

Wybuch na torach: To, że zlecenie przyszło ze Wschodu, jest niemal pewne – mówi ekspert **str. 2**



Na gardło, stawy, suchą skórę – gęsi smalec podbija domowe apteczki. Jak rozpoznać, że z wątrobą dzieje się coś złego? **str. 15-19**

STRONA
ZDROWIA

Środa
19.11.2025

Wydanie 3
Nr 268 (23.477)
Nakład 8.070 Rok LXXVII

GAZETA

pomorska

www.pomorska.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Grudziądz
Horna-Cieślak
na pomoc dzieciom
„niewidzialnym”
str. 12



Chełmno
Biblioteka ma
już 80 lat, ale idzie
z duchem czasu
str. 13

Toruń
Projekt budżetu
gotowy. Na co zostaną
wydane pieniądze?
str. 14



SPORT

Żużel. Okienko transferowe otwarte. Kluby oficjalnie chwala się efektami negocjacji z zawodnikami i snują plany na kolejny sezon. Drużyny z Torunia, Grudziądza i Bydgoszczy znów będą mocne **str. 24**

Rolnicy zachęcali nas do samozbiorów, teraz zapłacą podatek

Samozbiory były ostatnią deską ratunku – mówią rolnicy, którzy nie chcieli zmarnować żywności. I apelują, by zwolniono ich z VAT-u. Ale fiskus nie daje im raczej nadziei... **str. 5**

Nr ISSN 0867-4965

Nr indeksu 350184



Dołożą ponad 312 zł do prądu – sprawdź, czy załapiesz się na to wsparcie **str. 6**

SOCJAL MILIARDOWE WYDATKI ZABOLĄ WSZYSTKICH KOWALSKICH

Wolimy wydawać tu i teraz. Zapłacą wnuki

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

Polacy wolą gotówkę z programów socjalnych niż wydatki na chorych, służbę zdrowia czy np. kulejącą edukację. Nasz ekspert: „Coś za coś. Dzisiejsze pokolenia obciążają tymi kosztami przyszłe swoje dzieci i wnuki”.

Koszty są i będą ogromne. Ministerstwo Finansów właśnie podało, że drugim kwartale 2025 roku wydatki socjalne wyniosły najwięcej w historii – 205,2 mld zł. To aż 22,1 procent PKB, co również stanowi rekordowy wynik.

– Wydatki socjalne są bardzo lubiane przez dużą część wyborców, więc są paliwem wyborczym, zwłaszcza w wielu populistycznych postulatach głównych partii. Mało kto z wyborców przejmuje się, skąd rząd weźmie na to pieniądze – komentuje dr Rafał Płókarz, adiunkt w Instytucie Ekonomii i Finansów Uniwersytetu WSB Merito w Toruniu.

Socjal idzie na konsumpcję, a cierpią wydatki rozwojowe, jak np. inwestycje prywatne i publiczne. Zapłacą za to przyszłe pokolenia w formie trwale podwyższonej inflacji i stóp procentowych.

– Jednak Polacy wolą wydawać tu i teraz, niż martwić się odległą przyszłością.

Państwo zapożycza się głównie wśród samych konsumentów, czyli dzisiejsi Polacy zapożyczają się u przyszłych Polaków. Jak? Głównymi nabywcami obligacji skarbowych są banki, które je kupują z lokat od gospodarstw domowych, zarabiając na pośrednictwie, zamiast pożyczać te pieniądze firmom, zwłaszcza innowacyjnym. No, ale to ryzykowne, więc bankom lepiej opłaca się kupować bezpieczne i zwolnione z podatku bankowego obligacje skarbowe. Ten niemal patologiczny alians państwa i banków pogłębia się od wielu lat – twierdzi nasz ekspert. ©©

Więcej czytaj na stronie 3

GRUDZIĄDZ

Seniorzy pomagają zwierzętom ze schroniska



Seniorzy kochają zwierzęta! Wczoraj słuchacze Międzypokoleniowego Centrum Wiedzy podczas zajęć warsztatowych wykonywali legowiska dla psów, które przekazane zostaną do Centrum Opieki nad Zwierzętami. – Nasze warsztaty to okazja, aby połączyć kreatywność z pomocą potrzebującym zwierzętom – mówi Daria Boguszyńska, koordynatorka MCW. Więcej na www.pomorska.pl/grudziadz

Jutro w „Pomorskiej” Pod Paragrafem

● Sto lat temu atmosfera w Krakowie przypominała rewolucję. Masowe protesty robotnicze w zakończyły się ich stłumieniem przez policję i wojsko

Marek Mazurkiewicz
publicysta



STRATEGICZNY KLINCZ CZY IMPAS?

Klincz to ważny element sportów walki, znany także w boksie. To sytuacja, w której zawodnicy chwytają się nawzajem w bliskim zwarcu. Zawodnik w defensywie zastosuje go, by przerwać serię ciosów przeciwnika i odpocząć lub odzyskać kontrolę nad tempem walki. Z kolei zawodnikowi z przewagą klincz może pomóc zmęczyć przeciwnika, zredukować dystans i przygotować do kontrataku - do uderzenia z półdystansu albo odepchnięcia rywala. Jeśli zaś rywale są na równym poziomie i ich starcie zapowiada się jako wielorundowa walka, to klincz może mieć znaczenie strategiczne - zmienia rytm pojedynku, by w jego późniejszej fazie przyczynić się do uzyskania przewagi. Nie trwa on jednak długo, bo jeśli nie padają ciosy, sędzia interweniuje, rozdziela zwarcie i nakazuje wznowienie walki, krzycząc: „Boks!”

W listopadzie wymiana ciosów pomiędzy dwoma ośrodkami władzy wykonawczej weszła w kolejną fazę. Prezydent i jego Kancelaria po raz kolejny pokazują swoimi decyzjami, że nie zamierzają współpracować z rządem. Wstępem do kolejnej serii ciosów zadanych ze strony Pałacu Prezydenckiego, które mają zablokować decyzje i utrudnić działania Rady Ministrów, była odmowa podpisania nominacji oficerskich. W komentarzach podkreślano, że był to pierwszy taki przypadek w historii III RP, kiedy funkcjonariuszom Służby Kontrwywiadu Wojskowego i Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego urzędująca głowa państwa odmówiła awansu. Prezydent, uzasadniając decyzję w buńczucznym stylu, stwierdził, że o awansach będzie gotów rozmawiać dopiero po przeprosinach szefów służb, którzy nie stawili się na jego wezwanie - choć formalnie podlegają bezpośrednio premierowi. Później zawetował cztery kolejne ustawy, w tym o utworzeniu Parku Narodowego Doliny Dolnej Odry, a 12 listopada wstrzymał nominacje sędziowskie, dając do zrozumienia, że w procesie reformowania wymiaru sprawiedliwości jest gotów na polityczny i prawny klincz z rządem. Pytanie tylko, czy ten klincz okaże się chwilowy, czy będzie zapowiedzią długotrwałego impasu między dwiema najważniejszymi instytucjami w państwie.

POGODA W REGIONIE

Dzisiaj

4°C
1°C



Imieniny obchodzą
dziś:
**Elżbieta, Paweł,
Seweryn**
Jutro:
**Rafał, Feliks,
Anatol**

Czwartek

4°C
-3°C



Piątek

2°C
-3°C



Wybuch na torach. Ekspert: Jesteśmy w stanie zagrożenia

Tomasz Chudzyński
tomasz.chudzynski@polskapress.pl

Porty są oczywistym „celem”, podobnie jak trasy dojazdowe do nich. Co innego uderzenie na tzw. miękkie podbrzusze, czyli linie kolejowe oddalone od głównych hubów wojskowych, gospodarczych - mówi o sabotażu na linii kolejowej dr Piotr Robakowski, ekspert z Uniwersytetu Gdańskiego, wieloletni pracownik służb specjalnych.

Wysadzenie fragmentu torowiska na Mazowszu premier Donald Tusk określił jako sabotaż.

Komunikaty wskazują, że doszło do celowego, umyślnego uszkodzenia kolejowej infrastruktury. Nie znamy jeszcze motywu sprawców, czy byli inspirowani, opłacani itp., nie mniej ten najbardziej niepokojący scenariusz o sabotażu należy brać pod uwagę. Nie wykluczone, że mógłby to być test - ocena reakcji naszych służb na to wydarzenie. To wszystko pokazuje, że trzeba być czujnym, mieć świadomość, że funkcjonujemy jako kraj w stanie zagrożenia. Różnego rodzaju incydenty mogą się zdarzać.

Tropy do zleceńodawców prowadzą zapewne na wschód, do specjalnych służb rosyjskich i białoruskich...

To, że zlecenie przyszło ze wschodu jest niemal pewne. Trzeba natomiast powiedzieć, że osoby, które dokonały tego sabotażu nie muszą bezpośrednio przynależeć do struktur obcych służb, nie byli to żadni wyszkoleni dywersanci, tajni agenci itd. Nie jest wykluczone, że wysadzeniem torów stoją osoby nie związane w żaden sposób z rosyjskimi lub białoruskimi strukturami, nawet niekoniecznie związane ideologicznie z rosyjskim rządem. Wiemy, że obce służby prowadzą szeroko zakrojoną działalność dezinformacyjną w internecie, w mediach społecznościowych, radykalizując pewne grupy ludzi, inspirowując



FOT. ARCH.

- To, że zlecenie przyszło ze wschodu jest niemal pewne. Trzeba natomiast powiedzieć, że osoby, które dokonały tego sabotażu nie muszą bezpośrednio przynależeć do struktur obcych służb - podkreśla dr Piotr Robakowski

je do np. działań dywersyjnych. To całe spektrum behawioralnych działań, np. wobec grupy młodzieży, której może wydawać się, że to, co robi w internecie, to jest jakaś „zabawa”. Tym bardziej, że dostęp do materiałów chemicznych, odczynników, które mogą posłużyć do skonstruowania improwizowanego ładunku wybuchowego, jest powszechny. Co więcej, mamy w naszym kraju od lat grupy osób, które zajmują się konstruowaniem improwizowanych ładunków wybuchowych, najczęściej dla przedstawicieli grup przestępczych. Ale mogą one trafiać także do osób, które chcą planować akty dywersji.

Za niektórymi przypadkami podpałen, co udowodniono, stali obywateli białoruscy, ukraińscy czy gruzińscy, którzy przyjechali do Polski do pracy, do szkoły.

Mówimy tu rzeczywiście o zwykłych osobach, przyjeżdżających do Polski, inspirowanych czy motywowanych finansowo, do prowadzenia działań sabotażowych, wywiadowczych. Należy natomiast założyć, że część ludzi normalnie funkcjonujących w naszym kraju, żyjących obok nas, jest wysłannikami obcych służb. W praktyce to one pełnią rolę kierowniczą, logistyczną w różnego rodzaju działa-

niach wywiadowczych czy dywersyjnych.

Mieliśmy już w Polsce podpalenia obiektów handlowych, przemysłowych, restauracji, czy w końcu wlot nad nasze terytorium rosyjskich dronów uderzeniowych. Wysadzenie linii kolejowej to kolejny akt eskalacji?

Stoimy jako kraj, przedstawiciel NATO, państwo frontowe, w obliczu wojny hybrydowej, która może przyjmować różnego rodzaju oblicza, może mieć różnego rodzaju warianty, od działalności propagandowej, dezinformacyjnej, cyberataków do właśnie sabotażu, działań tzw. kinetycznych. W obecnej sytuacji, podwyższonego stanu zagrożenia, właściwie powinniśmy spodziewać się, że do ataków dywersyjnych na infrastrukturę kluczową dla funkcjonowania gospodarki, będzie dochodzić. Przypomnę, że obowiązuje Alert Bravo i powinniśmy mieć zwiększoną czujność, dozorować infrastrukturę krytyczną, weryfikować swoje procedury bezpieczeństwa.

Jak dozorować kilometry torów?

Weźmy pod uwagę, jak rozległe są sieci trakcyjne. Każdego centymetra torów przypilnować jest nie sposób. Zakładając, że przeciwnik jest aktywny, to musimy zakładać, że do in-

cydentów może dochodzić. Widzimy natomiast po tym niedawnym przypadku, że procedury działają, personel, w tym kolejowy, został przeszkolony. Maszynista zauważył uszkodzenie, pociąg się zatrzymał, nikt nie został ranny.

Na Pomorzu mamy ważne elementy infrastruktury krytycznej - porty i drogi, linie kolejowe do nich prowadzące...

Porty są oczywistym „celem”, podobnie jak trasy dojazdowe do nich. Natomiast są to obiekty, ściśle dozorowane, dysponujące ochroną na wysokim poziomie. Atak na nie, z punktu widzenia obcych służb, byłby bardzo ryzykowny. Co innego uderzenie na tzw. miękkie podbrzusze, czyli linie kolejowe oddalone od głównych hubów wojskowych, gospodarczych, ale których uszkodzenie mogłoby zaburzać logistykę, wzbudzać poczucie zagrożenia w społeczeństwie. Pamiętajmy, że psychologiczne oddziaływanie ma wielkie znaczenie dla naszego przeciwnika.

A możemy zwalczać wroga działalność w sieci internetowej? To inspirowanie, o którym pan wspominał?

Widzę tu szerokie zastosowanie nowoczesnej technologii, sztucznej inteligencji. Można by ją wykorzystać do monitoringu cyberprzestrzeni, swego rodzaju „białego wywiadu”. Czy ktoś interesuje się „groźnymi” tematami? Czy dane telefonów logują się w pobliżu ważnych instalacji? Sieci handlowe, agencje reklamowe podobne mechanizmy stosują na co dzień. Wiedzą dokładnie gdzie jesteśmy, ile wydajemy na zakupy itd. Dlaczego taka technologia nie mogłaby służyć do ochrony infrastruktury krytycznej? Byłby to krok w przód. Z drugiej jednak strony jestem dobrego zdania o naszych służbach. Jesteśmy raczej bezpieczni, mimo incydentów i stałego zagrożenia. Wychodzę z założenia, że służby powinny działać w warunkach niejawnych, a jawny powinien być jedynie efekt ich pracy.

Socjal rośnie szybciej niż dochody państwa. Nie każdy dostaje zasiłki, ale płacą wszyscy

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

205,2 mld wyniosły socjalne wydatki państwa w drugim kwartale 2025 roku - to najwięcej w historii. Oczywiście, nie wszyscy otrzymują socjal, a płacimy wszyscy. „Solidaryzm społeczny”.

Nowe dane Ministerstwa Finansów pokazują, że nasze państwo ma największe w historii wydatki socjalne, które w drugim kwartale 2025 roku wyniosły 205,2 mld zł, czyli o 10,5 proc. więcej niż rok wcześniej. To aż 22,1 procent PKB, co również stanowi rekordowy wynik (0,8 pkt proc. więcej niż przed rokiem).

Socjalem gonimy UE

I tak zbliżamy się do średniej unijnej, wynoszącej 21,8 proc. Dodajmy, że najwyższe wskaźniki mają pod tym względem Francja, Belgia czy Niemcy, gdzie wydatki socjalne stanowią aż jedną czwartą PKB.

Wydatki rosną szybciej niż dochody (698,76 mld zł do 471,67



FOT. MARIUSZ KAPALA

„800 plus” w 2025 roku ma kosztować ok. 62,8 mld zł. To jeden z największych wydatków budżetowych

mld zł), co prowadzi do zwiększenia deficytu, który po październiku osiągnął ok. 227,1 mld zł - ustawa budżetowa dopuszcza w 2025 deficyt na poziomie 288,8 mld zł.

Wydatki socjalne to przede wszystkim świadczenia rodzinne i prorodzinne, jak np.: świadczenie 800 plus, Dobry start (300 zł na wyprawkę szkolną), zasiłek rodzinny (m.in. 95 zł na dziecko do 5 lat), świadczenie rodzicielskie (1000 zł mie-

sięcznie). To również jednorazowa zapomoga z tytułu urodzenia malucha (becikowe, wsparcie w wysokości 1000 zł), dofinansowanie żłobków (program „Aktywnie w żłobku”, 1500 zł na dziecko, a w przypadku dziecka z orzeczeniem o niepełnosprawności 1900 zł).

Na tym nie koniec wydatków budżetowych, bo z budżetu są jeszcze wypłacane m.in.: emerytury i renty, w tym trzynastki i czternastki, wsparcie osób z nie-

pełnosprawnościami, zasiłki pielęgnacyjne, renty socjalne, świadczenia wspierające. Ponadto to różne zasiłki z pomocy społecznej, pomoc dla bezrobotnych czy także ryczałty energetyczne czy bony ciepłownicze.

Jak widać, sporo tego mamy, a i tak nie wymieniliśmy wszystkiego. Wydatki socjalne same w sobie nie są złe, bo pokazują, jak kraj się rozwija i wspiera swoich obywateli. Jednak, jeżeli nie towarzyszy im odpowiedni wzrost dochodów, a zamiast tego państwo finansuje je rosnącym długiem, to jest ryzyko.

Jak miliardowe wydatki przekładają się na życie zwykłych Kowalskich?

- Wydatki socjalne to „dziełnienie owoców wzrostu”, a to „dziełnienie” przyspieszyło po 2015 roku - komentuje dla „Pomorskiej” dr Rafał Płókarz, adiunkt w Instytucie Ekonomii i Finansów Uniwersytetu WSB Merito w Toruniu. - To wydatki sztywne budżetu, które trudno ograniczyć, zwłaszcza w perspektywie kampanii wyborczych i realizacji kluczowych postulatów wyborczych przez główne partie polityczne.

Podwyższenie np. kwoty wolnej do 60 tys. zł - być może będzie zrealizowane w roku wyborczym 2027 r., co kosztowałoby ok. 60 mld zł, no, ale to problem do udźwignięcia przez kolejny rząd, jak gorący kartofel. Wydatki socjalne są bardzo lubiane przez dużą część wyborców, więc są paliwem wyborczym, zwłaszcza w wielu populistycznych postulatach głównych partii. Mało kto z wyborców się przejmuje, skąd rząd weźmie na to pieniądze. A pochodzą one z coraz większego zadłużania się państwa, choć ten przyrost długu w dużej mierze wynika z wydatków obronnych, na inwestycje infrastrukturalne oraz transformację energetyczną i cyfrową.

Nasz ekspert tłumaczy, że bardziej niż wzrost kwoty zadłużenia problemem jest duży wzrost

Będzie 60 tysięcy złotych kwoty wolnej od podatku? To problem do udźwignięcia przez kolejny rząd, jak gorący kartofel

kosztów obsługi długu, czyli głównie odsetki od obligacji skarbowych, zwłaszcza w relacji do PKB. W 2024 roku koszty te wzrosły do 80 mld zł (1,9 proc. PKB), w 2025 - ponad 90 mld zł (2,4 proc.) i podobnie w kolejnych latach: - Na szczęście, od tego roku spadają inflacja i w efekcie stopy procentowe, a gospodarka szybko rośnie, najszybciej w UE, po Irlandii, więc udźwignie te koszty. Ale rozbuchane wydatki socjalne to utrudniają.

800+ zależne od dochodu?

Nie wszyscy otrzymują socjal, a płacą za niego wszyscy. - Oczywiście, ale na tym polega zasada solidaryzmu społecznego, która jednak jest nadużywana, głównie będąc orężem w (populistycznej) walce politycznej. Wydatki społeczne powinny być zrównoważone i nie powiększane w relacji do PKB. I tak np. krąg beneficjentów 800+ powinien być uzależniony od kryterium dochodowego. No, ale to politycznie temat tabu - podsumowuje dr Rafał Płókarz. ©©

Pokażcie talent i spędźcie dzień w parku jurajskim

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Weźcie w dłonie kredki, farbki, kolorowy papier czy krepę i przyszykujcie pracę plastyczną na temat „Dinozaury są wśród nas. Pokaż, jak wyobrażasz sobie współczesne życie z dinozaurami”.

Wielkimi krokami zbliża się „Uśmiechnięty Dzień”. Jego organizatorami są: „Gazeta Pomorska”, „Express Bydgoski” oraz „Nowości Dziennik Toruński”. To akcja adresowana do rodzinnych domów dziecka i innych placówek opiekuńczo-wychowawczych, zlokalizowanych w województwie kujawsko-pomorskim. Wyjątkowe spotkanie, w którym uczestniczy każdorazowo około 200 dzieci z opiekunami, jest cykliczne. Odbywa się

raz na pół roku w różnorodnych miejscach regionu, atrakcyjnych dla najmłodszych. Odliczamy już dni do najbliższego spotkania z dziećmi! 10 grudnia, w środę, widzimy się w Jura Parku w Solcu Kujawskim pod Bydgoszczą.

Na prace plastyczne czekamy do 3 grudnia

Przepustką do sołeckiego parku dinozaurów będzie udział w naszym konkursie plastycznym. Temat brzmi: „Dinozaury są wśród nas. Pokaż, jak wyobrażasz sobie współczesne życie z dinozaurami”. W konkursie mogą brać udział placówki opiekuńczo-wychowawcze oraz rodzinne domy dziecka. Technika jest dowolna: kredki, farbki, paski, wyklejanka, wycinanka itp. Obowiązuje zasada: jedna praca na jedną placówkę, dzieci wyko-



FOT. POLSKA PRESS

10 grudnia w Jura Parku w Solcu Kujawskim będzie dzień pełen uśmiechu i atrakcji

nują ją razem. Przy ocenianiu nie weźmiemy pod uwagę liczby małoletnich autorów, lecz ich pomysłowość. Prace należy wysłać na pośrednictwem for-

mularza na stronie: pomorska.pl/usmiechnietydzien25

Prosimy w formularzu m.in. o przekazanie takich informacji, jak nazwa i dane kontak-

towe placówki, imię i nazwisko dyrektora i liczba dzieci, które wykonały zadanie. Po wypełnieniu ankiety, otrzymają Państwo potwierdzenie na wcześniej wskazanego maila. Uwaga: nie trzeba przysyłać nam pracy, wystarczy zrobić jej zdjęcie i wysłać jako załącznik już razem ze wspomnianym formularzem.

Na zgłoszenia czekamy do 3 grudnia, do godz.12. Komisja konkursowa oceni prace i wyłoni te zwycięskie.

4 grudnia br. opublikujemy galerię zwycięskich prac w naszym serwisie online.

10 grudnia dzień pełen uśmiechu i atrakcji

10 grudnia zaprosimy laureatów (200 dzieci wraz z opiekunami) do Jura Parku w Solcu Kujawskim, gdzie zorganizujemy

dzień pełen uśmiechu i atrakcji. Oprócz zabawy odbędzie się uroczyste wręczenie nagród. Nagrodzimy 5 placówek oraz przyznamy wyróżnienia. Dla każdego dziecka przygotowaliśmy paczki ze słodyczami.

Nie zabraknie licznych atrakcji. Podczas Uśmiechniętego Dnia dzieci spotkają się ze św. Mikołajem. Będą też warsztaty w pracowni Elfów, zwiedzanie Muzeum Ziemi im. Karola Sabathy, snowtubing, seanse w świetecznym kinie, a na zakończenie obiad z deserem.

Prowadzący placówki, które dostaną zaproszenia, muszą we własnym zakresie zorganizować dojazd wychowanków do Solca Kujawskiego.

„Szczegóły, formularz i regulamin dostępne są na pomorska.pl/usmiechnietydzien25 ©©

ORGANIZATORZY



PARTNERZY GŁÓWNI



PARTNERZY



Ani bydgoszczanin, ani torunianin! Od nowego roku wchodzi w życie zmiany w pisowni w języku polskim

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

Od nowego roku będziemy pisać po polsku inaczej. Jak? Na przykład tak: „Pół-Bydgoszczanin przejechał przez Most Uniwersytecki swoją Skodą na niby-rajd, który zawsze nie najgorzej wspominał”.

Celem reformy - jak zapewnia Rada Języka Polskiego - jest uproszczenie i ujednolicenie zapisu oraz ograniczenie wyjątków. Sprawdzamy, co to oznacza w praktyce dla Kujaw i Pomorza.

Mieszkańcy przez duże „M”

Najbardziej widoczna korekta dotyczy nazw mieszkańców. Od nowego roku w tekstach urzędowych, szkolnych i prasowych zobaczymy Bydgoszczanina, Torunianina, Włocławianina czy Grudziądzanina – wyłącznie z wielkiej litery. Zmiana obejmuje także mieszkańców dzielnic i osiedli, czyli np. bydgoskich Fordonian i toruńskich Podgórzan.

Samochód to wielka rzecz

Dotychczas wielką literą pisałyśmy nazwy firm i marek. Od nowego roku wielka litera obejmie również pojedyncze egzemplarze wyrobów: poprawnie więc napiszemy zarówno „samochód marki Ford”, jak i „pod oknem zaparkował czerwony Ford”. Rada Języka Polskiego zrobiła też krok w kierunku porządkowania

koszmarnej pisowni „nie” z innymi częściami mowy. „Nie-” z imiesłowami, które się odmieniają piszemy zawsze łącznie (np. niezrobiony), podobnie „nie-” z przymiotnikami i przysłówkami – także łącznie, niezależnie od stopnia (niemilszy, nienajlepiej).

