

Adam Szczęśniak

Doktor Paweł Rajewski, konsultant wojewódzki w dziedzinie chorób zakaźnych, jest autorem kampanii edukacyjnej na temat profilaktyki chorób wątroby „Dziesiątka dla Wątroby”.

- Potrzebna jest pilna interwencja w postaci edukacji prozdrowotnej jako szerokiej profilaktyki chorób wątroby w Polsce. To z uwagi na zauważalny wzrost liczby pacjentów z przewlekłymi chorobami wątroby zarówno w populacji osób dorosłych jak i w populacji pediatrycznej. Mają one różną etiologię - metaboliczną (niewłaściwa dieta, choroba otyłościowa i jej powikłania jak cukrzyca typu 2 czy zaburzenia lipidowe, brak aktywności fizycznej), a także alkoholowej, polekowej czy posuplementacyjnej oraz wirusowej (WZW B i WZW C). Brak świadomości społecznej na temat wpływu zasad odżywiania, regularnej aktywności fizycznej, szczeni ochronnych i konieczności okresowych badań laboratoryjnych parametrów wątrobowych jeszcze bardziej potęguje to zjawisko - mówi Paweł Rajewski, prof. WSN oZ, MBA, specjalista chorób wewnętrznych, chorób zakaźnych, hepatolog i transplantolog kliniczny.

Wątroba to jeden z najważniejszych narządów człowieka - odpowiada za ponad 500 procesów metabolicznych, m.in. magazynuje składniki odżywcze, neutralizuje toksyny i reguluje gospodarkę lipidową oraz węglowodanową. Ma bardzo dobre zdolności regeneracyjne, ale jednocześnie przez lata może chorować „po cichu”, nie dając żadnych objawów klinicznych, a w chwili ich pojawienia się choroba zazwyczaj jest bardzo zaawansowana, na etapie przewlekłego zapalenia, a nawet na etapie marskości czy raka wątroby.

Doktor Rajewski przygotował 10 zasad, które sprzyjają jej długowieczności i prawidłowemu funkcjonowaniu.



Dr Paweł Rajewski jest cenionym specjalistą w Polsce. W Bydgoszczy, w uznaniu zasług, w 2025 r. odsłonił swój autograf na ulicy Długiej

To co służy wątrobie to, m.in., regularność: aktywność fizyczna, zbilansowana dieta, kawa, unikanie alkoholu, dbanie o prawidłową masę ciała i profilaktyka

● 1. Nie dopuszczaj do nadmiaru tkanki tłuszczowej. Najważniejszym czynnikiem ryzyka rozwoju stłuszczeniowej choroby wątroby jest nadmiar tkanki tłuszczowej, zwłaszcza trzewnej. Utrzymuj prawidłowy obwód talii - do 80 cm dla kobiet i 94 cm dla mężczyzn, i wskaźnik masy ciała do BMI 25 kg/m², dąż do stabilnej masy ciała, nawet redukcja 5-10% masy ciała może poprawić znacząco stan wątroby.

● 2. Jedz jak mieszkańcy basenu Morza Śródziemnego. Stawiaj na: warzywa i owoce, oliwę z oliwek, rośliny strączkowe, pełnoziarniste produkty zbożowe, ryby morskie, orzechy. Ogranicz: żywność ultra-przetworzoną, tłuszcze trans i czerwone mięso.

● 3. Ogranicz cukier, szczególnie fruktozę. Nadmiar cukrów prostych nasila proces de novo lipogenezy w wątrobie. Unikaj: słodzonych napojów, syropu glukozowo-fruktozowego, nadmiaru soków owocowych, regularnego podjadania słodczy.

● 4. Ruszaj się codziennie. Aktywność fizyczna zmniejsza ilość tłuszczu wątrobowego nawet bez dużej utraty masy ciała. Cel: minimum 150-300 minut umiarkowanego wysiłku tygodniowo, 2-3 treningi oporowe, ograniczenie siedzenia.

● 5. Alkohol traktuj jako wyjątek, nie codzienność. Nie istnieje całkowicie bezpieczna dawka alkoholu dla wszystkich.

● 6. Chron się przed wirusowymi zapaleniami wątroby. Pamiętaj o: wykonaniu chociaż raz w życiu badania na obecność przeciwciał anty HCV, jeśli urodziłeś się przed 1996 r. (rok kiedy wprowadzono w Polsce obowiązkowe szczepienia noworodków przeciw WZW B), wykonaj badanie na obecność AgHBs, zaszczep się przeciw WZW B jeśli nie jesteś chory i do tej pory się nie szczepiłeś, jeśli nie wiesz, czy byłeś szczepiony wykonaj badanie na obecność przeciwciał anty HBs, jeśli dużo podróżujesz zaszczep się przeciw WZW A.

