



PO STRONIE SENIORA

MINIMALNA EMERYTURA Z ZUS

KTO MA DO NIEJ PRAWO, ILE WYNOSI I CZY POTRZEBA WNIOSKU

Nr ISSN 1230-9192

Nr indeksu 350680



www.expressbydgoski.pl

Nr 163 (11351) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Express

BYDGOSKI

Czwartek, 16.07.2026

Relaks

Krzyżówki
do kawy.
Nowości
w programie TV

Z naszych stron

NIK o Szpitalu
Południowym.
Kontrolerzy mają
sporo zarzutów

Kontrolerzy wskazali nieprawidłowości między innymi w organizacji pracy, rozliczeniach z NFZ, stanie technicznym placówki

- Str. 8

Z naszych stron

Ile nasi posłowie
wydają
na podróże, biura
i catering?

Koszty podróży polityków niekiedy szokują. Sprawdziliśmy, ile kosztują wyjazdy posłów z regionu. Przejrzeliśmy także ich inne wydatki

- Str. 7

W regionie powstają nowe ronda.

Dzięki tym inwestycjom, ma być bezpieczniej na drogach

- Str. 3

Gen. Jarosław Gromadziński, prezes Defence Institute:

- Rosja musi wiedzieć, że w przypadku ataku odpowiemy uderzając głęboko w jej terytorium - Str. 2



FOT. WIKIPEDIA

Z naszych stron

Centrum Onkologii w Bydgoszczy jest
liderem chirurgii robotycznej w Polsce

Adam Szczęśniak

Centrum Onkologii im. prof. Franciszka Łukaszczyka w Bydgoszczy pochwaliło się kolejnym sukcesem. Potwierdziło bowiem swoją pozycję lidera chirurgii robotycznej w Polsce.

Z najnowszego raportu „Chirurgia Robotowa 2026”, opracowanego przez Modern Healthcare Institute, wynika, że w 2025 r. bydgoski szpital wykonał 1187 operacji z wykorzystaniem robotów chirurgicznych, jako pierwszy w historii polskiego szpital-

nictwa przekraczając granicę tysiąca zabiegów robotycznych w ciągu jednego roku.

Na ten wynik złożyło się 648 operacji urologicznych, 267 zabiegów chirurgii onkologicznej, 113 operacji ginekologicznych oraz 159 zabiegów torakochirurgicznych wykonanych w sumie przez 12 certyfikowanych operatorów przy wykorzystaniu 3 systemów da Vinci. Co istotne, tempo rozwoju programu nie słabnie. W pierwszym półroczu 2026 roku wykonano już 655 operacji robotycznych, co oznacza, że tegoroczny wynik może być jeszcze lepszy. „Wszystko wskazuje na to, że

Zamknięta jest kładka dla pieszych w Smukale nad Brdą, między ulicami Oplawiec i Baranowskiego. Ma to związek z zaplanowanym wcześniej remontem obiektu. Prace potrwać do końca listopada - Str. 4**Starsza pani złamała nogę podczas jazdy tramwajem. Sąd orzekł, że motorniczy jest niewinny, ale przyznał jej odszkodowanie - Str. 14**

ubiegłoroczny rekord zostanie pobity. To pokazuje, że program rozwija się bardzo dynamicznie” - mówi prof. dr hab. n. med. Janusz Kowalewski, dyrektor Centrum Onkologii.

Jak dodaje, o sukcesie nie decyduje sama liczba robotów, lecz ludzie i sposób wykorzystania nowoczesnej technologii: „Dzisiaj mamy dwanaście certyfikowanych zespołów operacyjnych z zakresu urologii, chirurgii onkologicznej, ginekologii i torakochirurgii. Bardzo ważne jest to, że te niezwykle kosztowne urządzenia nie stoją bezczynnie. One każdego dnia pracują dla pacjentów”.

Raport pokazuje, że choć chirurgia robotyczna rozwija się dynamicznie w całym kraju, to przewaga bydgoskiego Centrum Onkologii pozostaje wyraźna. Kolejne ośrodki wykonują rocznie około 600-800 operacji.

„Liczba operacji jest ważna, ale też istotna jest ich jakość. Kluczowa jest właściwa kwalifikacja pacjentów, doświadczenie operatorów oraz precyzja wykonywanych zabiegów. To właśnie te elementy decydują o efektach leczenia i bezpieczeństwie chorych” - zaznacza prof. Kowalewski.

- Str. 3

Bydgoszcz

Uroczystości wojewódzkich
i miejskich obchodów Święta Policji

FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

W środę, 15 lipca na placu Starego Rynku w Bydgoszczy odbyły się oficjalne uroczystości wojewódzkich i miejskich obchodów Święta Policji. Były odznaczenia, nagrody i awanse. Najpierw o godz. 10.00 w Katedrze Bydgoskiej przy ul. Farnej odprawiono mszę świętą, a po niej - o godz. 11.00 na Starym Rynku rozpoczęła się uroczysta zbiórka. Oprócz przemówień, pocztów sztandarowych i życzeń dla policjantów, odbyło się wręczenie aktów mianowania na wyższe stopnie służbowe, wręczenie medali i odznaczeń oraz ślubowanie nowo przyjętych policjantów - Str. 3

POLECAMY

JUTRO: Puls - Lato zamienia kolej w pole bitwy. Pociągi pękają w szwach, nerwy też!

16.07.2026

Czwartek

Dzisiaj imieniny: Marii, Andrzeja, Bartłomieja, Stefana
Telefon alarmowy: 112

KALENDARIUM BYDGOSKIE 16 LIPCA

Złoty medal dla Kamili Skolimowskiej

1863: przez Bydgoszcz przejechał w drodze z Warszawy do Berlina, zatrzymując się na kilka godzin, margrabia Aleksander Wielopolski, do niedawna pierwszy naczelnik rządu cywilnego Królestwa Polskiego.

1882: w drewnianym budynku wzniesionym według projektu Józefa Święcickiego w ogrodzie posesji przy Gdańskiej 68 rozpoczął działalność Victoria-Theater. W latach 1892-1920 teatr ten działał pod nazwą „Elysium”, a do 1939 jako „Deutsche Bühne”. Po II wojnie w tym samym budynku w latach 1945-47 mieścił się Teatr Ziemi Pomorskiej. W miejscu tym stoi obecny Teatr Polski, zbudowany i otwarty w 1949 roku.

1908: na Kapuściskach wybuchł wielki pożar w tartaku Seligenda. Spalił się cały zapas drewna na placu.

1914: w Domu Polskim odbył się prelekcja z przezroczami o misjach katolickich w Afryce urządzona staraniem Towarzystwa Samopomocy Ludu Polskiego.

1960: nad Bydgoszczą i okolicami w południe przeszła niezwykle groźna burza z silnymi wyładowaniami, ulewnym deszczem i gradem. Pioruny wywołały

w mieście około 20 pożarów, a straż pożarna wzywana była do 60 domów, w których zalane zostały piwnice i niżej położone mieszkania. Na Szwederowie rżona piorunem została 60-letnia kobieta.

1966: Prezydium Miejskiej Rady Narodowej w Bydgoszczu zaprobowało decyzję o budowie linii tramwajowej na Błonie. Trasa miała biec od węzła grunwaldzkiego ulicą Nakielską do ul. Miedza, dalej plantami nad Starym Kanałem, aby 300 metrów przed ul. Czerwonego Krzyża przejść ul. Nakielską i pięć się w górę. Dalej biec miała ulicą Wąwozową i Stawową, by dojść do ul. Szubińskiej i zakończyć się pętlą przy ul. Madalińskiego. Razem z budową nowej linii zamierzano zlikwidować trasę „trójki” na Wilczak! Projekt, jako mało realny i bardzo kosztowny, szybko powędrował do szafy.

1999: w Bydgoszczu rozpoczęły się trzydniowe I Młodzieżowe Mistrzostwa Świata w Lekkiej Atletyce z udziałem ponad 1000 sportowców ze 140 krajów. Po uroczystości otwarcia nastąpiło wręczenie tytułu Honorowego Obywatela Miasta prezydentowi IAAF, Primo Nebiolo. Polacy zdobyli trzy medale. Autorką jedynego złotego była miotaczka Kamila Skolimowska. **KB**

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
 „Express
 Bydgoski”

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

POGODA



Czwartek
 30°C/14°C



Piątek
 32°C/18°C



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

www.express.bydgoski.pl

Polska Press
Makroregion Wielkopolska
Kujawsko-Pomorskie
Redakcja ul. Zamoyskiego 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

Rosja musi wiedzieć, że w przypadku ataku odpowiemy uderzając głęboko w jej terytorium

Jacek Pawlicki (PAP)

Rozmowa z generałem Jarosławem Gromadzińskim, prezesem Defence Institute.

Amerykański wywiad ostrzegł niedawno Polskę przed rosyjskimi prowokacjami. Sygnały, że Rosja jest gotowa „przetestować” NATO, płyną też z krajów bałtyckich. Na ile realne są te groźby?

Rosja jest mistrzem świata w grze pozorów, a prowadzenie wojny hybrydowej opanowała do perfekcji. Sygnały, o których rozmawiamy, to próba zdestabilizowania krajów wschodniej flanki NATO i szerzej – Zachodu. Uważam, że w ślad za tymi groźbami nie pójdą konkretne działania, bo dziś Rosja nie może sobie pozwolić na konfrontację zbrojną z NATO. Zwyczajnie jej na to nie stać. Biorąc pod uwagę straty, jakie Rosjanie ponieśli w Ukrainie, nie sądzę, aby w ciągu 10 lat byli gotowi do pełnoskalowego starcia z jakimkolwiek państwem NATO.

Porozmawiajmy o czułych punktach. Gdzie można spodziewać się rosyjskich prowokacji? Co poza infrastrukturą krytyczną może paść ofiarą aktów sabotażu?

Szeroko rozumiany system społeczno-polityczny. Rosja zdaje sobie sprawę ze słabości demokracji, jaką jest Polska. Może próbować spróbować zdestabilizować sytuację społeczną poprzez zachwianie wiarygodności do rządu czy instytucji państwowych. Kremlowi chodzi o to, by Polacy stracili zaufanie do władz. Rosja ma do dyspozycji cały wachlarz klasycznych akcji sabotażowych: podpalenia magazynów i centrów handlowych, próby wysadzenia torów kolejowych itd. Do takich zdarzeń dochodziło już w przeszłości i zapewne na tym się nie skończy.



FOT. WIKIPEDIA

Jarosław Gromadziński: - Nie po to kupowaliśmy uzbrojenie, żeby trzymać je w magazynach

Obawiam się, że Rosjanie będą próbowali doprowadzić do jakiegoś masowego „zdarzenia”, bo tak bym to określił, czyli np. wielkiego wypadku czy potężnej awarii infrastruktury. Wszystko po to, by zademonstrować, że państwo polskie sobie nie radzi.

Rosjanie obawiają się blokady obwodu królewieckiego. Czy to nie jest miejsce, w którym może dojść do konfrontacji?

Boją się i słusznie. Jeżeli Rosja zaatakuje NATO, to dlaczego nie mielibyśmy pójść na Królewiec? Nie raz mówiłem publicznie, że rosyjską eksklawę trzeba odczarować. W marcu 2025 roku amerykański generał Christopher Donahue, były dowódca Sojuszniczego Dowództwa Lądowego NATO, powiedział wprost, że - gdyby doszło do konfliktu z Rosją - siły Sojuszu powinny być gotowe do wyeliminowania zagrożenia ze strony Królewca. Rosja musi być świadoma, że w przypadku wtargnięcia do któregoś z krajów NATO, siły Sojuszu odpowiedzą, uderzając gdzieś głęboko na terytorium Rosji, wykorzystując do tego celu pociski rakietowe czy lotnictwo. Do tej pory to Putin straszył nas Królewcem, a my przygotowaliśmy się do obrony. Dziś w sposób jasny komunikujemy, że

gdyby doszło do ataku na NATO, Królewiec należy „wyłączyć” z gry - „wyłączyć”, nie zajmować, ale pozbawić znajdujące się tam siły zdolności do działania.

Nie obawia się pan, że w odpowiedzi na „obezwładnienie” Królewca, Rosja przeprowadzi zmasowany atak dronowy i rakietowy na duże polskie miasta - Gdańsk, Warszawę, Kraków? Tak wygląda dziś wojna w Ukrainie.

Duże miasta zawsze będą celem Rosjan, więc musimy być do tego przygotowani. Dlatego za uzasadnione uważam przeniesienie działań na stronę przeciwnika. Mamy do tego zdolności - wyrzutnie rakietowe M142 HIMARS, wyrzutnie K239 Chunmoo o zasięgu 300 km, nasze O-16 mogą przenosić pociski rakietowe AGM-158 JASSM-ER o zasięgu 900-1000 km. W ciągu minionych 4 lat polskie siły zbrojne dokonały ogromnego skoku, polska armia jest liczniejsza, lepiej wyszkolona i uzbrojona. Mamy jedną z największych i najlepiej wyposażonych armii w Europie. Polskie wojska lądowe są potęgą w tej części świata. Przykład? Ukraina dysponuje ponad 30 bateriami HIMARS-ów z ograniczeniem zasięgu do 120 km, my mamy ok. 30 baterii HIMARS i kupiliśmy 20 koreańskich wyrzutni K239 Chunmoo o dwa razy większym zasięgu.

Rosja musi być świadoma, że - w przypadku ataku - odpowiemy, uderzając gdzieś głęboko na jej terytorium, wykorzystując do tego celu pociski rakietowe czy lotnictwo. Nie po to kupowaliśmy tego typu uzbrojenie, żeby trzymać je w magazynach. Bierzmy przykład z Ukrainy, która przeprowadza uderzenia dronowe w głąb rosyjskiego terytorium. Rosja nie jest zdolna do obrony całego swego terytorium przed atakami z powietrza.

INWESTYCJE

Powstają nowe ronda. Ma być bezpieczniej

oprac. Karolina Rokitnicka

- Przy modernizacji dróg kluczową kwestią jest bezpieczeństwo - podkreśla marszałek Piotr Całbecki. - W ramach naszego dużego pakietu zadań drogowych powstają nowe ronda, chodniki i oświetlone przejścia dla pieszych. Wykorzystujemy na ten cel fundusze europejskie.

W ramach projektu wybudowano ronda w Sępólnie Krajeńskim, Golubiu-Dobrzyniu, Broniewicach (powiat inowrocławski) i Dyblinie (powiat lipnowski). Ponadto zamontowano sygnalizację świetlną w Bysławiu (powiat tucholski).

W trakcie realizacji są budowy rond w Barcinie (powiat żniński, zadanie na finiszu), Żołędowie (powiat bydgoski, rozpoczęły się prace) i Rzdawie (powiat mogileński, rozpoczęły się prace).

Ponadto ogłoszono przetarg na kolejne zadanie - bu-



W regionie zaplanowano przebudowę 23 skrzyżowań

downą ronda w Ośnie (powiat aleksandrowski) w ciągu drogi wojewódzkiej nr 266.

Projekt zakłada budowę trzywłotowego ronda, które ma uporządkować ruch lokalny i tranzytowy oraz poprawić bezpieczeństwo. W ramach zadania przewidziano także budowę oczekiwanych przez mieszkańców Ośna i okolic chodników oraz ścieżki pieszo-rowerowej. Projekt przewiduje także ścieżkę wyspy od strony północno-zachodniej - to rozwiązanie pozwoli na bezpieczny przejazd transportów ponadgabarytowych -

informuje Zarząd Dróg Wojewódzkich i Biuro Prasowe Urzędu Marszałkowskiego.

Zaplanowano również wykonanie nowego oświetlenia, rowów odwodnieniowych oraz zjazdów na posesje. Pojawiają się przejścia dla pieszych i przejazdy rowerowe od strony Służewa i Aleksandrowa Kujawskiego, co ma poprawić bezpieczeństwo pieszych i rowerzystów.