Ujednolicone zostaną również przymiotniki kończące się na -owski od nazw osobowych (np. dramat szekspirowski,

koncert chopinowski). Zapiśmy je teraz małą literą. Wyjątek pozostawiono w przypadku rzadziej dziś używanych przymiotników od imion na -owy, -in/-yn, -ów, którym pozostawiono dwie dozwolone formy (np. Zosina lub zosina lalka).

Pół-Polka tylko z myślnikiem

Porządek zapanować ma też w przedrostkach: „pół-” w typowych połączeniach zapiszemy łącznie (półzartem, półserio), natomiast w określeniu jednej osoby o mieszanym pochodzeniu pozostanie łącznik (pół-Polka).

Z kolei „niby-” i „quasi-” połączą się pisownią łączną z wyrazami małoliterowymi (nibyartysta, quasinauka), a popularne super-, ekstra-, eko-, wege-

Zmiana obejmuje także mieszkańców dzielnic i osiedli, czyli np. bydgoskich Fordonian i toruńskich Podgórzan

mini-, maksi-, midi-, mega-, makro- będą mogły wystąpić zarówno łącznie, jak i rozdzielnie, jeżeli funkcjonują jako samodzielne słowa (super pomysł / superpomysł, mini wieża / miniwieża).

Wreszcie, w parach wyrazów zwykle używanych razem dopuszczalne będą trzy równorzędne zapisy – z łącznikiem, z przecinkiem lub rozdzielnie. A więc do koloru, do wyboru: tuż-tuż, trzask-prask, bij-zabij albo z przecinkiem, np. tuż, tuż; trzask, prask; bij, zabij. Ewentualnie rozdzielnie: tuż tuż; trzask prask; bij zabij.

Mała ulica, wielki Plac

Ważna głównie dla urzędów będzie zmiana nazw własnych obecnych w przestrzeni publicznej: Aleje, Place, Mosty, Parki, Kościoły, Zamki, Pomniki czy Cmentarze na początku nazw zapiszemy wielką literą (nadal małą pozostaje słowo ulica).

W praktyce zobaczymy więc zgodne z zasadami formy typu Most Uniwersytecki w Bydgoszczy, Plac Teatralny w Toruniu czy Park im. Witosa.

Dodatkowo nazwy lokali usługowych i gastronomicznych otrzymają ujednoliconą pisownię wszystkich członów wielką literą (poza przyimkami i spójnikami). A więc przyzwyczajmy się do Karczmy Słupskiej, Kawiarni Literackiej, Księgarni Naukowej, Kina Centrum, Apteki pod Orłem, Baru Flisak albo Hotelu pod Różą.

O jedną zmianę za daleko

Już po wprowadzeniu zmian, Rada Języka Polskiego podjęła decyzję o wycofaniu się z jednej z nich. Chodzi o nazwy geograficzne, w których drugi człon jest rzeczownikiem w mianowniku. A zatem wyraz stojący przed nazwą w mianowniku zapisujemy małą literą: cieśnina Bosfor, jezioro Śniardwy, zatoka Athos.

Ten krok wstecz wydaje się mało logiczny, ponieważ pozostanie rozdźwięk między jeziorem Wigry a Parkiem Miejskim. Rada uzasadnia jednak ten krok koniecznością spójności ze standaryzacją urzędową nazw geograficznych.

©©

AUTOREKLAMA

0011427754

GAZETA
pomorska

do kupienia
także
w sieci



Podatek od samozbiorów. Rolnicy apelują do ministrów. „Mielismy zniszczyć uprawy?”

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Rolnicy proszą o zniesienie podatku VAT za płody oddane w formie samozbiorów. Tłumaczą, że w ten sposób chronili żywność przed zmarnowaniem. Są jednak ważne przeszkody.

Zarząd Krajowej Rady Izb Rolniczych wystąpił do ministrów finansów oraz rolnictwa i rozwoju wsi o zwolnienie z podatku VAT rolników, którzy oddali swoje płody rolne nieodpłatnie w formie samozbiorów. Piszaliśmy, że w takiej sytuacji znaleźli się też rolnicy z Kujawsko-Pomorskiego.

Marnowanie żywności jest nieetyczne

- W związku z krytycznie niskimi cenami, które nie pokrywają nawet kosztów produkcji, niektórzy rolnicy podejmują decyzje o niezbiieraniu plonów, ponieważ koszty zbioru powiększają jeszcze straty z danej uprawy - tłumaczą ministrom rolnicy.



FOT. BARBARA GALAS

- Samozbiory były ostatnią deską ratunku - tłumaczą rolnicy

Dodają, że tańszym zabiegiem jest zniszczenie uprawy i przygotowanie pola pod następne. - Ale takie działanie jest bardzo trudne dla rolników, bo niszczenie żywności dobrej jakości jest nieetyczne - tłumaczą. Rolnicy pytają, na jakiej

podstawie ministerstwo planuje wyliczyć wysokość VAT-u, jeśli nie nastąpiła sprzedaż? Ich zdaniem, to raczej podatek od straty.

Problem nagłośnił portal „Życie Stolicy”. Ministerstwo Finansów odpowiedziało mu,

że czynni podatnicy VAT rozliczają ten podatek za „czynności odpłatne, ale również niektóre czynności nieodpłatne, tj. nieodpłatne przekazanie towarów należących do przedsiębiorstwa podatnika czy wszelkie inne darowizny, w sytuacji,

gdy podatnikowi przysługiwało przy nabyciu bądź wytworzeniu towaru prawo do obniżenia kwoty podatku należnego o kwotę podatku naliczonego”.

Resort dodał, że wyżej wymienione zasady dotyczą również samozbiorów. - W przypadku dostaw nieodpłatnych podstawą opodatkowania jest koszt wytworzenia tych produktów, określony w momencie tej dostawy - wyjaśnił.

Czy państwo odstąpi od po-

Minister przyznał, że resort rolnictwa zachęcał do organizowania samozbiorów, jako sposobu na ograniczenie strat w plonach

brania podatku? - VAT jest podatkiem zharmonizowanym w Unii Europejskiej. Polska, jako państwo członkowskie, zobowiązana jest do zapewnienia zgodności przepisów krajowych normujących opodatkowanie podatkiem od towarów

i usług z przepisami prawa unijnego, w tym do przestrzegania zasad rządzących tym podatkiem. Zaniechanie poboru podatku prowadziłoby do naruszenia jednej z podstawowych zasad VAT w UE - zasady neutralności podatku VAT. Nie jest zatem rozważane takie rozwiązanie - ucina resort finansów.

Minister pyta o przepis

Jednak Stefan Krajewski, minister rolnictwa i rozwoju wsi powiedział 13 listopada 2025 r. podczas V Forum Producentów Żywności, że resort zachęcał rolników do organizowania samozbiorów, jako sposobu na ograniczenie strat w plonach.

- Naszym zadaniem jest wspierać producentów rolnych w trudnych sytuacjach, a nie obciążać ich dodatkowymi obowiązkami. W związku z tym skierowałem do ministra finansów pismo w sprawie niekorzystnej dla rolników interpretacji przepisów dotyczących konieczności odprowadzenia podatku VAT od samozbiorów - powiedział Krajewski. ©

Piwowarzy i plantatorzy chmielu pełni obaw. Reklamy piwa, także bezalkoholowego, mają być zakazane

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Reklamy piwa, w tym bezalkoholowego, mają być w Polsce zakazane. To uderzy producentów chmielu, zmagających się już ze znacznym spadkiem spożycia piwa nad Wisłą.

Projektowana zmiana w ustawie o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi zakazuje reklamy piwa, również bezalkoholowego.

Projekt jest w fazie konsultacji. W opinii Związku Pracodawców Przemysłu Piwowarskiego, obowiązujące w Polsce przepisy już są jednymi z najbardziej restrykcyjnych w Unii Europejskiej. Ponadto rynek piwa odnotowuje duże i systematyczne spadki.

- Od 2019 roku zmniejszył się o 6 milionów hektolitrów, co odpowiada rocznej produkcji około 10 browarów wielkości browaru Namysłów, który właśnie zakończył produkcję piwa, podobnie jak wcześniej zakład w Leżajsku. Sytuacja w 2025 roku również jest dramatyczna

- browary ograniczają produkcję, gdyż nawet latem rynek spadł o ponad 10 procent - podaje ZPPP.

Polacy kupują coraz mniej piwa

W 2024 r. całkowite spożycie czystego alkoholu na głowę Polaka wyniosło 8,8 litra i było niższe o 1 litr od najwyższego wskazania w 2019 r. Piwo odpowiada za 60 proc. tego spadku.

- Jest to trend stały, wynikający zarówno z polityki podatkowej państwa, zmieniających się trendów konsumenckich, jak i silnego rozwoju segmentu produktów bezalkoholowych, zwłaszcza piwa bezalkoholowego - oceniają piwowarzy.

Więszym problemem są „małpki”

Nie rozumieją oni, po co wprowadza się zakaz reklamy piwa bezalkoholowego.

- Zamiast koncentrować się na ograniczeniu dostępności „małpek” czy na zakazie sprzedaży nocnej, utrudnia się rozwój segmentu piw bezalkoholowych, które stanowią realną



FOT. PIWABAY

Zmiany w projekcie ustawy niepokoją piwowarów i producentów chmielu

i wartościową alternatywę dla osób ceniących smak piwa, ale rezygnujących z alkoholu - komentuje Rajmund Szulc, prezes

Zarządu Związku Polskich Plantatorów Chmielu. - Piwa bezalkoholowe zawierają te same składniki, co tradycyjne

piwa, takie jak chmiel, a ich rosnąca popularność stanowi istotne wsparcie dla branży, która mierzy się z wieloma wy-

zwaniami i systematycznym spadkiem sprzedaży.

To uprawa planowana na lata

Według plantatorów, restrykcyjne regulacje zaproponowane w projekcie ustawy, mogą doprowadzić do upadku nie tylko browarów, ale także plantatorów i producentów chmielu. W Polsce jest ich około 700.

- Chmiel jest uprawą wieloletnią o żywotności plantacji wynoszącej 15-20 lat. Oznacza to, że plantatorzy nie mogą szybko zmienić profilu produkcji ani dostosować się do nagłych zmian rynkowych. Inwestycje w chmielarstwo są długoterminowe, a ich zwrot rozłożony na wiele lat. Nagłe wprowadzenie restrykcyjnych przepisów uderza w wieloletnie plany gospodarcze rodzin rolniczych, które nie mają alternatywnych źródeł dochodu - mówi Rajmund Szulc.

W Kujawsko-Pomorskiem chmiel uprawia się od blisko 40 lat w gminie Dobrcz w powiecie bydgoskim. Porasta ponad 6 hektarów. ©

Wstęp nadal zakazany. Czy otworzą rezerwat?

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

-Ogromnie się zawiodłem, gdy „pocałowałem kłamkę” przed wejściem do rezerwatu cisów we Wierchlesie - mówi Czytelnik z Bydgoszczy. - Czy tak już zostanie na zawsze?

- Prawie co weekend jeżdżę z rodziną do lasu, mieszkamy w bloku na osiedlu w Bydgoszczy, potrzebujemy kontaktu z przyrodą - mówi Marek z Bydgoszczy. Na początku października wybrali się do Wierchlasu. - Chciałem zobaczyć rezerwat cisów jesienią. Byłem tam ze 20 lat temu i dobrze pamiętałem ten las, jako wyjątkowo ciemny - wspomina Czytelnik. - Miałem go pokazać żonie i synowi, planowaliśmy tam spędzić całe popołudnie. Nie przewidzieliśmy, że powita nas zakaz wstępu do rezerwatu.

Przez zamieranie sosen

W 2019 r. „Pomorska” informowała, że nadleśnictwo w Zamrzenicy wydało okresowy zakaz wstępu. Początkowo miał obowiązywać do kwietnia 2020 r. - Same cisy mają się świetnie - uspokajał Sebastian Nowak nadleśniczy w Zamrzenicy. - Zakaz ma związek ze stanem sosen, które zagrażają bezpieczeństwu zwiedzających. To naturalny stan, jednak nadwyrężona struktura drzew może spowodować ich upadek w czasie silniejszych podmuchów wiatru, stąd zagrożenie.

Od tamtej pory nic się nie zmieniło. - Szlak został zamknięty w związku z brakiem możliwości zapewnienia bezpieczeństwa osób przebywających na terenie rezerwatu - informuje Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Bydgoszczy. - Zidentyfikowano tam



Od 2019 r. rezerwat cisów im. Leona Wyczółkowskiego we Wierchlesie można podziwiać tylko wirtualnie

dużą ilość posuszu, wywrotów i złomów, co skutkuje bezpośrednim zagrożeniem przewrócenia się drzew lub upadku ich części. Są to naturalne procesy dojrzewania i zamierania drzewostanu w wieku około 200 lat.

Spacer z Krystyną Czubówną

W rezerwacie nie wolno ingerować w naturalne procesy zachodzące w przyrodzie, np. uprzętnąć zamierające sosny. W związku z tym Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu ufundował wirtualny spacer wśród cisów staropolskich we Wierchlesie.

- Strona pozwala na zapoznanie się z walorami przyrodniczymi i historią rezerwatu oraz daje dostęp do bazy filmów i zdjęć. Możliwe jest podziwianie rezerwatu z lotu ptaka, a także zapoznanie się z działalnością i życiem Leona Wyczółkowskiego. Dodatkowo można też sprawdzić swoją wiedzę o rezerwacie - reko-

menduje Dyrekcja. - Lektorka filmów o rezerwacie cisów jest najbardziej znana lektorka filmów przyrodniczych w Polsce - Krystyna Czubówna.

Czy rezerwat pozostanie wirtualny?

- Żal było zawrócić i nie zobaczyć starego, cisowego lasu. Czy już na zawsze pozostanie wirtualny dla zwiedzających? Jakie są perspektywy? - docieka pan Marek.

- Jesteśmy w trakcie aktualizacji planu ochrony dla rezerwatu - odpowiada Karolina Hunkier, rzecznik prasowy Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Bydgoszczy. - W ramach tej dokumentacji zostanie wykonana m.in. analiza możliwości udostępnienia rezerwatu i, jeśli będzie to możliwe, określenie propozycji szlaków turystycznych, ścieżek dydaktycznych oraz miejsc udostępnionych w celach edukacyjnych, turystycznych i rekreacyjnych.

©P

312,71 zł dołożą do prądu

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

312,71 zł miesięcznie - tyle wynosi ryczałt energetyczny, wypłacany przez ZUS. To jedna stawka, niezależna od dochodu. Komu należy się dofinansowanie i jak złożyć wniosek?

Ryczałt energetyczny został stworzony, aby pokryć część kosztów zużycia energii w gospodarstwie domowym. Jest wypłacany przez ZUS i podlega corocznej waloryzacji.

- Do końca września tego roku ZUS wypłacił 4 046 ryczałtów energetycznych, w tym 2 251 bydgoski i 1 795 toruński - informuje Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Taki ryczałt przysługuje m.in.:
● kombatantom i innym osobom uprawnionym,
● żołnierzom zastępczej służby wojskowej przymusowo zatrudnianym w kopalniach węgla, kamieniołomach oraz zakładach pozyskiwania rud uranowych i batalionach budowlanych,
● wdowom lub wdowcom - emerytom i rencistom, pozostałym po kombatantach i innych osobach uprawnionych,

● wdowom po żołnierzach przymusowo zatrudnianych, pobierającym emeryturę lub rentę.

Takie dokumenty trzeba złożyć, żeby dostać dofinansowanie. Wniosek i co jeszcze?

Są to:

● wniosek o przyznanie ryczałtu energetycznego (ZUS-ERK) - dostępny w naszych placówkach lub na stronie www.zus.pl,

● decyzja szefa Urzędu do spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych: stwierdzająca okresy działalności kombatantkiej lub represji w przypadku kombatantów i osób represjonowanych i potwierdzająca uprawnienia jako członka rodziny po kombatancie w przypadku wdów i wdowców,

● zaświadczenie Wojskowej Komendy Uzupełnień, potwierdzające okres i rodzaj przymusowego zatrudnienia w ramach zastępczej służby wojskowej - w przypadku żołnierzy przymusowo zatrudnionych,

● zaświadczenie właściwego organu wojskowego - w przypadku wdów po żołnierzach przymusowo zatrudnionych.

Wniosek o przyznanie ryczałtu energetycznego możesz

złożyć w każdym czasie. Ważne! Gdy ktoś więcej niż jedno świadczenie z ZUS, przysługuje jeden ryczałt energetyczny.

Od decyzji przysługuje odwołanie w formie pisemnej lub ustnej, za pośrednictwem jednostki, która wydała odmowę. Jest kierowane do okręgowego sądu pracy i ubezpieczeń społecznych.

Ile wynosi ryczałt energetyczny i od czego zależy jego wysokość?

Wysokość ryczałtu energetycznego ogłasza w formie komunikatu Szef Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych. Robi to w terminie do 7 dnia roboczego lutego każdego roku. Komunikat ogłaszany jest w dzienniku Urzędowym Rzeczypospolitej Polskiej „Monitor Polski”. Nowa kwota ryczałtu energetycznego obowiązuje od 1 marca danego roku, w 2025 roku wynosi 312,71 zł miesięcznie.

Podstawa prawna

Art. 20 ust. 2 pkt. 3 ustawy z dnia 24 stycznia 1991 r. o kombatantach oraz niektórych osobach będących ofiarami represji wojennych i okresu powojennego (Dz.U. z 2018 r. poz. 276, z późn. zm.).

©P



Nowa kwota ryczałtu obowiązuje od 1.03 i wynosi 312,71 zł miesięcznie, jest niezależna od dochodów.

AUTOREKLAMA

0011430402

Jesień

to dobry czas na odkrywanie

- Podróż po miastach
- Smaki kulinarne regionu
- Weekend w SPA i termach
- Aktywny wypoczynek
- Jeszcze jedna historia

stronapodrozy.pl/przewodnik

Ostatni dzwonek, by starać się o 300 plus

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Tylko do 30 listopada można do ZUS składać wnioski o pieniądze z programu „Dobry start”, czyli popularne 300 plus. Kto nie zdąży w terminie, straci pieniądze.

Od roku szkolnego (2025/2026) wprowadzono zmianę dotyczącą uchodźców z Ukrainy. Świadczenie „300 plus” im przysługuje pod warunkiem, że dziecko uczęszcza do szkoły należącej do polskiego systemu oświaty.

Termin składania wniosków do ZUS upływa 30 listopada. Osoby, które nie zdążyły wysłać formularza w terminie, stracą prawo do otrzymania pieniędzy na wyprawkę szkolną. Wyjątek stanowi jedynie sytuacja, w której dziecko, po ukończeniu 20. roku życia, uzyska orzeczenie o niepełnosprawności po tej dacie - podkreśla Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Jak dodaje, wniosek o świadczenie 300 plus można złożyć online przez: aplikację mZUS, PUE/eZUS, bankowość elektro-

niczną lub portal Emp@tia. Przed wysłaniem dokumentu warto sprawdzić czy poprawnie został wpisany numer PESEL dziecka, nazwa i adres szkoły oraz numer konta w banku.

W regionie do ZUS-u wpłynęło 174,3 tys. wniosków obejmujących 252,3 tys. dzieci. Wyплаты świadczeń osiągnęły łączną wartość blisko 73 mln zł. W całym kraju złożone formularze obejmowały niemal 4,8 mln dzieci, a suma wypłaconych środków wynosi już blisko 1,4 mld zł. Najwięcej wniosków w regionie wpłynęło w Bydgoszczy i powiecie bydgoskim - łącznie 39,9 tys. dokumentów, dotyczących 56,8 tys. dzieci. Do rodzin trafiło już 16,4 mln zł. Duże zainteresowanie programem widać również w Toruniu i powiecie toruńskim, gdzie złożono niemal 27,4 tys. wniosków na 39,3 tys. dzieci, a łączna kwota wypłat sięgnęła prawie 11,4 mln zł. We Włocławku i powiecie włocławskim złożono około 14,8 tys. formularzy na 20,7 tys. dzieci, a rodzice otrzymali 6 mln zł.

Z kolei mieszkańcy powiatu inowrocławskiego przekazali 12,6 tys. dokumentów dotyczących 17,7 tys. dzieci - wypłaty przekroczyły 5,1 mln zł. ©©

Nagroda dla Centrum Onkologii za projekt rekonstrukcji piersi

Adam Szczęśniak
adam.szczesniak@polskapress.pl

Bydgoskie Centrum Onkologii im. prof. Franciszka Łukaszczyka pochwaliło się nagrodą dla Oddziału Nowotworów Piersi i Chirurgii Rekonstrukcyjnej w 8. edycji ogólnopolskiego konkursu „Zdrowa Przyszłość - Inspiracje” organizowanego przez Idea Trade.

Szóste miejsce w tym cennym konkursie na innowacyjne projekty medyczne otrzymał bydgoski projekt „JESTEM nadal tą samą KOBIECĄ - ja po mastektomii” w kategorii „Innowacyjne rozwiązania i produkty poprawiające jakość życia, zdrowia i dostęp do usług”.

Dla poczucia kobiecości

Jak informuje CO, jego projekt ma na celu „poprawę jakości życia kobiet chorych na raka piersi wymagających mastektomii poprzez aktywną promocję i wdrażanie możliwości jed-

noczasowego (tzn. podczas jednej operacji - red.) leczenia odwróconego wyniosłości piersi - rozwiązania, które pozwala zachować poczucie kobiecości i znacząco wpływa na komfort życia po leczeniu onkologicznym”.

Dodajmy, że mastektomia to zabieg chirurgiczny polegający na usunięciu jednej lub obu piersi w całości lub częściowo, najczęściej w celach leczniczych lub profilaktycznych związanych z rakiem piersi.

Pacjentki są inspiracją

Dzięki zaangażowaniu całego zespołu Oddziału Nowotworów Piersi i Chirurgii Rekonstrukcyjnej udało się zwiększyć odsetek pacjentek korzystających z leczenia rekonstrukcyjnego, zidentyfikować bariery ograniczające dostęp do takiej terapii oraz opracować skuteczną strategię poprawy tej sytuacji.

W ciągu ostatnich lat odsetek wykonywanych zabiegów rekonstrukcyjnych w bydgoskim ośrodku wzrósł z 15-18 do 29 procent.



Nagrodę w Warszawie odebrali (od lewej): prof. dr hab. n. med. Janusz Kowalewski, dyrektor CO, dr n. med. Marta Drzewiecka-Kłysz - chirurg, członek zespołu i dr hab. n. med. Tomasz Nowikiewicz, prof. UM, koordynator oddziału i szef projektu.

„To realna zmiana, za którą stoją empatia, wiedza i innowacja. Serdecznie dziękujemy Kapitulie Konkursu za wyróżnienie oraz wszystkim Pacjentkom, które są dla nas największą inspiracją do działania” - informuje Centrum Onkologii.

Nagrodę podczas uroczystej gali w Państwowym Instytucie

Medycznym MSWiA w Warszawie odebrali prof. dr hab. n. med. Janusz Kowalewski, dyrektor Centrum Onkologii, dr hab. n. med. Tomasz Nowikiewicz, prof. UM, koordynator oddziału i szef projektu oraz dr n. med. Marta Drzewiecka-Kłysz - chirurg, członek zespołu. ©©

REKLAMA

0011432907



PAMIĘTAJ:

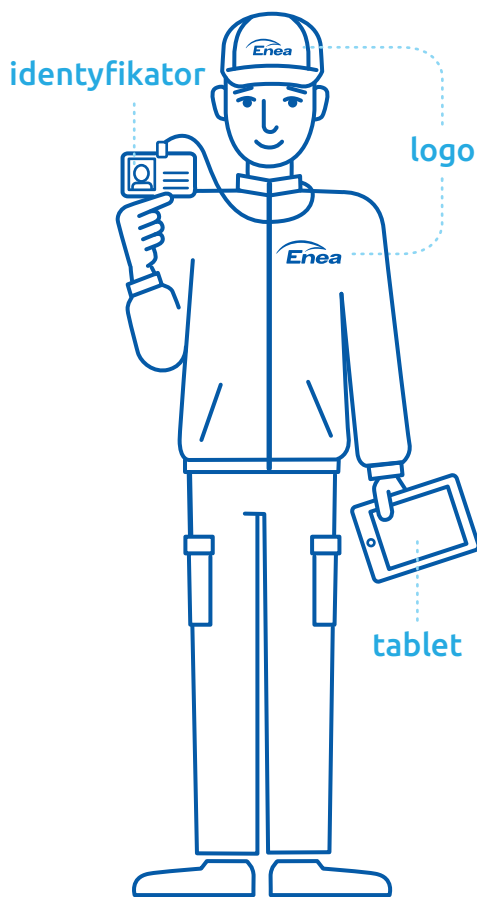
- Inkasent Enei Operator nigdy **nie pobiera opłat** za rachunki!
 - Elektromonterzy **nie pobierają opłat** za wymianę licznika i inne prace techniczne!
 - Enea Operator **nie zatrudnia** przedstawicieli handlowych.
- Bądź czujny!** Jeśli ktoś podaje się za przedstawiciela handlowego naszej spółki, **nie wpuszczaj** tej osoby do domu.
- Jeśli do Twoich drzwi zapuka ktoś, kto poda się za pracownika Enei Operator i będzie chciał przedstawić Ci ofertę lub pobrać opłatę za energię, nie wpuszczaj takiej osoby do domu.