● 7. Uważaj na leki i suplementy diety. Przyjmowanie dużej liczby suplementów diety nie zawsze jest zdrowe, zwłaszcza bez kontroli i zwłaszcza, jeśli łączysz się je z lekami. Są częstą

przyczyną polekowego i po suplementacyjnego uszkodzenia wątroby.

● 8. Zachowaj bilans pomiędzy pracą a życiem prywatnym - work-life-balance oraz dbaj o rytm dobowy i sen. Zaburzenia snu zwiększają ryzyko zaburzeń metabolicznych oraz stłuszczenia wątroby. Staraj się: spać 7-9 godzin, utrzymywać stałe godziny snu, unikać

późnonocznego podjadania.

● 9. Pij kawę. To jedna z najlepiej udokumentowanych interwencji ochronnych dla wątroby.

● 10. Kontroluj swoje wyniki. Wątroba długo nie daje objawów lub objawy są subkliniczne. Regularnie oceniaj: aktywność ALT i AST, profil lipidowy, poziom glukozy lub HbA1c, ciśnienie tętnicze, masę ciała i obwód talii. Badania te powinny być wykonywane co roku.

- To co szkodzi wątrobie najbardziej to nieprawidłowy styl życia: niewłaściwa dieta: przewlekły nadmiar kalorii, cukrów prostych, tłuszczów nasyconych, alkoholu i siedzący tryb życia. To co służy jej najlepiej to regularność: aktywność fizyczna, zbilansowana dieta, kawa, unikanie alkoholu, dbanie o prawidłową masę ciała i profilaktyka obejmująca zarówno szczepienia ochronne przeciw WZW A i B, jak i wykonywanie systematycznych badań okresowych z oceną parametrów wątrobowych, w tym przynajmniej raz w życiu oznaczenie anty HCV oraz metabolicznych - zachęca dr Paweł Rajewski. ©

Warto wiedzieć

Wątroba to największy gruczoł w naszym organizmie i jeden z najważniejszych narządów układu pokarmowego, znajdujący się w prawej części brzucha pod przeponą.

U dorosłych mężczyźni waży zwykle 1,5-1,7 kg, u kobiet nieco mniej - 1,3-1,5 kg, a dodatkowa ilość krwi może zwiększyć jej masę nawet o kilkaset gramów. Wątroba oczyszcza organizm z toksyn, pomaga przetwarzać składniki odżywcze z pożywienia na energię i potrzebne substancje, filtruje krew oraz magazynuje energię. Choć potrafi się regenerować jak mało który narząd, wątroba może chorować - np. może

dojść do zapalenia lub powstania nowotworu.

Ze względu na pełnione w organizmie funkcje, jest stale narażona na różnego typu uszkodzenia, spowodowane m.in.: zatruciami, alkoholem, pasożytami (np. motylca wątrobową), czy też infekcjami wirusowymi (np. WZW typu A, B, C, cytomegalia) i bakteryjnymi. Te i inne problemy z prowadzą do różnych rodzajów komplikacji: niewydolności wątroby, marskości wątroby, raka, pourazowych ropni albo żółtaczki. Choroby wątroby są jednymi z najczęstszych schorzeń i stają się poważnym problemem społecznym. Większość osób ze schorzeniami wątroby nie jest w ogóle świadoma choroby, aż do bardzo zaawansowanego stadium. wiki.pacjent.gov.pl

KRÓTKO

Pieniądze

Ci emeryci i renciści w sierpniu wcześniej dostaną swoje świadczenia. Oto nowe terminy wypłat

ZUS wypłaca emerytury i renty w ustalonych dniach: 1., 6., 10., 15., 20. oraz 25. dnia miesiąca. Jeśli któryś z tych dni przypada w dzień wolny od pracy lub w sobotę, świadczenie jest przekazywane wcześniej. Dlatego część sierpniowych wypłat zostanie zrealizowana szybciej.

- Ponieważ 1 oraz 15 sierpnia wypada w tym roku w sobotę, czyli w dzień wolny od pracy, Zakład prześle świadczenia wcześniej. Zatem emerytury i renty doręczane przez listonosza trafią na pocztę odpowiednio 28 lipca i 11 sierpnia, natomiast przelewy na konta bankowe zostaną wykonane 30 lipca i 13 sierpnia - mówi Katarzyna Krupicka, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie podlaskim.

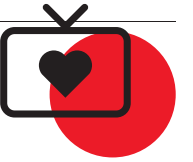
Z wyprzedzeniem przekazane zostaną również świadczenia zaplanowane na 10 sierpnia. Doręczenia pocztowe zostaną przygotowane 5 sierpnia, a przelewy bankowe 7 sierpnia.