- Nowe ronda połączy przebudowane w poprzednich latach odcinki drogi wojewódzkiej w kierunku Aleksandrowa oraz Służewa. Wzdłuż tej trasy

zrealizowany został też jeden z największych w kraju projektów odtwarzania przydrożnych alei. Wzdłuż drogi pomiędzy Zakrzewem i Ciechocinkiem dosadzonych zostało w ubiegłym roku 440 drzew, a przy rosnących okazałych drzewach zlecono szereg prac agrotechnicznych m.in. usuwanie jemioli - zaznacza inwestor.

Prace mają potrwać około 9 miesięcy od podpisania umowy. Inwestycja będzie realizowana z wykorzystaniem Funduszy Europejskich dla Kujaw i Pomorza na lata 2021-27.

ZDW ujawnił listę kolejnych zadań związanych z przebudową skrzyżowań.

Będą one prowadzone w następujących miejscowościach:

- Aleksandrów Kujawski - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 266 - ul. Przemysłowa z ul. J. Słowackiego,
- Żołędowo (powiat bydgoski) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 244 -

ul. Bydgoska i Koronowska z drogą powiatową w kierunku Bydgoszczy,

- Strzelce Górne (powiat bydgoski) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 244 z drogą powiatową na Jaruzynie i Gądecz,
- Prosperowo (powiat bydgoski) - skrzyżowanie skanalizowane na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 243 z drogą powiatową na Bydgoszcz,
- Mełno (powiat grudziądzki) - rondo na połączeniu dróg wojewódzkich nr 533 i 538,
- Rybitwy (powiat inowrocławski) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 251 z drogą powiatową na Janikowo i Tuczo,
- Dziennice (powiat inowrocławski) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 252 z drogami powiatowymi na Górę i Balczewo,
- Rypin - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 534 - ul. Toruńska i T. Kościuszki z ul. Mleczarską i Piaski,

- Plewno (powiat świecki) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 240 z drogami powiatowymi na Drzycim i Poledno,
- Błędzin (powiat świecki) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 240 z drogami powiatowymi na Pruszczy i Drzycim,
- Chełmża (powiat toruński) - rondo na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 551 - ul. Chełmińska i 3 Maja z ulicą Chełmińskie Przedmieście,
- Piastoszyn (powiat tucholski) - przebudowa połączenia drogi wojewódzkiej nr 240 z drogą powiatową na Rytel,
- Tuchola - rondo na połączeniu dróg wojewódzkich nr 237 i 240 - ulice Chojnicka i Czerska,
- Żnin - rondo na skrzyżowaniu drogi wojewódzkiej nr 251 - ul. Dworcowej z ul. A. Mickiewicza.

Na program modernizacji dróg wojewódzkich na najbliższe lata trafią 2 miliardy złotych. ©©

WYDARZENIE

Święto Policji na Starym Rynku w Bydgoszczy

Adam Szczęśniak

W środę, 15 lipca na płycie Starego Rynku w Bydgoszczy odbyły się oficjalne uroczystości wojewódzkich i miejskich obchodów Święta Policji. Były odznaczenia, nagrody i awanse.

- Co roku 24 lipca obchodzimy Święto Policji. Jest to okazja do uhonorowania pracy policjantów i pracowników Policji. Tegoroczne obchody odbywają się w roku szczególnych jubileuszy - 100-lecia Sportu w Policji oraz 100-lecia służby dzielnicowych, stanowiących fundament codziennej służby na rzecz bezpieczeństwa i bliskiej współpracy ze społeczeństwem - mówi mł. insp. Monika Chlebicz, rzecznik prasowy komendanta wojewódzkiego Policji w Bydgoszczy.

W tym roku z okazji Święta Policji na wyższe stopnie służbowe w Kujawsko-Pomorskim awansowanych zostało 827 policjantów. Prezydent RP

przyznał Medale za Długoletnią Pracę 14 pracownikom Policji, a minister SWiA odznaczył odznaką Zasłużony Policjant 37 policjantów i przyznał 4 Medale za Zasługi dla Policji.

Podczas obchodów 87 nowych policjantów złożyło ślubowanie. Po szkoleniu podstawowym trafią do jednostek: 57 do KMP w Bydgoszczy, 7 do KMP w Toruniu, 2 do Chełmna, 4 do Inowrocławia, 1 do Nakła i KWP, 2 do Sępólna Krajeńskiego, 3 do Świecia, a 10 do Oddziału Prewencji Policji w Bydgoszczy.

Odznaką Okolicznościową Komendanta Wojewódzkiego Policji „140. Rocznicy urodzin patrona Komendy Wojewódzkiej Policji w Bydgoszczy” wyróżnieni zostali m.in. Piotr Całbecki marszałek województwa, Elżbieta Piniewska, przewodnicząca Sejmiku, czy podinsp. w st. spocz. były dyżurny Sztapu Policji KWP w Bydgoszczy.

Więcej na www.express-bydgoski.pl ©©

SŁUŻBA ZDROWIA

Bydgoskie CO liderem chirurgii robotycznej w Polsce. Szpital ma kolejne ambitne plany

Adam Szczęśniak

Z raportu „Chirurgia Robotowa 2026”, opracowanego przez Modern Healthcare Institute, wynika, że w 2025 r. bydgoskie Centrum Onkologii wykonało 1187 operacji z wykorzystaniem robotów chirurgicznych.

„Mamy dwanaście certyfikowanych zespołów operacyjnych z zakresu urologii, chirurgii onkologicznej, ginekologii i torakochirurgii. One każdego dnia pracują dla pacjentów” - mówi prof. dr hab. n. med. Janusz Kowalewski, dyrektor Centrum Onkologii w Bydgoszczy.

Jednym z najbardziej doświadczonych operatorów w Polsce jest dr Bartłomiej Małkowski, który według raportu wykonał w 2025 r. 322 operacje robotyczne, będąc współliderem zestawienia lekarzy pod względem liczby zabiegów wykonanych w jednym ośrodku. Do końca

czerwca 2026 r. jego dorobek wzrósł już do 973 operacji, co czyni go jednym z najbardziej doświadczonych operatorów systemu da Vinci w Polsce.

Silną pozycję CO potwierdza także rozwój robotycznej ginekologii onkologicznej. Dr n. med. Magdalena Kowalkowska znalazła się w gronie zaledwie ośmiu kobiet w Polsce, które w 2025 r. wykonały ponad 50 operacji z wykorzystaniem robota chirurgicznego.

Rozwój chirurgii robotycznej oznacza większe bezpieczeństwo i komfort leczenia.

„Operator wykonujący zabieg robotyczny przechodzi wieloletnie szkolenie i uzyskuje certyfikację. Podczas operacji widzi trójwymiarowy obraz pola operacyjnego z możliwością nawet dziesięciokrotnego powiększenia. Dzięki temu znacznie łatwiej dostrzec drobne naczynia czy struktury nerwowe, a sam zabieg jest niezwykle precyzyjny” - wyjaśnia prof. Kowalewski. „Po operacjach robo-

tycznych chorzy zwykle odczuwają znacznie mniejsze dolegliwości bólowe, szybciej wracają do sprawności i często mogą opuścić szpital już po 2-3 dobach. W przypadku klasycznych operacji otwartych hospitalizacja trwa zazwyczaj tygodni lub dłużej” - dodaje.

Centrum Onkologii przygotowuje się do kolejnego etapu rozwoju. Planowane jest utworzenie w szpitalu Centrum Szkoleniowego Chirurgii

Robotycznej dla Polski i Europy Środkowo-Wschodniej.

„To naturalny kierunek rozwoju. Chcemy nie tylko leczyć na najwyższym poziomie, ale również przekazywać wiedzę i doświadczenie kolejnym pokoleniom chirurgów. Dzięki temu jeszcze więcej pacjentów będzie mogło korzystać z nowoczesniejszych metod leczenia onkologicznego” - podsumowuje prof. Janusz Kowalewski. ©©



CO w Bydgoszczy liderem chirurgii robotycznej w Polsce

Bydgoszcz

Z ŻAŁOBNEJ KARTY

Płk Urszula „Ala” Tauer, spoczęła na cmentarzu przy Artyleryjskiej



Uczestniczka Powstania Warszawskiego, spoczęła na cmentarzu przy Artyleryjskiej

Adam Szczęśniak

4 lipca w wieku 105 lat zmarła Bydgoszczanka pułkownik Urszula Tauer, ps. „Ala”. Była oficerem Komendy Głównej Armii Krajowej, brała udział w Powstaniu Warszawskim. W środę, 15 lipca na cmentarzu przy Artyleryjskiej odbył się jej pogrzeb.

Urszula Tauer, urodzona 24 kwietnia 1921 r. we Lwowie. Na przełomie września i października 1941 r. została zaprzysiężona do Związku Walki Zbrojnej. Początkowo pełniła funkcję łączniczki i kolporterki, następnie została skierowana do Oddziału V Komendy Głównej Armii Krajowej. Jako kurierka odpowiadała za utrzymywanie łączności i realizację zadań specjalnych. Ukończyła konspiracyjną szkołę podcho-

rażych oraz kursy specjalistyczne. Pod koniec 1943 r. została skierowana z misją kurierską do Berlina w celu odtworzenia kontaktu z polskim podziemiem w stolicy III Rzeszy. Od lutego 1944 r. kierowała komórką legalizacji fałszywych dokumentów przeznaczonych dla kurierów AK.

Była ranna w Powstaniu Warszawskim. Przemierzając się kanałami, utrzymywała łączność z innymi grupami powstańcami. Po kapitulacji PW uciekła z transportu i kontynuowała działalność konspiracyjną w strukturach AK. Do początku 1945 r. pełniła służbę kurierską, utrzymując łączność KG AK z Okręgiem Kraków.

Po wojnie zamieszkała w Warszawie, a od 1966 r. ponownie w Bydgoszczy. Wychowała 3 dzieci, prowadziła laboratorium chemiczne. Odznaczona Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski. ©

INWESTYCJE

Kładka w Smukale nad Brdą będzie zamknięta do listopada

Jarosław Więclawski

Od 10 lipca zamknięta jest kładka dla pieszych w Smukale nad Brdą, między ulicami Opławiec i Baranowskiego. Ma to związek z zaplanowanym wcześniej remontem obiektu. Prace potrwać do końca listopada.

Gdy w poniedziałek zagłębiliśmy na miejsce, robotnicy szły pełną parą. Robotnicy od razu po zamknięciu kładki wzięli się do pracy i rozmontowywania konstrukcji. Przeprawa powstała w 1989 roku. W ostatnich 10 latach dwukrotnie wykonywano już tu prace naprawcze. Zapytaliśmy drogowców o to, skąd potrzeba obecnego remontu kładki oraz jaki jest zakres planowanych robót.

- W pierwszej kolejności należy wziąć pod uwagę jej konstrukcję i usytuowanie. Na przeprawę składa się pięć stalowych przęseł opartych na sześciu stalowych podporach i przykrytych drewnianym pomostem. Obiekt ten znajduje się w dolinie rzeki Brdy na jej zakolu, w miejscu zadrzewionym, a co za tym idzie zacienionym, wilgotnym i pozbawionym przewiewu (zwłaszcza we wschodniej części kładki), co sprzyja rozwojowi korozji, jak i degradacji drewna,



Remont kładki dla pieszych w Smukale nad Brdą, między ulicami Opławiec i Baranowskiego rozpoczął się w piątek 10 lipca

z którego wykonany jest pomost - odpowiada Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy.

- Takie rozwiązanie nadaje obiektowi właściwą dla tego typu konstrukcji (kładkom dla pieszych) architekturę, lecz w tym miejscu wpływa również na intensywność prac utrzymaniowych niezbędnych dla zapewnienia bezpiecznego i wygodnego użytkowania przeprawy - tłumaczą drogowcy.

Wyjaśniają, że kładka jest pod stałym nadzorem ZDMiKP i stosunkowo często przeprowadzane są tam roboty utrzymaniowe, jak impregnacja czy zabezpieczenie elementów drewnianych. W ramach tych prac w 2017 roku wymieniono cały

drewniany podkład przeprawy. Z kolei w latach 2022-2023 schody prowadzące na obiekt od strony zachodniej wymieniono na pochylnię.

Kolejne coroczne przeglądy kładki wskazywały na pogarszanie się stanu konstrukcji stalowej, a wraz z nią również konstrukcji wsporczych wodociągu podwieszonego po północnej stronie. Ostatecznie podjęto decyzję o generalnym remoncie.

- W ramach prac zdemontowany zostanie pokład drewniany, wodociąg oraz urządzenia monitorujące stan wód w Brdzie. Następnie zdjęta będzie konstrukcja przęseł i przewieziona na halę, gdzie poddana zostanie naprawie i zabezpieczeniu antykorozyjnemu. W po-

dobny sposób wyremontujemy nadwodną część podpór kładki. W dalszej kolejności konstrukcja zostanie ustawiona ponownie na podporach, a na niej zamontujemy nowy pokład drewniany i elementy wyposażenia. Dzięki temu kładka zyska nowe życie na kolejne lata - zapewnia ZDMiKP.

Bydgoszczanie, którzy mieszkają w okolicy wskazują, że zamknięcie przeprawy na kilka miesięcy to spore utrudnienie, zwłaszcza dla osób dojeżdżających do pracy czy szkoły. W pobliżu, przy ul. Opławiec, mieści się SP nr 34. - Przez remont kładki, spora część mieszkańców Smukały została praktycznie odcięta od komunikacji miejskiej - pisze w komentarzu pod informację o remoncie pan Jacek.

Na profilu RO Smukała-Opławiec-Janowo niektórzy dopytują o możliwe zmiany w komunikacji miejskiej. Proponuję m.in. zwiększenie częstotliwości kursowania linii 54 czy jej przedłużenie na wszystkich kursach do Smukały. Na razie w transporcie publicznym nie wprowadzono korekt.

- W kwestii ewentualnych zmian w zakresie komunikacji miejskiej w tym rejonie prowadzone są analizy możliwości. W momencie podjęcia decyzji wystosujemy odpowiedni komunikat dla mieszkańców - przekazuje ZDMiKP. ©

AKCJA CHARYTATYWNA

0011545569



WRACAMY DO TEMATU

Mieszkańcy Jachcic wreszcie doczekali się remontu placu zabaw. Kiedy zostanie otwarty?

Macin Kozłowski

Na początku września 2025 roku ze względów bezpieczeństwa zamknięto plac zabaw na terenie Szkoły Podstawowej nr 36 przy ul. Średniej 98 w Bydgoszczy. Mieszkańcy liczyli, że najpóźniej zostanie otwarty wiosną bieżącego roku, ale muszą jeszcze trochę poczekać.

„Jestem mieszkanką osiedla Jachcice. Od kilku lat korzystamy z placu zabaw przy pobliskiej szkole przy ul. Średniej. Nie ukrywam, że stan techniczny urządzeń pozostawiał wiele do życzenia - podobnie jak nawierzchnia z tartanowych płytek. Mimo to plac był bardzo oblegany przez dzieci mieszkające na osiedlu. Obecnie to miejsce zostało w całości otasmo-



FOT. NADESŁANE

prace będą kosztowały 85 000 złotych i zgodnie z zawartą umową zostaną zakończone do końca wakacji

wane i powieszono kartę informacyjną „ze względów bezpieczeństwa plac zabaw nieczynny”. Na próżno szukać informacji, kiedy będzie uruchomiony a urządzenia naprawione. Zaczął się rok szkolny i dzieci nie mają się, gdzie bawić” - napisała wów-

czas do redakcji pani Marta, mieszkanka Jachcic.