Zgłoś ten fakt

☎ **48 61 850 40 00**

lub kontakt@operator.enea.pl

Seniorze, bądź świadomym i bezpiecznym konsumentem



ENERGIA ELEKTRYCZNA JEST BEZPIECZNA, ALE...

- Nie naprawiaj przepalonych bezpieczników. Zawsze wymieniaj je na nowe.
- Nie używaj uszkodzonych urządzeń elektrycznych.
- Nie wykonuj prowizorycznych połączeń instalacji elektrycznych. Zwróć się o pomoc do fachowca.
- Zwracaj uwagę czy kable elektryczne nie są zbyt rozgrzane. W wyniku nadmiernego obciążenia instalacji przegrzewają się i mogą się stopić.
- Nie podłączaj jednocześnie do jednego gniazdka np. opiekacza, żelazka i czajnika - może to spowodować duże obciążenie instalacji.
- Dbaj o stan instalacji elektrycznej. Obluzowane gniazdka elektryczne mogą doprowadzić do zwarcia i w konsekwencji do pożaru.
- Nie ustawiaj telewizora i radia na regałach, które nie mają odpowiedniej wentylacji. Nagrzanie zakurzonych przedmiotów grozi pożarem.
- W przypadku zagrożenia, odetnij dopływ prądu do urządzeń elektrycznych, wyłączając bezpieczniki.
- Nie ustawiaj elektrycznych urządzeń grzewczych (np. farelki) w pobliżu firanek czy zasłon.
- W czasie burzy wyłączaj urządzenia elektryczne: telewizor, komputer, itp.
- Nie zostawiaj włączonej kuchni i żelazka.
- Zwróć uwagę czy urządzenia elektryczne nie są ustawione w pobliżu np. kranu z wodą. Pamiętaj! Urządzeń pod napięciem nie gasimy wodą!
- Używaj tylko urządzeń ze znakiem CE.
- Zlecaj przeglądy techniczne urządzeń elektrycznych osobom uprawnionym.

Enea Operator - dbamy o niezawodność dostaw i jakość energii elektrycznej!

Sporem o 210 mln złotych ma zająć się sąd

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego złożyło w toruńskim Sądzie Rejonowym pozew przeciwko Fundacji Lux Veritas o zwrot 210 mln zł z odsetkami na rzecz Skarbu Państwa.

Muzeum „Pamięć i Tożsamość” imienia św. Jana Pawła II działa - w niepełnym zakresie - przy Drożdzie Starotoruńskiej w Toruniu. Zostało otwarte 19 października 2023 roku. Za tym przedsięwzięciem stoi Fundacja Lux Veritatis, której prezesem jest założyciel i dyrektor Radia Maryja ojciec Tadeusz Rydzyk.

Muzeum „Pamięć i Tożsamość” to państwowa instytucja kultury. Powstała w 2018 roku, czyli w czasach rządów PiS. Utworzyło ją Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, reprezentowane przez ówczesnego wicepremiera i ministra kultury Piotra Glińskiego, oraz Fundacja Lux Veritatis.

Budowa muzeum kosztowała budżet MKiDN, czyli w praktyce budżet państwa, ponad 200 mln zł. Po zmianie władzy w Polsce i przejęciu jej przez koalicję KO-Polska 2050-Lewica-



Za przedsięwzięciami stoi Fundacja Lux Veritatis, której prezesem jest ojciec Tadeusz Rydzyk, założyciel Radia Maryja

PSL, ministerstwo rozpoczęło zabiegi o zwrot tych nakładów. Sprawa trafiła do sądu. Stronom nie udało się zawrzeć ugody. Konsekwencją jest pozew o unieważnienie umów między resortem kultury a LUX Veritatis oraz zasądzenie kwoty 210 mln zł z odsetkami na rzecz Skarbu Państwa. Został złożony do Sądu Okręgowego w Toruniu.

Lux Veritatis: „celem jest likwidacja muzeum...”

Jak jest reakcja Fundacji Lux Veritatis na pozew złożony przez MKiDN? Jej pełnomocnik - cytowany przez stronę internetową Radia Maryja - mecenas Karol Prawda przypomina, że podobny pozew MKiDN złożyło w grudniu 2024 roku. Wskazuje, że został on zwrócony resortowi kultury z po-

wodu braków formalnych oraz bardzo poważnych błędów merytorycznych.

- Unieważnienie umowy jest po to, żeby zlikwidować to muzeum. Po prostu. I w każdym z tych wystąpień ta argumentacja jest zbliżona. Formuła „nieważność umowy” jest powtarzana uporczywie, w taki bardzo dobitny sposób. Natomiast w mojej ocenie, jako prawnika, argumentów natury prawnej, czy nawet faktycznej, absolutnie tutaj nie ma. To żądanie jest bezzasadne. Nie chodzi tu o kwestie finansowe. Majątek należy do muzeum jako państwowej instytucji kultury podległej ministerstwu. W razie likwidacji placówki nakłady przechodzą na Skarb Państwa, więc resort nie ponosi strat. Po wygaśnięciu umowy

użytkowania wieczystego nieruchomości także wracają do Skarbu Państwa. Budynki w sensie finansowym, w sensie bilansowym, stanowią własność tego niezależnego podmiotu. W sensie finansowym właścicielem tych nakładów jest muzeum, a nie fundacja, a idzie się o zwrot tych pieniędzy do fundacji. Fundacja zawsze była gotowa do rozmów, nadal jest gotowa, sprawę można polubownie zamknąć, tak to widzę, nawet teraz, po wniesieniu tego pozwu - stwierdził Karol Prawda.

Pod koniec października ojciec Rydzyk zainicjował zbórkę podpisów pod apelem „w obronie Muzeum „Pamięć i Tożsamość”. Jest ich około 500 tysięcy. Zbiórka trwa.

Bez wystawy stałej

W Muzeum „Pamięć i Tożsamość” organizowane są koncerty, seanse filmowe, konferencje, warsztaty, uroczystości rocznicowe, wystawy czasowe. Nadal nieukończona jest wystawa stała. Przedstawione mają na niej zostać dzieje Polski od chrześcijańskich początków po współczesność, widzianych poprzez pryzmat aksjologii św. Jana Pawła II. W ostatnich miesiącach kilka razy zorganizowane zostały wy-

cieżki, podczas których prezentowane były prace nad wystawą stałą. - Zatrzymali nam na samym finiszu realizację wystawy stałej. Cały czas nekają nas - mówił ojciec Tadeusz Rydzyk podczas zorganizowanego w muzeum z okazji Święta Niepodległości koncertu. Na myśli miał on brak wsparcia dla placówki ze strony obecnego MKiDN.

Kwestię tworzenia instytucji badała Najwyższa Izba Kontroli. Informację o wynikach kontroli, podaną we wrześniu br., zatytułowała „Muzeum „Pamięć i Tożsamość” - państwowa instytucja na prywatnej działce”. W ocenie NIK niemal samodzielnie sfinansowana i współprowadzona przez państwo instytucja kultury, jaką jest muzeum, „może stać się w stosunkowo krótkim czasie w całości własnością prywatną”. W wynikach kontroli wytknięto, że w 2018 roku ówczesne MKiDN zawarło umowę z Lux Veritatis, chociaż fundacja nie miała żadnego doświadczenia w działalności muzealnej oraz eksponatów do takiej placówki.

NIK podała, że do czasu zakończenia kontroli MKiDN wydało na budowę muzeum w Toruniu niemal 149 mln zł, czyli ponad dwa razy więcej niż pier-

wotnie zakładano. Do tego doszło ponad 57 mln zł na opracowanie założeń i kompleksową realizację wystawy stałej. To wsparcie NIK uznała za nielegalne, bo umowa z 2018 roku go nie przewidywała.

Poza tym cztery dni po wyborach do Sejmu, które odbyły się 19.10.2023 roku, umowa została aneksowana. Pojawił się w niej też nowy zapis - każdy kolejny minister kultury został zobowiązany do przekazywania Fundacji Lux Veritatis nie mniej niż 15 mln zł rocznie przez 4 kolejne lata. - W związku z wynikami kontroli Izba złożyła zawiadomienie do prokuratury o podejrzeniu popełnienia przestępstwa przez byłego ministra kultury. Wśród zarzutów jest przekroczenie uprawnień, działanie na szkodę interesu publicznego i wyrządzenie Skarbowi Państwa szkody na ponad 57 mln zł - czytamy w podsumowaniu kontroli.

Ojciec Tadeusz Rydzyk poinformował w poniedziałek w Radiu Maryja, że został wezwany do prokuratury na przesłuchanie w sprawie Muzeum „Pamięć i Tożsamość” im. św. Jana Pawła II na 8 grudnia, czyli w dniu, w którym przypada 34. rocznica powstania rozgłośni.

©@

Rektorki z całej Polski gościły na toruńskim UMK. Chcą zwrócić uwagę na siłę kobiet w świecie akademickim

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

Niemal sto rektorek, prorektorek i liderek uczelni z całego kraju przyjechało do grodu Kopernika, by wspólnie rozmawiać o przywództwie, współpracy i przyszłości polskiej nauki.

Pierwszy Zjazd Rektorek, który odbył się w Collegium Maximum Uniwersytetu Mikołaja Kopernika okazał się nie tylko frekwencyjnym sukcesem, ale i wydarzeniem symbolicznym - pokazującym, że kobiety coraz śmielej kształtują kierunki rozwoju szkolnictwa wyższego.

- Panie prorektorki na każdym kroku pokazują, jak wiele mają do powiedzenia i jak dużo wnoszą cennych pomysłów - mówił podczas otwarcia spotkania rektor UMK, prof. dr hab. Andrzej Tretyn, witając uczestniczki zjazdu.

Kobiety na czele uczelni

Dane mówią same za siebie: w obecnej kadencji (2024-2028) aż 12 uczelni akademickich w Polsce prowadzą kobiety:



W obecnej kadencji (2024-2028) aż 12 uczelni akademickich w Polsce prowadzą kobiety, a w szkołach zawodowych - kolejne 10

a w szkołach zawodowych - kolejne 10. W strukturach Konferencji Rektorów Uniwersytetów Polskich zasiadają dwie rektorki i aż 39 prorektorek. Jak podkreślała dr hab. Magdalena Barwiołek, prof. UMK, prorektorka ds. kontaktów międzynarodowych i współorganizatorka wydarzenia, to właśnie teraz nadszedł moment, by połączyć doświadczenia i głosy kobiet-liderek:

Frekwencja przerosła nasze oczekiwania - widać, że to spotkanie było bardzo potrzebne - podkreślała prof. Barwiołek. Dodała, inicjatywa nie ma charakteru rywalizacyjnego, lecz integracyjny: - Nie działamy „przeciwko” komuś. Chcemy budować sieć wsparcia, inspirować się wzajemnie i wzmacniać nasze uczelnie. Choć pochodzimy z różnych środowisk,

wyzwania mamy podobne - warto więc wspólnie szukać rozwiązań.

Dyskusje, inspiracje i plany na przyszłość

Podczas zjazdu uczestniczki debatowały nad sposobami wzmocnienia roli kobiet w zarządzaniu uczelniami oraz możliwościami tworzenia sieci współpracy między instytu-

cjami. Padły konkretne pomysły - m.in. utworzenie stowarzyszenia rektorek i prorektorek polskich szkół wyższych, które miałyby zajmować się wyznaczaniem kierunków rozwoju szkolnictwa wyższego, a także promowaniem kobiet w nauce i zarządzaniu.

Uczestniczki zadeklarowały również chęć organizowania cyklicznych spotkań w kolejnych

miastach akademickich, tak by zjazd stał się trwałą platformą współpracy i wymiany doświadczeń.

Za organizacją Pierwszego Zjazdu Rektorek stał zespół liderki z różnych ośrodków akademickich w kraju:

● dr hab. Magdalena Barwiołek, prof. UMK - prorektorka UMK, współinicjatorka wydarzenia,

● dr Anna Budzanowska - była wiceministra nauki,

● prof. dr hab. Barbara Janowska - rektorka Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu,

● dr hab. Anna Jurkowska-Zeidler, prof. UG - prorektorka Uniwersytetu Gdańskiego,

● prof. dr hab. Bogusława Kaniewska - rektorka Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu,

● dr Bianka Siwińska - prezeska Fundacji Edukacyjnej Perspektywy,

● dr hab. Lucyna Woźniak - prorektorka Uniwersytetu Medycznego w Łodzi,

● dr hab. Danuta Zawadzka, prof. PK - rektorka Politechniki Koszalińskiej.

©@

Wieś potrafi zachwycać, inspirować i przyciągać spragnionych piękna natury

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Mistrzowie Agro to nie tylko plebiscyt, ale także opowieść o ludziach, którzy swoją pracą, pasją i zaangażowaniem tworzą coś wyjątkowego na polskiej wsi. Dzięki nim potrafi zachwycać, inspirować i przyciągać.

Po raz kolejny - najpierw w powiatach i regionach, a później w skali województwa i całego kraju - zostaną przyznane zaszczytne tytuły dla sołtysów, rolników, liderów społeczności i kół gospodyń wiejskich. O nagrody i wielką promocję powalczą również gospodarstwa agroturystyczne oraz sołectwa. Nowością są nagrody dla nad-

leśniczych. a To wszystko czeka na uczestników akcji Mistrzowie Agro. To jeden z najstarszych i najbardziej prestiżowych plebiscytów organizowanych przez Polska Press. Wy różniamy w nim ludzi, którzy z pasją i zaangażowaniem pracują na rzecz naszego rolnictwa i obszarów wiejskich. Bo polska wieś to nie tylko pola i gospo-

darstwa - to wspólnoty, które żyją pełnią życia. To ludzie, którzy z dumą pielęgnują tradycję, ale też otwierają się na nowoczesność i rozwój; rozkręcają koła gospodyń wiejskich czy gospodarstwa agroturystyczne, w których gościnność jest sztuką. Poznajcie kolejnych uczestników akcji Mistrzowie Agro 2025.

I tak to się właśnie zaczęło. To był świadomy wybór za namową mieszkańców wsi, wspomina pani Agnieszka

Agnieszka Krzemień (sołectwo Zelgno, gmina Chełmża) mówi, że lubi przebywać z ludźmi. Lubi także organizować różne małe i duże przedsięwzięcia.

Tradycyjnie w plebiscycie Mistrzowie Agro zostaną nagrodzeni sołtysi, czyli przedstawiciele pierwszego szczebla samorządu, reprezentanci gminy w sołectwach. Niektórzy są wybierani na swoją funkcję od wielu lat, inni zyskali poparcie w ostatnich wyborach.

Jedną z uczestniczek naszej akcji w kategorii Sołtys Roku jest Agnieszka Krzemień (sołectwo Zelgno, gmina Chełmża).



- Moja historia z działalnością zaczęła się od tego, że przez ostatnie 14 lat byłam członkiem rady dolekiej. Należę też do koła gospodyń wiejskich w Zelgnie oraz ochotniczej straży pożarnej w Zelgnie. I tak to się właśnie zaczęło. To był świadomy wybór za namową mieszkańców wsi - wspomina.

Największą satysfakcję sprawia Jej praca ze społecznością. - Lubię przebywać z ludźmi oraz lubię organizować różne małe i duże przedsięwzięcia - imprezy wiejskie, na przykład dożynki, wycieczki, zabawy - opowiada. Po pracy - zarówno zawodowej, jak społecznej - czas spędza w ogrodzie.

„Cześć! Jestem sołtysem Bysławka, najmłodszy w powiecie tucholskim” - przedstawia się pan Mateusz

Mateusz Jochim (sołectwo Bysławek, gmina Lubiewo) wraz z radą stara się, aby ich wieś stawała się coraz to lepsza i przyjemniejsza do życia. Poświęca czas, aby jezioro, plac zabaw, świetlica, boisko, chodniki, remiza, tereny zielone oraz cała infrastruktura była coraz to lepsza.

- Od najmłodszych lat angażowałem się w życie naszej wsi. Paręnaście lat byłem ministrantem w miejscowym klasztorze, przynależałem do młodzieżowej drużyny pożarniczej. To



spowodowało że związałem się z naszym Bysławkiem. Przyszedł mi pomysł, aby wystarto-

wać i tak też zrobiłem - wspomina swoją decyzję o wystartowaniu w wyborach na sołtysa.

Ten młody, ambitny i nastawiony na rozwój człowiek przekazuje nam, że największą satysfakcję sprawiają Mu spokój i piękno natury. - Uwielbiam nasze jeziora i lasy - dodaje.

Nie samą pracą jednak sołtys żyje, musi mieć też czas na swoje hobby, odpoczynek i naładowanie życiowych baterii. - Moją pasją jest fotografia. Lubię wyjść na fotowycieczkę. Gdy pozwoli czas, to czytam sporo miejscowych artykułów - opowiada Mateusz Jochim (sołectwo Bysławek, gmina Lubiewo).

Mistrzowie AGRO

Liderzy w skali województwa we wszystkich kategoriach

SOŁTYS ROKU

1. **Robert Przybył**, Sołectwo Żygląd, gmina Papowo Biskupie
2. **Anna Podlewska**, Sołectwo Gradowo, gmina Piotrków Kujawski
3. **Monika Górniewicz**, Sołectwo Wszedzień, gmina Mogilno
4. **Patrycja Kasprzak**, Sołectwo Kiełbasin, gmina Chełmża
5. **Wiktoria Szczucka-Kriese**, Sołectwo Słup, gmina Szubin

ROLNIK ROKU

1. **Karol Pawelec**, Szczawno
2. **Waldemar Gilas**, Radłowo
3. **Mariusz Balcerzak**, Pruszcz
4. **Piotr Florkowski**, Gajewo
5. **Weronika i Konrad Janeczko**, Wałdowo

LIDERKA/LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU

1. **Hanna i Roman Lewandowscy**, Jastrzębie
2. **Krzysztof Ksobiak**, Występ, Zakład Karmy w Potulicach
3. **Ilona Sawicka**, Piórkowo, KGW Piórkowo
4. **Robert Przybył**, Żygląd, sołtys wsi Żygląd
5. **Paulina Topczyńska**, Szonowo Szlacheckie

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU

1. **KGW Piórkowianki**, Piórkowo, gmina Radomin
2. **KGW Cukrowianki**, Chełmca-Cukrownia, gmina Fabianki
3. **KGW Kurzejewo**, gmina Warlubie
4. **KGW Grzybno**, gmina Bobrowo
5. **KGW Salno**, gmina Koronowo

NADLEŚNICZY ROKU

1. **Grzegorz Gust**, Nadleśnictwo Szubin
2. **Karol Pawlicki**, Nadleśnictwo Dąbrowa
3. **Henryk Kapusta**, Nadleśnictwo Jamy

AGROTURYSTYKA ROKU

1. **Kraina Dolnej Wisły**, Złota Wieś
2. **Ranczo Rogowo**, Rogowo
3. **Uroczysko Lutówko**, Lutówko
4. **Agroturystyka Nad Jeziorem Jolanta Went**, Kłoczek
5. **Szumi Brzoza**, Osieczek

SOŁECTWO ROKU

1. **Sołectwo Piotrowo**, gmina Kcynia
2. **Sołectwo Procyń**, gmina Mogilno
3. **Sołectwo Knieja**, gmina Barcin
4. **Sołectwo Kozłowo**, gmina Łasin
5. **Sołectwo Galonki**, gmina Topólka

Pełne aktualne wyniki głosowania znajdziesz na:

www.pomorska.pl/agro

Patroni honorowi:

Partnerzy plebiscytu:

Patronat regionalny:

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

ŁÓDŹ

Wyludzili w internecie 1,4 mln zł

O skierowaniu liczącego 365 stron aktu oskarżenia przeciwko parze internetowych oszustów poinformował we wtorek rzecznik Prokuratury Regionalnej w Łodzi Krzysztof Kopania.

34-letniej kobiecie i jej 36-letniemu partnerowi prokuratura zarzuciła dokonanie wyludzeń łącznie 1,4 mln zł od 1338 osób. Oskarżeni wykorzystali do tego celu 26 fałszywych sklepów internetowych. Zakładając je, podszywali się pod firmy mające pozytywne opinie internautów.

Używali też danych osobowych pozyskanych podstępnie od ok. 40 osób. Będą także odpowiadać za pranie brudnych pieniędzy.

Para poznała się w zakładzie karnym i z popełnianych przestępstw uczyniła sobie stałe źródło dochodu.

Oboje zostali zatrzymani w 2024 r., gdy składali wnioski o założenie kolejnych rachunków bankowych.

Podczas przesłuchań oskarżeni przyznali się do stawianych zarzutów. PAP

WARSZAWA

Zderzenie tramwajów i autobusu



Wczoraj o godz. 7.50 na alei Solidarności w Warszawie doszło do wypadku. Zderzyły się tam tramwaj przejazdu technicznego i tramwaj linii 4 z autobusem 160. W wypadku poszkodowane zostały 23 osoby - 17 zostało hospitalizowanych, a 6 przebadano na miejscu.

GÓJSK

Rodzic zaatakował dyrektorkę

Do zatrzymania 39-latką doszło w szkole podstawowej w miejscowości Gójsk w poniedziałek po południu, gdy odbywało się tam zebranie rodziców. Mężczyzna, który zakłócał przebieg zebrania, został z niego wyproszony. To wzbudziło jego agresję. Uderzył w twarz jedną z matek, a następnie popchnął dyrektorkę placówki, która się przewróciła. Obie kobiety

w wieku 41 i 55 lat trafiły do szpitala. Po badaniach zostały wypisane do domu. Po zatrzymaniu mężczyzny okazało się, że ma on 0,8 promila alkoholu w organizmie; ustalono też, że wcześniej na terenie szkoły uszkodził dwa samochody.

Agresor został zatrzymany przez policję, trwa także wyjaśnianie okoliczności zdarzenia. PAP

MOTORYZACJA

W pierwszych trzech kwartałach 2025 roku pojazdy elektryczne i hybrydowe osiągnęły blisko 60 proc. udziału w nowych rejestracjach w Polsce - wynika z najnowszego Raportu PZPM i KPMG. Według raportu w ciągu dziewięciu miesięcy tego roku w Polsce zarejestrowano 26 tys. osobowych samochodów elektrycznych, co oznacza ponad dwukrotny wzrost (107,5 proc.) w porównaniu z rokiem 2024.

Włodzimierz Czarzasty nowym marszałkiem Sejmu

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Za wyborem Włodzimierza Czarzastego na nowego marszałka głosowało 236 posłów, przeciw było 209, a od głosu wstrzymały się dwie osoby.

We wtorek, 18 listopada, rozpoczęło się czterodniowe posiedzenie Sejmu. Jednym z jego najważniejszych punktów był wybór nowego marszałka izby. Lider Nowej Lewicy Włodzimierz Czarzasty zastąpi na tej funkcji od początku bieżącej kadencji Sejmu Szymona Hołownię.

Posel Krzysztof Gawkowski, przedstawiając sylwetkę Włodzimierza Czarzastego, przypomniał najważniejsze momenty z życia polityka Nowej Lewicy.

W tym samym czasie posłowie PiS krzykeli „precz z komuną”, a następnie na chwilę wyszli z sali plenarnej.

Po wystąpieniu Gawkowskiego głos zabrali przedstawiciele klubów poselskich.

Przemysław Czarnek (PiS) skrytykował postawę polityka Lewicy sprzed lat.

W kontrze do tych słów wystąpił w imieniu KO poseł Jarosław Urbaniak.

Jak głosowali posłowie?

Za wyborem Włodzimierza Czarzastego na nowego mar-



Po wyborze na stanowisko marszałka Włodzimierz Czarzasty podziękował posłom koalicji za poparcie

szalka Sejmu głosowało 236 posłów, przeciw było 209, a od głosu wstrzymały się dwie osoby. Większość bezwzględna wyniosła w tym głosowaniu 224 posłów.

Po wyborze na stanowisko sam Czarzasty podziękował za poparcie posłom koalicji. - Chcę jasno powiedzieć: jestem członkiem tej koalicji, wspieram tę koalicję i będę twardym, lojalnym, przewidywalnym elementem tej koalicji - zadeklarował nowy marszałek Sejmu.

Podziękował też posłankom i posłom za głosowanie.

”

Wszystko wskazuje na to, że ten, można powiedzieć, wręcz zamach terrorystyczny, był inicjowany przez służby specjalne wschodu

Jacek Dobrzyński rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych

skiego, prezydenta Lecha Ka-
czyńskiego i Jana Pawła II.