Niektóre świadczenia długoterminowe są dziś niemal w całości przekazywane na rachunki bankowe. Dotyczy to m.in. nauczycielskich świadczeń kompensacyjnych (98,9 proc. w kraju i 99,3 proc. w regionie), emerytur pomostowych (96,5 proc. w kraju i 96,8 proc. w regionie) oraz świadczeń przedemerytalnych (96 proc. w kraju i 95,8 proc. w regionie). Wysoki poziom ubankowienia dotyczy również emerytur - 83,8 proc. w skali kraju i 85,3 proc. w naszym województwie.

Przelewy bankowe dominują zwłaszcza przy wypłacie nowych świadczeń z ZUS. W marcu 2026 roku 88,3 proc. osób, którym przyznano emeryturę, rentę lub nauczycielskie świadczenie kompensacyjne, wskazało konto bankowe jako formę wypłaty. W województwie kujawsko-pomorskim udział takich wypłat wyniósł 90,3 proc.

Każdy klient sam wybiera sposób otrzymywania świadczenia. **MW**

SERIALOWO



G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Mine dowie się od Ayfer, że Münnever – ta budząca w dziewczynce lęk oschła dama – jest jej babcią. Halil składa obietnicę, że nie spocznie i zrobi wszystko, by odnaleźć Pakize oraz jej starszą córkę. Burak próbuje udobruchać obrażoną Mine, która czuje się oszukana. Dziewczynka nie może pogodzić się z tym, że nikt wcześniej nie powiedział jej, że ma babcię. Yasemin tęskni za siostrą. W szpitalu Meltem ponownie krytykuje Yasemin za dopuszczenie do kradzieży leków. Burak jest coraz bardziej zirytowany zachowaniem współpracowników.

G. 15:05

La Promesa – pałac tajemnic

TVP 2

List przyjaciela Lorenza z frontu przynosi wieści, które są jak miód na serce Cruz. Wynika z nich, że Manuela i Curro nie ma w rejestrze poległych. Lope nie może przeboleć, że Vera jest z Santosem. Simona z kolei jest zdruzgotana, że córka jej unika. Jest to dla niej bardzo bolesne. Romulo próbuje przekonać Catalinę do powrotu do pałacu. Do La Promesy przychodzi niespodziewany i niemiły widziany gość. Jana dostaje wreszcie list od Manuela.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Igor idzie z Julką do psychologa. Specjalista stwierdza, że Nowakówna potrzebuje pomocy psychiatry – prawdopodobnie ma zaburzenia osobowości! Nowak robi sobie wyrzuty, że nie dostrzegał problemów córki... Tymczasem ona szaleje na imprezie u Maćka – ostro ćpa i zachęca do tego innych! Leon jest w szoku i próbuje opanować nakręconą dziewczynę. Z kolei Juliusz nie zamierza pozwalać, by jakiś oszust skrzywdził Krystynę. Odnajduje żonę pacjenta. Kobieta pojawia się w szpitalu w chwili, gdy prof. Agier siedzi przy łóżku mężczyzny. Krystyna jest zdruzgotana – dała się oszukać... Prosi Ulę o usunięcie z jej telefonu aplikacji, przez którą go poznała. Zanim to zrobi, Hofferówna wyżywa się na Januszu i... dostaje odpowiedź! Co ciekawe – od Wojtka, który znalazł aplikację w laptopie ojca... Eliza i Jarek przychodzą na rozprawę sądu rodzinnego w sprawie opieki nad dziećmi. Kuratorka przekonuje ich, że będzie dobrze – ona wydała im możliwie najlepszą opinię... Po rozprawie małżonkowie idą do baru na Wspólnej – pojawiają się tam też Bruno i... Martyna! Kobieta ciepło wita Berga, co nie uchodzi uwadze Elizy. Wieczorem Bergowa prosi Agatę żeby dowiedziała się, kim dla jej męża jest Wrońska.

G. 20:25

Ranczo

TVP Polonia

Serial „Ranczo” podbił serca widzów w dużej mierze dzięki genialnie dobranej obsadzie. W szczególności na wyróżnienie zasługuje kreacja Katarzyny Żak, czyli serialowej Solejukowej. Aktorka w jednym z wywiadów zdradziła, że gdy pojawiła się w pełnej charakterystyce przed reżyserem, ten... kompletnie jej nie poznał! Ten sam zabieg zastosowano w jednym z odcinków. Mowa o epizodzie, gdy Szymek Solejuk wraca do domu po egzaminach. Czeką go uroczyste wręczenie dyplomu. Solejukowa bardzo chciałaby uroczystość zobaczyć, ale wstydzi się swojego zaniedbanego wyglądu. W sukurs przychodzą jej Lucy i Hadziukowa, która jest byłą kosmetyczką. Fundują jej taką przemianę, że kobiety nie poznają całą wieś, a nawet własny mąż! Tak samo Jerry, który nie rozpoznaje w atrakcyjnej kobiecie zabiedzonej babiny z Wilkowyj.