- Plac został wyłączony z użytkowania do czasu przywrócenia możliwości bezpiecznego korzystania z tego miejsca. Konieczna jest wymiana nawierzchni, zestawu ze zjeżdżalnią, zestawu z huś-

tawkami na łańcuchach, elementów zjeżdżalni, zestawu z huśtawką bocienie gniazdo, bujaka sprężynowego oraz naprawa siedzisk ławek betonowych - tłumaczyło miasto. Termin otwarcia nie był wówczas znany, a koszt inwestycji miał oszacować dyrektor szkoły po otrzymaniu odpowiedzi na zapytania ofertowe.

Mieszkańcy nie spodziewali się, że naprawa zostanie przeprowadzona przed zimą. Liczyli jednak, że wczesną wiosną 2026 roku ruszą prace i kiedy zrobi się ciepło dzieci ponownie będą miały, gdzie się bawić. Jak pisze do nas pownnie pani Marta, mieszkańcy Jachcic dowiedzieli się, że „renowacja placu nie została uwzględniona w budżecie na ten rok i na próżno też szukać informacji na platformie przetargowej o zamówieniu na jego naprawę - ani

w ogłoszonych przetargach, ani w zakończonych ani unieważnionych”.

- Modernizacja placu została uwzględniona w budżecie roku 2026. W pierwszym kwartale szkoła otrzymała środki finansowe na to zadanie inwestycyjne. Zgodnie z zasadami dotyczącymi gospodarowania środkami publicznymi - z uwzględnieniem ustawy - prawo zamówień publicznych, po otrzymaniu planu finansowego na wyżej wymienione zadanie, dyrektor przeprowadził procedurę wyłonienia wykonawcy zamówienia. Wykonawca został wybrany, umowa podpisana i prace rozpoczną się z początkiem lipca - mówi Marta Stachowiak, rzeczniczka prasowa prezydenta Bydgoszczy.

Dodaje, że zgodnie z informacją pozyskaną od dyrektora Zespołu Szkolno-Przed-

szkolnego nr 5 usunięte zostaną następujące elementy placu zabaw: główny zestaw zabawowy, zestaw z daszkami i podestami HDPE, tablica z regulaminem, tablica do rysowania, sześć nóg konstrukcyjnych huśtawek, siedzisko huśtawki „bocienie gniazdo”, lina zestawu sprężynowego, pozioma belka huśtawki wagowej, nastąpi wyrównanie wierzchniej warstwy placu pod urządzeniami, położona zostanie szara kostka betonowa. Elementy do naprawy, bądź wymiany to gumowe nakładki stołu do ping-ponga, korekta montażu karuzeli, piaskownice łączników huśtawek wahadłowych, malowanie łączników huśtawek wahadłowych oraz uzupełnienie nawierzchni piaskowej. Oferta obejmuje ponadto wywóz i utylizację wszystkich „odpadów”. ©

UŚMIECHNIĘTY DZIEŃ

Stworzyli Mapę Krainy Uśmiechu. Znamy zwycięzców naszego konkursu

Małgorzata Stempinska

W konkursie plastycznym wzięło udział 46 placówek z regionu. Oto nagrodzeni i wyróżnieni.

„Mapa Krainy Uśmiechu. Stwórz mapę Zaczarowanego Lasu i pokaż niezwykle miejsca, tajemnicze ścieżki, miesz-

kańców oraz atrakcje, które sprawiają, że jest to najbardziej uśmiechnięte miejsce na świecie” - taki był tytuł pracy konkursowej. Oto zwycięzcy:

- Miejsce I - Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 3 w Łasinie,
- Miejsce II - Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza w Książkach,

● Miejsce III - Centrum Pomocy Dziecku i Poradnictwa Rodzinnego, Placówka Socjalizacyjna nr 2, przy ul. Mikołaja z Ryńska 8/2 w Grudziądzu,

- Miejsce IV - Rodzinny Dom Dziecka w Barcinie-Wsi,
- Miejsce V - Dom Dziecka nr 1 w Brodnicy.

Wyróżnieni: Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza

w Marcinkowie, Rodzinny Dom Dziecka w Sokolej-Kuźnicy, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 7 „Jaś” w Inowrocławiu, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 6 w Kruszwicy Dom dla dzieci „Anna”, Dom Dla Dzieci nr 4 w Małej Cerekwicy, Rodzinny Dom Dziecka Danuta i Rafał Lasek w Drzewianowie, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 6 „Nibylandia” we Włocławku, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 3 w Karolewie, Placówka Socjalizacyjna w Aleksandrowie

Kuj., Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 1, Dom dla dzieci „Ewa” w Inowrocławiu, Centrum Pomocy Dziecku i Poradnictwa Rodzinnego, Placówka Socjalizacyjna nr 7 w Grudziądzu, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 2 w Wydrznie, Centrum Pomocy Dziecku i Poradnictwa Rodzinnego, Placówka Interwencyjna nr 2 przy ul. Mikołaja z Ryńska 8a/2 w Grudziądzu, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza w Wielgim, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 1 w Trzemięt-

wie, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza typu Interwencyjnego nr 1, w Bydgoszczy, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza typu socjalizacyjnego „Na Wzgórzu” w Nakle, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 2 „Agata” w Inowrocławiu, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 1 i nr 2 w Toruniu. 21 lipca zaprosimy 200 dzieci z opiekunami do Parku Rozrywki - Zaczarowany Las w Myśliczynie w Bydgoszczy, gdzie zorganizujemy dzień pełen uśmiechu i atrakcji. ©

REKLAMA

0111549351

ORGANIZATORZY



PARTNER GENERALNY



PARTNERZY GŁÓWNI



PARTNERZY



PIENIĄDZE

„Nasi drodzy posłowie” z regionu. Tyle wydają na podróże, biura i catering

Karolina Rokitnicka

Koszty podróży polityków niekiedy szokują. Bywa, że przez oczywiste nieprawidłowości ponoszą konsekwencje. Sprawdziliśmy, ile kosztują wyjazdy posłów z Kujawsko-Pomorskiego. Przejrzeliśmy także ich inne wydatki.

Ryczałt na prowadzenie biura poselskiego w 2025 roku wynosił 279 720 zł na rok, co dawało 23 310 zł miesięcznie. Wielu posłów maksymalnie wykorzystuje ten limit. Do „zera” pulę wydał poseł Jan Krzysztof Ardanowski. Niewykorzystane 10 zł pozostawił Łukasz Schreiber.

Niektórzy jednak potrafią ograniczyć wydatki. Wiceprezes Rady Ministrów i minister cyfryzacji Krzysztof Gawłowski nie wykorzystał ponad 1/3 środków (97 tys. zł). Polityk jako jedyny z regionalnych posłów nie wykazał kosztów przejazdów. Jednak wicepremierzy w Polsce korzystają z rządowych limuzyn przydzielanych ze względów bezpieczeństwa przez Służbę Ochrony Państwa.

Na kolejnych miejscach podium jak chodzi o niewykorzystane środki są: Marcin Skonieczka (84 tys. zł) i Arkadiusz Myrcha (62 tys. zł).

Tyle posłowie wydają na podróże - taksówki, wynajem aut i paliwo

Wśród posłów z Kujawsko-Pomorskiego, rekordy, jak chodzi o wydatki na podróże (łącznie przejazdy autem, taksówkami i leasingi/wynajmy), mają:

1. Mariusz Kałużny (PiS) - łącznie 92 609 zł, w tym:koszty przejazdów posła autem -44 400 zł, koszty przejazdów posła taksówkami - 2337 zł, wynajem auta - 45872 zł;

2. Piotr Król (PiS) - łącznie 90 621 zł, w tym: koszty przejazdów posła - 42 587 zł, koszty najmu samochodu - 48 034 zł;

3. Agnieszka Maria Kłopotek (PSL-TD) - łącznie - 83 718 zł, w tym:, koszty przejazdów - 39 004



Nasi posłowie - rekordziści: Mariusz Kałużny, Piotr Król, Agnieszka Kłopotek, Jan Ardanowski, Przemysław Wipler i Bartosz Kownacki

zł, koszty wynajmu samochodu i parkingu opiewają na 44 714 zł;

4. Jan Krzysztof Ardanowski - łącznie 78 254 zł, w tym:koszty przejazdów posła autem - 47 566 zł, koszty najmu samochodu - 30 688 zł;

5. Przemysław Wipler - łącznie 75 846 zł, w tym: koszty przejazdów posła autem - 42 021 zł, koszty najmu samochodu - 33 825 zł;

6. Bartosz Kownacki (PiS) - łącznie 74 056 zł, w tym:Koszty przejazdów to 48 300 zł, koszty najmu samochodu - 25 756 zł.

Mamy w regionie kilkoro posłów, którzy wśród wydatków, wymieniają leasing/wynajem auta. To: Piotr Kowal (14,5 tys. zł), Joanna Borowiak (21,4 tys. zł), Bartosz Kownacki (25,7 tys. zł), Paweł Olszewski (28,8 tys. zł), Jan Krzysztof Ardanowski (30,6 tys. zł), Przemysław Wipler (33,8 tys. zł), Agnieszka Kłopotek (44,7 tys. zł), Mariusz Kałużny (45,8 tys. zł) i Piotr Król (48 tys. zł).

Jak chodzi o najwyższe koszty przejazdów autem to rekordzistami są Bartosz Kownacki i Iwona Hartwich, którzy wykazali w sprawozdaniach roczne wydatki na ten cel na poziomie 48 300 zł, co daje po-

nad 4 tys. zł miesięcznie, czyli ponad 570 litrów paliwa (przy cenie 7 zł). Pozwala to przejechać ponad 7000 km w miesiącu i ponad 85 tys. km rocznie (przy spalaniu auta 8l/100 km).

Po drugiej stronie bieguna - najmniej wydających na podróże jest z kwotą 7 tys. zł Iwona Maria Kozłowska.

Warto wiedzieć, że posłowie mają bezpłatne przejazdy publiczne i loty krajowe, więc nie wszystkie koszty podróży są widoczne w ryczałcie. Jednak podróże te są finansowane przez Kancelarię Sejmu z pieniędzy podatników.

Sporo posłowie jeżdżą też taksówkami. Koszty takich przejazdów posła Krzysztofa Szczuckiego to 14 756,02. Norbert Pietrykowski wydał na ten cel 4 853,18 zł.

Tyle kosztują pracownicy biur

Ciekawie też wyglądają koszty wynagrodzeń pracowników biur poselskich zatrudnionych na podstawie umów o pracę. Zwykle oscylują w kwocie 100-120 tys. zł rocznie, ale są też rozbieżności. U posła Kownackiego jest 60 tys. zł, a u Włodzimierza Gizińskiego, Zbigniewa So-

snowskiego i Iwony Hartwich ponad 170 tys. zł.

Często dochodzą też koszty pracy pracowników pracujących na zlecenie. Poseł Olszewski i Przemysław Wipler nie mają pracowników na umowę o pracę, a ci na zlecenie kosztują u Olszewskiego niespełna 50 tys. zł, a u Wiplera - 78 tys. zł. Koszty zależą nie tylko od wysokości pensji, ale także liczby pracowników/biur.

Internetowa działalność, catering i spożywcze zakupy

U Magdaleny Łośko zaskakują koszty utworzenia oraz obsługi strony internetowej biura poselskiego (media społecznościowe), które opiewają na 24 000 zł. Arkadiusz Myrcha wykazał 23 616 zł kosztów za... doradztwo w sprawach internetowych.

Jeszcze więcej, bo 25 450,28 zł na usługi gastronomiczne i artykuły spożywcze wydał poseł Paweł Szrot. Ponad 9 tys. zł usługi gastronomiczne kosztowały Iwonę Hartwich. Niemal 7 tys. zł za catering zapłacił poseł Bartosz Kownacki.

Posłowie wykazują też wydatki na ekspertyzy opiewające nawet na 30 tys. zł czy usługi prawnicze za 10 tys. zł. ©

ZAPROSZENIE

Lato w goglach w Mediatece. Zajęcia są bezpłatne

Weronika Tyburska

Z reguły w co drugą środę miesiąca toruńska Mediateka w Młynach organizuje zajęcia, których uczestnicy mogą skorzystać z gogli VR. To propozycja dla osób spędzających wakacje w mieście.

Mediateka w Młynach znajduje się przy ulicy Kościuszki 77. Jest filią nr 2 Książnicy Kopernikańskiej - jedną z najnowocześniejszych jej placówek. Mediateka w Młynach ma na wyposażeniu m.in. dwa typy okularów VR. To te typowo komputerowe oraz bezprzewodowe, działające niezależnie. Dokładniej rzecz ujmując to gogle VR HTC Vive Pro 2 z bieżnią VR i gogle Oculus Meta Quest 3S. W ramach tegorocznej oferty wakacyjnej Mediateka w Młynach przygotowała cykl wydarzeń. Wśród nich znalazły się zajęcia, które odbywają się nie tylko w okresie wolnym od nauki w szkole. Na to wydarzenie mogą zapisać się telefonicznie lub mailowo uczestnicy, którzy skończyli dziesięć lat i posiadają kartę biblioteczną. Wstęp jest bezpłatny. To wydarzenie to zajęcia z goglami. Dzięki nim uczestnicy zwiedzają świat, grają w przeróżne gry oraz doświadczają iluzji poruszania się w świecie wirtualnym i rzeczywistym jednocześnie.

- Podczas zajęć, w zależności od liczby uczestników, jest dostępnych od jednej do trzech par okularów. Przygotowane są gry dla każdej grupy wiekowej. Mamy gry zręcznościowe, łamigłówki, jest też Google Earth, gdzie można przyręczyć się bliżej okolicy i całej planecie. Zmieniamy tematykę tych zajęć, w zależności od miesiąca, tygodnia. Czasem jest bardziej rozrywkowo, a czasem naukowo - mówi Rafał Czaja, organizator wydarzenia z goglami.

Zajęcia z goglami odbyły się w Mediatece w Młynach w środę, 15 lipca. W sierpniu będzie można spróbować swoich sił w pierwszej i ostatniej środę miesiąca, czyli 5 i 26 sierpnia.

©

AKCJA CHARYTATYWNA

0111544823



PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Nie lekceważ ugryzienia przez kleszcza

Jakie objawy powinny zaniepokoić?

Miejsce ugryzienia przez kleszcza swędzi i jest zaczerwienione, a w jego centrum widoczny jest wypukły punkt. Kleszczowi nie zawsze udaje się wbić w skórę na dłużej i w takim przypadku zostawia po sobie jedynie niewielki ślad. Jednak jeżeli kleszcz pasyżytuje w skórze nie dłużej niż 12 godzin, ryzyko zainfekowania przenoszonym przez niego krętkiem boreliozy jest niewielkie. Nawet w sytuacji, gdy kleszcz pozostanie w skórze, może być trudno odróżnić go od innego pasożyta, zwłaszcza jeśli ma pusty przewód pokarmowy. Charakterystyczne obrzmienie odwłoka pojawia się dopiero wtedy, gdy kleszcz wysię odpowiednią ilość krwi. Ponieważ

kleszcz należy do gromady pajęczaków, cechami ułatwiającymi jego rozpoznanie są cztery pary odnóży i szczękoczułki. Długość dorosłych osobników sięga 4 mm, a ich ciało ma owalny kształt z grzbieto-brzusznym spłaszczeniem.

Jak wyciągnąć kleszcza?

Kleszcz wbity w skórę powinien być z niej jak najszybciej usunięty, co pomoże zminimalizować ryzyko zarażenia obecnymi w jego ciele drobnoustrojami, m.in. krętkami boreliozy, które wywołują tzw. rumień wędrujący. Skórę należy obserwować właśnie pod kątem występowania zaczerwienienia zwanego rumieniem. Należy chwycić go jak najbliżej skóry przy użyciu pęsety, szczyptec lub specjalnej pęteli, a następnie wyrwać ruchem prostopadłym do powierzchni skóry.