Zapis o przekazaniu Czarzastemu fotela marszałka w drugiej połowie kadencji znalazł się w umowie koalicyjnej podpisanej 10 listopada 2023 r. „Po 18 latach Lewica wraca do współrządzenia. Chcę wam powiedzieć, że nikt nam tego nie zabierze. Nasze postulaty będą wprowadzane w życie, bo po to jest partia i formacja, żeby zdobywać władzę” - powiedział Czarzasty podczas wieczoru wyborczego 15 października 2023 r.

Lewica wraca po 20 latach

Czarzasty będzie pierwszym od 20 lat lewicowym politykiem, który obejmie fotel marszałka. Poprzednim był w 2005 r. Włodzimierz Cimoszewicz, ostatni marszałek Sejmu IV kadencji (2001-2005). W tej samej kadencji marszałkami z ramienia SLD byli także Marek Borowski i Józef Oleksy, przy czym Oleksy pełnił tę funkcję także w latach 1993-1995, w trakcie II kadencji Sejmu.

Z sondażu Instytutu Badań Pollster, opublikowanego we wtorek w „Super Expressie” wynikało, że większość Polaków (55 proc.) nie chce, by współprzewodniczący Nowej Lewicy i obecny wicemarszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty został marszałkiem izby niższej. Odmienne zdanie wyraziło 45 proc. badanych.

Rozpoczął urzędowanie

Po objęciu funkcji marszałka Czarzasty uczcił pamięć parlamentarzystów, którzy zginęli podczas II wojny światowej i w katastrofie smoleńskiej. Złożył też kwiaty przed tablicami upamiętniającymi marszałka Sejmu Macieja Płażyń-

Donald Tusk: Ustaliliśmy dane dwóch podejrzanych. To obywatele Ukrainy pracujący dla Rosji

Oprac. Anna Nagel
Mika, Warszawa

Premier Donald Tusk wygłosił w Sejmie informację nt. przebiegu porannego rządowego Komitetu ds. Bezpieczeństwa Narodowego ws. incydentów, do których doszło na trasie Warszawa - Lublin.

Premier Donald Tusk poinformował, że służby ustaliły podejrzanych o akty dywersji na torach. - To obywatele Ukra-

iny pracujący dla Rosji. Trwają czynności. Z oczywistych powodów nie mogę podać ich personaliów - powiedział.

We wtorkowym posiedzeniu udział wzięli m.in. premier, wicepremierzy, ministrowie oraz dowódcy wojskowi, szefowie służb i przedstawiciel prezydenta. Posiedzenie miało związek z incydentami, do których doszło na trasie Warszawa - Lublin. W wyniku pierwszego z nich zniszczono fragment torów

w pobliżu stacji PKP Mika w powiecie garwolińskim na Mazowszu. Z kolei w pobliżu miejscowości Gołęb w powiecie puławskim na Lubelszczyźnie, z powodu uszkodzonej linii kolejowej, do gwałtownego hamowania został zmuszony maszynista pociągu wiozącego 475 pasażerów. Nikomu nic się nie stało.

Szef MSWiA Marcin Kierwiński poinformował w poniedziałek, że incydenty są

wyjaśniane przez służby. Minister koordynator służb specjalnych Tomasz Siemoniak zapewnił, że do wyjaśnienia sprawy zostali skierowani najlepsi funkcjonariusze i eksperci służb specjalnych. Podkreślił, że prawdopodobieństwo, że dzieje się to na zlecenie obcych służb, jest bardzo wysokie. - Doprowadzimy do tego, żeby sprawców i zlecniodawców zamachu postawić przed sądem w Polsce - podkreślił. PAP

Zaginęła dziennikarka. Znana była z relacjonowania pandemii COVID-19

Grzegorz Kuczyński
Chiny

Organizacja Reporterzy bez Granic (RSF) wyraziła we wtorek zaniepokojenie w związku z zaginięciem chińskiej dziennikarki Zhang Zhan.

Jak wynika z relacji RSF, prawnik dziennikarki próbował odwiedzić ją w areszcie śledczym w szanghajskiej dzielnicy Pudong w poniedziałek, 17 listopada. Odmówiono mu, a rodzinę poinformowano, że Zhang została przeniesiona do innej placówki w celu odbycia kary. Władze nie ujawniły jej lokalizacji i zakazują wszelkich wizyt, co budzi obawy o bezpieczeństwo kobiety – zwróciła uwagę RSF. Rodzina do dziś nie otrzymała oficjalnych dokumentów dotyczących wyroku, który zapadł we wrześniu.

„Odmawiając ujawnienia informacji o nowym miejscu zatrzymania (Zhang), chińskie władze de facto poddają ją przymusowemu zaginięciu” – oświadczył Antoine Bernard, dyrektor ds. rzecznictwa i pomocy w RSF.

Wezwał społeczność międzynarodową do zapewnienia, że Pekin ujawni lokalizację dziennikarki i zaprzestanie jej prześladowania.

To już drugi wyrok więzienia dla Zhang. Kobieta dwa miesiące temu została skazana na cztery lata pod zarzutem „wszczynania kłótni i prowokowania zwad”.

Wcześniej, w maju 2020 roku, aresztowano ją za relacjonowanie początków pandemii COVID-19 w Wuhanie i skazano na cztery lata pod tym samym zarzutem. PAP



FOT. KIN CHEUNG/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Za relacjonowanie początków pandemii COVID-19 chińska dziennikarka odsiedziała 4 lata w więzieniu

Oprac. Karolina Wrońska
Turcja

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski powiadomił, że po wtorkowej wizycie w Hiszpanii planuje udać się w środę do Turcji, gdzie będzie pracował nad wznowieniem wymiany jeńców z Rosją.

„Dzisiaj odbędą się spotkania w Hiszpanii, do których długo się przygotowaliśmy, i liczymy, że kolejny silny kraj będzie bardziej pomagał chronić życie i przybliżać koniec wojny (z Rosją). Pracujemy nad tym, aby spotkanie z premierem Hiszpanii (Pedro) Sanchezem przyniosło porozumienia, które dadzą nam więcej siły. Każdego dnia w stosunkach z partnerami musi być (pozytywny) wynik dla Ukrainy” – napisał Zełenski we wtorek w komunikatorze Telegram.

Na środę zaplanowano wizytę prezydenta Ukrainy w Turcji. „Przygotowujemy się do intensyfikacji negocjacji



FOT. ADAM JANKOWSKI

Trwa ofensywa dyplomatyczna Wołodymyra Zełenskiego. Po wizytach w Grecji (niedziela), Francji (poniedziałek) i Hiszpanii (wtorek) dziś czekają go spotkania w Turcji

i mamy wypracowane rozwiązania, które proponujemy partnerom. Przybliżenie końca wojny wszelkimi siłami jest priorytetem Ukrainy. Pracujemy również nad wznowieniem wymiany i powrotem jeńców (z Rosji)” – powiadomił Zełenski.

Specjalny wysłannik USA do spraw misji pokojowych Steve Witkoff odwiedzi Turcję w środę i weźmie udział w zaplanowanych rozmowach z prezydentem Ukrainy Wo-

łodymyrem Zełenskim – podała we wtorek agencja Reutera, powołując się na informatora z Turcji.

Wcześniej, w sobotę (15 listopada), agencja Interfax Ukraina przekazała, że sekretarz Rady Bezpieczeństwa Narodowego i Obrony (RBNiO) Ukrainy Rustem Umierow przeprowadził w Turcji i Zjednoczonych Emiratach Arabskich, przy wsparciu partnerów, konsultacje w sprawie wznowienia procesu wymiany

i uwalniania Ukraińców z rosyjskiej niewoli.

„W wyniku tych negocjacji strony zgodziły się na powrót do porozumień stambulskich. Dotyczy to uwolnienia 1200 Ukraińców” – napisał w oświadczeniu Umierow. Sekretarz RBNiO rozpoczął wizytę do Turcji 11 listopada.

Przypomnijmy – w niedzielę Zełenski przyjechał do Aten, aby sfinalizować umowę w sprawie dostaw gazu przed sezonem zimowym. Cytowane przez AFP greckie źródła rządowe podały, że Ukraina i Grecja podpisały umowę o dostawach skroplonego gazu ziemnego (LNG) do Kijowa w okresie od grudnia 2025 do marca 2026 roku.

W poniedziałek Wołodymyr Zełenski spotkał się z prezydentem Francji Emmanuelem Macronem. Przywódcy obu krajów rozmawiali m.in. o potrzebach wojskowych Kijowa i współpracy przemysłów obronnych. Podpisali także list intencyjny w sprawie zakupu w przyszłości przez Ukrainę do 100 francuskich samolotów Rafale. PAP

REKLAMA

0011433290



OBWIESZCZENIE PRREZYDENTA Miasta Bydgoszczy z dnia 17.11.2025 r.

o wydaniu decyzji zezwalającej na realizację inwestycji drogowej

Zgodnie z art. 11f. ust. 3 Ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity: Dz. U. z 2024 r., poz. 311) zawiadamia się o wydaniu decyzji nr 9/2025 z dnia 14.11.2025 r., znak: WAB-II.6740.387.2025.MM, dla Prezydenta Miasta Bydgoszczy będącego Zarządcą Drogi reprezentowanego przez pełnomocnika Pana Macieja Gusta – zastępcę Dyrektora ds. Inwestycji Drogowych Zarządu Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy, postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Budowa infrastruktury rowerowej w ciągu ulic: Krasińskiego, Markwarta, Sierki, Moniuszki, Skłodowskiej-Curie i Łęczyckiej w Bydgoszczy”.

Inwestycja swym zakresem obejmuje:

- rozbudowę ulic w związku z budową dróg dla rowerów oraz dróg dla pieszych wraz z infrastrukturą towarzyszącą;
- przebudowę dróg dla pieszych oraz dróg dla rowerów;
- przebudowę skrzyżowań wraz z niezbędnym dowiązaniem układu drogowego;
- przebudowę oraz budowę zatok autobusowych;
- przebudowę zjazdów do działek przyległych do obszaru opracowania;
- rozbiorów nawierzchni w niezbędnym zakresie;
- wycinkę kolidującej zieleni.

Oznaczenie nieruchomości lub ich części, objętych wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu

na realizację przedmiotowej inwestycji drogowej:

- przed nawiasem podano numer działki ulegającej podziałowi,
- w nawiasach podano numery działek po podziale,
- w nawiasach pogrubioną czcionką zaznaczono numery działek niezbędnych dla realizacji inwestycji.

Powiat Miasto Bydgoszcz, jednostka ewidencyjna 046101_1
Miasto Bydgoszcz

I. Numery działek wchodzące w całości lub w części

w zakresie linii rozgraniczających:

obręb 0130: 41, 42;
obręb 0147: 68, 47, 48, 75, 74/2, 73/2, 4/3;
obręb 0166: 13 (13/1, 13/2), 75;
obręb 0167: 43/5 (43/6, 43/7), 67/19 (67/20, 67/21), 68;
obręb 0146: 23;
obręb 0165: 26/1, 26/4, 4/1, 4/2 (4/8, 4/9), 28/1, 29/1, 29/3 (29/4, 29/5), 6/4;
obręb 0178: 252, 253, 263/3, 264/187, 265/2, 123, 257, 81/1, 2/4, 2/5 (2/20, 2/21), 249, 308/26, 254/3;
obręb 0193: 6, 7/2, 132/13, 132/15, 132/16, 101, 133/5, 133/7, 133/8 (133/9, 133/10), 183 (183/1, 183/2), 185 (185/1, 185/2), 100/4;
obręb 0486: 153, 152, 160, 1/2, 151/1;
obręb 0197: 109, 92, 110, 113/1, 111/2, 112, 80, 79;
obręb 0487: 1;
obręb 0206: 140, 141, 142, 143, 144, 137, 136, 129/2, 134;
obręb 0209: 5/5, 14/8, 15/12, 13/12, 38, 75/37, 73/42 (73/46, 73/47), 74/37 (74/38, 74/39), 17, 18/4, 24/1, 76/27, 77/26 (77/27, 77/28);
obręb 0208: 114/53, 29/1, 28/6, 115/52 (115/53, 115/54), 44/3, 152, 153, 109, 157, 163, 17/1, 16/17, 158/1.

II. Numery działek przewidziane do ograniczenia nieruchomości w części – pozostające przy dotychczasowych właścicielach, w związku z koniecznością budowy lub przebudowy sieci uzbrojenia terenu:

obręb 0130: 56;
obręb 0147: 55, 76, 1/4;
obręb 0146: 22;
obręb 0165: 4/2 (4/9), 29/2, 6/3, 7, 8;
obręb 0178: 251/2, 263/2, 258;
obręb 0193: 158/8, 158/9, 158/12, 12/8, 132/19, 165/46, 165/26, 165/45, 109/4, 109/6, 79/1, 76/1, 78/1, 111, 103/5, 104/3, 132/11, 183 (183/2), 185 (185/2);
obręb 0486: 182, 183;
obręb 0197: 88, 89;
obręb 0487: 137, 138, 139, 219;
obręb 0206: 139, 150;

obręb 0209: 74/37 (74/39).

III. Numery działek przewidziane na realizację inwestycji lub przewidziane do ograniczenia nieruchomości w części, dla których uzyskano oświadczenie o posiadaniu prawa do dysponowania nieruchomością na cele budowlane:

obręb 0130: 56;
obręb 0147: 47, 55, 76;
obręb 0146: 22;
obręb 0165: 29/2, 6/3, 7, 8;
obręb 0166: 75;
obręb 0167: 68;
obręb 0178: 251/2, 263/2, 257, 81/1, 249;
obręb 0193: 158/8, 158/9, 158/12, 12/8, 132/19, 165/46, 165/26, 165/45, 109/4, 109/6, 79/1, 76/1, 78/1, 111, 103/5, 104/3, 132/11;
obręb 0486: 152, 160, 182, 183;
obręb 0197: 109, 92, 88, 89;
obręb 0487: 137, 138, 139, 219;
obręb 0206: 141, 143, 144, 139, 150, 129/2, 134;
obręb 0209: 13/12, 38, 75/37;
obręb 0208: 152, 109, 163, 16/17, 158/1.

Decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

Jednocześnie informuje się, iż zgodnie z art. 18 ust. 1 pkt 1e Ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r. poz. 311):

„W przypadku, w którym dotychczasowy właściciel lub użytkownik wieczysty nieruchomości objętej decyzją o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej odpowiednio wyda tę nieruchomość lub wyda nieruchomość i opróżni lokal oraz inne pomieszczenia niezwłocznie, lecz nie później niż w terminie 30 dni od dnia:

- 1) doręczenia zawiadomienia w wydaniu decyzji, o której mowa w art. 17,
- 2) doręczenia postanowienia o nadaniu decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej rygoru natychmiastowej wykonalności albo

3) w którym decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej stała się ostateczna

- wysokość odszkodowania powiększa się o kwotę równą 5% wartości nieruchomości lub prawa użytkowania wieczystego”. Wszelkie sprawy związane z wydaniem nieruchomości należy kierować do Wydziału Mienia i Geodezji UMB – Referatu Terenowo-Prawnego – budynek A, pokój 119 – ul. Grudziądzka 9-15 w Bydgoszczy w godzinach pracy urzędu.

Strony postępowania zakończonego wydaniem ww. decyzji mogą zapoznać się z jej treścią w Wydziale Administracji Budowlanej Urzędu Miasta Bydgoszczy w Bydgoszczy przy ul. Grudziądzkiej 9-15, budynek A, II p., pokój 213 – w dniach i godzinach pracy urzędu.

Treść decyzji zostanie zamieszczona w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Bydgoszczy od dnia 17.11.2025 r.

Od decyzji służy odwołanie do Wojewody Kujawsko-Pomorskiego za pośrednictwem Prezydenta Miasta Bydgoszczy w terminie 14 dni od dnia zawiadomienia stron o jej wydaniu.

Odwolanie strony od decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej zawiera zarzuty odnoszące się do tej decyzji, określa istotę i zakres żądania będącego przedmiotem odwołania oraz wskazuje dowody uzasadniające to żądanie (art. 11g ust. 1a specustawy drogowej).

Zgodnie z art. 11f ust. 3 specustawy drogowej, w związku z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r., poz. 572) zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia poprzez obwieszczenie w prasie lokalnej, na tablicach w Urzędzie Miasta Bydgoszczy w Bydgoszczy oraz w urzędowych publikatorach teleinformatycznych – Biuletynie Informacji Publicznej tut. urzędu.

Przed upływem terminu do wniesienia odwołania strona może zrzec się prawa do wniesienia odwołania wobec organu administracji publicznej, który wydał decyzję. Z dniem doręczenia organowi administracji publicznej oświadczenia o zrzeczeniu się prawa do wniesienia odwołania przez ostatnią ze stron postępowania, decyzja staje się ostateczna i prawomocna.

Trzeba dostrzegać problem dzieci, które są „niewidzialne”

Aleksandra Pasis
aleksandra.pasis@polskapress.pl

Dziś (środa, 19 listopada) obchodzimy Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci. W Grudziądzu, odbyło się forum eksperckie „Niewidzialne dzieci - o relacjach, komunikacji i przemocy”.

Trwa kampania „Dzieciństwo bez przemocy”. W jej ramach, w Grudziądzu zorganizowano forum ekspertów zajmujących się tym problemem.

- Rozmawiamy o dzieciach, które są „niewidzialne” czyli takie, które doświadczają przemocy w samotności. Są to dzieci, które dają nam jasne sygnały, że dzieje się coś niepokojącego, że potrzebują wsparcia, ale my dośroli ignorujemy te sygnały - zauważa Monika Horna - Cieślak, Rzeczniczka Praw Dziecka, która uczestniczyła w forum „Niewidzialne dzieci” w marinie, w Grudziądzu. - Tu w marinie, w jednym miejscu spotkały się różne środowiska i instytucje by wspólnie wypracować najlepsze roz-



Monika Horna - Cieślak, Rzeczniczka Praw Dziecka: - „Niewidzialne dzieci” to te, które doświadczają przemocy w samotności

wiązania, tak by lepiej reagować, odczytywać sygnały jakie dają nam dzieci i współpracować na rzecz tego by dzieci były bezpieczne.

Rzeczniczka Praw Dziecka podkreśla, że dobre dzieciń-

stwo daje, a przemoc zabiera dzieciom moc. - Słuchajmy dzieci, doceniajmy, bądźmy przy nich bo mamy super moce, które mogą sprawić że życie dzieci będzie lepsze - mówi Monika Horna - Cieślak.

Koordynatorem kampanii „Dzieciństwo bez przemocy” w naszym regionie jest Grudziądzkie Towarzystwo Pomocy Dziecku i Rodzinie „Homini”. Prezes, Maria Janowska mówi: - Kiedyś dziecko mi powiedziało „samotność to jest wtedy kiedy mnie nikt nie widzi”. Nie chcemy żeby dzieci były samotne, niewidzialne. Chcemy, aby były bezpieczne, szczęśliwe. Za ich szczęście jesteśmy odpowiedzialni my - dorośli.

Prezydent Grudziądza, Maciej Glamowski zaznacza, że to właśnie w naszym mieście są wypracowywane pewne rozwiązania referencyjne, które później są powtarzane w całej Polsce. - Mamy silne środowisko działające na rzecz ochrony praw dziecka - podkreśla prezydent Glamowski.

Kampania „Dzieciństwo bez przemocy” odbywa się po raz

drugi. Jak efekty pierwszej kampanii postrzega Monika Horna - Cieślak? - Uważam, że zwiększyła się świadomość społeczna, aby reagować na przemoc wobec dzieci. Te kampanie przypominają nam że przemoc wobec istnieje, ale nie można jej ignorować. Dzięki projektom w ramach kampanii „Dzieciństwo bez przemocy” osoby dorosłe i dzieci zdobywają coraz większe kompetencje w zakresie reagowania na przemoc - dzieli się spostrzeżeniami Rzeczniczka Praw Dziecka. Cieszę się, że z roku na rok coraz więcej podmiotów włącza się w tę akcję.

Dziś, w Międzynarodowym Dniu Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci, o g. 17 cała Polska podświetli się na czerwono. Zarówno budynki użyteczności publicznej, jak i prywatne posesje. Każdy może dołączyć. Akcja ma charakter symboliczny, a udział w niej świadczy, że nie godzimy się na krzywdzenie i przemoc wobec dzieci.

Patronat prasowy nad grudziądzką odsłoną Kampanii „Dzieciństwo bez przemocy” pełni Gazeta Pomorska. ©

Twierdza Grudziądz tematem nowej książki

(DD)
redakcja.grudziadz@pomorska.pl

To pozycja, której nie może zabraknąć na półce żadnego miłośnika militariów z Grudziądza i okolic! Na czwartek zaplanowano premierę książki „Twierdza Grudziądz 1945”.

Twierdza Grudziądz była już tematem kilku wydawnictw. Autorami najnowszych są specjaliści „najwyższej próby” Andrzej Gawlak, Włodzimierz Grabowski, Dawid Schoenwald oraz Mariusz Żebrowski.

„Zebrali niezwykle cenny materiał źródłowy z archiwów rosyjskich, niemieckich, polskich i amerykańskich. Efektem jest licząca 600 stron oraz ponad tysiąc fotografii, reprodukcji map sztabowych, plaka-

tów, komunikatów wojennych i artykułów prasowych publikacja. To kodeks wiedzy o kresie wojny w tej części Polski, ale także encyklopedia dowódców i żołnierzy obu armii walczących o Grudziądz u kresu II wojny światowej” - czytamy w materiałach zapowiadających to wydawnictwo.

Promocję książki „Twierdza Grudziądz 1945”, w której udział wezmą jej autorzy, zaplanowano na najbliższy czwartek, 20 listopada, o g. 17, w muzeum.

Podczas spotkania promocyjnego książkę kupić będzie można w promocyjnej cenie 180 zł. Od następnego dnia (21 listopada) będzie ona dostępna w Informacji Turystycznej w Grudziądzu (Rynek 3-5) oraz wysyłkowo w cenie 190 zł. ©

REKLAMA 0011434093

BURMISTRZ MIASTA I GMINY PRUSZCZ OGŁASZA

Stosownie do przepisu z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 poz. 1145 ze zm.) dnia 19.11.2025 r. podaje do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Pruszcz przeznaczonych do sprzedaży w trybie przetargowym:

Dz. o nr ewid.:19/3, pow. gruntu - 0,0747 ha, sklasyfikowanego jako N (nieużytek), obręb Łowinek, gmina Pruszcz, KW BY1B/00068897/5. Wpis w dziale III KW: Ostrzeżenie o toczącym się postępowaniu sądowym o stwierdzenie zasiedzenia. Przeznaczenie nieruchomości i sposób jej zagospodarowania: brak MPZP, w studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego Gminy Pruszcz działka położona w granicach zabudowy miejscowości Łowinek. Cena sprzedaży nieruchomości płatna jest przed zawarciem umowy w formie aktu notarialnego. Termin zagospodarowania: 7 dni od zawarcia umowy. Cena wynosi: 38.000,00 zł.

Osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu nieruchomości na podstawie art. 34 ust. 1 pkt 1 i pkt 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami mogą składać wnioski o nabycie ww. nieruchomości w terminie do 6 tygodni od dnia wywieszenia wykazu w Urzędzie Miasta i Gminy Pruszcz, ul. Główna 33, 86-120 Pruszcz. Zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt 9 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz.U. z 2024 r. poz. 361 ze zm.) sprzedaż nieruchomości objętej wykazem zwolniona jest z podatku VAT. Zgodnie z Uchwałą Rady Miejskiej Pruszcz Nr XIII/96/25 z dnia 24 kwietnia 2025 r. w sprawie wyrażenia zgody na sprzedaż nieruchomości oznaczonej jako działka nr 3/2 położonej w Łowinku stanowiącej własność mienia Gminy Pruszcz. Burmistrz Miasta i Gminy Pruszcz informuje, że wobec nieruchomości toczy się postępowanie sądowe o stwierdzenie zasiedzenia. Gmina nie ponosi odpowiedzialności za skutki prawne rozstrzygnięcia tego postępowania. Szczegółowe informacje można uzyskać w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Pruszcz, biuro nr 10 lub tel. 52 562 43 23.

REKLAMA 0011433274

Starosta Grudziądzki
ul. Małomłyńska 1
86-300 Grudziądz
ŚB.6740.214.2025

Obwieszczenie Starosty Grudziądzkiego z dnia 19 listopada 2025 r. o wydaniu decyzji nr 3.2025.ZRID na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 11c, 11f ust. 3 i ust. 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2024 r. poz. 572 ze zm.) zawiadamiam, że w dniu 19 listopada 2025 r. dla Gminy Grudziądz została wydana decyzja nr 3.2025.ZRID zezwalająca na realizację inwestycji drogowej polegającej na rozbudowie drogi gminnej nr 040336C w Dusocinie.

W związku z powyższym informuję, że z treścią decyzji można zapoznać się w siedzibie Starostwa Powiatowego w Grudziądzu, ul. Małomłyńska 1, 86-300 Grudziądz, po wcześniejszym telefonicznym uzgodnieniu terminu – tel. 56 45 14 420, w godzinach pracy urzędu.