G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Cihan dowie się, że jego ukochana Hancer jest w ciąży. To dopiero da mu do myślenia! Hancer jest w finansowym dołku. Z opresji ratuje ją Melih, który zdecyduje się pożyczyć jej swoje wszystkie oszczędności. Niestety – rozwiązując problem Hancer, zrobił problem Sinem. Bez pieniędzy na koncie Sinem nie może wynająć domu. Mukadder przeżywa katusze, ilekroć spojrzy na „wnuka”. Nie może znieść myśli, że okłamuje syna. Hancer przygotowuje się do wyjazdu.

G. 18:25

Akacyjowa 38

TVP 1

Trwa pogrzeb Jaime Aldaya. Ursula nie bierze w nim udziału. Wykorzystuje okazję, by jechać po Moisesa. Na drodze staje jej Carmen, którą Ursula godzi sztyletem. Ranną znajduje Samuel. Okazuje się, że Silvię porwał niejaki Blas, który niegdyś trafił przez nią do więzienia i pragnie zemsty. Dzięki Fabianie El Peña postanawia powiedzieć prawdę: Eva nie jest żoną Iníga, a Nacho jego synem. To sprawia, że Leonor wraca do niego. Niestety, Hindus umiera i Flora zostaje aresztowana.

KRZYŻÓWKA NR 116

- Poziomo:**
- 3) mały bawół krętorogi z Celebesu,
 - 6) ryba na wigilijnym stole,
 - 11) macecznik leśnej zwierzyny,
 - 12) hitlerowski obóz jeniecki dla podoficerów,
 - 13) łąka leżąca w zakolu rzeki,
 - 14) idealny kształt twarzy,
 - 15) historyczna stolica Wołynia,
 - 16) ulubieniec, oczko w głowie opiekuna,
 - 17) bratnia dusza, towarzysz,
 - 18) Spokojny lub Indyjski,
 - 19) sułtanat na Bliskim Wschodzie,
 - 21) wybierana w konkursie piękności,
 - 23) niewielki potok, strumyk,
 - 26) dęty instrument muzyczny,
 - 27) produkt alkoholowej fermentacji cukrów,
 - 30) tytuł piosenki Tadeusza Woźniaka,
 - 31) długa wełna kóz angorskich,
 - 34) Polka sprzed wieków,
 - 38) dawna nazwa szkoły,
 - 39) czasem nie warta za wyprawkę,
 - 40) domena wróżek i magów,
 - 41) tkanka tłuszczowa zwierząt,
 - 42) wyuczony zawód Jana Himilbsbacha.

- Pionowo:**
- 1) przyrząd z igłą magnetyczną,
 - 2) w piłce nożnej - środkowy obrońca,
 - 3) dydaktyczna opowieść z morałem,
 - 4) zatoka w zachodniej części wyspy Honsiu w Japonii,
 - 5) amerykański prom kosmiczny,
 - 6) dawny pojemnik na atrament,

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

Twoja gazeta
w prenumeracie
z Tele
Magazynem

52 511 94 64

AUTOPROMOCJA

0110990296

- 7) gryzoń z Ameryki Południowej,
- 8) służy do impregnacji drewna,
- 9) Anna, jedna z sześciu żon Henryka VIII,
- 10) Jacek, polski poeta i prozaik,
- 20) skała na posągi i posadzki,
- 22) drapieżny kot z Afryki,
- 24) wysokie, stojące lustro,
- 25) zadawniony żal, pretensja,
- 28) grecki bohater spod Troi,
- 29) „... Magellana”, powieść Stanisława Lema,
- 31) surowy sok wytłaczany z owoców,
- 32) najwyższy dowódca wojsk w dawnej Polsce,
- 33) naczynie do parzenia herbaty,
- 35) płat blachy lub papieru,
- 36) niedochowanie wierności małżeńskiej,
- 37) znawca budowy organizmów.

ROZWIĄZANIE NR 115

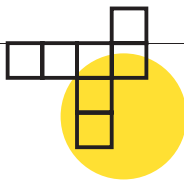
S	W	Z	L	O	T	A	R	Y	B	K	A	K	M
T	E	I	N	A	R	T	R	U	W	A	G	A	
A	E	S	A	B	A	U	D	I	A	R	S	R	
W	E	D	K	A	I	Y	M	N	I	S	Z	E	K
K	Z	D	T	A	R	L	A	K	G	U	E		
A	G	A	R	A	G	A	R	R	A	B	A	R	B
R	A	I	F	A	U	N	U	A	R				
S	Z	U	F	E	L	K	A	O	B	R	A	C	Z
Y	I	Z											
O	B	L	A	W	A								
L	U	O											
S	E	K	C	J	A								
T	A	S					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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