Kleszcz w ciele nie może być polewany alkoholem ani tłuszczem. Nie wolno go również podpalać ani ścisnąć, gdyż uszkodzenie odwłoka doprowadzi do zwrócenia treści pokarmowej, a wraz z nią krętków *Borrelia* bytujących w jelitach pajęczaka. Ranę po kleszczu należy zdezynfekować, a jej okolice obserwować przez kilka tygodni, sprawdzając, czy nie wystąpił rumień. Ślad po kleszczu zniknie w ciągu kilkunastu dni, nawet jeśli w skórze został fragment pajęczaka – organizm wywali go w postaci niewielkiej krostki.

Rumień wędrujący nie zawsze oznacza zakażenie boreliozą

Rumień wędrujący to odczyn zwiastujący boreliozę, który pojawia się na skórze najczęściej po 14 dniach od ukąszenia kleszcza. Można go rozpoznać po owalnym kształcie i wyglądzie

przypominającym tarczę strzelniczą – wokół lub w pobliżu miejsca ukąszenia pojawia się jeden lub więcej czerwonych pierścieni. Rumień wędrujący po ugryzieniu kleszcza osiąga średnicę powyżej 5 cm, stopniowo się rozrasta i wolno znika. Czasami towarzyszy mu swędzenie i pieczenie skóry. Niekiedy miejsce ugryzienia przez kleszcza pokrywają pęcherze i wybroczyny. Należy jednak pamiętać, że rumień wędrujący występuje u 80 proc. zarażonych boreliozą, a w rzadkich przypadkach pojawia się zamiast niego niewielki czerwony guzek, czyli naciek limfocytny. Najczęściej zlokalizowany jest na małżowinach usznych lub sutkach. Występowaniu rumienia wędrującego mogą towarzyszyć inne objawy świadczące o zakażeniu krętkiem *Borrelia burgdorferi*, takie jak: gorączka,

bóle mięśniowo-stawowe, znaczny spadek wydolności organizmu, problemy z koncentracją, dolegliwości neurologiczne, zaburzenia rytmu serca. Pojawienie się rumienia wędrującego po ukąszeniu przez kleszcza wymaga wykonania odpowiednich badań i podjęcia leczenia, zwłaszcza jeśli występują objawy towarzyszące. Należy jednak pamiętać, że rumień nie zawsze oznacza zakażenie bakteriami boreliozy. Zaczerwienienie po kleszczu jest najczęściej skutkiem niegroźnej reakcji alergicznej na ślinę pasożyta i mija samoistnie po kilku dniach. Jeśli jednak odczyn po kleszczu jest silny, warto skontaktować się ze specjalistą i zastosować leki antyhistaminowe.

Marzena Herka, Gabriela Fedyk



FOT. GETTY IMAGES

WAKACYJNA DIETA

Urlop? Uważaj na zatrucia pokarmowe

Wiadomo, że jak w Egipcie napijemy się wody z kranu, dopadnie nas tzw. zemsta faraona. Efekt jest prawie natychmiastowy. Ale czemu wielu turystów dostaje mdłości i biegunek dopiero po upływie kilku tygodni od powrotu z urlopu? Warto wiedzieć, jakich błędów nie popełniać na wyjeździe, by potem nie spędzić kilku dni w toalecie

Emil Hoff

Polacy wracający z urlopów – czy to w Polsce, czy za granicą – doznają czasem nieprzyjemnych dolegliwości żołądkowych. Boli nas brzuch, dostajemy gorączki, nudności, biegunki. Taki stan może utrzymywać się przez kilka dni, ale kobiety w ciąży, dzieci i seniorzy są narażeni na cięższy i dłuższy przebieg choroby, zwłaszcza gdy odwodnią się przez panujące upały.

Co to właściwie za choroba? Przecież tzw. zemsta faraona to zmora urlopowiczów w egzotycznych krajach, a my już wróciliśmy z wakacji do domu. Czemu choroba atakuje już po powrocie z wakacji?

Otóż to nic innego, jak zatrucie pokarmowe. Atakuje po powrocie z urlopów, bo łapiemy je na wyjeździe, ale objawy odczuwamy z opóźnieniem. Przyczyną zatrucia pokarmowego są najczęściej bakterie z rodzaju *Campylobacter*, *Salmonella* i gronkowce oraz wirusy, m.in. norowirusy oraz wirus zapalenia wątroby typu A. Mogą one wywołać chorobę nawet 7 dni od zakażenia, a wirus zapalenia wątroby typu A może dać o sobie znać dopiero po kilku tygodniach.

Zatrzymujemy się przez kontakt z zanieczyszczoną żywnością, wodą, powierzchniami i osobami



FOT. MAGNIFIC.COM

Zatrucia wywołują najczęściej bakterie z rodzaju *Campylobacter*, *Salmonella*, a także gronkowce oraz wirusy, m.in. norowirusy

chorymi. Na wyjeździe szczególnie łatwo paść ofiarą bakterii i wirusów, bo próbujemy wielu nowych potraw, czasem jemy za dużo, a do tego nasz organizm jest osłabiony i dopiero się regeneruje po stresie codziennej pracy.

Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA) właśnie prowadzi kolejną edycję kampanii Safe2Eat, której celem jest uświadamianie Europejczyków o zasadach obchodzenia się z żywnością, tak by uniknąć zatrucia. Sprawdź, co radzą eksperci EFSA, i nie narażaj się na urlopie na zatrucie pokarmowe,

które może cię zaatakować nawet wiele dni po powrocie do pracy.

Poniżej 5 praktycznych porad, które pomagają uniknąć nieprzyjemności żołądkowych na wyjeździe i po powrocie do domu.

● Rób zakupy uważnie

Jeśli sama gotujesz w czasie urlopu albo szukasz dla rodziny smacznych i ciekawych przekąsek na mieście – czy to w Polsce, czy na drugim końcu świata – musisz zwracać uwagę na parę rzeczy.

● Po pierwsze: nie kupuj produktów przechowywanych w niepewnych, niehigienicznych warunkach.

● Po drugie: wybierając produkty, sprawdzaj ich datę ważności i to, czy opakowanie przypadkiem nie jest uszkodzone.

● Po trzecie: nie kupuj zbyt dużo jedzenia, bo jego prawidłowe przechowywanie na wyjeździe może być utrudnione. Nieprawidłowo zabezpieczona żywność to wylęgarnia bakterii, które potem mogą dać o sobie znać objawami zatrucia pokarmowego.

● Dokładnie myj ręce i przybory kuchenne

Przygotowując posiłek, pamiętaj o dokładnym umyciu nie tylko rąk, ale też blatów, naczyń i sztućców, których używasz.

Warto też mieć osobne pojemniki na przygotowane już potrawy i surowe produkty. Zwłaszcza mięso, jajka i owoce morza mogą być domem dla wielu potencjalnie szkodliwych mikroorganizmów, więc warto je trzymać oddzielnie, by w razie czego nie skażyły całej żywności.

Uważaj też na zwierzęta domowe czy gospodarskie (jeśli wypożyczasz np. w gospodarstwie agroturystycznym czy jakimś mieście, gdzie bezpańskie koty lub psy chodzą swobodnie po ulicach). Przygotowywanie jedzenia często budzi ich natrączywe zainteresowanie, ale w interesie wszystkich jest nie dopu-

ścić, by zwierzęta miały kontakt z żywnością.

● Myj owoce i warzywa, nawet jeśli planujesz je obrać

Należy dokładnie myć wszystkie warzywa i owoce – czy to kupione na targowisku, czy w sklepie, czy zebrane w lesie. Szczególną uwagę należy zwrócić właśnie na owoce leśne, które mogą być zanieczyszczone jajami pasożytów wywołujących bąblowicę.

● Temperatura najlepiej niszczy bakterie i wirusy

Obróbka termiczna to świetny sposób na zniszczenie bakterii i wirusów mogących wywołać zatrucie pokarmowe. Aby osiągnąć ten efekt, temperatura wewnątrz przygotowywanych potraw powinna osiągnąć co najmniej 70 stopni Celsjusza. Gorące dania należy utrzymać w temperaturze co najmniej 60 stopni C do momentu podania.

Sosy i zupy najlepiej podgrzewaj aż do wrzenia. Z kolei mięso smaż lub piecz do momentu, gdy jego sok straci różowawy kolor.

● Nie trzymaj jedzenia poza lodówką

Ugotowane potrawy nie powinny znajdować się w temperaturze pokojowej (do 25 st. C) dłużej niż 2 godziny. Należy albo je od razu zjeść, albo schować do lodówki na później.

FOKUS

• Z udziałem Jolanty Sobierańskiej-Grendy **odbędzie się posiedzenie Zespołu Trójstronnego ds. Ochrony Zdrowia**

WARSZAWA

Raport NIK o Szpitalu Południowym. Kontrolerzy mają sporo zarzutów

Kontrolerzy wskazali szereg nieprawidłowości dotyczących m.in. organizacji pracy, rozliczeń z NFZ, stanu technicznego placówki oraz funkcjonowania Centrum Chirurgii Kręgosłupa

Marcin Koziestański

Kontrola obejmowała działalność szpitala w latach 2022–2025. Jak wynika z raportu, NIK negatywnie oceniła sposób organizacji pracy personelu medycznego, wskazując, że prowadził on do nadmiernego obciążenia pracowników. Jeden z lekarzy przepracował w ciągu miesiąca 304 godzin i 30 minut, a jedna z pielęgniarek 249 godzin.

W ocenie NIK znaczne wydłużenie czasu pracy świadczonej przez personel medyczny ma nie tylko negatywne skutki dla samego personelu, ale może mieć niekorzystny wpływ na jakość udzielanych świadczeń zdrowotnych, w tym na zdrowie lub życie pacjentów.

Z ustaleń kontrolerów wynika również, że na badanych oddziałach (chirurgii ogólnej oraz chorób wewnętrznych) dyżuruwało znacznie mniej personelu niż deklarowano Narodowemu Funduszowi Zdrowia.

W raporcie zwrócono także uwagę na funkcjonowanie Warszawskiego Centrum Chirurgii Kręgosłupa. Choć było ono szeroko reklamowane, formalnie nie istniało w strukturach placówki.

Na Oddziale Chirurgii Urazowo-Ortopedycznej – w ramach którego funkcjonowało WCCK – nie zapewniono należytego rozdzielania udzielania świadczeń pacjentom



FOT. ADRIAN GRZYK/CC BY-SA 3.0

Kontrola NIK w warszawskim Szpitalu Południowym objęła lata 2022–2025 i została rozpoczęta jeszcze we wrześniu 2025 roku

nieodpłatnie (finansowanych ze środków publicznych na podstawie umowy z NFZ) i odpłatnie. Personel, sprzęt i sale finansowane przez NFZ były w tym samym czasie wykorzystywane do celów komercyjnych. Grafiki lekarzy były rozpisywane tak, że w tym samym czasie pracowali oni w ramach umowy z NFZ i komercyjnie.

Pokoje przeznaczone dla pacjentów WCCK – tzw. pokoje łóżkowe – nie były odpowiednio wyposażone: brakowało tam m.in. umywa-

lek, mydła i ręczników papierowych. Zamiast tego w środku jednego z pokoi były telewizor, meble (fotele, stół, kozetka lekarska) oraz aneks kuchenny, a większa część jego powierzchni użytkowej nie była wykorzystana.

Trzaskowski: Wyciągniemy wnioski z raportu NIK

– Dokładnie analizujemy raport NIK na temat Szpitala Południowego i wyciągniemy z niego wnioski – poinformował podczas konferencji

w ratuszu prezydent stolicy Rafał Trzaskowski. – Zależy nam, by Szpital Południowy i warszawska opieka zdrowotna mogły funkcjonować normalnie – dodał.

Trzaskowski zaznaczył, że zareagował natychmiast po ujawnieniu nieprawidłowości w tym szpitalu. Podkreślił, że podjęte zostały decyzje dotyczące zarządu i rady nadzorczej tej placówki. Przypomniał, że przyjął też rezygnację dwóch swoich zastępczyni – Renaty Kaznowskiej i Aldony Machnowskiej-Góry – podjął też decyzję o odpolitycznieniu miejskich spółek.

Śledztwo i kontrole

Sprawa Szpitala Południowego nabrała rozgłosu po publikacji portalu Zero.pl z 15 czerwca. Według ustaleń portalu pracujący w tej placówce lekarz Dawid Kacprzyk – wówczas koordynator SOR-u i radny KO w Ursusie – miał w trakcie specjalizacji z anestezjologii zarobić w 2025 roku około 1,6 mln zł. Portal informował też o zarzutach dotyczących preferencyjnego traktowania polityków Koalicji Obywatelskiej na oddziale tego szpitala.

Prokuratura Okręgowa w Warszawie wszczęła śledztwa dotyczące Szpitala Południowego.

W placówce kontrole prowadzą m.in. NFZ, stołeczny ratusz, Państwowa Inspekcja Pracy i CBA.

KRÓTKO

Łódzkie

Noworodek miał ponad promil alkoholu

Noworodek, gdy się urodził, miał... promil alkoholu. Chłopczyk urodził się w domu w Osorkowie, skąd trafił do szpitala w Zgierzu. Po kilkudniowej hospitalizacji został przetransportowany do Instytutu Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. Matka dziecka już została pozbawiona przez sąd praw rodzicielskich. Chłopczyk cały czas jest diagnozowany. Czekają go badania neurologiczne i kardiologiczne. Podłączony jest do urządzenia, które pomaga mu oddychać.

Warmińsko-Mazurskie

Spotkanie na polach Grunwaldu

Około tysiąca zuchów i harcerzy uczestniczyło w tegorocznym Ogólnopolskim Zlocie Grunwaldzkim. To największa letnia impreza harcerska, organizowana na polach Grunwaldu z okazji rocznicy bitwy z 1410 roku. Harcerze są, obok członków bractw rycerskich, największą grupą, która co roku przyjeżdża pod Grunwald i bierze udział w uroczystościach upamiętniających bitwę wojsk polsko-litewskich z Zakonem Krzyżackim.

Warszawa

Premier Tusk bez immunitetu poselskiego

Sejmowa komisja regulaminowa stwierdziła w środę poprawność zrzeczenia się przez premiera Donalda Tuska (KO) immunitetu poselskiego w związku z prywatnym aktem oskarżenia skierowanym wobec niego przez Instytut Polski Suwerennej. Instytut chce skarżyć Tuska za pomówienie ws. finansowania przez Zondacrypto. Premier zrzekł się immunitetu 2 lipca.

PAP



FOT. ADAM JANKOWSKI

Wobec innych narodów trzeba być człowiekiem, a nie polityczną hieną. Potępiam tu, w polskim Sejmie zachowania antyukraińskie

WŁODZIMIERZ CZARZASTY
marszałek Sejmu

PROKURATURA

Zarzuty dla szefów Polskiej Fundacji Narodowej

Marcin Koziestański

Maciej Ś., były członek zarządu Polskiej Fundacji Narodowej, usłyszał zarzuty nadużycia uprawnień i niedopełnienia obowiązków.

– Maciej Ś. usłyszał zarzut m.in. nielegalnego finansowania partii politycznych PiS i Solidarnej Polski – poinformował w środę rano prokura-

tor regionalny w Rzeszowie Jaromir Rybczak. Jak wyjaśnił, nie chodzi w tym przypadku o środki finansowe, tylko o usługi marketingu politycznego. Wobec podejrzanego zastosowano zakaz opuszczania kraju połączony z zatrzymaniem paszportu.

We wtorek wieczorem zarzuty w tej samej sprawie usłyszał inny były członek zarządu PFN Cezary J. Obaj jako członkowie zarządu Polskiej Fundacji Narodowej uruchomili w 2017 roku środki fundacji na kampanię „Sprawiedliwe sądy”.

Przestępstwo zarzucane podejrzanym zagrożone jest karą do 10 lat pozbawienia wolności.

PROKURATURA

Prezydent Karol Nawrocki w prokuraturze

Karolina Wrońska

Prezydent Nawrocki przesłuchany w charakterze świadka w śledztwie w sprawie nieodpłatnego korzystania z pokoi i apartamentów w Muzeum II Wojny Światowej.