Od ww. decyzji, zgodnie z art. 11g ust. 1 pkt 1 ustawy o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych, służy stronom odwołanie do Wojewody Kujawsko-Pomorskiego, za pośrednictwem organu wydającego przedmiotową decyzję. Zgodnie z art. 49 § 2 Kodeksu postępowania administracyjnego zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie.

REKLAMA 0011433276

Starosta Grudziądzki
ul. Małomłyńska 1
86-300 Grudziądz
ŚB.6740.239.2025

OBWIESZCZENIE STAROSTY GRUDZIĄDZKIEGO z dnia 19 listopada 2025 r. o wydaniu decyzji nr 4.2025.ZRID na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 11c, 11f ust. 3 i ust. 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2024 r. poz. 572 ze zm.) zawiadamiam, że w dniu 19 listopada 2025 r. dla Gminy Grudziądz została wydana decyzja nr 4.2025.ZRID zezwalająca na realizację inwestycji drogowej polegającej na przebudowie z rozbudową drogi gminnej nr 040565C ul. Topolowej w Pienkach Królewskich.

W związku z powyższym informuję, że z treścią decyzji można zapoznać się w siedzibie Starostwa Powiatowego w Grudziądzu, ul. Małomłyńska 1, 86-300 Grudziądz, po wcześniejszym telefonicznym uzgodnieniu terminu – tel. 56 45 14 420, w godzinach pracy urzędu.

Od ww. decyzji, zgodnie z art. 11g ust. 1 pkt 1 ustawy o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych, służy stronom odwołanie do Wojewody Kujawsko-Pomorskiego, za pośrednictwem organu wydającego przedmiotową decyzję. Zgodnie z art. 49 § 2 Kodeksu postępowania administracyjnego zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie.

Biblioteka w Chełmnie ma 80 lat, ale idzie z duchem czasu

oprac. (DD)
redakcja.grudziadz@pomorska.pl

Biblioteka w Chełmnie to placówka z 80-letnią już historią, ale jednocześnie mająca ofertę odpowiadającą potrzebom współczesnych czytelników. A ci oczekują nie tylko możliwości wypożyczenia zwykłej książki.

Z okazji urodzin Miejskiej Biblioteki Publicznej w Chełmnie zorganizowano uroczystość w kinoteatrze „Rondo”. W czasie jubileuszowej gali były gratulacje, życzenia, podziękowania m.in. od samorządowców, przedstawicieli innych placówek kulturalnych z Chełmna oraz okolic.

Oczywiście nie zabrakło tortu, który pokroiła Marzanna Pieniążek, dyrektor biblioteki w Chełmnie

Muzyczną gwiazdą gali był Darek Zalesny, który dał koncert ze swoją orkiestrą

Biblioteka to instytucja, która na trwałe wpisała się



FOT. RAFAŁ PRZYBYLSKI

Oczywiście nie zabrakło tortu, który pokroiła Marzanna Pieniążek, dyrektor biblioteki w Chełmnie

w kulturalny krajobraz Chełmna. Od dawna nie jest miejscem, do którego przychodzi się wyłącznie po książki.

W bibliotece organizowane są wystawy, spotkania, czytelnicy mają dostęp do

platform z elektronicznymi zbiorami. Placówka wychodzi też na zewnątrz organizując spektakle teatryku, czy kursy.

Chełmińska księżnica włącza się też w wydarzenia kul-

turalne organizowane na terenie miasta.

Niedawno biblioteka otrzymała z programu Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego 10,5 tys. zł dotacji na zakup nowości wydawniczych.

W obecnym budynku biblioteka mieści się od 30 sierpnia 1984 r. To obiekt zabytkowy z 1811 r. Książnica posiada dwa punkty biblioteczne:

- w pawilonie na os. Mikołaja Kopernika, w budynku Spółdzielni Mieszkaniowej,
- w Środowiskowym Domu Samopomocy Caritas Diecezji Toruńskiej w Chełmnie na Szosie Grudziądzkiej.

Zgodnie ze źródłami, Centralna Biblioteka Powiatowa, uruchomiona została w listopadzie 1945, w budynku przy ul. Toruńskiej 1.

Imię Walentego Fiałka, chełmińskiego drukarza, wydawcy, księgarza i bibliofila, nadano księżnicy 9 listopada 1995 roku, z okazji jubileuszu 50-lecia biblioteki.

©P

„Trafili” narkotyki

Tomasz Błaszkievicz
tomasz.blaszkiewicz@polskappress.pl

34-latkowi z Rypina grozi kara do trzech lat pozbawienia wolności.

Policjanci zatrzymali mężczyznę gdy ten przyjechał swoim samochodem na jeden z parkingów na terenie miasta. - Pojechali do jego mieszkania i dokładnie je przeszukali - tłumaczy asp. sztab. Dorota Rupińska z KPP Rypin. - Kryminalni znaleźli ponad 150 gramów róż-

nych substancji i 62 tabletki. Policijny tester wykazał, że były to substancje zakazane tj. marihuana, amfetamina, substancje psychoaktywne tzw. kryształ oraz tabletki ekstazy.

Funkcjonariusze zabezpieczyli wszystkie środki do dalszych badań laboratoryjnych. Mężczyzna został zatrzymany i doprowadzony do jednostki policji. Jeszcze tego samego dnia usłyszał zarzut posiadania narkotyków. O dalszym losie 34-latka zdecyduje sąd. Grozi mu do trzech lat więzienia. ©P

KRÓTKO

REGION

Posłuchajmy Chopina

Ośrodek Chopinowski w Szafarni realizuje na terenie naszego województwa ogólnopolski projekt „Cała Polska gra Chopina”.

W ramach tego projektu zorganizowano już trzy koncerty kompozycji Fryderyka Chopina. Odbyły się one w Ostrowie, Radomiu i Świdzie. Przed nami są kolejne trzy takie wydarzenia:

- dziś (19 listopada), g. 17.30 - Gminny Ośrodek Kultury, Raciążek. Z recitalem chopinow-

skim wystąpi Michał Szymanowski.

- 23 listopada, g. 17 - Gminny Ośrodek Kultury, Książki - wystąpi Michał Szymanowski.
- 14 grudnia, g. 17.30 - Sala Widowiskowa, Kikół - wystąpi Piotr Nowak.

Udział w koncertach jest bezpłatny, bo projekt organizuje i finansuje Fundacja PZU. Jej prezes Maia Mazurkiewicz zaznacza: - Chcemy, by tej jesieni muzyka Chopina wybrzmiała nie tylko w wielkich salach koncertowych, ale także w małych miejscowościach. (KR)

REKLAMA

0011431720



Gmina Brodnica
ul. Mazurska 13, 87-300 Brodnica
tel.: 56 49 41 612, fax.: 56 49 41 640
e-mail: sekretariat@brodnica.ug.gov.pl

Wójt Gminy Brodnica

ogłasza III przetarg ustny nieograniczony,
na sprzedaż nieruchomości gruntowej zabudowanej budynkiem mieszkalnym, położonej w miejscowości Szymkowo 13

Opis nieruchomości:

Przedmiotem zbycia jest nieruchomość gruntowa zabudowana budynkiem mieszkalnym i gospodarczym, którą stanowi działka oznaczona numerem ewidencyjnym 50/2, o pow. 0,2000 ha, w miejscowości Szymkowo. Dla nieruchomości Sąd Rejonowy w Brodnicy prowadzi księgę wieczystą oznaczoną numerem TO1B/00011098/6.

Cena wywoławcza nieruchomości: 249.000,00 zł, słownie: dwieście czterdzieści dziewięć złotych 00/100.

Budynek mieszkalny - jest to budynek wolnostojący, murowany, parterowy, ze strychem, w części podpiwniczony wybudowany w 1890 r. Dane techniczne budynku:

- powierzchnia zabudowy - 194,72 m²;
- powierzchnia użytkowa przyziemia - 134,73 m² (w skład wchodzi trzy mieszkania o powierzchni: 36,36 m², 55,92 m² oraz 42,45 m²);
- powierzchnia użytkowa poddasza - 112,98 m²;
- powierzchnia użytkowa klatki schodowej i komunikacji - 9,95 m².

Łączna powierzchnia użytkowa - 257,66 m². Powierzchnia użytkowa piwnicy wynosi 42,65 m².

Stan techniczny budynku zadowalający. Standard wykończenia niski. Budynek mieszkalny wyposażony w instalację wodociagową, kanalizacyjną (przydomową oczyszczalnię ścieków), elektryczną.

Budynek gospodarczy - jest to budynek wolnostojący, murowany, parterowy, niepodpiwniczony o pow. zabudowy 25 m², wybudowany w 1947 r. - stan techniczny zły. Na działce posadowiony jest również budynek gospodarczy drewniany przeznaczony do rozbiórki. Dostęp do drogi publicznej bezpośredni.

Budynek wpisany do Wojewódzkiej i Gminnej Ewidencji Zabytków.

Sprzedaż nieruchomości jest zwolniona z podatku VAT.

Przeznaczenie nieruchomości:

Obszar, na którym zlokalizowana jest przedmiotowa nieruchomość, nie jest objęty ustaleniami miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Zgodnie z Uchwałą nr XVIII/218/21 Rady Gminy Brodnica z dnia 10 listopada 2021 r. w sprawie studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy Brodnica, dz. nr 50/2, obręb Szymkowo, położona jest na obszarach zabudowanych wiejskich jednostek osadniczych wskazanych do przekształceń i uzupełnień zabudowy.

Informacje ogólne:

Pierwszy przetarg odbył się 17.06.2025 r. ze skutkiem negatywnym. Drugi przetarg odbył się 18.09.2025 r. ze skutkiem negatywnym.

III przetarg odbędzie się w dniu **14.01.2026 r. (środa) godz. 9⁰⁰, sala 105** w siedzibie Urzędu Gminy w Brodnicy przy ul. Mazurskiej 13.

Ogłędzin nieruchomości na miejscu można dokonać dnia **23.12.2025 r. (wtorek)** w godzinach **od 10⁰⁰ do 10³⁰**. Nieruchomość nie jest obciążona prawami osób trzecich, w tym hipoteką, jak również nie jest przedmiotem żadnych zobowiązań.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłata wadium wynosząca **10%** ceny wywoławczej w gotówce, którą należy wpłacić na konto Urzędu Gminy Brodnica - PNB Paribas Bank Polska S.A. Oddział w Brodnicy nr **87 2030 0045 1110**

0000 0202 2250, w terminie najpóźniej do dnia **8.01.2026 r. (czwartek)**. Tytuł wpłaty wadium powinien jednoznacznie wskazywać uczestnika przetargu, jego adres oraz adres nieruchomości, której wpłata dotyczy. Za termin wniesienia wadium uważa się dzień wpływu wadium na wskazany rachunek bankowy. Wadium wygrywającego przetarg zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia nieruchomości. Wadium pozostałych uczestników, którzy nie wygrają przetargu, zostanie niezwłocznie zwrócone po zamknięciu przetargu, jednak nie później niż 3 dni od dnia zamknięcia przetargu. Dowód wniesienia wadium przez uczestnika przetargu podlega przedłożeniu komisji przetargowej przed otwarciem przetargu. Postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątek złotych. Przetarg jest ważny bez względu na liczbę uczestników, jeżeli przynajmniej jeden uczestnik zaoferował co najmniej jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej.

Przed przystąpieniem do przetargu konieczne jest okazanie komisji przetargowej ważnego dowodu tożsamości przez uczestnika przetargu, a w przypadku:

- **osoby prawne** podlegające wpisom do rejestrów, powinny przedłożyć aktualny wypis z KRS wydany w ciągu ostatnich trzech miesięcy. W przypadku reprezentowania osoby prawnej przez pełnomocnika oprócz aktualnego wypisu z KRS powinny przedłożyć pełnomocnictwo upoważniające do działania na każdym etapie postępowania przetargowego z notarialnie poświadczonym podpisem mocodawcy,
- **małżonków** do dokonywania czynności przetargowych konieczna jest obecność obojga małżonków lub jednego z nich ze stosownym pełnomocnictwem drugiego małżonka, zawierającym zgodę na uczestnictwo w przetargu w celu odpłatnego nabycia nieruchomości. Pełnomocnictwo do czynności przetargowych i nabycia w drodze umowy notarialnej powinno być sporządzone w formie aktu notarialnego, natomiast do czynności przetargowych dopuszczalne jest pełnomocnictwo współmałżonka w formie pisemnej z poświadczonym notarialnie podpisem,
- **pełnomocników osób fizycznych oraz osób fizycznych prowadzących działalność gospodarczą**, konieczne jest przedłożenie pełnomocnictwa w formie aktu notarialnego.

Oferent, który wygra przetarg, zobowiązany jest do zawarcia umowy kupna-sprzedaży w terminie i miejscu określonym przez organizatora przetargu. Urząd zawiadomi uczestnika przetargu, który przetarg wygrał, o miejscu i terminie zawarcia umowy sprzedaży nieruchomości, w ciągu 21 dni od dnia rozstrzygnięcia przetargu. Wyznaczony termin nie może być krótszy niż 7 dni od dnia doręczenia zawiadomienia. Nabywca zobowiązany jest zapłacić osiągniętą w przetargu cenę sprzedaży nieruchomości nie później niż do dnia zawarcia aktu notarialnego. Za termin zapłaty ceny uznaje się dzień wpływu środków pieniężnych na wskazany rachunek bankowy. Wydanie nieruchomości nastąpi w dniu zawarcia aktu notarialnego. Jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie przystąpi bez usprawiedliwienia do zawarcia umowy w miejscu i terminie określonym w zawiadomieniu, organizator przetargu może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie podlega zwrotowi. Koszty aktu notarialnego ponosi nabywający.

Uczestnik przystępujący do przetargu zobowiązuje się do złożenia oświadczenia o klauzuli informacyjnej RODO. **Szczegółowe informacje na niniejszy temat można uzyskać w Urzędzie Gminy Brodnica, ul. Mazurska 13, w dni urzędowania, pok. 308, lub telefonicznie pod nr 56 49 416 36.**

Wójt Gminy Brodnica
/-/Adam Zalewski

Projekt budżetu Torunia. Na co zostaną wydane miliony?

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Co kryje się w projekcie budżetu Torunia na rok 2026? Na przykład nieco mniejsze w porównaniu z obecnym rokiem wpływy z podatku CIT, a nieco większe z PIT. 911 mln zł to wydatki na oświatę.

Do jej utrzymania miasto musi sporo dołożyć. Tzw. potrzeby oświatowe Torunia zostały oszacowane na 635 mln zł. Tyle do budżetu miasta ma wpłynąć z budżetu państwa. Powstała więc tzw. luka oświatowa w projekcie budżetu Torunia w wysokości 276 mln zł. To o 21 mln zł więcej niż w obecnym roku. Pieniądze na pokrycie luki musi wypłacić miasto.

W roku 2026 o 42 mln zł w porównaniu z obecnym rokiem mają wzrosnąć wydatki na wynagrodzenia w oświacie. Będzie to efektem ich podniesienia o 3 procent. Ta podwyżka obejmie także wynagrodzenia pracowników innych miejskich jednostek.

Wśród wydatków dotyczących oświaty są też pieniądze na rozpoczęcie budowy drugiej części kompleksu szkoły podstawowej przy ulicy Grasera na Ja-



Projektu budżetu Torunia 2026 podczas konferencji prasowej omówiła skarbnik miasta Aneta Pietrzak

rze. To 20 mln zł, jeden z największych pojedynczych wydatków w projekcie budżetu Torunia 2026.

- Przed nami jeszcze długa droga do tej inwestycji. Zdecydowaliśmy się wpisać kwotę na kontynuację budowy szkoły przy Grasera, by móc ogłosić przetarg na jej wykonawcę - wyjaśniała wiceprezydent Dagmara Zielińska.

Koszt budowy drugiej części kompleksu szkolnego jest szaco-

wany na 65 mln zł. Pozostałe potrzebne fundusze na ten cel, czyli 45 mln zł, mają się znaleźć w budżecie Torunia na rok 2027. Władze miasta liczą, że część wydatków uda się pokryć z dofinansowania z funduszy zewnętrznych, choćby te dotyczące budowy fragmentów sportowych. Druga część kompleksu ma być gotowa w połowie roku 2027.

Podczas konferencji prasowej padło pytanie o realizację przez prezydenta Gulewskiego

„oświatowej” obietnicy z kampanii przed wyborami samorządowymi 2024 - wprowadzenia w Toruniu darmowych przedszkoli.

- Nie zapomniałem o niej. Na pewno będą prowadzone analizy w tej kwestii - mówił prezydent Gulewski.

Inny okazały wydatek w projekcie budżetu Torunia 2026 to prawie 55 mln zł na budowę wznoszonego na Jordankach studia filmowego, będącego częścią Europejskiego Centrum Filmowego Camerimage. To kolejna transza wsparcia dla tej inwestycji z kasy miejskiej, które rozłożone na kilka lat - na podstawie porozumienia z Ministerstwem Kultury i Dziedzictwa Narodowego z 2019 roku - ma wynieść w sumie 200 mln zł.

W projekcie budżetu Torunia 2026 są też pieniądze między innymi na:

- modernizację w szpitalu miejskim (pomieszczeń i zakup wyposażenia dla Oddziału Neurochirurgii, Oddziału Ortopedii i Oddziału Urologii, pomieszczeń SOR na potrzeby nowej lokalizacji Oddziału Rehabilitacji Ogólnoustrojowej i Neurologicznej, infrastruktury kardiologicznej i utworzenie

- dodatkowej pracowni Tomografii Komputerowej) - 61,5 mln zł (w tym 35 mln zł dofinansowania);
- budowę żłobka przy ulicy Heweliusza na Jarze (od stycznia kompletowanie kadry oraz nabór dzieci, początek działalności w połowie roku) - 10,6 mln zł (w tym dotacja z budżetu państwa w maksymalnej możliwej wysokości);
- budowę Centrum Integracji Międzypokoleniowej oraz filii Miejskiej Przychodni Specjalistycznej przy ulicy Szczecińskiej na Bielawach - 8,7 mln zł (w tym 6,3 mln zł ma wynieść dofinansowanie) plus 2 mln zł;
- modernizację wieży ciśnień na Kluczykach na cele społeczne - 3,4 mln zł (w tym 2,7 dofinansowania);
- zakończenie prac w rakami przy Szosie Chełmińskiej (w czerwcu oddanie do użytku dwóch z trzech budynków) - 5,8 mln zł;
- początek renowacji budynków z muru pruskiego przy Szosie Chełmińskiej 49-51 i ulicy Bydgoskiej 24;
- remonty w ramach tzw. poprawy efektywności energetycznej budynków mieszkalnych przy ulicach Mickiewicza 118, Kościuszki 44, Batorego 38,

Matejki 12, Mickiewicza 58a - ponad 5 mln zł (w tym około 4 - mln zł dofinansowania);

- rozpoczęcie budowy trzech budynków z 50 (w sumie) mieszkaniami komunalnymi przy ulicach Poznańskiej 93, Mickiewicza 65 i Sobieskiego 39.

„Drogowa” część wydatków budżetu Torunia 2026 ma zostać przedstawiona podczas kolejnej konferencji prasowej.

W czwartek, 20 listopada, podczas pierwszego czytania, projektem budżetu zajmie się Rada Miasta Torunia. Radni będą nad nim pracować także w komisjach. Mogą zgłaszać do niego wnioski. Można spodziewać się, że po drugim czytaniu projekt budżetu zostanie zaakceptowany podczas kolejnej sesji RMT, 18 grudnia. Zapewne nie będzie niespodzianek przy okazji jego zatwierdzenia. W RMT większość ma ugrupowanie prezydenta Gulewskiego.

Projekt budżetu spotkał się już z krytyką ze strony radnych Prawa i Sprawiedliwości.

- Najpoważniejszym zaniechaniem projektu budżetu jest brak jakichkolwiek działań dotyczących nowych schronów - wskazuje Adrian Mól, szef klubu PiS w RMT. © ©

REKLAMA

INFORMATOR

HOTELE

Bydgoszcz

Tanie noclegi dla firm, 601-919-805 00532

LEKARSKIE

Włocławek

Badania okresowe pracowników, kierowców, posiadających broń - lek. Wojciech Cader, Plac Wolności 17, pn. 10.15-13.00, wt. 8.00-11.00, śr. 10.15-13.00, czw. 8.00-11.00, pt.14.00-19.00, tel. 603-767-838, 54/231-43-54. Współpraca z LUXMED i MEDICOVER. 000074

Radziejów

Internista Mieczysław Wolański, przyjmuje codziennie od 9.00, Radziejów, ul. Łokietka 3, ekg, holter usg, laboratorium. Tel. 607 402 122, 54/285 22 40 Q701187897A

USŁUGI

Bydgoszcz

Śmieci - wywóz, kontenery, gruz „Corimp” 52/320-81-85. 000288

Grudziądz:

STACJA demontażu pojazdów przyjmuje samochody do złomowania, Grudziądz, tel. 56/465-48-88

USŁUGI POGRZEBOWE

Bydgoszcz

Dylewscy Zakład Usług Pogrzebowych, Plac Piastowski 9, Bydgoszcz. Tel. całodobowe 52/322-29-16, 602-26-34-72, www.dylewscy.pl Biuro Fordon ul. Piwnika Ponurego 1D, 52/342-95-16. Obsługujemy cmentarze w Bydgoszczy i okolicy, kompleksowe usługi krajowe i zagraniczne, usługi kremacyjne w Bydgoszczy - duży wybór trumien i urn. Kredytowanie pogrzebów ZUS, KRUS, wojsko, policja 420114801/A

ABC Białe Błota Całodobowe Usługi

Pogrzebowe, Cukrowa 14, 52/360-82-84, 608-620-484. Administrujemy cmentarzami Białe Błota i Ciele. 000420

Chojnice

Zakład Pogrzebowy Tadeusz Porożyński, Gdańska 3. Przechowywanie, przewóz zwłok Chojnice bezpłatnie całodobowo. 52/397-20-47, 604-755-900.

Toruń

Sotor Usługi Pogrzebowe i Cmentarne, Toruń, tel. 56/655 33 50 całą dobę. Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl 000028

Alpa-Toruń, ul. Skłodowskiej-Curie 41

tel. 791 003 410, ul. Podgórna 16 tel.56/622-26-59. Dom Pogrzebowy ul. Okólna 30. Transport Międzynarodowy. Godna obsługa ceremonii pogrzebowej, www.alpa.com.pl 001384

Inowrocław

Credo -Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy -św. Ducha 33, 88-100 Inowrocław. 52/357-74-16, 509-946-759, trumny już od 349 zł, do każdej usługi baldachim i winda nagrobna gratis, dostosowujemy się do możliwości finansowych każdego Klienta, wypłacamy zasiłki z ZUS i KRUS przed pogrzebem <http://www.pogrzeb.net> 282814801

Najtańszy Całodobowy Zakład Pogrzebowy

„IN LUCTU” Małgorzata Matuszak. Zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z wityną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12F, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, e-mail: inluctu1@interia.pl Załatwiamy wszelkie formalności. www.inluctu.pl 139014805

Waldemar Wójcik Zakład Pogrzebowy

MEMORIA, ul. Marulewska 40, Inowrocław. Dyżur całodobowy - tel. 602-189-676, 52/355-66-77. Załatwiamy wszystkie formalności w imieniu rodziny. Wypłacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem. Posiadamy profesjonalny baldachim pogrzebowy oraz windę nagrobną. Świadczymy usługi na najwyższym poziomie. www.memoria.net.pl 408914801

Barcin

Całodobowy Zakład Pogrzebowy Sławomir Makowski, Barcin, ul. Żnińska 25 (naprzeciwko cmentarza)Tel. 52/383-64-09, 601-681-917. 000528

Pakość

„Konkordia” kompleksowe usługi pogrzebowe, Pakość, Inowrocławska 10, 52/35-18-766, 500-697-316, całą dobę. Wypłacamy zasiłki pogrzebowe KRUS i ZUS. 8210983

Gniewkowo

Całodobowy Zakład Pogrzebowy A.W. Paradowscy, Kościelna 10, 52/35-58-174, 502-521-418. Kompleksowe usługi pogrzebowe, wysoka jakość, niska cena. 00418

Sotor - Usługi Pogrzebowe i Cmentarne Gniewkowo 56/655 33 50 całą dobę Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl 000045

Janikowo

NAJTAŃSZY CAŁODOBOWY ZAKŁAD POGRZEBOWY ROBERT KURCZEWSKI JANIKOWO, ul. Główna 18G TEL. 507 364 717 000502

Kruszwica

Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy „In Luctu” Małgorzata Matuszak, zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z wityną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12f, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, www.inluctu.pl e-mail: inluctu1@interia.pl. Załatwiamy wszelkie formalności. 000345

Całodobowy Zakład Pogrzebowy Żurawski

ul. Kolegiacka 12E Kruszwica, tel. 666-999-917 8686162

Złotniki Kujawskie

Zakład Pogrzebowy - całodobowy Andrzej Pabjańczyk, Złotniki Kujawskie ul. Podgórna 13, tel. 52/351-71-03, 504-270-409, 604-542-322 000281

Żnin

Całodobowe - Usługi Pogrzebowe Magdalena Jezierska, ul. św. Floriana 8. Wypłacam zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. Tel. całodobowy 661-565-917 528414801/B

Całodobowe, kompleksowe usługi pogrzebowe „Chmielewscy”, ul. Górską 10, 52/302-14-67, 502-314-898. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. 000417

Całodobowo-Usługi Pogrzebowe Firma Pietras, Żnin, Pl. Wolności 15/4. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. 52/30-22-031, 509-917-648 000416

Włocławek

TARTAR spopieliarnia i dom pogrzebowy, Włocławek ul. Bojańczyka 3/5, ul. Cmentarna 12, 54/231-44-55, 54/413-15-93. 000074

Kowal

Całodobowa obsługa pogrzebów, Producent trumien. Lewandowski, 87-820 Kowal ul. Kościuszki 56. Tel. 603-998-321 000289

WETERYNARYJNE

Toruń

„Canmed” Przychodnia Weterynaryjna. Specjalista chorób psów, kotów oraz chirurgii weterynaryjnej. Tel. 56/652-07-44, codziennie 10.00-13.00, 15.00-19.00, czwartek 15.00-19.00, sb, ndz.11.00-14.00, ul. Podgórna 13, B-C. Artykuły dla zwierząt. www.canmed.pl 000028

„Salus” Przychodnia Weterynaryjna,

Lelewela 33 /teren Arpolu/8-22, 56/652-81-67. Interna, chirurgia, profilaktyka. RTG,USG. Całodobowy dyżur 504-052-789. 000045

ZDROWIE I URODA

Bydgoszcz

Przepuklinowe pasy - sprężynowe, wypadanie macicy - inne. Wkładki - płaskostopie, koślawość. Wysyłamy pocztą. Ortopedia. Bydgoszcz, kr. Jadrwigi 15, 52/322-22-85.