dobry gust	wiązka zboża niska kanapa	sztuka układania kwiatów	polski Liaz	odrobina mebel z szufladami	wiosenny kwiat	wal-tornia	sprzęt lgi Świątek	krzew parkowy wojskowy bufet
ekran komputera				kutykula				
				mroźna pora roku		materiał opatrunkowy		
płynny miód				muzyka improwizowana			chlebowy napój	Bikini na Pacyfiku
włoski w ogródku	duchowny w cerkwi	wielki ssak morski	konnica, kawaleria	ciężki metal żelazstwo		waluta Mjanmy		
dawny taniec dworski								
Barbara-ryńca				pole ze zbożem		staropolski deser		
			domena Lucyfera		Buster, niemy komik			
pracownik kotłowni				imię Farrow, aktorki		duże pomieszczenie		

Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: TORNADO.



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Odkryjesz w sobie siłę do działania. Horoskop dzienny przypomina, że szczęście sprzyja odważnym.

Ryby (19.02 - 20.03)
Czasem warto odpuścić i zaufać intuicji. Horoskop na dziś wróży, że drobny gest może znaczyć bardzo wiele.

Baran (21.03 - 19.04)
Horoskop dzienny na czwartek mówi, że otwartość i szczerość będą Twoim atutami.

Byk (20.04 - 20.05)
Ktoś bliski czeka na Twój uśmiech. Horoskop dzienny to wskazówka, by dać mu go bez wahania.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Pokaż światu, na co Cię stać. Horoskop na dziś mówi, że duma i odwaga zaprowadzą Cię na sam szczyt.

Rak (22.06 - 22.07)
Zadbaj o porządek w głowie i wokół siebie. Horoskop dzienny na czwartek mówi, że spokój wewnętrzny da Ci siłę.

Lew (23.07 - 22.08)
Unikaj skrajności i słuchaj obu stron. Horoskop dzienny wróży, że dzisiejszy wybór wpłynie na przyszłe relacje.

Panna (23.08 - 22.09)
Horoskop na dziś mówi, że odwaga w emocjach pomoże Ci odzyskać kontrolę i spokój.

Waga (23.09 - 22.10)
Przygoda kusi - nie odmawiaj! Dziś każde „tak” otworzy nowy rozdział. Działaj zgodnie z sercem.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Horoskop dzienny przypomina, że sukces smakuje lepiej, gdy możesz dzielić go z bliskimi.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Pomysł z pozoru szalony może okazać się genialny. Horoskop to wskazówka, by działać bez lęku i z pasją!

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Zaufaj przeczuciom. Horoskop na czwartek mówi, że miłość i sztuka będą Twoim schronieniem i inspiracją.

TURYSTYKA

Toruń zaprasza na filmowy szlak

Weronika Tyburska

Od początku lipca w Dworze Artusa dostępna jest mapa, z którą można wziąć udział w „filmowej” grze miejskiej. Ta wędrowka to okazja do odkrycia piękna zakątków Torunia i aktywnego spędzenia wolnego czasu.

Filmowcy wielokrotnie wykorzystywali Toruń jako tło swoich produkcji. Jednym z najczęściej pojawiających się w niej toruńskich miejsc jest Dwór Artusa. W zabytkowym gmachu przy Rynku Staromiejskim kręcone były choćby sceny do filmów „Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy” w reżyserii Janusza Majewskiego czy „Filip” w reżyserii Michała Kwiecińskiego.

Nie powinno więc dziwić, że właśnie w dziale edukacji Centrum Kultury „Dwór Artusa” pojawił się pomysł



FOT. WERONIKA TYBURSKA

Filmowy Toruń: to temat gry miejskiej z Dworu Artusa

na wakacyjną grę miejską. Nosi nazwę „Filmowym szlakiem Torunia”. Mapkę potrzebną do udziału w tej grze można odebrać w portierni Dworu Artusa. Jest dostępna za darmo.

- Obecnie zwiedzanie Dworu Artusa przebiega nieco inaczej. Jest ograniczone, bo trwają remonty. Niektóre sale są niedostępne. Chcieliśmy jednak, żeby tu-

ryści mimo wszystko skorzystali z ciekawej propozycji. Tak zrodził się pomysł z grą - mówi Dorota Mentecka-Janek z Centrum Kultury „Dwór Artusa”.

Filmowym szlakiem Torunia: na czym polega gra miejska o tej nazwie?

Trasa gry „Filmowym szlakiem Torunia” nie prowadzi najśłynniejszych, toruńskimi zabytkami i główną

ulicą starówki, Szeroką, która latem często jest zatłoczona. Osoby biorące w niej udział spacerują mniej znanymi uliczkami.