O przesłuchaniu prezydenta poinformowało w środę Radio Gdańsk. Rzecznik Prokuratury Okręgowej

w Gdańsku prok. Mariusz Duszyński potwierdził PAP te doniesienia i przekazał, że do przesłuchania doszło 9 lipca.

– Prezydent RP Karol Nawrocki został przesłuchany w charakterze świadka. Przesłuchanie odbyło się w Warszawie, w Pałacu Prezydenckim – powiedział Duszyński.

Prokurator wyjaśnił, że Nawrocki został przesłuchany ze względu na to, że w okresie objętym śledztwem pełnił funkcję dyrektora Muzeum II Wojny Światowej. Dodał, że w charakterze świadków przesłuchani zostali także pozostali dyrektorzy instytucji, którzy kierowali nią w okresie objętym postępowaniem.

IRAN / USA

Armia amerykańska przeprowadziła kolejną falę ataków na Iran

Anna Nagel

Amerykańska armia poinformowała w serwisie X, że w środę w południe czasu polskiego przeprowadziła nową falę ataków na Iran. Nalot trwał 90 minut i objął instalacje militarne na wyspie Wielki Tunb, położonej w cieśninie Ormuz – przekazało Centralne Dowództwo USA (CENTCOM).

Zaatakowano systemy obrony wybrzeża oraz magazyny i wyrzutnie pocisków manewrujących – poinformował CENTCOM. Ostrzał „doprowadził do dalszej degradacji zdolności Iranu do atakowania cywilnych statków w cieśninie Ormuz” – powiadomiła armia.

Wielki Tunb leży ponad 20 km na południe od irańskiej wyspy Keszem. Jest administrowany przez Iran jako część prowincji Hormozgan, jednak pretensje do wyspy zgłaszają również Zjednoczone Emiraty Arabskie. Wyspa jest kluczowym punktem irańskiej obrony morskiej.

Dziennik „New York Times” ocenił, że w ciągu ostatniej doby nasiliły się obawy o ponowny wybuch pełnoskalowej wojny na Bliskim Wschodzie.

Iran ponownie zablokował cieśninę Ormuz w miniony weekend, zapowiadając, że utrzyma ten stan

do zakończenia amerykańskiej „agresji”. Wznowił też ataki na statki handlowe. W odpowiedzi Stany Zjednoczone przywróciły we wtorek blokadę irańskich portów i wznowiły bombardowania wybrzeża – przypomniła agencja AFP. Teheran został jak dotąd oszczędzony, podobnie jak instalacje naftowe i gazowe arabskich państw regionu Zatoki Perskiej.

Prezydent USA Donald Trump rozmawiał we wtorek w Operation Room o rozległej ofensywie na Iran, znacznie szerszej niż obecne uderzenia w cieśninie Ormuz – przekazał w środę amerykański portal Axios, powołując się na trzy źródła zaznajomione ze sprawą.

PAP



Prezydent Donald Trump rozmawiał we wtorek w centrum dowodzenia o ofensywie na Iran

UKRAINA

Zelenski: naszym głównym celem jest Ukraina bez Rosji

Anna Nagel

Celem państwa ukraińskiego jest Ukraina bez Rosji, bez wojny i w Unii Europejskiej – oświadczył w środę prezydent Wołodymyr Zełenski, cytowany przez agencję Interfax-Ukraina.

– Naszym głównym celem nie jest Rosja bez benzyny, lecz Ukraina bez Rosji. Ukraina bez wojny. Ukraina z Europą. A także Ukraina i Europa bez zagrożenia ze strony Moskwy – powiedział Zełenski podczas przemówienia wygłoszonego w Kijowie z okazji obchodów Dnia Ukrainiejskiej Państwowości.

Prezydent podziękował „każdemu przywódcy, który robi wszystko, co w jego mocy, na rzecz wspólnego bezpieczeństwa, i robi wszystko, co konieczne dla Ukrainy”.

Szef państwa oznajmił, że Ukraina produkuje obecnie 10 mln dronów rocznie. – Pamiętam, jak po raz pierwszy publicznie ogłosiłem plan państwa: 1 mln dronów rocznie. Wszędzie panował sceptycyzm: zarówno w kraju, jak i za granicą. A teraz możemy stwierdzić: produkujemy 10 mln dronów rocznie. A wkrótce będzie 20 mln – poinformował.

– Ukraina po raz pierwszy tworzy własny system rakiet balistycznych i dalekiego zasięgu, i nie są to tylko projekty, lecz prawdziwa siła, która już działa i pokonuje odległości nieosiągalne wcześniej. 2884 kilometry – tyle wynosi odległość stąd do rafinerii w Omsku. To po prostu historyczna odległość, historyczna celność – zauważył prezydent.

Zełenski podkreślił, że w przeciwieństwie do Rosji, która atakuje budynki mieszkalne, szkoły i świątynie, Ukraina uderza „w sponso-



Zełenski podczas przemówienia z okazji obchodów Dnia Ukrainiejskiej Państwowości potwierdził aspiracje do Unii Europejskiej

rów Putina w tej wojnie oraz w narzędzia, które pomagają mu zabijać ludzi”.

– Nie ma już na terytorium zła współrzędnych, które byłyby nieosiągalne dla ukraińskiej sprawiedliwości. Pół tysiąca naszych dronów na dobę – dziesiątki ich rafinerii, tankowce floty cieni, infrastruktura wojskowa Rosji odczuły to wszystko na własnej skórze. Nie należy kwestionować ukraińskiej państwowości – oświadczył.

Według Zełenskigo Ukraina może uzyskać zdolność do produkcji rakiet dla systemu Patriot – i tym samym stać się trzecim państwem w historii, które będzie wytwarzać rakietę do systemu Patriot na podstawie umowy licencyjnej.

– Chciałbym podziękować prezydentowi Stanów Zjednoczonych za decyzję polityczną, która już teraz ma charakter historyczny i która może ocalić życie tysięcy ludzi

na Ukrainie. Bardzo ważne jest, aby na tej drodze wszystko ułożyło się pomyślnie dla naszych stron, dla naszych zespołów. I aby rakietę do systemu Patriot z napisem »Made in Ukraine« jak najszybciej stały się rzeczywistością – oznajmił prezydent.

Zełenski podkreślił, że to właśnie ta rzeczywistość „przybliży bezpieczeństwo i zwycięstwo życia na Ukrainie”.

Przywódcy Ukrainy i USA spotkali się 8 lipca podczas szczytu NATO w Ankarze. Trump zapowiedział podczas rozmowy z Zełenskim, że Ukraina otrzyma licencję na produkcję rakiet do systemów Patriot w Ukrainie.

Amerykański prezydent przyznał, że firma produkująca rakietę (Lockheed Martin) jeszcze nie została o tym poinformowana, ale zapewnił, że będzie z tego powodu zachwycona, podobnie jak Ukraińcy.

PAP

NOWY JORK

Szkielet tyranozaura sprzedano za rekordową kwotę 50 mln dolarów

Anna Nagel

Szkielet tyranozaura, któremu nadano imię Gus, został sprzedany na aukcji Sotheby's w Nowym Jorku za rekordową kwotę 50,1 mln dolarów.

Szkielet został nazwany na cześć Gary'ego „Gusa” Lickinga, właściciela terenu w hrabstwie Harding w Dakocie Południowej, gdzie został on odkryty w 2021 r. Prace wykopaliskowe trwały aż trzy lata.

Wiek skamieniałości jest szacowany na ok. 67 mln lat. Jest ona uważana za jeden z największych i najbardziej kompletnych szkieletów dinozaura, jakie kiedykolwiek odkopano.

Gus ma 3,8 metra wysokości i był wystawiony w siedzibie domu aukcyjnego Sotheby's w Nowym

Jorku. Głowa dinozaura okazała się jednak zbyt ciężka i zamiast niej na szkielecie umieszczono replikę.

Szkielet został sprzedany za kwotę znacznie wyższą, niż szacowano podczas przedsprzedaży, wyceniając go na 20-30 mln dol. Kwota, za którą sprzedany został Gus, pobiła dotychczasowy rekord za skamieniałość dinozaura informuje w środę portal dziennika „The Guardian”. Poprzednim rekordzistą był stegozaur o imieniu Apex, sprzedany w 2024 r., również na aukcji Sotheby's, za 44,6 mln dol.

Portal zwraca uwagę, że w środowisku naukowców handel skamieniałościami dinozaurów wywołuje zaniepokojenie. Paleontolodzy obawiają się, że takie transakcje mogą zaszkodzić ich badaniom, umieszczając szkielety dinozaurów poza zasięgiem instytucji akademickich.

WŁOCHY

Opozycja chce przedterminowych wyborów

Anna Nagel

Koalicja rządząca premierki Włoch Giorgii Meloni przegrała we wtorek w Izbie Deputowanych tajne głosowanie nad zmianami w ordynacji wyborczej – poinformowała agencja Ansa.

Obóz rządzący przegrał głosowanie stosunkiem 187 do 188.

Premierka Meloni przed głosowaniem krytykowała decyzję o jego utajnieniu. Jak poinformował port-

tal Euronews, wstępne szacunki wskazują na to, że około 30 posłów większości albo nie zastosowało się do partyjnej rekomendacji głosowania „za”, albo w ogóle nie wzięło udziału w głosowaniu.

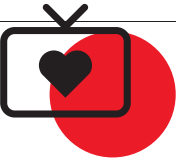
Opozycja zarzuca rządzącej koalicji, że dąży do zmiany systemu wyborczego w obawie przed porażką w przyszłorocznych wyborach parlamentarnych.

Głosowanie nad reformą wywołało sprzeciw opozycji, która zaapelowała o przeprowadzenie wcześniejszych wyborów.

– Po czterech latach rząd chce zmienić zasady gry. Bracia Włosi i Giorgia Meloni przypuścili zdradziecki atak na Włochów, przedstawiając fałszywą poprawkę dotyczącą preferencji – ocenił były premier i lider Ruchu Pięciu Gwiazd Giuseppe Conte, cytowany przez Anse.

Projekt zmian został zgłoszony przez Braci Włochów (FdI) wspólnie z ugrupowaniami Noi Moderati i Unii Centrum (UDC). Według jego autorów reforma miała zwiększyć stabilność rządów – podała hiszpańska agencja EFE.

PROGRAMOWO



G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Kajtek martwi się o Fionę, która nie pojawiła się w szkole. Jedzie do niej z Moniką. Cieślikowa nie pozwala dziewczynie jechać do matki... Tymczasem Franek Berg hakuje konto Kowalskiej. Potwierdza podejrzenia Moniki – to matka Fiony hejtowała Cieślików i... własną córkę! Krystyna idzie na randkę z Januszem, swoim przyjacielem z internetu – wielbicieleм jazzu. Ula ma dla Agierowej prezent – apaszkę w nuty. To właśnie po niej mężczyzna ma rozpoznać kobietę. Kiedy Krystyna czeka w barze, niespodziewanie zjawia się tam... Juliusz! Greg zaprasza Weronikę i Lwa na kolację, ale Roztocka jest mocno uprzedzona do kolegi Nalepy. Uważa, że pierwsze wrażenie mówi wiele o człowieku. Lew prosi o drugą szansę dla Grega.

G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Burak zabiera próbki włosów dziewczynki i Munevver, żeby zlecić badanie DNA. Munevver podejrzewa, że Mine może być córką jej zaginionej od lat córki Pakize, choć wciąż nie ufa dziewczynce i obawia się oszustwa. Yasemin, siostra Mine, pracuje w szpitalu jako pielęgniarka i ukrywa przed wszystkimi związek z dziewczynką, choć martwi się o siostrę. Tymczasem Mine próbuje odnaleźć się w nowym miejscu. Dziewczynka zbliża się do pracującej w rezydencji Suzan, ale wpada w konflikty z surową Munevver, która nie toleruje łamania zasad w domu. Halil i Ayfer kupują Mine nowe ubrania i zabawki, a w okolicy zaczynają pojawiać się plotki o tajemniczej dziewczynce mieszkającej w willi.



G. 22:30

Parkingowy

Polsat

Antonio Flores (Eugenio Derbez) jest skromnym parkin-gowym. Mieszka z matką, jest po rozwodzie i dzieli opiekę nad swoim nastoletnim synem ze swoją byłą żoną. Tymczasem aktorka Olivia Allan (Samara Weaving) ma romans z żonatym miliarderem Vincentem Royce'm (Max Greenfield). Pewnej nocy, gdy Olivia jest z Vincentem, Antonio ulega wypadkowi w pobliżu, a cała trójka zostaje sfotografowana razem, co wywołuje plotki o romansie Olivii i Vincenta. Obawiając się, że straci firmę, jeśli jego żona Kathryn (Betsy Brandt) rozwiedzie się z nim, Vincent wymyśla, aby Olivia i Antonio udawali, że coś ich łączy. Olivia zgadza się na propozycję, ponieważ chce uniknąć złej prasy przed premierą swojego nowego filmu, w którym występuje jako słynna Amelia Earhart. Wszyscy, z wyjątkiem Kathryn i Vincenta, zaczynają wierzyć, że Antonio i Olivia są parą...



G. 20:00

LARGO WINCH

TV Puls



Tytułowy Largo Winch to buntownik i awanturnik, samotny wojownik, który stawia czoło wrogom, czyhającym na jego życie i fortunę odziedziczoną po zmarłym w dramatycznych okolicznościach ojczymie. Film zaczyna się właśnie od sceny morderstwa miliardera Nerio Wincha. Wszyscy jego wspólnicy byli pewni, że nie miał żadnej rodziny. Tymczasem on w kwietniu 1981 roku adoptował z jugosłowiańskiego sierocińca chłopaka i przez lata trzymał go z dala od świata biznesu i pieniędzy. Jako młodzieniec Largo wiódł awanturnicze życie i podróżował po świecie, nierzadko popadając w kłopoty. Kiedy jego ojczym zostaje zamordowany, on przebywa w Brazylii. Jest świadkiem ataku opryszków na młodą kobietę. Niestety przypadkowa znajomość kończy się zdradą kobiety, która wrabia go w przestępstwo i odsiadkę. W więzieniu natyka się na ochroniarza swego ojca, Freddy'ego. Wściekły Largo wkrótce podejmuje próbę przejęcia od korporacji majątku. Będzie musiał walczyć nie tylko o pieniądze, ale przede wszystkim o życie.



G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Engin znajduje bransoletkę, której szuka również Beyza. Ten niewielki drobiazg może bowiem naprowadzić zarówno brata Yasemin, jak i policję i prokuratora na trop i wykazać, że śmierć lekarki miała niewiele wspólnego z wypadkiem... Z kolei Sinem zdobędzie się na odwagę i wyzna Hancer, co jej w serce gra. Opowie o swojej miłości wszystko... Niestety – Cihan nie akceptuje planów Sinem. Nie mieści mu się w głowie, że w ogóle czegoś takiego by pragnęła! Syn Mukadder ma również na pieńku ze swoją byłą żoną, czyli Hancer. Ona chce pracować i nie widzi nic złego w tym, że uczciwie zarabia na chleb sprząając domy obcym ludziom, choć ów fakt to woda na młyn dla okolicznych plotkar. On z kolei uważa, że w ten sposób hańbi siebie, jego i wszystkich bliskich. Żadne z nich nie chce ustąpić i pragnie postawić na swoim.

KRZYŻÓWKA NR 108

Poziomo:

- 1) część instalacji elektrycznej,
5) konik z rosyjskiej baśni,
9) jednostka indukcyjności w układzie SI,
10) „rekwizyt” zdradzonego męża,
12) najlepszy z pierwszego tłoczenia,
14) Brandenburska lub Floriańska,
15) saperka w ekwipunku żołnierza,
17) Indyjski lub Atlantycki,
18) mebel na garderobę,
21) masywna listwa stalowa,
23) Barack, 44. prezydent Stanów Zjednoczonych,
28) wokalistka zespołu O.N.A.,
29) drobny deseń na tkaninie,
32) Karen, autorka „Pożegnania z Afryką”,
36) dobra opinia o firmie, rozgłos,
37) bohater „Placówki” Bolesława Prusa,
38) dzielnica Warszawy,
39) jednolite tło drukarskie,
40) chłodzi mocniej niż lodówka.