Toruń

Optyk Trejnowscy. Bezpłatne badanie wzroku. Okulary progresywne. Zniżki: na NFZ. Karta dużej rodziny, karta seniora i osoby niepełnosprawne. ul. Kościuszki 41/47 pawilon Herbowa (obok Biedronki) tel. 56/623-23 26

www.optyk-trejnowski.pl

000046

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Smalec gęsi wraca do łask

Dla naszych babć był domowym lekarstwem na przeziębienie i bóle mięśni, dziś znów wraca do łask. Smalec gęsi to nie tylko tłuszcz

do smażenia, ale też naturalny balsam o rozgrzewających i pielęgnacyjnych właściwościach. Jest bogaty w wiele cennych substancji, przez co jest uważany za jeden z najzdrowszych tłuszczów odzwierzęcych. Sprawdź, jak go stosować.

ZA TYDZIEŃ:

- Grypa czy przeziębienie? Poznaj objawy
- Dokuczają ci migreny? Oprócz leków przeciwbólowych, istnieją też inne nietypowe, ale skuteczne, sposoby na ból głowy



FOT. GETTY IMAGES

Padaczka. Większość pacjentów może prowadzić normalne życie

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Padaczka to choroba neurologiczna, która dotyka około 1 proc. społeczeństwa. Według Światowej Organizacji Zdrowia na padaczkę choruje 50 mln osób na świecie, a w Polsce około 400 tys. osób.

Padaczka objawia się głównie napadami drgawek. Według WHO u około połowy osób z padaczką nie można ustalić przyczyny.

Czy padaczka jest uleczalna? Specjalista odpowiada

Jak podkreśla lekarz Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego nr 5 w Sosnowcu, padaczka to choroba, która wciąż budzi lęk w społeczeństwie. Wielu pacjentów mierzy się nie tylko z objawami choroby, ale także z problemami społecznymi, takimi jak trudności w zatrudnieniu. W ramach obchodów Dnia Epilepsji, który wypada 10 lutego, warto przybliżyć ten temat i zwiększyć świadomość społeczną.

- Padaczka to choroba, której społeczeństwo wciąż się obawia, co często prowadzi do uprzedzeń i trudności w zatrudnieniu dla chorych - mówi dr n. med. Paweł Gruenpeter.

Padaczka dotyka około 1 proc. społeczeństwa, co oznacza, że w Polsce żyje około 400 tysięcy osób z tą chorobą.

- W tej chwili przyczyny padaczki u dorosłych są związane nie tylko, jak wcześniej, z urazami, przebytymi udarami czy guzami mózgu, ale również z używkami - alkoholem, narkotykami i pozostałymi środkami - tłumaczy dr n. med. Paweł Gruenpeter, lekarz Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego nr 5 w Sosnowcu. Jak wyjaśnia lekarz, dzięki postępowi w terapii i pojawieniu się nowoczesnych leków padaczka jest w 70 proc. przypadków uleczalna - napady mogą być skutecznie opanowane. Choroba wynika z nieprawidłowych wyładowań neuronów w określonych ośrodkach korowych mózgu.



FOT. FREEPIK

Dzięki postępowi w terapii i pojawieniu się nowoczesnych leków padaczka jest w 70 proc. przypadków uleczalna

- Najczęściej napad padaczkowy kojarzymy z tym, że pacjent upada, traci przytomność, ma drgawki, pianę na ustach. Jest to tylko część napadów padaczkowych - podkreślił dr Gruenpeter. - Druga część to są napady, które określa się jako częściowe, mogą się prezentować jako zaburzenia świadomości, często przypominające choroby psychiatryczne, często też dochodzi do tylko czasowych drgawek kończyn górnej lub dolnej, albo też zaburzeń świadomości w formie upadków - dodaje ekspert.

Co zrobić podczas ataku padaczki?

Podczas ataku nieprzytomnej osobie grozi zachłyśnięcie lub uraz głowy i kręgosłupa. Należy ułożyć chorego w pozycji bocznej ustalonej, a jeśli to nie jest możliwe, pozostawić na wznak.

Nie podkładać niczego pod głowę, ponieważ utrudni to oddychanie i grozi zapadnięciem języka. Nie podawać żadnych pokarmów ani napojów. Spróbować ochronić głowę i kręgosłup chorego przed ewentualnymi urazami i uderzeniami o różne przedmioty. Głowę należy tylko przytrzymać, a nie podnosić. Nie powstrzymywać na siłę drgawek, rozluźnić odzież. Nie wkładać poszkodowanemu niczego do ust, szczególnie nic twardego, nie otwierać na siłę zaciśniętych szczęk. Zazwyczaj atak padaczkowy

Mimo ograniczeń, większość osób chorych na padaczkę może prowadzić normalne życie, zarówno zawodowe, jak i rodzinne

mija po 2-3 minutach. Po ataku osoba może mieć problemy z kontaktem z otoczeniem, mowieniem, kojarzeniem faktów i chodzeniem. Trzeba jej wyjaśnić, co się stało i pomóc się podnieść. Po ataku konieczny jest odpoczynek. Trzeba sprawdzić, czy podczas ataku choremu nie puściły zwieracze i ewentualnie pomóc doprowadzić się do porządku.

Po każdym ataku zalecany jest kontakt z lekarzem.

Natomiast gdy atak trwa dłużej niż 2 minuty, trzeba natychmiast zadzwonić po pogotowie ratunkowe.

Jak wygląda życie z padaczką?

Mimo że padaczka wiąże się z pewnymi ograniczeniami zawodowymi, jak unikanie pracy na wysokości czy obsługi maszyn, większość pacjentów może

prowadzić normalne życie, zarówno zawodowe, jak i rodzinne.

- Większość chorych, przynajmniej 70 proc., ma opanowane napady. Pacjenci mogą normalnie funkcjonować w społeczeństwie. Nie ma żadnych przeciwwskazań do podjęcia pracy - zaznacza dr Gruenpeter. - Oczywiście są pewne ograniczenia w podejmowaniu pracy na wysokości, czy samodzielnej pracy przy mechanicznych urządzeniach, gdzie istnieje ryzyko, że w momencie wystąpienia napadu powstanie niebezpieczeństwo dla pacjenta lub otoczenia, ale to są sporadyczne przypadki - dodaje.

Czas przełamać lęk i stereotypy. Ekspert o życiu z padaczką

Specjalista podkreśla, że mimo wszystko wciąż trzeba się starać o zwiększenie akceptacji

społecznej dla osób cierpiących na padaczkę.

- Kiedyś były zupełnie inne poglądy na temat tej choroby. W tej chwili wiemy, że to były nienaukowe doniesienia i możemy sobie z pełną świadomością powiedzieć, że osoby chore są normalnymi ludźmi, którzy świetnie funkcjonują w społeczeństwie - podsumowuje dr Gruenpeter.

Międzynarodowy Dzień Epilepsji, obchodzony co roku, ma na celu zwiększenie świadomości społecznej na temat tej choroby - jej objawów, leczenia oraz codziennego życia pacjentów.

To także okazja do walki ze stygmatyzacją i wykluczeniem społecznym osób cierpiących na epilepsję. Edukacja i otwartość społeczeństwa mogą pomóc osobom z padaczką w pełni uczestniczyć w życiu zawodowym i społecznym.

Na gardło, stawy i suchą skórę. Smalec gęsi znów podbija nasze domowe apteczki

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Dla naszych babć był domowym lekarstwem na przeziębienie i bóle mięśni, dziś znów wraca do łask.

Smalec gęsi to nie tylko tłuszcz do smażenia, ale też naturalny balsam o rozgrzewających i pielęgnacyjnych właściwościach.

Czy smalec z gęsiny jest zdrowy?

Smalec z gęsi powstaje przez wytopienie tłuszczu gęsięgo. Ten najbardziej wartościowy to tłuszcz sadełkowy. Smalec z gęsiny jest z powodzeniem stosowany w kuchni - nie tylko do smażenia, ale także jako dodatek smakowy wielu potraw czy do smarowania pieczywa. Co ważne, obróbka termiczna w jego przypadku nie jest problemem, bo zachowuje skład chemiczny nawet w temperaturze dochodzącej do 200 st. C.

Poza wytrzymałością na wysokie temperatury smalec gęsi jest bogaty w wiele cennych substancji, przez co jest uważany za jeden z najzdrowszych tłuszczów odzwierzęcych. W jego składzie są m.in.:

- witamina A - przyspiesza gojenie się ran, wpływa na dobry stan skóry i na wzrok,
- witamina E - składnik wielu kosmetyków przeciwzmarszczkowych, odżywczych i nawilżających,
- witamina D - jedna jego łyżka smalcu gęsięgo zawiera 1000 IU witaminy D, wzmacniając odporność oraz korzystnie wpływając na mięśnie i układ mięśniowy,
- witaminy z grupy B - niezbędne do wytwarzania czerwonych



Smalec gęsi ma długą tradycję stosowania zarówno w kuchni i w medycynie naturalnej

nych krwinek, prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego i wykorzystywania energii z pożywienia,

- żelazo - dostarcza tlen do narządów i mięśni oraz jest niezbędnym elementem w produkcji czerwonych krwinek,
- cynk - bierze udział w syntezie białek, biosyntezie RNA i DNA, wzmacnia włosy i paznokcie, wzmacnia odporność i chroni przed przeziębieniem,
- potas - jest odpowiedzialny za właściwe przewodzenie impulsów nerwowych, reguluje poziom pH komórek i pozytywnie wpływa na funkcjonowanie mózgu i układu nerwowego.

Na co jest dobry smalec gęsi?

Smalec gęsi był Vicksem naszych rodziców i dziadków. Był stosowany w medycynie ludowej do leczenia przeziębienia, zapalenia oskrzeli, reumatyzmu czy kaszlu.

- Gęsi tłuszcz jest stosowany w medycynie jako środek zmniejszający przekrwienie przy krztuścu, wszelkiego rodzaju przeziębieniach kłatkę piersiowej - mówi Janine Christmas, łączniczka społeczności w projekcie Cape Breton University. - Być może twoja babcia używała gęsięgo tłuszczu w tamtych czasach z powodu braku dostępu do opieki zdrowotnej i lekarzy - dodaje.

Pisząc, że smalec gęsi był jak Vicks, mam na myśli, że smarowało się nim klatkę piersiową i płuca, co miało pomóc zwalczyć uporczywy kaszel. Osoby cier-

piące na reumatyzm nacierały się maścią ze smalcu z gęsiny. Kuraacja miała trwać miesiąc, żeby były widoczne efekty.

Gęsi tłuszcz rozpuszczało się też w gorącym mleku, a do mikstury dodawało się miód. Taki napój miał pomóc na przeziębienie i piło się go przede wszystkim przed snem. Z kolei na zapalenie oskrzeli rozpuszczano łyżeczkę smalcu w połowie szklanki ciepłego mleka i dodawało się łyżeczkę miodu. Taki napój należało wypijać trzy razy dziennie.

Smalec z gęsi na żylaki, stawy i zmarszczki

Gęsi smalec, dzięki swoim właściwościom rozgrzewającym, łagodzącym i redukującym, znalazł też zastosowanie w leczeniu żylaków i pajączków nacyniowych. Po podgrzaniu i zmieszaniu z olejem rycynowym pomaga w przypadku zmian zwyrodnieniowych stawów.

Smalec z gęsiny jest też wykorzystywany w... kosmetyce. Choć nie ma na to jeszcze naukowych dowodów, że gęsi tłuszcz może zmniejszać widoczną zmarszczkę, to regularne stosowanie smalcu z gęsi na skórę sprawia, że staje się ona gładsza, bardziej odżywiona i miękka.

Smalec gęsi to tajna broń naszych babć na idealnie gładką i jędrną skórę bez zmarszczek. Stosowany regularnie zapobiega powstawaniu bruzd. Dodatkowo przyczynia się do tego, że te istniejące stają się mniej widoczne.

Oczywiście na zmarszczki warto działać kompleksowo. Domowe sposoby są skuteczne, ale stosowanie samego smalcu nie da tak spektakularnych efektów. Dlatego warto również zadbać o regularny ruch, dobrze zbilansowaną dietę, a wszystko to wspomóc kosmetykami przeciwzmarszczkowymi. Gęsi smalec na twarz i ciało jest bezpieczny dla każdego typu cery zarówno u pań, jak i panów. Może być stosowany też na blizny potrądzikowe i stany zapalne, poradzi sobie także ze zmarszczkami mimicznymi przy oczach, palcach i na czole. Jedyne minus mikstury jest jej zapach, który może być dla niektórych odpychający.

Smalec gęsi znany i stosowany od dawna daje rewelacyjne efekty i nie powinien uczulać skóry. Jednak warto z aplikować go najpierw na niewidocznym fragmencie ciała i to sprawdzić. Smalec można używać w czystej postaci lub z dodatkiem naturalnych składników, na przykład nagietka.

Kremowanie skóry smalcem najlepiej wykonać wieczorem, aby produkt miał szansę się wchłoniąć. Jest on dość gęsty i tłusty. Przed aplikacją rozgrzej dłonie, aby specyfik dobrze się rozprowadzał po powierzchni. Wystarczy niewielką ilość produktu wmasować w wybrany fragment na twarzy, na którym są zmarszczki. Rano koniecznie umyj dokładnie twarz.

Wątroba. Jak rozpoznać, że dzieje się coś złego?

Gabriela Fedyk
gabriela.fedyk@polskapress.pl

Zmęczenie, bóle brzucha, senność po jedzeniu - zwykle zrzucamy winę na stres lub złą dietę. Tymczasem to mogą być pierwsze sygnały, że twoja wątroba jest przeciążona.

Zmęczenie, lekka senność po posiłkach, czasem mdłości albo uczucie ciężkości - łatwo je zrzucić na stres, brak snu czy złą dietę. Tymczasem to mogą być pierwsze, niepozorne sygnały, że twoja wątroba ma dość.

Ten niepozorny organ wykonuje dla nas tytaniczną pracę: filtruje toksyny, wspiera trawienie, reguluje metabolizm, a nawet magazynuje cenne składniki odżywcze. Ale choć potrafi się regenerować, nie jest niezniszczalna. Codzienne nawyki, które wydają się zupełnie niewinne, mogą ją powoli osłabiać.

Eksperti ostrzegają: choroby wątroby przez długi czas mogą nie dawać żadnych wyraźnych objawów. Dopiero gdy wątroba jest już poważnie uszkodzona, pojawia się żółtaczka, obrzęki czy ból brzucha. Dlatego warto działać wcześniej i przyjrzeć się pięciu najczęstszym błędom, które obciążają ten kluczowy narząd.

Alkohol - cichy wróg twojej wątroby

To tylko małe piwo po pracy albo kieliszek wina do kolacji - mówimy lub słyszymy to często. Prawda jest jednak taka, że wątroba nie lubi żadnej ilości alkoholu. Każdy drink, piwo czy lampka wina to dodatkowa dawka toksyn, które organ musi rozłożyć i zneutralizować.

Z czasem ta praca staje się dla niej zbyt dużym wysiłkiem. Pojawia się stłuszczenie wątroby, potem zapalenie, a w skrajnych przypadkach - marskość. I choć ten proces może trwać latami, to warto pamiętać, że wątroba ma swoją granicę wytrzymałości.

Eksperti zalecają, by nie przekraczać 14 jednostek alkoholu tygodniowo (czyli np. 6 małych lampek wina) i robić regularne dni bez alkoholu, by dać jej odechnąć.

Nie trzeba pić, by mieć chorą wątrobę. Coraz więcej osób cierpi na tzw. stłuszczeniową chorobę wątroby związaną z zaburzeniami metabolicznymi (MASLD),

dawniej znaną jako niealkoholowa choroba wątroby.

Winowajcy? Przetworzone jedzenie, tłuszcze nasycone i nadmiar cukru. Badania pokazują, że osoby pijące dużo napojów słodzonych są aż o 40 proc. bardziej narażone na rozwój tego schorzenia.

Na szczęście proces ten można odwrócić. Wystarczy postawić na warzywa, pełnoziarniste produkty, ryby i strączki oraz pić dużo wody - najlepiej ok. ośmiu szklanek dziennie.

Uważaj na środki przeciwbólowe

Paracetamol to jeden z najczęściej przyjmowanych leków na świecie. Ale w nadmiarze może być dla wątroby tak samo niebezpieczny jak alkohol.

Już nieznaczne przekroczenie zalecanej dawki może prowadzić do uszkodzenia komórek wątrobowych. Ryzyko rośnie, jeśli lek jest łączymy z alkoholem lub przyjmujemy go regularnie przez dłuższy czas. Jeśli więc często sięgasz po środki przeciwbólowe, warto skonsultować się z lekarzem - być może twoje dolegliwości mają inną, łatwiej usuwalną przyczynę.

Brak ruchu - problem, którego nie widać

Siedzący tryb życia to nie tylko problem z wagą. Brak ruchu oznacza także gorsze krążenie, wolniejszy metabolizm i większe ryzyko odkładania się tłuszczu w wątrobie. Nawet umiarkowany wysiłek potrafi zdziałać cuda. Jedno z badań pokazało, że już osiem tygodni regularnych ćwiczeń siłowych wystarczyło, by zmniejszyć ilość tłuszczu w wątrobie o 13 proc. i poprawić kontrolę poziomu cukru we krwi. Równie dobre efekty dają treningi aerobowe - wystarczy 30 minut szybkiego marszu pięć razy w tygodniu, by poprawić pracę wątroby i zwiększyć wrażliwość organizmu na insulinę.

Palenie szkodzi nie tylko płucom

Palenie papierosów obciąża wątrobę toksynami równie skutecznie jak alkohol. Dym tytoniowy zawiera tysiące związków chemicznych, które wątroba musi rozłożyć - a to prowadzi do stresu oksydacyjnego i powstawania blizn, czyli marskości wątroby.



#Movember – profilaktyka i leczenie nowotworów męskich



Możliwości leczenia oszczędzającego są. Jednak mężczyźni diagnozują się zbyt późno

W miesiącu promocji profilaktyki w zakresie męskich nowotworów porozmawialiśmy na ten temat z dr. hab. n. med. Piotrem Jarzemskim, prof. UMK – Kierownikiem Kliniki Urologii Szpitala Uniwersyteckiego nr 2 im dr. Jana Biziele w Bydgoszczy.

Listopad to miesiąc promowania badań profilaktycznych w zakresie „męskich” nowotworów. Zaangażowanie mężczyzn w profilaktykę wciąż jednak nie jest dostateczne. Z czego, pana zdaniem, wynika męska niechęć do badania się?

Muszę przyznać, że w ostatnich latach sytuacja nieco się zmieniła na lepsze, prawdopodobnie w efekcie właśnie takich akcji, jak „Movember”. Powoli, ale z roku na rok wzrasta liczba pacjentów, którzy przychodzą do urologów, aby sprawdzić stan swojego zdrowia. Choć co do zasady, rzeczywiście, polski mężczyzna jest typem macho, który unika lekarzy. Często będąc w średnim wieku i przychodząc do lekarza potrafią z dumą powiedzieć „panie doktorze, jeszcze nigdy nie byłem u lekarza, to mój pierwszy raz”. W mniemaniu wielu z nich prawdziwy mężczyzna to taki, który właściwie nigdy nie korzysta z pomocy lekarskiej. To postępowanie nie jest mądre, bo w takim przypadku pierwsze spotkanie z lekarzem może okazać się jednym z ostatnich.

Z jakich badań w zakresie profilaktyki raka prostaty mężczyźni powinni korzystać? Jak przebiega diagnostyka tego schorzenia?

Rak prostaty to obecnie najczęściej rozpoznawany nowotwór u mężczyzn. Profilaktyczne badania powinniśmy rozpocząć od 45. roku życia. Przy czym mężczyźni, którzy mają obciążenia rodzinne, czyli ktoś z członków ich rodziny chorował na raka prostaty, powinni badać się regularnie już od 40. roku życia. Im większa ilość takich przypadków w rodzinie, tym większe prawdopodobieństwo, że u danego mężczyzny również pojawi się ten nowotwór. Dziedziczny rak może też u kolejnych osób pojawiać się wcześniej i w bardziej złożonej postaci.

Badania profilaktyczne to trzy etapy. Zaczynamy od

pobrania krwi, w której oznaczamy poziom antygenu PSA. To antygen produkowany wyłącznie przez komórki nabłonka gruczołowego prostaty. Test PSA wykonywany z krwi pacjent, to badanie proste i tanie, znajdujące się w ofercie praktycznie każdego laboratorium w Polsce. Jest też elementem programu badań profilaktycznych „Moje zdrowie”, z którego może skorzystać każdy, kto ukończył 20 lat. Podwyższenie poziomu PSA wskazuje na zaburzenia w obrębie prostaty. Mogą one być spowodowane rozwijającym się nowotworem, ale wynik taki nie jest jednoznaczny z rozpoznaniem raka. PSA może bowiem podnosić się także w przypadku łagodnego powiększenia prostaty, stanów zapalnych czy nawet podrażnienia np. po jeździe na rowerze, po odbytych stosunku płciowym, czy w trakcie infekcji. Konieczna jest więc dalsza diagnostyka. Jej drugim etapem będzie konsultacja urologiczna i badanie per rectum, które pozwala ocenić wielkość gruczołu, jego budowę i konsystencję. Gdy poziom PSA jest podwyższony, a konsystencja stercza zmieniona, ryzyko zmian nowotworowych staje się bardzo duże. W takim przypadku konieczna będzie diagnostyka w postaci badań USG i rezonansu magnetycznego miednicy z oceną prostaty. Jeżeli te badania będą wskazywały na możliwy proces nowotworowy, to w celu potwierdzenia lub wykluczenia raka wykonuje się biopsję gruczołu krokowego. Dopiero wynik badania histopatologicznego, jednoznacznie potwierdza lub wyklucza chorobę nowotworową.

Jakie symptomy w codziennym funkcjonowaniu powinny nas zaniepokoić w kontekście raka prostaty?

Problem w tym, że rak prostaty we wczesnym stadium nie daje żadnych dolegliwości. Choć czasami da się dostrzec pierwsze symptomy choroby. Na przykład spowolnienie strumienia moczu. Niepokoić powinno również, jeśli musimy trochę poczekać zanim rozpoczniemy oddawanie moczu, albo zaczynamy siadać na sedesie



używając w ten sposób mięśni brzucha do „wypychania” moczu z pęcherza. Symptodem może być także coraz częstsze oddawanie moczu, również wstając w nocy i pojawienie się uczucia niepełnego opróżnienia. Są to wystarczające sygnały do wizyty u urologa. Wykrycie raka prostaty, szczególnie zanim pojawią się pierwsze objawy choroby, daje szansę na całkowite wyleczenie. Stąd tak ważna jest profilaktyka.

Profilaktyka to nie tylko badania, ale i zasady w stylu życia. Jakimi się kierować, aby zmniejszać ryzyko wystąpienia męskich nowotworów?