W trakcie gry uczestnicy mają do rozwiązania dwa typy zadań. Pierwszy z nich jest oznaczony kolorem pomarańczowym. Polega na dopasowaniu kadru filmowego do miejsca, w którym znajduje się gracz. Z kolei drugi typ, oznaczony kolorem zielonym, wymaga odpowiedzi na pytania związane z danym miejscem i filmem w nim nakręconym.

Przeście całego „Filmowego szlaku Torunia” zajmuje około 90 minut. Można grać w dowolnym wariantcie - indywidualnie, w parach lub grupach. Po ukończeniu gry wystarczy wejść na stronę internetową Dworu Artusa i skanując kod QR podany na mapie, sprawdzić odpowiedź. Pobrać można także certyfikat Znawcy Filmowego Torunia.©©

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski przetargi

nasze komunikaty.pl

DROBNE

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

MALOWANIE, kafelki, gładź

883964536

MONTAŻOWE

ROLETY ATRAKCYJNE CENY.

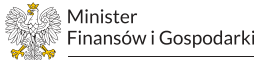
Producent „GARDA” tel. 504166613

Turystyka

KRAJ - MORZE

USTKA- Wczasy! Pokoje! 604-486-413.

REKLAMA



Minister Finansów i Gospodarki

Znak pisma: DLI-I.7621.1.2026.KJ.12a

OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 11f ust. 3 i 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 § 1 i 2 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2025 r. poz. 1691), a także art. 72 ust. 6 w zw. z art. 72 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 670 z późn. zm.),

Minister Finansów i Gospodarki

zawiadamia, że wydał decyzję z dnia 7 lipca 2026 r., znak: DLI-I.7621.1.2026.KJ.11, utrzymującą w mocy decyzję Wojewody Kujawsko-Pomorskiego nr 28/2025 z dnia 15 grudnia 2025 r., znak: WI.V.7820.15.2025.JB (Win.V.7820.19.2025.JB), o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa obwodnicy miasta Brodnicy - etap II i III Trasy Przemysłowej na odcinku od ronda Warszawskiego do ulicy Lidzbarskiej wraz z rozbudową układu drogowego w ciągu ulic: Nowej, Tulipanowej, 18 stycznia, Matejki, Michałowskiej i Litewskiej w Brodnicy”, sprostowaną postanowieniem Wojewody Kujawsko-Pomorskiego z dnia 16 stycznia 2026 r., znak: WI.V.7820.15.2025.JB (Win.V.7820.19.2025.JB).

Z treścią decyzji Ministra Finansów i Gospodarki z dnia 7 lipca 2026 r. oraz aktami sprawy można zapoznać się w Ministerstwie Rozwoju i Technologii w Warszawie, ul. Chałubińskiego 4/6, we wtorki, czwartki i piątki, w godzinach od 10.00 do 14.30, po wcześniejszym umówieniu się telefonicznie pod numerem telefonu (22) 323 40 70 - od poniedziałku do piątku w godzinach 10:30 - 14.30, jak również z treścią ww. decyzji w Biuletynie Informacji Publicznej Ministerstwa Rozwoju i Technologii pod adresem: <https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologia/obwieszczenia-decyzje-komunikaty> oraz w urzędach gmin właściwych ze względu na przebieg drogi, tj. w Urzędzie Gminy w Brodnicy oraz w Urzędzie Miasta w Brodnicy.

Data publikacji obwieszczenia i treści decyzji: 30 lipca 2026 r.

0011560638

Z głębokim smutkiem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

ś.p.

**Aleksandry
Gulbinowicz-Kotowskiej**

wieloletniego Dyrektora Szkoły Podstawowej nr 35
im. Jarostawa Dąbrowskiego w Bydgoszczy.

Rodzinie i Bliskim Zmarłej

składamy
wyrazy współczucia.

Dyrektorzy Bydgoskich Szkół, Przedszkoli
i Placówek Oświatowych

0011561129

„Oto pójdę nad brzeg najświeższego grobu, ale się nie
zapytam, kto ma ówdzie spocząć,
ażebym mój smutek nie był dla nikogo z tych,
których pocieszają albo płaczą:
tylko aby był smutkiem człowieka dla człowieka”

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy
że dnia 23.07.2026 zasnął w Bogu

ś.p.

dr inż. **Ludwik Andrzej
Ciołczyk**

lat 78

Wieloletni nauczyciel akademicki,
współtwórca uznanej na całym świecie
bydgoskiej firmy CIMAT.

O czym zawiadamiają
żona Teresa, syn Piotr i rodzina

Uroczystości pogrzebowe odbędą się
w piątek, 31 lipca na Cmentarzu Nowofarnym
w Bydgoszczy,
poprzedzone różańcem o godz. 11:30
i mszą św. o godz. 12:00
w Kościele Św. Krzyża na tutejszym cmentarzu.