Pionowo:

- 1) autobus do przewożenia uczniów,
2) epos Homera o wojnie trojańskiej,
3) przejście na stronę nieprzyjaciela,
4) stan w USA z Columbus,
5) ostrze włóczy lub strzały,
6) pozostałość po rzęsimym deszczu,
7) wydzielony obszar, zona,
8) miejsce pracy Hefajstosa,

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

Twoja gazeta
w prenumeracie
z Tele
Magazynem

© 52 511 94 64

AUTOPROMOCJA

0110990296

- 11) kartka wrzucana do urny,
13) czas wolny od zajęć,
16) ostatni przystanek tramwaju,
19) słoneczny lub kwarcowy,
20) niewinny romans, miłośćka,
22) rzeka w środkowej części Podola,
24) leczą przystawiane do pleców,
25) Janusz Korwin ..., były europoseł,
26) odprawiana przy ołtarzu,
27) zawarcie związku małżeńskiego,
29) główna część budowli,
30) arcykapłan żydowski, biblijny śledczy,
31) sznurowany but z cholewką,
33) powieść Vladimira Nabokova,
34) ... Zaniewska, autorka scenografii,
35) liczba wydanych egzemplarzy książki.

ROZWIĄZANIE NR 107

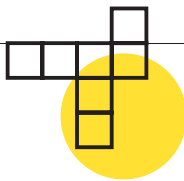
S	K	O	K	I	B	D	R	A	J	W	B	S
O	A	N	D	R	O	N	Y	K	I	B	I	S
D	R	O	B	Z	S	L	I	R	Y	K	C	E
B	A	L	I	A	N	C	I	O	T	Z	F	
D	A	N	T	E	I	Ż	U	B	R	G	O	N
C	K	O	M	A	S	A	A	A	W	R		
S	Z	U	B	A	E	N	T	N	A	N	D	U
O	L	R	A	C	J	A	S	T	A	N	U	I
K	L	U	C	Z						B	O	K
O	D									I		E
L	K	A	N	I	E					K	S	I
S	I									O	N	H
K	I	R	G	I	Z					G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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

Andrzej, reżyser filmu „Eroica”	rozrusznik w aucie	rudel zagadka, tajemnica	pierwiastek jak planeta	ostry zakręt górskiej drogi	komplet rymowana zagadka	rodzaj zboża, czumiza	często-chowski udręka, męka	wczesna marchew
mankament zbiorcza na dachu				teoretyk sztuki				
			pleciony z wikliny			Rzym dla Włocha		
Stąnek, piosenkarka			... Boznańska, malarka	trujący metal kuzyn wrony			frontowy wykop	drewniany but
olsztyńska fabryka opon	roślina łąkowa	pate-tyczny utwór poetyczny	Schindler lub Lange			polski kabaret		
ubóstwo, niedostatek				kulszowa dolegliwość		Russell, aktor z USA		
			afrykańska antylopa		domek szlachcica			
łódź rozbitka			papuga z Nowej Zelandii			klejona lepikiem		

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

ROZWIĄZANIE: TERMINATOR.



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Emocje poprowadzą Cię we właściwym kierunku. Horoskop dzienny mówi, że wieczór przyniesie spokój.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność otworzy przed Tobą nowe drzwi. Horoskop na dziś radzi zaufać zbiegom okoliczności.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie rezultaty. Horoskop dzienny na czwartek to wskazówka, by znaleźć czas na odpoczynek.

Byk (20.04 - 20.05)
Dobry dzień na nowe wyzwania. Horoskop dzienny wróży, że entuzjazm pomoże Ci pokonać przeszkody.

Bliznięta (21.05 - 21.06)
Intuicja będzie Twoim atutem. Horoskop na dziś sugeruje zaufać sobie i unikać pochopnych decyzji.

Rak (22.06 - 22.07)
Czeka Cię harmonia w relacjach. Horoskop dzienny na czwartek radzi nie bać się mówić, co myślisz.

Lew (23.07 - 22.08)
Dobra organizacja pozwoli uniknąć stresu. Horoskop dzienny mówi, że wieczór sprzyja relaksowi.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja charyzma przyciągnie ludzi. Horoskop na dziś radzi wykorzystać okazję do realizacji ważnych planów.

Waga (23.09 - 22.10)
Domowe sprawy nabiorą tempa. Horoskop dzienny na czwartek to wskazówka, by znaleźć chwilę dla siebie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Czeka Cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny radzi zachować otwartość na pomysły innych.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokój i cierpliwość przyniosą efekty. Horoskop na dziś mówi, że ktoś doceni Twoje zaangażowanie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Działaj odważnie, lecz słuchaj innych. Horoskop dzienny na czwartek wróży, że wieczór sprzyja rozmowom.

Po stronie Seniora

FINANSE

Ulga dla seniorów 2026. Te kobiety 60 plus i ci mężczyźni 65 plus nie muszą płacić podatku dochodowego. Wiele mogą na tym zyskać!

Nie każdy po osiągnięciu powszechnego wieku emerytalnego decyduje się zakończyć pracę. Wielu seniorów nadal jest aktywnych zawodowo. Dla takich osób przewidziano ulgę PIT-0. Oto zasady ulgi dla seniorów.

Małgorzata Stempinska

PIT-0 dla seniorów to ulga, która obowiązuje od 2022 roku. To zwolnienie z podatku dochodowego dla osób, które osiągnęły powszechny wiek emerytalny (60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn), ale nie pobierają emerytury i nadal pracują.

Ulgę obejmuje następujące przychody:

- ze stosunku służbowego,
- stosunku pracy,
- pracy nakładczej,
- spółdzielczego stosunku pracy,
- umów zlecenia, o których mowa w art. 13 pkt 8 ustawy PIT,
- zasiłku macierzyńskiego,
- pozarolniczej działalności gospodarczej opodatkowanej skalą podatkową, 19 proc. podatkiem liniowym albo 5 proc. stawką podatku (tzw. Ulga IP Box) lub ryczałtem od przychodów ewidencjonowanych, pod warunkiem, że podatnik podlega ubezpieczeniom społecznym w rozumieniu ustawy o systemie ubezpieczeń.

Kto może skorzystać z ulgi dla seniorów

Zulgi PIT-0 mogą skorzystać osoby, które nie uzyskują:

- emerytury lub renty rodzinnej z KRUS,
- emerytury lub renty rodzinnej z mundurowych systemów ubezpieczeń,
- emerytury lub renty rodzinnej z ZUS,
- świadczeń pieniężnych w związku ze zwolnieniem ze służby stałej funkcjonariusza służby mundurowej oraz żołnierzy,
- uposażenia przysługującego sędziemu w stanie spoczynku lub uposażenia rodzinnego,
- świadczenia pieniężnego przysługującego członkom rodziny funkcjonariuszy lub żołnierzy zawodowych, których śmierć nastąpiła w związku ze służbą albo podjęciem poza służbą czynności ratowania życia lub zdrowia ludzkiego albo mienia.

- Zulgi mogą skorzystać zarówno osoby, które nie złożyły jeszcze wniosku o emeryturę, jak i te, które taki wniosek złożyły i mają już przyznane świadczenie, ale go jeszcze nie pobierają. Podstawowym warunkiem jest niepobieranie emerytury lub renty rodzinnej. Seniorzy, którzy otrzymują emeryturę i jednocześnie dorabiają do swojego świadczenia, nie mogą korzystać z tej preferencji - zaznacza Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Jakich przychodów ulga PIT-0 nie obejmuje

Ulgę nie obejmuje m.in. przychodów:

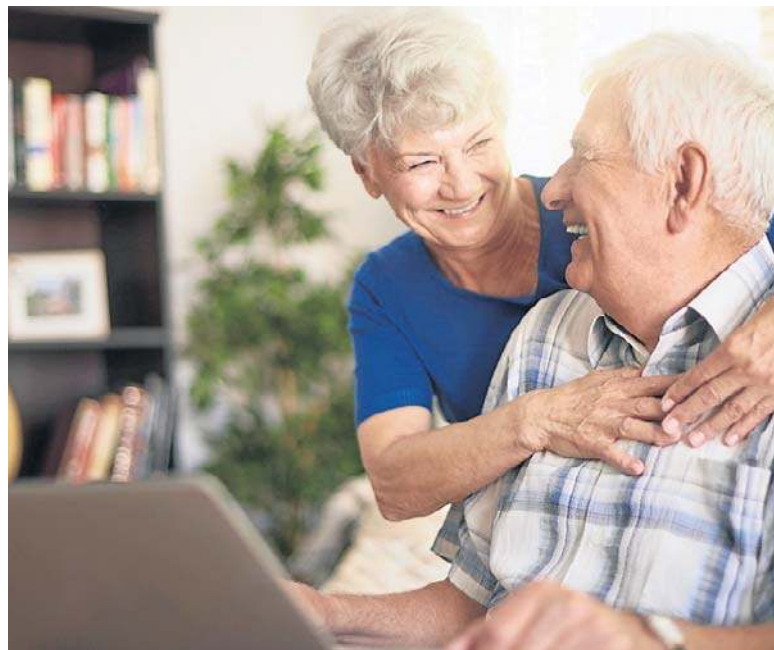
- z zasiłków pieniężnych z ubezpieczenia społecznego, z wyjątkiem zasiłku macierzyńskiego (nie obejmuje np. zasiłków chorobowych),
- z umów o dzieło,
- z praw autorskich (z wyjątkiem tych uzyskanych w ramach umowy o pracę),
- podlegających opodatkowaniu zryczałtowanym podatkiem dochodowym na podstawie ustawy PIT,
- zwolnionych od podatku dochodowego,
- od których zaniechano poboru podatku w drodze rozporządzenia.

Podatnicy, którzy zarabiają w formie kontraktu managerskiego lub czerpią dochody z najmu, również nie skorzystają z tej preferencji.

Jakie korzyści daje ulga dla seniora

Ulgę PIT-0 to realna korzyść dla pracujących seniorów.

- Zwolniona z podatku dochodowego jest kwota przychodu, która nie przekracza 85 528 zł w roku. Jeśli senior przekroczy limit ulgi, do dochodów podlegających skali podatkowej zastosowana zostanie kwota wolna w wysokości 30 000 zł - wyjaśnia Bartosz Stróżyński, rzecznik prasowy Izby Administracji Skarbowej w Bydgoszczy.



By skorzystać z preferencji podatkowej, seniorzy, którzy pracują na umowę o pracę, umowę zlecenia muszą złożyć odpowiednie oświadczenie do swojego pracodawcy lub zleceniodawcy

W efekcie łączne przychody do 115 528 zł mogą być nieopodatkowane. W praktyce oznacza to wyższe wynagrodzenie „na rękę”. Przy minimalnych zarobkach, które od 1 stycznia 2026 roku wynoszą 4806 zł brutto, oszczędność sięga około 168 zł miesięcznie, a przy pensji 5000 zł około 300 zł. Im wyższe wynagrodzenie, tym większa korzyść.

To jednak nie wszystko. Kontynuowanie pracy to także dalsze odprowadzanie składek emerytalnych, co może przełożyć się na wyższe świadczenie w przyszłości nawet o 10-12 proc. za każdy rok przełożenia momentu przejścia na emeryturę.

Czy odpawę emerytalną można objąć ulgą

Częstym dylematem, przed którym stają pracujący seniorzy jest to, czy np. otrzymaną odpawę emerytalną mogą objąć ulgą dla pracującego seniora i nie odprowadzać z tego tytułu podatku dochodowego. W takich przypadkach dla fiskusa nie jest istotny tytuł otrzymanego przy-

chodu. Liczy się moment otrzymania środków. Takie stanowisko wielokrotnie było podkreślane w interpretacjach wydawanych przez Dyrektora KIS (np. interpretacja indywidualna Dyrektora Krajowej Informacji Skarbowej z 28.12.2023 r., 0115-KDIT2.4011.479.2023.2.ŁS; interpretacja indywidualna Dyrektora Krajowej Informacji Skarbowej z 27 lutego 2025 r., 0115-KDIT2.4011.626.2024.2.ŁS). Fiskus konsekwentnie stoi na stanowisku, że zwolnione z opodatkowania są przychody, które zostały wypłacone przed dniem wypłaty pierwszej emerytury.

- Zatem kluczowy jest dzień otrzymania pierwszego świadczenia z ZUS. Przyszli emeryci, którzy planują przejść na emeryturę, a jednocześnie chcą skorzystać ze zwolnienia z opodatkowania np. środków otrzymanych w ramach odpawy emerytalnej, muszą dopilnować aby środki te zostały im przekazane przed dniem otrzymania pierwszej emerytury - podpowiada Monika Piątkowska z e-pity.pl.

Jak załatwić formalności

By skorzystać z preferencji podatkowej, seniorzy, którzy pracują na umowę o pracę, umowę zlecenia muszą złożyć odpowiednie oświadczenie do swojego pracodawcy lub zleceniodawcy. Muszą w nim napisać, że spełniają warunki do jej zastosowania, tj. mimo nabycia prawa do emerytury lub renty rodzinnej nie pobierają tych świadczeń. Składając oświadczenie, pod groźbą odpowiedzialności karnej zobowiązują się także do poinformowania pracodawcy o każdej zmianie, która ma wpływ na prawo do ulgi lub sposób obliczania podatku dochodowego.

Co ważne, jeśli zaczną pobierać emeryturę czy rentę rodzinną, to mają obowiązek poinformować o tym swojego pracodawcę lub zleceniodawcę. Po otrzymaniu takiej informacji przestanie on stosować ulgę najpóźniej od następnego miesiąca.

Ulgę PIT-0 dla seniorów przysługuje od momentu spełnienia wszystkich warunków uprawniających do jej zastosowania, a nie za cały rok podatkowy „z góry”. Oznacza to, że zwolnienie z podatku dochodowego obejmuje wyłącznie dochody uzyskane od dnia, w którym podatnik osiągnął powszechny wiek emerytalny oraz jednocześnie spełnia pozostałe wymagania (m.in. nie pobiera emerytury ani renty rodzinnej).

Zulgi PIT-0 można korzystać już w trakcie roku nie trzeba czekać na rozliczenie roczne. Po spełnieniu warunków pracodawca może przestać pobierać zaliczki na podatek dochodowy. Należy jednak pamiętać, że nadal trzeba opłacać składki ZUS oraz 9 proc. składkę zdrowotną, której nie można odliczyć od podatku.

Zulgi PIT-0 nie trzeba korzystać przez cały rok. Można ją stosować tylko przez wybrane miesiące, na przykład do momentu przejścia na emeryturę. Wraz z rozpoczęciem pobierania świadczenia prawo do ulgi wygasa.

©

ŚWIADCZENIA

Emerytura minimalna z ZUS. Kto ma do niej prawo, ile wynosi i czy trzeba składać wniosek

By otrzymać emeryturę minimalną, trzeba spełnić określone warunki, przede wszystkim dotyczące wieku emerytalnego i stażu pracy. Wyjaśniamy komu się należy najniższe gwarantowane świadczenie.

Małgorzata Stempinska

Od 1 marca 2026 roku, po tegorocznej waloryzacji, emerytura minimalna w Polsce wynosi 1978,49 zł brutto.

Wysokość przyszłej emerytury zależy przede wszystkim od długości aktywności zawodowej oraz odprowadzanych składek. Im dłużej pracujemy i im więcej składek trafia na nasze konto w ZUS, tym wyższa będzie przyszła emerytura. Warto jednak wiedzieć, że w Polsce obowiązuje również minimalna emerytura gwarantowana przez państwo.