To dobre pytanie. Lekarze na całym świecie poszukują czynników predykcyjnych raka gruczołu krokowego. Jak na razie bezskutecznie. Z pewnością takie są, ponieważ zachorowalność na raka prostaty jest największa w krajach wysokorozwiniętych. Wiemy, że populacja afroamerykańska jest najbardziej narażona na ryzyko wystąpienia raka stercza, natomiast mieszkańcy Afryki chorują rzadziej. Podobna zależność dotyczy Japończyków - w Japonii zachorowania na raka prostaty są rzadsze, ale japońscy imigranci żyjący w Stanach Zjednoczonych chorują tak samo często jak Amerykanie. Czyli najprawdopodobniej styl życia ma znaczenie. Udowodniono na przykład, że nowotwory płuc, nerki, pęcherza moczowego i gruczołu krokowego są „tytoniozależne”. Czy podobny wpływ ma brak ruchu, sie-

dzący tryb życia i zachodnia dieta bazująca na przetworzonej żywności? Trudno jednoznacznie powiedzieć, ale z pewnością coś w tym jest. Na pewno powinniśmy dbać o swoje zdrowie – nie musimy zatem biegać maratonów, ale chociaż spacerujemy. Nie jedzmy też codziennie fast foodów i absolutnie nie palmy papierosów.

Kolejnym z męskich nowotworów jest rak jądra. W jego profilaktyce, ważna jest m.in. umiejętność wykonywania samobadania jąder.

Rozpoznanie nowotworu jądra nie powinno być skomplikowane, ponieważ jest to narząd wyjątkowo dostępny do badania i co szczególnie ważne właśnie do samooceeny. Każda zmiana konsystencji czy wielkości jądra powinna nas zaniepokoić. Szczególnie pojawienie się twardego guzka w jądrze czy w okolicy jądra wymaga konsultacji urologa. Jądra powinnyśmy badać sami, najlepiej podczas kąpieli lub prysznica, kiedy skóra i powrózki są rozluźnione. Dotykając jąder sprawdzamy ich sprężystość, gładkość, bolesność. Każda zauważona zmiana powinna być skonsultowana z urologiem. Lekarz już podczas pierwszego badania palpacyjnego, a w szczególności badania USG może z dużym prawdopodobieństwem ocenić podejrzenie procesu nowotworowego. Co ważne, guzy jądra są najczęściej rozpoznawanymi nowotworami u mężczyzn wieku 20 – 30 lat.

Na tym nie koniec męskich nowotworów. Są bowiem także te prącia czy pęcherza moczowego.

Nowotwory prostaty i jąder są najczęstsze, ale najgroźniejszym rakiem jest ten pęcherza moczowego. Występuje on 3 razy częściej u mężczyzn niż u kobiet. Grupą najbardziej narażoną na wystąpienie tego nowotworu są osoby mające kontakt z substancjami chemicznymi. Kiedyś najczęściej chorowali pracownicy zakładów chemicznych, malarze, lakiernicy, stolarze. Dzisiaj praktycznie wszyscy oddychamy zanieczyszczonym powietrzem, używamy w domach niezliczonej liczby chemikaliów oraz spożywamy napoje i żywność konserwowaną chemikaliami. Wiemy też na pewno, że nowotwór pęcherza jest silnie „tytoniozależny”, a więc możemy się go spodziewać u nałogowych palaczy. Najczęściej pierwszym objawem raka pęcherza jest krwiomocz. Jest to też najczęściej bagatelizowany objaw przez pacjentów. Może dlatego, że pojawia się nagle, bez żadnych dolegliwości bólowych i szybko ustępuje. Z mojego doświadczenia w pracy urologa wynika, że od pierwszego krwiomoczu do zgłoszenia się do urologa mija średnio 6 miesięcy i ta statystyka nie ulega zmianie od lat.

Dla nas urologów krwiomocz to bardzo zły i bardzo poważny objaw. Rak pęcherza potrafi być bardzo agresywną i śmiertelną chorobą. Zbyt późne jego rozpoznanie, to w najlepszym wypadku konieczność usunięcia całego pęcherza moczowego i odprowadzanie moczu do worka stomijnego oraz chemioterapia. Wczesne rozpoznanie to szansa na usunięcie zmiany bez konieczności wycięcia pęcherza. Dlatego każdy krwiomocz musi podlegać szybkiej diagnostyce.

Rak prącia z kolei jest bardzo rzadką i wstydliwą chorobą, ale wczesna diagnoza, to olbrzymia szansa na pełne wyleczenie i to z zachowaniem narządu. Późne rozpoznanie to konieczność operacyjnego usunięcia całego prącia. Ta informacja powinna mężczyzn skutecznie przekonać do profilaktyki. Zatem każda niepokojąca i nieogracająca się zmiana w ob-

rebie prącia powinna być skonsultowana przez lekarza specjalistę.

Wczesne wykrycie każdych zmian nowotworowych jest zatem kluczowe nie tylko w kontekście wyleczenia, ale także możliwości leczenia oszczędzającego.

Postęp w urologii w ostatnich latach jest olbrzymi. Praktycznie większość klasycznych operacji otwartych została zastąpiona przez zabiegi małoinwazyjne. Poziom urologii w Polsce nie odbiega od przeciętnej w Europie. Moim zdaniem, pod względem umiejętności i wyposażenia oddziałów, nawet przewyższamy wiele szpitali w krajach wysoko rozwiniętych.

Wczesne wykrycie zmian nowotworowych pozwala na doszczętne, radykalne usunięcie guza z szansą na całkowite wyleczenie i to bez konieczności wykonywania rozległej klasycznej operacji. Większość operacji urologicznych, w tym onkologicznych zdominowała dziś wideochirurgia, a w szczególności rozwój zabiegów z wykorzystaniem robotów. Najwięcej takich operacji na świecie wykonują właśnie urologi. W Polsce szczególne miejsce pod względem liczby robotów oraz ilości urologicznych zabiegów z ich wykorzystaniem zajmuje województwo kujawsko-pomorskie z Bydgoszczą jako ośrodkiem wiodącym. W naszym mieście wykonujemy najwięcej w Polsce radykalnych prostatektomii z wykorzystaniem robotów. Rozpoznając guza nerki, potrafimy wyciąć nowotwór techniką laparoskopową lub robotyczną bez usunięcia całej nerki i bez konieczności rozległego cięcia skóry. Również zaawansowane nowotwory pęcherza leczymy u nas z wykorzystaniem systemu robotycznego, usuwając i odtwarzając pęcherz moczowy. Zastosowanie zabiegów małoinwazyjnych pozwala na szybszy powrót pacjenta do normalnej aktywności życiowej oraz zachowanie wysokiej jakości życia. Niestety, chorzy nadal przychodzą do urologa zbyt późno, stąd w Polsce większa niż w innych krajach rozpoznawalność nowotworów w trzecim czy czwartym stadium, a to przekłada się na gorsze wyniki leczenia.

RAK JĄDRA – CHOROBA, O KTÓREJ WCIĄŻ MÓWI SIĘ ZA MAŁO

Rak jądra to temat, który wciąż pozostaje w cieniu innych nowotworów, choć w grupie młodych mężczyzn jest jednym z najczęściej występujących nowotworów litych. Wbrew obiegowym opiniom nie dotyczy seniorów – chorują głównie panowie między 16. a 50. rokiem życia. W kolejnym odcinku naszego podcastu „Porozmawiajmy o...” gościmy **dr Krzysztofa Kameckiego**, urologa i koordynatora Oddziału Urologii Onkologicznej w Centrum Onkologii w Bydgoszczy.

Jak podkreśla dr Krzysztof Kamecki, urolog i koordynator Oddziału Urologii Onkologicznej w Centrum Onkologii w Bydgoszczy, mężczyźni po 50. roku życia rzadko chorują na raka jądra. W naszym województwie rocznie notujemy około 70 przypadków przed 50. rokiem życia, a po 50. – nie więcej niż 10. Nadal problemem pozostaje mała liczba osób zgłaszających się na badania profilaktyczne. Dlaczego tak jest?

Problemem nie jest strach przed samym badaniem, lecz przekonanie, że „to mnie nie dotyczy”. Wielu panów czeka na spektakularne objawy, które zmuszą ich do wizyty u lekarza. Tymczasem wczesne wykrycie daje niemal stuprocentową szansę na wyleczenie.

Co ciekawe, w profilaktyce ogromną rolę odgrywają kobiety – Jeżeli partnerka wywiera presję na swojego partnera i zmusza go do wykonania badań, to w wielu przypadkach udaje się rozpoznać nowotwory na bardzo wczesnym etapie – mówi dr Kamecki. To efekt większej świadomości zdrowotnej kobiet, które są przyzwyczajone do regularnych badań w związku z ciążą czy profilaktyką raka piersi.

MITY I FAKTY O RAKU JĄDRA

W rozmowie dr Kamecki m.in. odnosi się do popularnych, ale często błędnych przekonań:

- Rak jądra dotyczy tylko starszych mężczyzn? Fałsz – chorują głównie młodzi.

- Rak jądra zawsze boli? Nieprawda – ból pojawia się dopiero przy dużym zaawansowaniu.
- Urazy jąder powodują raka? Nie, ale mogą przyspieszyć jego wykrycie.
- Rak jądra jest dziedziczny? Nie wprost, ale w rodzinach z większą liczbą nowotworów ryzyko jest nieco wyższe.
- Usunięcie jednego jądra oznacza niepłodność? Nie – drugie jądro przejmuje funkcje hormonalne i produkcję plemników.

Najczęściej pierwszym sygnałem jest stwardnienie jądra lub wyczuwalny guzek. Rzadziej uczucie ciężkości czy dyskomfort po wysiłku. Rak jądra nie musi oznaczać niepłodności, ale u części pacjentów nowotwór wykrywany jest przy okazji diagnostyki – badanie USG jąder bywa wówczas kluczowe.

Ryzyko zwiększają m.in. wrodzone wady jąder, przebyte choroby jąder w dzieciństwie czy czynniki genetyczne. Zdrowy styl życia – aktywność fizyczna, unikanie używek, prawidłowa dieta – wpływają za to na plus.

SAMOBADANIE – PROSTE I SKUTECZNE

Badanie jąder jest łatwe i powinno być wykonywane raz w miesiącu. – To tak proste, że wystarczy 15-minutowa rozmowa z lekarzem, aby nauczyć się, jak to robić – podkreśla ekspert. Najlepiej

przeprowadzać je podczas kąpieli, gdy skóra moszny jest rozluźniona. Każda wyczuwalna zmiana powinna być skonsultowana z lekarzem rodzinnym, który w razie potrzeby wystawi skierowanie do urologa. Warto wiedzieć, że w przypadku podejrzenia raka jądra czas ma ogromne znaczenie – tygodniowa zwłoka może pogorszyć rokowanie.

W Centrum Onkologii w Bydgoszczy organizowane są spotkania edukacyjne dla młodzieży, podczas których wykorzystuje się realistyczne fantomy do nauki samobadania. – Wystarczyłaby jedna lekcja w szkole, aby uświadomić młodym mężczyznom, jak badać jądra. To proste, a może uratować życie – mówi dr Kamecki.



WYSLUCHAJ CAŁEJ ROZMOWY z dr Krzysztofem Kameckim w podcaście „Porozmawiajmy o...” dostępnym na serwisie internetowym „Gazety Pomorskiej”

LECZENIE I ROKOWANIA

Standardem jest usunięcie całego jądra, a w większości przypadków dalsze leczenie ogranicza się do obserwacji. Dzięki nowoczesnej chemioterapii rak jądra jest dziś jednym z najlepiej wyleczalnych nowotworów – ponad 90% pacjentów wraca do pełni zdrowia. – Nawet obec-

ność przerzutów nie przekreśla szans na wyleczenie – podkreśla dr Kamecki.

Po operacji pacjent pozostaje pod kontrolą – w pierwszych dwóch latach wizyty odbywają się co kwartał, później coraz rzadziej. Warto dodać, że ryzyko nawrotu w drugim jądrze wynosi ok. 5%, dlatego regularne spotkania w gabinecie lekarskim są niezbędne.



ORGANIZATOR



SPONSOR STRATEGICZNY



PARTNER STRATEGICZNY



PARTNER BIURA ZAWODÓW



PARTNER GŁÓWNY



PATRONAT HONOROWY



PARTNERZY



PARTNERZY MERYTORYCZNI



PATRONAT MEDIALNY



Bezpieczny posiłek dla żołądka

Anna Moyseowicz
redakcja@stronazdrowia.pl

Wystarczą dwa lub trzy składniki, minimum pracy i chwila gotowania. Tak wygląda przygotowanie zupy, która jest świetnym remedium na biegunkę, wymioty czy bóle brzucha.

Sprawdzi się też po prostu jako bezpieczny posiłek, gdy nie wiemy, co zjeść podczas problemów żołądkowych.

Możemy ją podać dziecku, osobie dorosłej, a nawet psu.

Zupa Moro, czyli marchwianka

Marchwianka to zupa banalnie prosta w przygotowaniu, a jednocześnie jej właściwości w przypadku problemów żołądkowych są nie do przecenienia. Recepturę opublikował austriacki pediatra Ernst Moro, stąd nazwa posiłku, bowiem marchwianka nazywana jest też zupą Moro.

Składa się jedynie z trzech składników: marchwi, wody i odrobiny soli.

Na co pomaga zupa marchewkowa?

Zupa marchwianka, czyli klasyczny, domowy sposób



FOT. VALERIA AKSAKOWA / FREEPIK

Marchwianka ma potwierdzone działanie łagodzące i wspierające regenerację przewodu pokarmowego. Sprawdzi się jako bezpieczny posiłek, gdy nie wiemy, co zjeść podczas problemów żołądkowych. Możemy ją podać dziecku, osobie dorosłej, a nawet psu

na problemy żołądkowe, ma potwierdzone działanie łagodzące i wspierające regenerację przewodu pokarmowego.

Podczas długiego gotowania marchew wydziela do wody związki zwane oligosacharydami. Te naturalne substancje

chronią warstwę ochronną w jelitach oraz utrudniają drobno-ustrojom przyczepianie się do błony śluzowej.

Pektyny łagodzą podrażnioną błonę śluzową jelit, a z kolei inne związki zawarte w tym warzywie wiążą wodę. Ponadto

zupa uzupełnia elektrolity i minerały, jak miedź, cynk, żelazo czy fosfor.

Jak zrobić marchwiankę?

Przygotowanie marchwianki jest bardzo proste. Należy obrać i pokroić pół kilograma marchewki i gotować je w litrze wody przez ok. 1,5 godziny.

Następnie wodę należy odlać, a marchewki rozgnieść na gładką masę.

Potem dolewać litr wrzątku i dodać szczyptę soli. Zamieszać i zupa gotowa.

Marchwianka uratowała życie setek dzieci

Zupę marchwiową stosuje się jako domowy sposób leczenia w przypadku problemów z żołądkiem czy jelitami zarówno u ludzi, jak i u zwierząt.

Podczas gdy Ernst Moro publikował przepis, pełnił funkcję ordynatora kliniki dziecięcej w Monachium.

Dzięki prostej zupie ugotowanej z wody i marchewki, ale łagodzącej i pełnej minerałów i elektrolitów, udało mu się radykalnie zmniejszyć problemy zdrowotne, a nawet śmiertelność dzieci zmagających się z biegunką.

Lekka zupa na przejedzenie. Odkryj szybki ratunek dla żołądka. Twoje jelita ci podziękują

Anna Daniluk

anna.daniluk@polskapress.pl

Po odświętnym obiedzie, urodzinowym przyjęciu czy długim weekendzie z tłustym jedzeniem często pojawia się to samo uczucie - ciężkość, przepełnienie i brak ochoty na mięso.

W takiej sytuacji najlepiej sprawdzi się lekka zupa na przejedzenie - delikatna, sycąca, ale nie obciążająca żołądka. Przygotujesz ją szybko, a cała rodzina zje ze smakiem.

Składniki:

- 1,5 litra bulionu warzywnego (najlepiej domowego lub niskosodowego),
- 1/2 szklanki kaszy jęczmiennej,
- 1 marchewka,
- 1 pietruszka,
- kawałek selera (ok. 100 g),
- 1 por (biała część),
- 1 łyżka oliwy z oliwek,
- sól i świeżo mielony pieprz do smaku,
- 1 łyżeczka majeranku,
- natka pietruszki do podania,
- kilka kropli soku z cytryny (opcjonalnie, dla lekkiego odświeżenia smaku).

Sposób przygotowania:

Najpierw warzywa obierz i pokrój w drobną kostkę.

- W dużym garnku rozgrzej oliwę, dodaj warzywa i duś przez kilka minut, aż lekko zmiękną.

- Wsyp kaszę jęczmienną i zamieszaj, aby obtoczyć ją w oliwie i warzywach.

- Zalej całość bulionem, doprowadź do wrzenia, a następnie gotuj na małym ogniu przez ok. 25 minut do momentu, aż kasza będzie miękka.

- Dopraw solą, pieprzem, majerankiem i - jeśli chcesz zyskać orzeźwiający smak - odrobiną soku z cytryny.

- Przed podaniem posyp zupę świeżą natką pietruszki.

Gwarantuję, że ta zupa jest warta przygotowania po obfitym biesiadowaniu. Wywar jest bezmięsny, aby odciążyć układ trawienny po jedzeniu grillowanych żeberk albo pieczonego kurczaka. Co więcej, włoszczyzna i kasza jęczmienna wspierają perystaltykę jelit i dają uczucie sytości. Ponadto pomagają w powrocie do zdrowych nawyków po czasie rodzinnego biesiadowania. Smacznego!

Handlowe

INNE

ZŁOM, Żeliwo i Akumulatory, złomowanie piecy. Skupujemy w dobrej cenie, odbieramy własnym transportem. 602-726-894

Usługi

TRANSPORTOWE

POTRZEBNY średni transport do Niemiec tel. 607 793 603

Usługi pogrzebowe

"KONKORDIA", kompleksowe usługi pogrzebowe Pakość ul. Inowrocławska 10, 52/ 35-18-766, 500-697-316, całą dobę Wyplacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem.

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń

ibo.polskapress.pl

CREDO - Najtańszy Całodobowy Zakład Pogrzebowy Inowrocław, św. Ducha 33. 52/357-74-16, 509-946-759. Baldachim, winda nagrobna gratis. Wyplacamy zasiłki z ZUS i KRUS przed pogrzebem, www.pogrzeb.net

NAJTAŃSZY całodobowy Zakład Pogrzebowy M. Matuszak, Zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, własna chłódnia, producent trumien - już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Inowrocław św. Ducha 53, Kruszwica Kolegiacka 12F, tel. 511 405 902, 52/357 16 04.

WALDEMAR Wójcik Zakład Pogrzebowy MEMORIA ul. Marulewska 40, Inowrocław. Dyżur całodobowy 602-189-676, 52/3556677 Załatwiamy wszystkie formalności w imieniu rodziny. Wyplacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem.

ZAKŁ. Usług Pog. "Dylewscy" Plac Piastowski 9 tel.24h 52/ 322- 29-16, 602-26-34-72, biuro Fordon ul. Piwnika Ponurego 1 D tel. 52/ 342- 95-16 ZUS KRUS, wojsko, policja. Usługi krajowe i zagraniczne; www.dylewscy.pl

AUTOREKLAMA



REKLAMA

0011433670

Syndyk masy upadłości osoby fizycznej nieprowadzącej działalności gospodarczej
ogłasza przetarg na sprzedaż udziału w wysokości 1/2 w prawie własności nieruchomości gruntowej niezabudowanej, położonej w miejscowości Lipno przy ul. Okrzei, oznaczonej nr. geodezyjnym 1973, o powierzchni 0,4257 ha, dla której Sąd Rejonowy w Lipnie IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr WL1L/00009691/9 za cenę nie niższą niż 42.393,75 zł.
Oferty nabycia należy składać w zapieczętowanej kopercie, z adnotacją „Oferta przetargowa – sygn. akt TO1T/GUP-s/192/2025” na adres: Dariusz Galek. Kancelaria Radcy Prawnego i Doradcy Restrukturyzacyjnego, ul. Mickiewicza 10, 87-600 Lipno, w terminie do 11.12.2025 r. do godz. 12.00.
Regulamin przetargu dostępny jest na stronie internetowej **www.dariuszgalek.pl** w zakładce „Ogłoszenia”.
Rozpoznanie ofert nastąpi na posiedzeniu jawnym w siedzibie syndyka w dniu 12.12.2025 r. o godz. 12.00.
Sprzedający zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferty oraz unieważnienia przetargu.
Wnioski o udostępnienie operatu szacunkowego oraz pytania w sprawie należy kierować na adres: kancelaria@dariuszgalek.pl

REKLAMA

0011426216

Firma SPRZEDA

lokal użytkowy w Bydgoszczy
(udział w nieruchomości).

znajdujący się na szóstym piętrze budynku usługowo-biurowego (budynek Sanitasu). Biurowiec położony tuż przy dworcu PKP.

Tel. 510 026 836

REKLAMA

0011432662



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Prezydent Miasta Bydgoszczy

informuje o V przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż lokalu mieszkalnego stanowiącego własność Miasta Bydgoszczy, położonego w Bydgoszczy przy ul. Bocianowo 28.

- Oznaczenie nieruchomości:**
Lokal mieszkalny nr 12a, znajdujący się na III piętrze w 4-kondygnacyjnym budynku położonym przy ul. **Bocianowo 28** o pow. **50,18 m²** wraz z pomieszczeniami przynależnymi zlokalizowanymi w części piwnicznej o pow. **4,87 m²** oraz udział w nieruchomości wspólnej wynoszący **55/1000** części działki nr **46/2** o pow. **857 m²** (obręb 112) – zapisanej w księdze wieczystej KW nr **BY1B/00000986/2** i tej samej wysokości udział w częściach wspólnych budynku i urządzeń, które nie służą wyłącznie do użytku właścicieli lokali.
- Lokal mieszkalny przeznaczony jest do sprzedaży w **drodze przetargu ustnego nieograniczonego**.
- Cena wywoławcza:**
150 000,00 zł
- Termin i miejsce przetargu:**
19.12.2025 r. godz. 10.00 w Urzędzie Miasta Bydgoszczy przy ul. Jezuickiej 2, Sala Łochowskiego (parter).
- Wysokość wadium i termin jego wniesienia:**
15 000,00 zł, termin wpłaty: do 10.12.2025 r.
- Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu:**
- tablica ogłoszeń w Referacie Lokali i Wspólnot Mieszkaniowych Wydziału Mienia i Geodezji Urzędu Miasta Bydgoszczy przy ul. Grudziądzkiej 9-15, budynek „C”
- strona internetowa www.bip.um.bydgoszcz.pl (w zakładce Nieruchomości miejskie)
- Dodatkowe informacje o przetargu:**
Szczegółowe informacje można uzyskać w Wydziale Mienia i Geodezji Urzędu Miasta Bydgoszczy przy ul. Grudziądzkiej 9-15, budynek „C”, tel. 52 58 58 155, w godzinach 8.00-16.00 (pon., śr., czw.), 8.00-18.00 (wt.), 8.00-14.00 (pt.). Lokal mieszkalny można obejrzeć w dniu **1.12.2025 r. w godz. 14.30-14.50**.

Kończę pracę w sylwestra najpóźniej o 23.35



Doda o swym występie na tegorocznej imprezie sylwestrowej, którą zorganizuje TVP Fot. Aleksy Witwicki

Z ŻYCIA GWIAZD

Karolina Gilon ma spore wydatki

Prezenterka obwieściła na Instagramie, jak rozplanowuje domowy budżet. Ponieważ kupiła z mężem mieszkanie na kredyt, płaci ratę w wysokości 3,5 tys. złotych. Opłaty za media – to kolejne 3 tys. Na jedzenie – 2,4 tys. zł miesięcznie. Do tego dochodzą wydatki na dziecko i inne. W sumie celebrytka wydaje od 14 do 15,5 tys. zł na miesiąc.

Viola Kołakowska zdemontowała plotki

Aktorka odniosła się na Instagramie do medialnych publikacji, które sugerowały, że była bita przez partnera. Kołakowska przyznała, że „była bita jako dziecko w domu rodzinnym”, ale sugestie, że doświadczyła przemocy fizycznej także ze strony partnera, są dla niej „manipulowaniem informacji dla klikalności”.

Iwona Pavlović nie zgadza się

Za nami finał 17. edycji „Tańca z gwiazdami”. Ze zwycięstwa cieszy się Mikołaj „Bagi” Bagiński oraz jego partnerka Magdalena Tarnowska. Wygrana influencerka nie wszystkim się jednak podoba. Swoje zdanie ma oczywiście Iwona Pavlović. Uważa, że Złota Kula powinna trafić do Wiktorii Gorodeckiej, drugie miejsce powinien zająć Maurycy Popiel, a dopiero trzecie „Bagi”. – Nie pierwszy raz ogólny werdykt nie zgadza się z moimi opiniami tanecznymi – powiedziała w rozmowie z Pomponikiem.

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Księga Luster TV Puls, 20:00

Roy (Russell Crowe), były detektyw wydziału zabójstw, zmaga się z zanikiem pamięci, ale zostaje zmuszony do ponownego zbadania sprawy, której... nie pamięta. Prosi byłego partnera (Tommy Flanagan) o pomoc. Walcząc z chorobą, mężczyźni próbują złożyć w całość fragmenty wspomnień.