0011560875

Z ogromnym smutkiem i poczuciem straty
żegnamy

**Aleksandrę
Gulbinowicz-Kotowską**

wieloletnią dyrektorkę szkoły,
cenioną nauczycielkę oraz wychowawczynię.

Jej pasja, profesjonalizm oraz troska o dobro uczniów
i rozwój bydgoskiej edukacji na zawsze pozostaną
w naszej pamięci.

Rodzinie i Bliskim Zmarłej

przekazujemy
wyrazy głębokiego współczucia.

Prezydent Bydgoszczy
Rafał Bruski
wraz ze Współpracownikami
z Urzędu Miasta Bydgoszczy

AUTOPROMOCJA

**Kondolencje
i nekrologi
w Twojej gazecie**

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskappress.pl

REKLAMA

0011546863



**Zielń
Miejska**

Zakład Pogrzebowy

UL. CZARTORYSKIEGO 13
24h / 7 - 52 324 99 99
WŁASNE KREMATORIUM

Sport

• **Siatkówka.** W czwartek o godz. 13.30 Polska gra z Ukrainą w meczu 1/4 finału Ligi Narodów. Transmisja w Polsacie Sport 1

KOSZYKÓWKA

„Asta” szuka zawodników oraz sponsora. Decyzje już niebawem

Dariusz Knopik

Astoria Bydgoszcz powoli kompletuje skład na debiutancki sezon Orlen Basket Ligi. Do zespołu dołączył zawodnik podkoszowy. Jednocześnie została zakończona współpraca z wieloletnim sponsorem

W bydgoskiej drużynie na sezon 2026/2027 są już: Martyce Kimbrough, Marcin Nowakowski, Wojciech Dzierżak, Kacper Kłaczek, Dawid Brembly, Karol Kamiński, Piotr Wińkowski i Jordan Ogundiran.

Nową postacią w zespole jest Denzel Andersson. To 29-letni silny skrzydłowy, który ostatni sezon spędził w drugoligowym hiszpańskim Obradoiro. To dobrze znany koszykarz z polskich parkietów. W lutym 2022



Denzel Andersson jest w barwach Stali Ostrów Wielkopolski blokuje zawodnika Kinga Szczecin. Teraz będzie grał dla Astorii

rok dołączył do Stali Ostrów Wielkopolski. Potem przeniósł się na dwa sezony do Bilbao Basket. Sezon 2024/25 spędził w Dzikach Warszawa. Kolejny rok to gra we wspomnianym już Obradoiro. Teraz czas na Astorię.

Trenerem drużyny będzie Duńczyk Anders Sommer, który zastąpił Grzegorza Skibę.

Przypomnijmy, że Astoria zmagania w Orlen Basket Lidze rozpocznie 3 października. Wtedy podejmie Zastal Zielona Góra.

Po siedmiu latach zakończyła się współpraca klubu z firmą Abramczyk, która była jednym ze sponsorów tytułarnych drużyny.

Władze klubu zapewniają, że w najbliższych dniach przedstawiają sponsorów tytułarnych Astorii oraz oficjalną nazwę drużyny na sezon 2026/27. ©

KRÓTKO

Kajakarstwo

Siedem medali

Siedem medali zdobyli reprezentanci Polski w mistrzostwach Europy U23 i juniorów. W węgierskim Szeged ten najcenniejszy - złoty U-23 - wywalczyła Zofia Więclawska, kajakarka Włókniarza Chełmża w K1 na 500 m. Wspólnie z klubowymi koleżankami Zuzanną Błaziejczak i Mają Łuczak oraz Dominiką Zimnoch z Białegostoku zdobyły srebrny medal w K4 na 500 m.

Ze srebrnego medalu cieszyły się również kajakarki bydgoskiego Kopernika. Weronika Marczevska i Martyna Jaskólska, aktualne mistrzyni świata w K2 500 m, dołożyły wice mistrzostwo na Starym Kontynencie. Kanadyjkarze Oskar Dekowski z bydgoskiej Astorii i Mateusz Augustyniak w C2 na 1000 m juniorów wywalczyli srebrny medal.

Dwa medale zdobył kanadyjkarz bydgoskiego Zawiszy Juliusz Kitewski. Srebro w C1 200 m, zaś brąz w C4 Mix 500 m wraz z Amelią Sołtysińską, Kają Lach i Romanem Chokovem. **KF**

PATRONAT NASZEMIASTO.PL

0011559560

Wielkie kolarstwo znów w Polsce! **LANGTEAM** 3 sierpnia ruszy 83. Tour de Pologne UCI WorldTour

W dniach 3-9 sierpnia światowa elita ponownie przyjedzie do Polski, gdzie odbędzie się 83. Tour de Pologne UCI WorldTour. Tegoroczna edycja wyścigu będzie wyjątkowa i zostanie rozegrana pod hasłem „Północ-Południe”. Zmagania rozpoczną się w Gdyni, a zakończą pod Kopalnią Soli „Wieliczka” po 7 wymagających dniach! Do Polski zawitają najlepsze drużyny UCI WorldTour, a na szosie powalczą także Białoczerwoni. Łącznie kolarze elity przejadą ponad 1100 kilometrów!