Komu się należy emerytura minimalna

Jeśli ZUS wyliczy emeryturę i okaże się, że jest ona niższa niż obowiązująca minimalna kwota, wtedy ZUS z urzędu podnosi świadczenie do poziomu emerytury minimalnej. Od 1 marca 2026 roku, po tegorocznej waloryzacji, wynosi ona 1978,49 zł brutto. - Podwyższenie emerytury do minimalnej następuje tylko wtedy, gdy osoba spełnia określone warunki, przede wszystkim dotyczące wieku emerytalnego i stażu pracy. Jeśli te warunki są spełnione, emerytura nie może być niższa niż minimalna kwota obowiązująca w danym roku - zaznacza Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

By otrzymać emeryturę minimalną, trzeba mieć osiągnąć powszechny wiek emerytalny. W Polsce wynosi on 60 lat dla kobiet i 65



Jeśli ZUS wyliczy emeryturę i okaże się, że jest ona niższa niż obowiązująca minimalna kwota, wtedy ZUS z urzędu podnosi świadczenie do poziomu emerytury minimalnej. Od 1 marca 2026 roku, po tegorocznej waloryzacji, wynosi ona 1978,49 zł brutto

lat dla mężczyzn. Jednak sam wiek nie wystarczy. Aby emerytura mogła zostać podwyższona do minimalnej, trzeba mieć także odpowiedni staż pracy.

Wynosi on:

- co najmniej 20 lat okresów składkowych (np. praca na etacie) i nieskładkowych (np. studia, pobieranie zasiłku chorobowego) w przypadku kobiet,
- co najmniej 25 lat okresów składkowych i nieskładkowych w przypadku mężczyzn.

Uwaga! Okres nieskładkowy może stanowić 1/3 okresu składkowego. Jeśli ktoś spełnia te warunki, a wyliczona emerytura jest niższa od minimalnej, Zakład Ubezpieczeń Społecznych podwyższy ją do tej kwoty.

Co się wlicza do stażu pracy

Do stażu pracy wlicza się przede wszystkim okresy, w których były opłacane składki na ubezpieczenia społeczne. Najczęściej jest to czas

pracy na umowie o pracę, prowadzenia działalności gospodarczej czy wykonywania pracy na podstawie niektórych umów cywilnoprawnych, jeśli były od nich odprowadzane składki. Do stażu mogą być zaliczane również tak zwane okresy nieskładkowe, na przykład czas pobierania zasiłku chorobowego czy urlopu wychowawczego. Te okresy również są brane pod uwagę przy ustalaniu prawa do emerytury minimalnej. Warto pamiętać, że umowa o dzieło nie wlicza się do stażu, ponieważ

od niej nie odprowadza się składek emerytalno-rentowych.

Może się zdarzyć, że ktoś osiągnie wiek emerytalny, ale nie ma wymaganego stażu pracy. Co w tej sytuacji?

- Taka osoba nadal może przejść na emeryturę, ponieważ osiągnięcie wieku emerytalnego daje prawo do złożenia wniosku o świadczenie. Jeśli jednak nie ma wymaganego stażu pracy, emerytura nie zostanie podwyższona do minimalnej. W takiej sytuacji jej wysokość zależy od składek zgromadzonych na koncie w ZUS oraz od średniego dalszego trwania życia. Jeśli ktoś pracował krótko albo składki były odprowadzane tylko przez niewielki czas, wyliczona emerytura może być niższa niż emerytura minimalna - wyjaśnia Krystyna Michałek.

Czy trzeba składać dodatkowy wniosek, aby emerytura została podwyższona do minimalnej?

Nie trzeba składać odrębnego wniosku o podwyższenie emerytury do kwoty minimalnej.

Przy rozpatrywaniu wniosku o emeryturę powszechną ZUS z urzędu sprawdza, czy osoba spełnia warunki do otrzymania emerytury minimalnej, w tym wymagany staż ubezpieczeniowy. Jeżeli warunki są spełnione, a wyliczona emerytura jest niższa od kwoty minimalnej, Zakład Ubezpieczeń Społecznych podwyższa ją do wysokości emerytury minimalnej - bez konieczności składania dodatkowego wniosku.

©

PO WALORYZACJI 2026

Tyle wynoszą od marca 2026 roku najniższe emerytury, renty i dodatki do nich

Małgorzata Stempinska

W tym roku emerytury i renty wzrosły o 5,3 proc. Zostały podwyższone z urzędu, bez konieczności składania jakichkolwiek wniosków.

Zwaloryzowane świadczenia są wypłacane w stałych terminach, czyli 1., 6., 10., 15., 20. i 25. dnia miesiąca. Jeśli termin wypłaty przypada w sobotę, niedzielę lub inny dzień ustawowo

wolny od pracy, pieniądze trafiają do świadczeniobiorców wcześniej, najpóźniej w ostatnim dniu roboczym poprzedzającym ten termin.

Po podwyżce najniższe gwarantowane emerytury i renty wynoszą:

- emerytura, renta rodzinna oraz renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy - 1978,49 zł brutto,
- renta socjalna - 1978,49 zł brutto,
- renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy i renta szkoleniowa - 1483,87 zł brutto,

- renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową i renta rodzinna wypadkowa - 2374,19 zł,
- renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową - 1780,64 zł.

Wraz z waloryzacją świadczeń podstawowych wzrosły również dodatki i inne świadczenia pieniężne. Świadczenie przedemerytalne od 1 marca 2026 roku wynosi 1993,76 zł brutto.

Pozostałe dodatki do emerytur i rent wynoszą:

- dodatek pielęgnacyjny - 366,68 zł,
- dodatek za tajne nauczanie - 366,68 zł,
- dodatek kombatancki - 366,68 zł,
- dodatek dla sieroty zupełnej - 689,17 zł,
- dodatek kompensacyjny - 55,00 zł,
- dodatek pielęgnacyjny dla inwalidy wojennego uznanego za całkowicie niezdolnego do pracy oraz niezdolnego do samodzielnej egzystencji - 550,02 zł,
- dodatek do renty inwalidy wojennego - 1403,90 zł,
- świadczenie pieniężne dla osób deportowanych oraz byłych żoł-

nierzy górników przyznane przed 1 października 2019 roku - od 18,39 zł do 348,40 zł,

- ryczałt energetyczny - 336,16 zł,
- świadczenie pieniężne dla osób deportowanych oraz byłych żołnierzy górników ustalone w maksymalnej wysokości - 366,68 zł.

Każdy emeryt i rencista otrzymał z ZUS decyzję o nowej wysokości świadczenia. Dokument zawiera kwotę emerytury lub renty brutto na ostatni dzień lutego, zastosowany wskaźnik waloryzacji i wysokość świadczenia po waloryzacji. W przypadku osób pobierających dodatek pielęgnacyjny decyzja zawiera informację o jego nowej wysokości. ©

WALKA O SPRAWIEDLIWOŚĆ

Odszkodowanie za złamaną nogę w tramwaju

Małgorzata Oberlan

Starsza pani złamała nogę podczas jazdy tramwajem. Sąd orzekł, że motorniczey jest niewinny, ale przynał jej odszkodowanie.

- Fakt, że prokuratura nie dopatruje się w sensie karnym odpowiedzialności motorniczego za krzywdę pasażera w tramwaju nie zamyka drogi do walki o odszkodowanie i zadośćuczynienie na drodze cywilnej. Ubezpieczyciele spółek czy zakładów przewozowych bowiem odpowiadają na zasadzie ryzyka, a nie winy. I takie sprawy udaje się wygrać - podkreśla adwokat Mariusz Lewandowski.

Ten toruński prawnik właśnie wywalczył godną zapłatę za złamaną nogę w tramwaju dla seniorki z Łodzi. On też reprezentuje 83-letnią panią Irenę z Torunia, która we wrześniu ubr. wpadła



Seniorka z Łodzi dostała odszkodowanie za wypadek w tramwaju. Czy tak samo będzie w Toruniu?

pod tramwaj na przystanku Przy Kaszowniku w Toruniu. Seniorka w tramwaju w Łodzi. Upadła, bo jechał gwałtownie

- W Łodzi starsza pani, moja klientka, przewróciła się w tramwaju skutek jego zbyt gwałtownej jazdy. Złamała nogę. W sensie karnym winy motorniczego tutaj się nie dopatrzono. Nie ozna-

czało to jednak, że pokrzywdzonej seniorkie nie należała się zapłata za krzywdę - mówi adwokat Mariusz Lewandowski.

Ubezpieczyciel łódzkiego przewoźnika uznał co prawda szkodę, ale wypłacił kobiecie tylko 17 600 zł. Pokrzywdzona i jej prawnik wkroczyli więc na drogę cywilnego postępowania sądowego i wy-

walczyli więcej. -Sąd Rejonowy dla Łodzi Śródmieście zdecydował, że ubezpieczyciel - Unia Towarzystwo Ubezpieczeń - zapłacić ma seniorkie tytułem odszkodowania i zadośćuczynienia łącznie 37 600 zł, wraz z odsetkami liczonymi od 2022 roku, kiedy to doszło do zdarzenia w tramwaju - mówi prawnik.

Wyrok jest jeszcze nieprawomocny. Ubezpieczyciel wniósł apelację i niedługo ma być ona przez sąd odwoławczy rozpatrzy na posiedzeniu niejawnym. Toruński adwokat jest przekonany, że wyrok się utrzyma.

Winy motorniczego w sensie karnym nie dopatrzono się też w głośnej sprawie w Toruniu, którą gazeta opisuje od samego początku.

Chodzi o wypadek 83-letniej pani Ireny, która we wrześniu ubiegłego roku wpadła pod tramwaj przy wsiadaniu z wozu na przystanku Przy Kaszowniku.

Motorniczy seniorki nie zauważył i ruszył! Wypadek skończyć mógł się tragicznie, ale szczęśliwie jeden z pasażerów użył hamulca ręcznego. Mimo wszystko 83-latką odniosła obrażenia.

Policja toruńska dopiero pół roku po tym zdarzeniu opublikowała komunikat z apelem, by zgłaszali się świadkowie tego zdarzenia. Jak nietrudno się domyślić, po takim czasie przełom nie nastąpił. W prowadzonym przez prokuraturę śledztwie nie przyniósł go też niedawno wykonany eksperyment procesowy na przystanku czy wyczekiwana opinia biegłego.

Niedawno prokuratura sprawę umorzyła. Nie znalazła podstaw do tego, by stawiać jakiegokolwiek zarzuty motorniczemu. W sensie karnym jego odpowiedzialności w tym zdarzeniu nie uznała. - Opinia biegłego natomiast była niejed-

noznaczna. Nie pozwoliła na kategoriyczne przypisanie winy motorniczemu, bo nie dawała jasnej odpowiedzi na kluczowe pytanie: mógł, czy nie mógł zauważyć w momencie ruszania pasażerki? - objaśnia adwokat Mariusz Lewandowski. - Oczywiście, wraz z moją klientką decyzję o umorzeniu śledztwa zaskarżymy. Naszym zdaniem bowiem motorniczy nie tylko mógł, ale powinien był ją zauważyć.

Niezależnie od tego, jak prawomocnie skończy się postępowanie karne w tej sprawie i w tym przypadku adwokat będzie walczył o odszkodowanie na drodze cywilnej. Jeśli ubezpieczyciel MKK w Toruniu - wzywany do tego - nie przyzna pani Irenie godnej sumy, sprawa skończy się w sądzie cywilnym. Według prawnika, ma takie same szanse na powodzenie, jak historia seniorki z Łodzi. ©©

DROBNE

Usługi

MONTAŻOWE

ROLETY ATRAKCYJNE CENY.

Producent „GARDA” tel. 504166613

Turystyka

KRAJ - MORZE

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

REKLAMA 0011546863

Zieleń Miejska

Zakład Pogrzebowy

UL. CZARTORYSKIEGO 13

24h / 7 - 52 324 99 99

WŁASNE KREMATORIUM

0011554978

Koleżance

Barbarze Listewnik

wyrazy szczerzego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają

Dyrektor i pracownicy

Archiwum Państwowego w Bydgoszczy

AUTOPROMOCJA 0011549444

Zleć nekrologi, ogłoszenia drobne, życzenia

Biuro ogłoszeń Expressu Bydgoskiego:

Bydgoszcz, czynne: pn.-pt. 8-16, ul. Zamoyskiego 2

tel. 519 503 513, e-mail: magdalena.welka@polskapress.pl

0011555520

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

śp

prof. dra hab.

Janusza

Ostoja-Zagórskiego

rektora

Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

w latach 2012-2016,

cenionego naukowca i szanowanego wykładowcę.

Cześć Jego pamięci!

Wyrazy żalu i współczucia

Rodzinie i Bliskim

składają

Założyciel, Rektor i Senat

Bydgoskiej Szkoły Wyższej w Bydgoszczy

wraz z całą społecznością akademicką

0011554829

Katarzynie i Michałowi Skoniecznym

oraz

Najbliższej Rodzinie

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy, Teściowej i Babci

składają

Pracownicy Hurtowni Monika

PIŁKA NOŻNA

Perfekcyjna taktyka - Francja rozbita, Hiszpania triumfuje

Bartosz Głęb, DK

Hiszpania pierwszym finalistą mundialu 2026. Mistrz Europy obrał perfekcyjną taktykę w meczu z Francją i całkowicie zdominował „Les Bleus”. „La Furia Roja” wygrała 2:0, a mogła nawet wyżej.

Hiszpania obrała perfekcyjną taktykę na mecz z Francją w półfinale MŚ 2026. Mistrzowie Europy postanowili od początku wziąć sprawy w swoje ręce, a w zasadzie nogi, i rozstrzygnąć losy rywalizacji na swoją korzyść. „La Furia Roja” zdominowała rywala, który zupełnie nie radził sobie w bieganiu za piłką.

Podopieczni Luisa de la Fuente swoją przewagę przypieczętowali w 22. minucie. Lamine Yamal został sfaulowany we francuskim polu karnym przez Lucasa Digne i salwadorski sędzia Iván Barton bez chwili wahania wskazał na „wapno”. Do piłki podszedł Mikel Oyarzabal i otworzył wynik rywalizacji w Arlington.

Oyarzabal został szóstym piłkarzem, który osiągnął granicę 30 goli w reprezentacji Hiszpanii. Potrzebował 60 meczów, aby osiągnąć ten cel. W ostatnich 20 meczach napastnik Realu Sociedad San Sebastian strzelił 18 goli.

- To niesamowite i sprawia mi ogromną radość. Wiedzieliśmy, że będzie ciężko. Francja ma przestrzeń i boisko przed sobą, potrafią stwarzać groźne sytuacje. Wiedzieliśmy, że będziemy mieli piłkę i że przy odrobinie cierpliwości możemy sprawić problemy przeciwnikom. Robimy swoje. Musimy cieszyć się tą chwilą. To dla nas spełnienie marzeń. Teraz chcemy jak najwięcej odpocząć przed decydującym meczem. Zostało tylko jedno - skomentował Oyarzabal.



W 58. minucie, po ładnej wymianie podań z Danim Olmo, bramkę na 2:0 zdobył boczny obrońca Pedro Porro

Bardzo mało zagrożeń

W pierwszej połowie tylko raz „Les Bleus” pokusili się o popisowe prostopadłe podanie na wychodzącego Kyliana Mbappe. Gwiazdora reprezentacji Francji wyprzedził jednak hiszpański bramkarz, przerywając akcję.

Po zmianie stron mistrz Europy zadał drugi cios. W 58. minucie fenomenalną akcją Pedro Porro z Danim Olmą sfinalizował ten pierwszy i było już 2:0 dla „La Furia Roja”. Bezradni Francuzi powoli zaczynali zdawać sobie sprawę, że trzeci finał mundialu z rzędu w ich wykonaniu może nie dojść do skutku.

Wynik do końca nie uległ zmianie i Hiszpania mogła cieszyć się z awansu do finału.

- Głównym powodem porażki jest to, że byliśmy nieco poniżej naszych możliwości i mniej groźni w ataku, niż moglibyśmy być. Popełniliśmy błędy techniczne i podania, które mogły prowadzić do sytuacji i okazji. Mu-

simy to zaakceptować, nawet jeśli jest to bolesne - to bardzo wysoki poziom futbolu - ocenił selekcjoner Francuzów Didier Deschamps.

Sędziowie i Var do poprawki

Trener „Les Bleus” był niezadowolony z pracy sędziego głównego. Z kolei hiszpański selekcjoner zapewnił, że kiedy drużyna przegrywa, wszyscy zaczynają szukać wymówek dla tego negatywnego wyniku.

- Kiedy przegrywasz, wszyscy szukamy wymówek. Mieliśmy złe momenty z sędziowaniem. Przypomniało nam to mecz z Urugwajem. Było kilka sytuacji, w których czuliśmy się ofiarami. Łagodność sędziego... Proszę tylko, żebyśmy wszyscy byli lepsi: sędziowanie, VAR - powiedział de la Fuente.

1/2 finału: Francja - Hiszpania 0:2 (Mikel Oyarzabal 22 karny, Pedro Porro 58); **Anglia - Argentyna** zakończył się po zamknięciu wydania.

PIŁKA NOŻNA

Wraca nasza najukochańsza polska piłka! Na początek mecz o Superpuchar Polski

Bartosz Głęb

Już dzisiejszego wieczora w Poznaniu zostanie rozegrany mecz o Superpuchar Polski, w którym zmierzy się mistrz kraju Lech ze zdobywcą Pucharu Polski i wicemistrzem Polski, Górnikiem Zabrze. Dla obu zespołów będzie to pierwszy oficjalny mecz w tym sezonie i generalny sprawdzian przed walką o Ligę Mistrzów.



Lech Poznań o Superpuchar powalczy z Górnikiem Zabrze

Lech w przedsezonowym okresie przygotowawczym postawił na jakość, a nie ilość sparingów. Kolejorz rozegrał tylko trzy mecze towarzyskie, ze słowackim FK Železiarne Podbrezová, czeskim Bohemians 1905 Praga oraz trzecioligową Polonią Środa Wielkopolska. Dwa pierwsze pojedynki zostały wygrane przez drużynę mistrza Polski. Natomiast ostatni, z najsłabszym przeciwnikiem, zremisowany 0:0.

Do drużyny ze stolicy Wielkopolski w letnim oknie transferowym dołączyło trzech nowych zawodników: 25-letni środkowy obrońca Terry Yegbe z Ghany, 29-letni polski bramkarz Mateusz Lis, a także 25-letni prawoskrzydłowy Allahyar Sayyadmanesh z Iranu. Najważniejszym transferem był jednak wykup Luisa Palmę ze szkockiej ekipy Celtic Glasgow. Według medialnych doniesień poznański klub zapłacił za Honduranina około cztery miliony euro.

Co z kolei słychać w Górniku? Ten w okresie przygotowawczym rozegrał pięć sparingów. Wygrał z pierwszoligową Puszcą Niepołomice (3:0), czwartoligowym niemieckim Hallescher FC (2:1) i duńskim FC Nordsjælland (2:0), bezbramkowo zremisował z austriack-

kim WSG Tirol, a także przegrał 1:2 z innym austriackim zespołem - RB Salzburg.

Latem do drużyny wicemistrza Polski dołączyło aż dziewięciu nowych zawodników. Chyba najgłośniejszym transferem jest Kacper Urbański, który kompletnie zawiódł w Legii Warszawa. Z pewnością uwagę warto zwrócić na co najmniej jednego nowego gracza. To 23-letni prawoskrzydłowy Peter Federico, który do Polski trafił z hiszpańskiego Getafe CF, a piłkarskiego fachu uczył się w akademii Realu Madryt.

Oba zespoły w przyszłym tygodniu rozpoczną walkę o grę w Lidze Mistrzów. W drugiej rundzie eliminacji Lech zmierzy się z duńskim Aarhus GF, a Górnika czeka dwumecz z tureckim Fenerbahçe Stambuł.

Początek meczu o Superpuchar Polski o godzinie 19 na Enea Stadion. Transmisję w telewizji i stream w internecie będą dostępne za darmo. Pojedynek będzie można oglądać na kanale TVP Sport oraz na stronie sport.tvp.pl i w aplikacji TVP Sport. Rywalizację skomentują Maciej Iwański i Michał Zachodny, których można było usłyszeć przy okazji trwającego mundialu.

PIŁKA NOŻNA

Chicago Fire niegotowe na Roberta Lewandowskiego. Amerykanie wciąż nie rozumieją zasad soccera

Bartosz Głęb

Robert Lewandowski został oficjalnie zaprezentowany, jako nowy zawodnik Chicago Fire. To największy transfer w historii amerykańskiego klubu.

Robert Lewandowski przybył do Chicago i odbył trening z zespołem. Następnie udał się na specjalną

konferencję prasową, gdzie zapozował z koszulką Fire i zaczął odpowiadać na pytania w większości większości polskich dziennikarzy.

Wcześniej, gdy amerykański klub informował o podpisaniu kontraktu przez Polaka, ten pozował przy ceglanej ścianie, a następnie w mediach społecznościowych klubu opublikowano serię zdjęć z koszulką „Lewego” w kilku miejscach Chicago.

Z relacji polskich dziennikarzy będących na miejscu wynika, że w klubowym sklepie zabrakło koszulek z nazwiskiem „Lewandowski”. Ale nie dlatego, że zainteresowanie było tak ogromne. Bardziej z powodu nie przygotowania klubu na większą liczbę chętnych na zakup trykotów.

Wiele wskazuje na to, że Lewy” swój pierwszy mecz w barwach Fire rozegra w nocy z czwartku na piątek polskiego czasu.

- Pewnie znajdę się w składzie meczowym. Wszystko będzie jednak zależało od tego, jak będę się czuł. Potrzebuję czasu i treningów po to, żeby wejść do zespołu i krok po kroku odnaleźć odpowiedni moment - wyjaśnił „Lewy”.

Nowa drużyna Polaka zmierzy się u siebie z kanadyjskim zespołem Vancouver Whitecaps, w którym gra starty znajomy z Bayernu Monachium Thomas Mueller.



We wtorek Polak odbył pierwszy trening z nową drużyną

SPORT

• **Piłka nożna** Rozpoczęła się sprzedaż stacjonarna biletów na mecz Zawisza Bydgoszcz - Sokół Kleczew

KAJAKARSTWO

Z kiosku w supermarket - 25 lat rządów prezesa Waldemara Keistera w Zawiszy

Waldemar Keister postanowił zrezygnować z funkcji prezesa Stowarzyszenia Kajakowego Zawisza Bydgoszcz. Pod jego wodzą klub odnosił wiele sukcesów przez ćwierć wieku

Kazimierz Fiut

Gdy pod koniec lat 90-tych zaangażował się pan w działalność sekcji sportów wodnych Zawiszy spodziewał się takich przeobrażeń?

Bardzo pragnąłem odbudować kajakową świetność Zawiszy, który w ówczesnym okresie borykał się ze sporymi problemami. Nie było, przede wszystkim, odpowiedniej bazy - rozpadająca się przystań, nie zachęcała młodzieży do systematycznych treningów. Nie było też typowej sekcji kajakowej, lecz sekcja sportów wodnych, w której działali również wioślarze. Taka symbioza nie sprzyjała rozwojowi. Pieniądzy do podziału było niewiele, a każdy uważał, że jemu należy się więcej.

Dlaczego wybrał pan kajak, a nie wioślarstwo?

Tak się składa, że w młodości byłem członkiem obu tych sekcji. Zacząłem od wioślarstwa, zdobyłem nawet złoty medal mistrzostw Polski juniorów w ósemce, lecz trenerzy uznali, że nie mam odpowiednich warunków fizycznych do tej dyscypliny i w tej sytuacji przenieśliem się do kajaków. Tam również zacząłem odnosić sukcesy na arenie krajowej, była przygoda z reprezentacją kraju i krótki epizod trenerski, stąd też sentyment do kajaków.



Waldemar Keister przez lata z sukcesami prowadził Zawiszę, tego kajakowego, jak i cały klub

Kiedy nastąpił przełom?

W marcu 2007 roku, gdy nastąpił rozdział obu sekcji. Byliśmy razem, ale osobno. W tym też roku pojechałem do Duisburga aby dopingować naszych kajakarzy Mariusza Kujawskiego i Pawła Baumanna rywalizujących o medale mistrzostw świata. Cieszyłem się ze srebrnych krążków obu naszych zawodników: Mariusza w dwójce i Pawła w czwórce. W takich tych mistrzostwach, było oczywiście wiele zakulisowych rozmów. Jedną

z nich prowadziłem z Ireneuszem Pracharczykiem, trenerem dominującego wówczas w kajakach klubu Poznań. Gdy mu zapowiedziałem, że niebawem znajdzie groźnego konkurenta, a będzie nim Zawisza, tylko roześmiał się i podsumował: „Z kiosku nie zrobisz supermarketu”. Te słowa jeszcze bardziej mnie zmobilizowały do działania, chciałem pokazać, że się mylił. I chyba, mi udało się. Zawisza zalicza się do najlepszych klubów kaja-

kowych w szkoleniu dzieci i młodzieży. Odnosimy sukcesy na mistrzostwach Polski, Europy i świata w kategorii od juniora do seniora. Możemy pochwalić się olimpijczykami oraz medalistką olimpijską Heleną Wiśniewską, która jest wychowanką naszego klubu. Zresztą sukcesy wychowanków sprawiały mi największą radość, jak choćby Sary Jasińskiej, Aleksandry Górnej, Joanny Bruskiej, Martina Brzezińskiego, Sebastiana Szypuły. Bardzo żałuję, że Mateuszowi Polaczykowi, naszemu „góralowi” ze Szczawnicy, nie udało się na igrzyskach w Londynie stanąć w slalomie na podium. Zajął tak bardzo nie lubiane przez sportowców czwarte miejsce. Może dokona tego za dwa lata w Los Angeles? Bardzo przeżyłem też niepowodzenie Piotra Siemionowskiego, także na tych samych igrzyskach, kiedy to po zdobyciu rok wcześniej w Szeged mistrzostwa świata, należał do faworytów kajakowego sprintu.

Zrywa pna z kajakami?

Będę na pewno odwiedzał przystań, służył radą jeżeli będzie taka wola, lecz obecnie skupię się na rodzinie. Jestem to winien mojej żonie Marii, córce Małgorzacie i wnukom. Żonie obiecałem zwiedzanie świata, córce wsparcie przy wnukach i wspólne wypadki na działkę. ©©

KRÓTKO

Lekka atletyka

Najlepszy wynik Adrianny Sułek-Schubert od lat

Adrianna Sułek-Schubert (Brda Bydgoszcz) podczas Memoriału Wiesława Czapiewskiego rozgrywanego w Nakle nad Notecią osiągnęła w siedmioboju 6449 punktów. To piąty wynik na listach światowych w tym sezonie i jej najlepszy rezultat od momentu urodzenia syna w 2023 roku. Bezkonkurencyjna na razie jest Szwajcarka Annik Kälin z wynikiem 6819 (rekord Szwajcarii). To wynik o 150 punktów lepszy niż rekord Polski Ady z 2022 roku (6672 pkt). Wynik dał Polce kwalifikację na mistrzostwa Europy, które w sierpniu rozegrane zostaną w Birmingham.

- Mam wrażenie, że najtrudniejsze już za mną i nikt nie wie, ile mnie to kosztowało. Godzenie macierzyństwa z wielkim sportem nie jest łatwe i drugi raz chyba nie zdecydowałabym się na taką walkę. Teraz wierzę, że najlepsze przede mną - powiedziała wieloboistka po zawodach.

JP

Rekreacja

Iga Baumgart-Witan promuje zdrowy styl życia

Iga wraz z mężem Andrzejem zaprosili na ciekawą imprezę. Podczas FunRun Games w Myślicinku była świetna zabawa, mnóstwo śmiechu i radości. Iga od kilkunastu miesięcy prowadzi akcję Run Club, w której zachęca nie tylko do biegania, ale także do ćwiczenia i spędzania aktywnie czasu.

FunRun Games jest rozwinięciem tego pomysłu - wyjaśnia nasza medalistka olimpijska. - Wspólnie z mężem Andrzejem postanowiliśmy, że proponujemy nie tylko bieganie, ale grę terenową w formie podchodów. Rok temu była pierwsza edycja, ale teraz postanowiliśmy zrobić to jeszcze z większym rozmachem. Uczestnicy udali się na poszukiwanie zaginionego borsuka (śmiech). Mieli zadanie do wykonania na każdej stacji. Następnie otrzymywali kopertę z kolejną misją do wykonania. Zabawa była przednia. Były puchary i medale dla uczestników. Potem były jeszcze wspólne ćwiczenia, grill i pyszne jedzonko. Podsumowaliśmy także Run Club, a najbardziej aktywni otrzymali specjalne gwiazdki. Już umówiliśmy się na kolejną taką imprezę z okazji Halloween - dodaje. Iga wraz z Andrzejem zapraszają w każdą niedzielę na godz. 18 przed Stodołą w Myślicinku na kolejną edycję Run Clubu.

DK

PIŁKA NOŻNA

Już dwunastu nowych graczy w ekipie białozielonych

Dariusz Knopik

Na tą chwilę zamknęliśmy skład - mówi Tomasz Asenski, prezes Olimpii Grudziądz

Trwa przebudowa zespołu przed nowym sezonem w Betclie 2. Lidze. Włodarze Olimpii byli aktywni na rynku transferowym.

Do ekipy białozielonych kolejno dołączali: bramkarz Jakub Pawlak, obrońcy Szymon Michalski i Dawid Abramowicz, pomocnik Dawid Olejarka, napastnik Dawid Bałdyga, obrońca Maciej Wichtowski, bramkarz Oskar Klat, pomocnik Jakub Stec i skrzydłowy Filip Wilak.

Kolejną nową postacią w zespole z Grudziądza jest Wojciech Szafranek. To 22-letni napastnik pozyskany z Zagłębia Lubin. W ubiegłym sezonie w zespole rezerw rozegrał 31 meczów i strzelił osiem goli. Regularnie trenował z pierwszą drużyną, ale nie zdążył zaliczyć debiutu w PKO BP Ekstraklasie. To dwunasty nowy zawodnik w zespole.

- To na razie nasz ostatni transfer i na tą chwilę zamknęliśmy skład - mówi Tomasz Asenski, prezes Olimpii. - Jednak okienko transferowe jest otwarte (do 31 sierpnia - przyp. red.) i niczego nie można wykluczyć - dodaje.

Przypomnijmy, że skład uzupełnili także obrońca Patryk Zabłoński (19 lat/Elana Toruń) i pomocnik Alex Kolasa (19 lat/Cartusia Kartuzy).

Nowym trenerem Olimpii jest Dawid Pędziulek, który zastąpił Artura Kosznickiego.

W nowym sezonie Olimpii nie zagrają: bramkarze - Sebastian Sobolewski i Dawid Olszak; obrońcy

- Rafał Kobryń, Adrian Klimczak i Benjamin Czajka; pomocnicy: Oskar Sewerzyński i Łukasz Moneta; napastnicy: Maciej Mas i Max Pawłowski.

Olimpia nowy sezon w Betclie 2. Lidze rozpocznie meczem wyjazdowym z Avią Świdnik 26 lipca.

Grudziądz czeka jeszcze jeden spraining. W sobotę o godz. 11 na boisku przy Słowackiego podejmą trzecioliigową Polonię Środa Wielkopolska.

Do tej pory białozieloni pokonali rumuńskiego ekstraklasowca Petrolul Ploesti 4:1 oraz pierwszoliigowe Lechii Gdańsk 3:1 i Arkę Gdynia 4:2. ©©