Jak co roku, w sierpniu oczy kibiców kolarstwa z całego świata będą zwrócone na Polskę, gdzie zostanie roze-

grany 83. Tour de Pologne UCI WorldTour. Za sprawą swojej rangi, impreza przyciąga czołowe drużyny i gwiazdy światowego peletonu. Na wstępnej liście startowej znaleźli się między innymi Joao Almeida, Paul Magnier, Olav Kooij i najlepszy polski kolarz Michał Kwiatkowski.

Hasło tegorocznej trasy wyścigu to „Północ-Południe” – w taki sposób będzie przebiegała trasa sierpniowych zmagani. Rywalizacja rozpocznie się w Gdyni, świętującej w tym roku swoje 100-lecie, skąd zawodnicy udadzą się po ponad 230-kilometrowej trasie w stronę Koszalina. Tam poznamy pierwszego etapowego zwy-

cięzcę i lidera Klasyfikacji Generalnej ORLEN.

Kolejnego dnia peleton przedzie dynamiczny etap z nadmorskich Międzyzdrojów do Szczecina, a nazajutrz zawodników czeka przeprawa z Gorzowa Wielkopolskiego do Zielonej Góry. Czwarty etap Tour de Pologne poprowadzi po szosach Dolnego Śląska z Żagania do Karpacza, gdzie zawodnicy zafiniszą na kultowym Orlinku, pamiętającym triumfy gwiazd kolarstwa, w tym Alberto Contadora czy Mateja Mohoriča.

Odcinek z metą w Karpaczu będzie pierwszym aktem górskiego tryptyku, przygotowanego przez organizato-

rów. Piąty etap poprowadzi bowiem z Opola pod Kocierz Resort i zakończy się wymagającym podjazdem, a „królewski” etap odbędzie się w Bukowinie Tatrzańskiej i BUKOVINA Resort. Na ledwie 126-kilometrowej trasie, zawodnicy pokonają aż 6 Premii Górskich PZU, włącznie ze stromą Ścianą BUKOVINA. To wyzwanie dla rasowych górali, a zwycięzca etapu dołączy do prestiżowego grona triumfatorów z Bukowiny Tatrzańskiej, w którym znajdują się między innymi Remco Evenepoel, Joao Almeida, Simon Yates czy Rafał Majka.

Rywalizacja w 83. Tour de Pologne – podobnie jak przed rokiem – zakończy się 9 sier-

nia etapem indywidualnej jazdy na czas pod Kopalnią Soli „Wieliczka”. Tam poznamy triumfatorów Klasyfikacji Generalnej ORLEN, Klasyfikacji Punktowej Lang Team, Klasyfikacji Górskiej PZU, Klasyfikacji Najaktywniejszy Zawodnik LOTTO i Klasyfikacji Drużynowej Decathlon.

Zmagania najlepszych drużyn świata będzie można oglądać za pośrednictwem transmisji ze wszystkich etapów, realizowanej przez Telewizję Polską, a dostępnej także na antenach Eurosportu i na platformie streamingowej HBO Max. Dzięki temu sygnał z wyścigu dotrze nie tylko do polskich kibiców, ale także do fanów kolar-

stwa z 65 krajów, promując tym samym Polskę na arenie międzynarodowej.

Tour de Pologne to nie tylko zawodowe ściganie, ale także imprezy towarzyszące. W sobotę, 8 sierpnia w Bukowinie Tatrzańskiej i okolicach rozegrany zostanie ORLEN Tour de Pologne Amatorów – Memoriał Ryszarda Szurkowskiego, a w dniach 3-5 sierpnia najmłodszy adept kolarstwa z kategorii wiekowych Żak oraz Młodzik będą walczyć w Tour de Pologne Junior – Memoriale Mariana Więckowskiego o zwycięstwa etapowe oraz wygraną w Klasyfikacji Generalnej ORLEN – Sponsora Głównego Tour de Pologne Junior.

83.Tour de Pologne

03.08 GDYNIA – KOSZALIN 04.08 MIĘDZYZDROJE – SZCZECIN 05.08 GORZÓW WIELKOPOLSKI – ZIELONA GÓRA 06.08 ŻAGAŃ – KARPACZ 07.08 OPOLE – KOCIERZ RESORT 08.08 BUKOVINA RESORT – BUKOVINA TATRZAŃSKA 09.08 KOPALNIA SOLI „WIELICZKA”