Sprawiedliwy Kino Polska, 20:00

Rok 1942, Kieleccyzna. Historia niezwyklej przyjaźni, której towarzyszy widmo wojny, śmierci i okrucieństwa. Uważany za dziwaka Pajtek (Jacek Braciak) poznaje przegarniętą przez młode polskie małżeństwo 6-letnią żydówkę Hanię. Więź, która połączy tych dwoje, pozwoli im przetrwać trudne czasy, znieść zawiść i samotność.

Przedwiośnie TVP Kultura, 20:00

Ekranizacja powieści Stefana Żeromskiego. Filip Bajon przedstawia historię młodego idealisty, który w burzliwym okresie kształtowania się II RP poszukuje swojego miejsca w świecie i odpowiedzi na pytania o sprawiedliwość społeczną.

Oblicza terroryzmu TVP Historia, 20:00

Historie największych ataków terrorystycznych, które zmieniły świat. Wywiady ze świadkami, materiały archiwalne i rekonstrukcje plus wypowiedzi ekspertów na temat zmian dotyczących zjawiska terroryzmu.

KRZYŻÓWKA NR 178

Poziomo:

- 3) wieje w Karpatach Zachodnich,
- 10) drobny ptak leśny,
- 11) tarcza Zeusa wykonana przez Hefajstosa,
- 12) półkryty pojazd konny,
- 14) stan upadku, zniszczenia,
- 15) ubijak do mięsa,
- 16) dawna jednostka miary tkanin,
- 19) profesor ... Gąbka z kreskówki,
- 23) największy z gryzoni zamieszkujący Amerykę Południową,
- 27) w portmonetce Anglika,
- 28) składa się z dekanatów i parafii,
- 29) środek przeciwbólowy,
- 30) „Lato w ...”, sztuka Jarosława Iwaszkiewicza,
- 33) zwierzę ze skokami,
- 37) otoczka kotleta schabowego,
- 38) przełożona klasztoru żeńskiego,
- 39) „Kocie ...”, polski kryminał,
- 40) kolor kojarzony z Holandią,
- 41) roślina gorzkwata, centuria.

Pionowo:

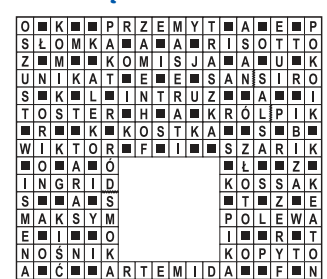
- 1) mały chłopiec, brzdąc,
- 2) brunatny lub kamienny,
- 3) stado z basiosem i waderą,
- 4) udaje towar na wystawie,
- 5) jedna z najdłuższych rzek w Europie,
- 6) drewniany pasek boazerii,
- 7) ... Menuhin, amerykański wirtuoz skrzypiec,
- 8) pojedyncza lub mnoga,



- 9) groźna choroba oczu, glaukoma,
- 13) egipskie bóstwo księżyca,
- 17) ryba ozdobna, jaź złoty,
- 18) dokumenty w segregatorze,
- 20) polski producent koncentratów obiadowych,
- 21) barwne zjawisko atmosferyczne,
- 22) pomoc z powietrza dla partyzantów,

- 24) przerwa w podróży konno,
- 25) śródlądowy statek na rzece,
- 26) część walki bokserskiej,
- 30) zbrojny atak, agresja,
- 31) garaż dla szybowca,
- 32) zapalenie błon śluzowych nosa,
- 34) część skoczni narciarskiej,
- 35) roślina na biopaliwo,
- 36) tytuł arystokratyczny Józefa Poniatowskiego.

ROZWIĄZANIE NR 177



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Nadciąga fala energii, która popchnie Cię do zmian. Horoskop dzienny to wskazówka, by słuchać intuicji i ruszać śmiało naprzód.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój sprzyja Twoim planom. Horoskop na dziś wróży, że po odłożeniu na bok emocji uda Ci się zrealizować wszystkie zamierzenia.

Baran (21.03 - 19.04)

Rozmowy przyniosą klarowność. Nie bój się pytać, bo horoskop dzienny na środę zapowiada, że szczerza wymiana zdań doda Ci odwagi.

Byk (20.04 - 20.05)

Dom i relacje staną się priorytetem. Horoskop dzienny wyraźnie mówi, że ciepła rozmowa pomoże uzdrowić dawne nieporozumienia.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja kreatywność osiągnie wyżyny. Horoskop na dziś wróży, że nowy pomysł przyciągnie uwagę, więc odważ się go pokazać światu.

Rak (22.06 - 22.07)

Detale będą dziś kluczowe. Zadbaj o porządek w planach. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że dzięki temu unikniesz stresu.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia wraca małymi krokami. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o równowagę między obowiązkami a chwilami dla siebie.

Panna (23.08 - 22.09)

Zaskoczy Cię czyjaś szczerość. Otwórz się na nowe sojusze. Horoskop na dziś zapowiada, że mogą one przynieść coś wartościowego.

Waga (23.09 - 22.10)

Czeka Cię ciekawa przygoda. Horoskop dzienny na środę wróży, że krótka zmiana otoczenia odświeży myśli i przywróci wewnętrzny zapał.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Planowanie przyniesie Ci sporo satysfakcji. Horoskop dzienny mówi, że mały sukces pokaże, że konsekwencja znowu się opłaca...

Strzelec (22.11 - 21.12)

Inspiracja spadnie nagłe. Nietypowy pomysł zrodzi się z przypadku. Horoskop na dziś stanowczo radzi zapisać go, zanim umknie. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Wszystko będzie dzisiaj układać się po Twojej myśli. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że dostarczy Ci to mnóstwo satysfakcji.

0011434331

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 15.11.2025 r. zmarł
nasz kochany Ojciec, Teść, Dziadek i Pradziadek



Bogdan Maciejewski

lat 80

Msza św. żałobna odprawiona zostanie
dnia 20.11.2025 r. o godz. 11.00
w kościele parafii pw. św. Ducha.
Po mszy św. ceremonia pogrzebowa
na cmentarzu parafii św. Mikołaja
przy ul. Marulewskiej w Inowrocławiu.

Pogrążeni w smutku
Córka i Synowie z Rodzinami

0011434398

Wyrazy szczerego współczucia

Pani SSO

Marioli Urbańskiej-Trzeckiej

z powodu śmierci

Mamy

składają

sędziowie i pracownicy
IV Wydziału Karnego Odwoławczego
Sądu Okręgowego w Bydgoszczy

AUTOPROMOCJA 0111102701



Biura ogłoszeń Gazety Pomorskiej:

Bydgoszcz: czynne: pn.-pt. 8-16
ul. Zamoyskiego 2
tel. 519 503 513, e-mail: magdalena.welka@polskapress.pl

Grudziądz: czynne: pn.-pt. 8-16
ul. Sikorskiego 24/8, tel. 56 45 11 930
e-mail: ogloszenia.grudziadz@pomorska.pl

Inowrocław: czynne: pn.-pt. 8-16
Aleja Ratuszowa 15, tel. 692 725 390
e-mail: ogloszenia.inowroclaw@pomorska.pl

Toruń: czynne: pn.-pt. 8-16
ul Grudziądzka 46-48, tel. 606 537 137
e-mail: lukasz.kopanski@polskapress.pl

Włocławek: czynne: pn.-pt. 8-17
ul. Żabia 29, tel. 54 231 45 31
e-mail: ogloszenia.wloclawek@pomorska.pl



0011434517

*„Wystarczy nieobecność jednej bliskiej osoby...
aby cały świat wydał się wyludniony...”*

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Zbigniewa Pruś

Radnego, Zastępcy Przewodniczącego Rady
Gminy Złotniki Kujawskie w latach 2002-2006.

Panu **Łukaszowi Pruś**
Radnemu Rady Gminy Złotniki Kujawskie

oraz

Rodzinie i Bliskim Zmarłego

wyrazy głębokiego współczucia

składają

Wójt Gminy Złotniki Kujawskie,
Przewodnicząca Rady Gminy Złotniki Kujawskie
i Radni Rady Gminy Złotniki Kujawskie,
Sołtysi
oraz Pracownicy Urzędu Gminy Złotniki Kujawskie

0011434556



Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że w dniu 14 listopada 2025 roku, po długiej chorobie
odszedł nasz kochany i nigdy niezapomniany
Tata, Teść, Dziadek



Janusz Janiak

żył lat 87

głęboko oddany sprawom naszego Miasta i Województwa:
Przewodniczący Miejskiej Rady Narodowej we Włocławku,
Prezes Okręgowego Związku Piłki Nożnej,
Dyrektor Urzędu Wojewódzkiego we Włocławku,
Prezes Spółdzielni Pracy „Sztuka Kujawska”, syndyk.

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona
dnia 21 listopada 2025 roku o godz. 11.30
w Sanktuarium św. Józefa we Włocławku.
Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia o godz. 12.30
na cmentarzu komunalnym
przy ul. Chopina we Włocławku.
Bus będzie podstawiony przy kościele.
Pogrążona w smutku
Córka z Rodziną



0011434538

Pani

Genowefie Tomczak

Wieloletniemu Pracownikowi
Urzędu Gminy w Złotnikach Kujawskich

wyrazy współczucia, słowa pocieszenia i wsparcia
z powodu śmierci

Męża

składają

Wójt Gminy
i Pracownicy Urzędu Gminy w Złotnikach Kujawskich,
Przewodnicząca i Radni Rady Gminy Złotniki Kujawskie
oraz Sołtysi Gminy Złotniki Kujawskie.

0011434491

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 17 listopada 2025 roku
odszedł od nas nasz kochany Mąż, Tata i Dziadek



Czesław Dąbrowski

lat 72

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona
dnia 21 listopada 2025 roku o godz. 14.00
w kościele pw. Św. Maksymiliana Kolbego w Płonkowie.
Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia po mszy św.
na cmentarzu parafialnym w Płonkowie.

W smutku pogrążona
Rodzina

0011434534

„Nie umiera ten, kto trwa w pamięci bliskich”

Pani

Justynie Lewandowskiej

wyrazy współczucia, słowa pocieszenia i wsparcia
z powodu odejścia

Teściowej

składają

Wójt Gminy
i Pracownicy Urzędu Gminy w Złotnikach Kujawskich,
Przewodnicząca i Radni Rady Gminy Złotniki Kujawskie
oraz Sołtysi Gminy Złotniki Kujawskie

0011434574



Szczere wyrazy współczucia

Rodzinie

z powodu śmierci

Janusza Janiaka

składają

Członkowie Zarządu, Rady Nadzorczej
i Pracownicy Spółdzielni Mieszkaniowej „Zazamcze”
we Włocławku



0011434134

Koledze

Sławomirowi Flinik

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Matki

składają

Zarząd i Pracownicy
Kujawskiej Spółdzielni Mieszkaniowej
w Inowrocławiu

PLEBISCYT SPORTOWY 2025. Bo my doskonale wiemy, że gwiazdy rodzą się tutaj - na naszych lokalnych boiskach

Dołącz do nas, razem wybierzmy lokalnych bohaterów sportowych aren! Nagrodzimy sportowców z pasją, trenerów z wizją, drużyny z charakterem i młode talenty, o których wkrótce może usłyszeć cała Polska.

Nasz Plebiscyt Sportowy to wyjątkowa tradycja, która od lat rozgrzewa emocje wśród kibiców i sportowców z całego naszego regionu. - Po raz kolejny wspólnie z Wami - naszymi Czytelnikami, fanami sportu, klubami, trenerami i zawodnikami - wyruszamy w pasjonującą podróż przez lokalne boiska, hale,

korty i bieżnie - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek, menedżerka akcji. Jak dodaje: - Tam, gdzie rozgrywają się mecze, które zostają w pamięci na długo. Tam, gdzie łączy się z potęgą, a radość z wygranej niesie całe drużyny na fali euforii.

Kandydatów do wyróżnień nominują dziennikarze z działu sportowego naszej redakcji. Do współpracy zaprosiliśmy też lokalne kluby sportowe. Możliwość zgłaszania swoich propozycji sportowców, trenerów i młodych sportowych talentów, które zasługują na uznanie lokalnych społecz-

ności mają jednak również nasi Czytelnicy (za pomocą formularza na stronie internetowej, do 26 listopada włącznie). Zachęcamy, jeśli znacie kogoś, na kogo warto zwrócić uwagę sportowe nazwisko, obiecujący talent, dajcie znać.

Przy tworzeniu nominacji do Plebiscytu Sportowego nasi dziennikarze kierują się tym, co dzieje się lokalnie - emocjonującymi meczami, zawodami, wszelkimi sportowymi wydarzeniami, które jako lokalna redakcja mieliśmy okazję obserwować i relacjonować dla naszych Czytelników. To właśnie ta lokalna perspektywa wyróżnia naszą inicjatywę na tle ogólnokrajowych plebiscytów,

które skupiają się głównie na utytułowanych zawodnikach ze światowych aren. My pokazujemy, że prawdziwe sportowe pasje i przyszłe gwiazdy rodzą się właśnie tu, na naszych lokalnych boiskach, halach i stadionach.

Spośród nominowanych do nagrody sportowców tych najpopularniejszych - osobno w miastach oraz każdym powiecie, w różnych kategoriach wybiorą kibice - nasi Czytelnicy i Internauci. Głosowanie trwa, rankingi zmieniają na naszych oczach, a dziś poznajcie pierwszych liderów akcji.

PATRON PLEBISCYTU SPORTOWEGO



KRAJOWE ZRZESZENIE
LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

POZNAJ LIDERÓW

Oto liderzy w miastach i powiatach naszego regionu
w pozostałych kategoriach plebiscytu

SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY

1. **Zuzanna Zdrojewska**, piłka nożna, UKS TĘCZA SISU Bydgoszcz, powiat żniński
2. **Martyna Radosz**, wioślarstwo, Bydgostia Bydgoszcz, Bydgoszcz
3. **Lena Kielpińska**, wioślarstwo, Klub Wioślarski Wisła, Grudziądz
4. **Adrianna Marceniuk**, jeździectwo, Toruński Ludowy Klub Jeździecki, powiat toruński
5. **Aneta Orzechowska**, lekkoatletyka, LKS Vectra Włocławek, Włocławek

SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI

1. **Krzysztof Kowalik**, AMP Futbol, Zawisza Bydgoszcz AMP Futbol, Bydgoszcz
2. **Damian Figura**, piłka nożna, Tłuchowia Tłuchowo, Włocławek
3. **Kamil Wisiołek**, piłka nożna, Czarni Nakło nad Notecią, powiat nakielski
4. **Adam Pawłowski**, triathlon, TT SODA, powiat żniński
5. **Gabriel Bochentin**, karate, MUKS Karate Shotokan Brodnica, powiat brodnicki

TRENER ROKU

1. **Mariusz Wilczyński**, bjj, Fight Club Toruń, Toruń
2. **Paweł Matuszewski**, boks, CWZS Zawisza Stowarzyszenie Boks i Sztuk Walki, Bydgoszcz
3. **Dawid Santos**, koszykówka, TKM Włocławek, Włocławek
4. **Katarzyna Gorczyca**, karate, Inowrocławski Klub Kyokushin, powiat inowrocławski
5. **Bartłomiej Wesółowski**, piłka nożna, LKS JKG Dąbrowa Chełmińska, powiat bydgoski

DRUŻYNA ROKU

1. **Akademia Sportu ROYAL**, piłka nożna, Bydgoszcz
2. **Junak Handball Team u 13**, piłka ręczna, Włocławek
3. **Jajniki Grudziądz**, piłka nożna, Grudziądz
4. **LKS Olimpijczyk Świecie**, zapasy, powiat świecki
5. **Aktywni przez pokolenia**, pływanie, Toruń

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj
na www.pomorska.pl/plebiscyt-sportowy

SPORTOWY TALENT ROKU



Zuzia Filipiak, piłka nożna,
UKS 6 Inowrocław



Zuzanna Zglinicka, Pływanie,
Nemo Lipno



Olaf Stałanowski, Piłka nożna,
SP Zawisza Bydgoszcz



Maksymilian Kruszewski, Piłka nożna,
Pomorzanka Grudziądz



Oliwier Dykiel, Podnoszenie ciężarów,
MGLKS TARPAN MROCZA



Borys Krzemiński, siatkówka,
LZS GNIEWKOWO/SKS KASPROWICZ



Nikodem Góra, Karate shotokan,
Stow. Sportowe YAMABUSHI Nakło n. N.



Maksymilian Donten,
Pływanie



Wiktoria Stachowska, Piłka nożna,
Młode Talenty Toruń

Reprezentanci Polski i kibice sprowadzeni na ziemię

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Reprezentacja Polski dostała zimny prysznic na koniec fazy grupowej eliminacji MŚ 2026. Była o włos od kompromitacji przeciwko Malcie zajmującej 166. miejsce w rankingu FIFA.

Wygrać, nie złapać kontuzji i przede wszystkim kartek skutkujących pauzami w półfinale baraży - takie cele przyświecały Polsce na Malcie. Kibice po tym, co zobaczyli w piątek z Holandią w Warszawie (1:1), liczyli na gładkie, bardzo wysokie zwycięstwo. Selekcjoner Jan Urban na przedmeczowej konferencji przestrzegał jednak przed huraoptymizmem. I niestety nie bez podstaw.

Polacy od początku wyglądali na rozkojarzonych. Bardzo słabo spisywała się cała obrona na czele z Jakubem Kiwior, który popełniał kardynalne błędy skutkujące utratą bramek. Nie pomógł powrót po pauzie Przemysław Wiśniewski. Ten stoper także zagrał poniżej oczekiwań.

Malta nie była żadnym wyzwaniem dla Holandii w dwumeczu, bo ta wbiła jej aż dwana-



Piotr Zieliński rozegrał znakomite spotkanie z Holandią w Warszawie, a na Malcie zapewnił Polsce zwycięstwo

ście bramek, nie tracąc ani jednej. My męczyliśmy się w obu spotkaniach. Co zawiodło w poniedziałkowy wieczór? - Przygotowanie do meczu - stwierdził Robert Lewandowski.

- Maltańczycy zaskoczyli nas trochę rozegraniem piłki, nie

bali się grać po ziemi, kilku zawodników świetnie utrzymywało się przy piłce - wymieniał Piotr Zieliński.

- Myśmy stworzyli sobie dość dużo sytuacji, ale zachowywaliśmy się bardzo źle w defensywie - zauważył Jan Urban.

Padły też głosy o niewdzięcznej murawie. - Cały czas się ślizgałem - zdradził Paweł Wszołek, który zmienił korki krótko przed strzeleniem gola (w kadrze czekał na niego dziesięć lat).

W tym meczu mieliśmy wiele zaskakująco trudnych momentów. Gdy wydawało się już, że jesteśmy na dobrej drodze do wygranej, sędzia Igor Pajac anulował bramkę Karola Świderskiego na 3:1, by wrócić do sytuacji z naszego pola karnego, w którym fauluł dopuścił się Jakub Kiwior. Maltańczyki dzięki jedenastce trafili nas po raz drugi, a remis 2:2 utrzymywał się od 68 aż do 85 minut.

- Jak nie potrafisz wygrać, grając dobrze w piłkę, to wygraj brzydko, ale wygraj, bo to też jest umiejętność - przekonywał potem Urban, który miał nietęgą minę podczas samego meczu.

Martwi nie tylko postawa drużyny, ale też fakt, że żółta kartkę oznaczającą pauzę w półfinale baraży obejrzał Nicola Zalewski. W pozornie niegroźnej sytuacji jeden z naszych najlepszych piłkarzy sfaulował rywala i tym samym zasłużył na napomnienie. Sprowokować dał się też Wiśniewski, na szczęście po-

zostali - na czele z Zielińskim - utrzymali nerwy na wodzy.

W czwartek (20 listopada) w szwajcarskim Zurychu odbędzie się ceremonia losowania (godz. 13.00, transmisja w TVP Sport). Wówczas reprezentacja Polski pozna rywali w dwuetapowych barażach. Ich półfinały zaplanowano na 26 marca 2026 roku, finały na 31 marca.

- Mam nadzieję, że nam się poszczęści w losowaniu i oba spotkania rozegramy w Warszawie - stwierdził Lewandowski, którego dorobek w kadrze wzrósł do 88 bramek.

Mundial 2026 w Ameryce Północnej będzie gigantycznym turniejem. Po raz pierwszy na czempionat globu przyjedzie aż 48 reprezentacji. 5 grudnia tego roku w USA odbędzie się losowanie. Uczestnicy zostaną podzieleni nie tak jak dotąd na osiemnastozespołowych grup, ale aż na 12. Po fazie grupowej rozegrana zostanie 1/16 finału, bo do fazy pucharowej awansują 24 reprezentacje z dwóch czołowych miejsc w każdej grupie, a także aż 8 z trzecich miejsc. W sumie aż 32 kadry narodowe, czyli tyle, ile w poprzednich edycjach rozpoczynały rywalizację w finałach mistrzostw świata. Wielki finał - po 39 dniach od in-

auguracji 11 czerwca na Estadio Azteca w stolicy Meksyku - odbędzie się 19 lipca 2026 roku na MetLife Stadium w New Jersey.

Meczów na tym dystansie będzie mnóstwo. Od 1998 do 2022 roku na mundial składały się 64 mecze - teraz w samej fazie grupowej spotkań będzie 68, a w całym turnieju aż 104.

MALTA - POLSKA 2:3

Bramki: Cardona 36, Teuma 68 (k.)

- Lewandowski 32, Wszołek 59, Zieliński 85.

Żółte kartki: Teuma, Satariano - Wiśniewski, Zalewski

Sędzia: Igor Pajac (Chorwacja)

Widzów: 10 326 osób

Malta: Bonello - Muscat (54. Juan Corbalan), Shaw, Mentz (87. Buhagiar), Camenzuli

- J. Mbong (46. Overend), Guillaumier, Satariano, Teuma (77. Pepe), Chouaref

- Cardona (77 P. Mbong)

Polska: Dragowski - Wszołek (78. Grosicki), Wiśniewski (78. Bereszyński), Kędziora,

Kiwior, Skórka - Kamiński (90. Różga), Słisz (78. Kapustka), Zieliński, Zalewski

(46. Świdorski) - Lewandowski.

Innowyniki: Holandia - Litwa 4:0.

1. Holandia	8	20	27-4
2. POLSKA	8	17	14-7
3. Finlandia	8	10	8-14
4. Malta	8	5	4-19
5. Litwa	8	3	6-15

Kujawsko-Pomorska Rada Olimpijska świętowała jubileusz. Nowy sztandar, odznaczenia i mnóstwo wspomnień

Kazimierz Fiut
redakcja@polskapress.pl

Plejada olimpijskich gwiazd zawitała do bydgoskiego Ratusza, by świętować 90-lecie Kujawsko-Pomorskiej Rady Olimpijskiej. Szacowny jubilat w prezencie otrzymał nowy sztandar.

Kujawsko-Pomorskie może się pochwalić 219 olimpijczykami, kolejnych 133 było związanych z naszym regionem.

W ich dorobku jest 36 medali, w 8 złotych, 13 srebrnych i 15 brązowych. Te najcenniejsze - złote - zdobyli: nieżyjący już Zdzisław Krzyszkowiak w biegu na 3000 m z przeszkodami (1960 rok), Teresa Ciepiły w sztafecie 4x100 m (1964) i Bronisław Malinowski na 3000 m z przeszkodami (1980) oraz dwukrotnie uczestniczący w gali Robert Sycz w dwójce podwójnej wagi lekkiej wspólnie z gorzowianinem Tomaszem Kucharskim (2000 i 2004), Adrian Zieliński w podnoszeniu ciężarów (2012), Magdalena Fularczyk - Kozłowska wraz z Natalią Madaj w dwójce podwójnej (2016) i Iga Baumgart-Witan w sztafecie mieszanej 4x400 m (2021).

W sali sesyjnej zawiłał najstarszy, żyjący olimpijczyk z regionu 96-letni specjalista od rzutu młotem Alfons Niklas, który barwnie opowiedział o czterodniowym przelocie na igrzyska z Warszawy do Melbourne. Zaproszenie przyjęła i jubileuszowe życzenia złożyła Renata Mauer - Różańska, złota medalistka w strzelectwie zapewniając zarazem, że odda pierwszy, historyczny strzał w nowo budowanej strzelnicy na obiektach Zawiszy. Gratulowali wspianego jubileusza kolarze: Mieczysław Nowicki, zarazem wiceprezes PKOl, Tadeusz Mytnik, srebrni medalisci igrzysk w Montrealu.

A wszystko zaczęło się w czerwcu 1935 r.; dzięki działaniom generała Wiktora Thommee powstał Regionalny Pomorski Komitet Olimpijski z siedzibą w Bydgoszczy. On też miał swój udział w założeniu Komitetu Olimpijskiego w Łodzi. Komitet zgodnie ze swoimi zadaniami zajmował się w szczególności propagowaniem idei olimpijskiej, zbiórka pieniędzy na fundusz olimpijski oraz opieką moralną nad członkami drużyny olimpijskiej.

Po II wojnie światowej przemiany społeczne i polityczne



90-lecie Kujawsko-Pomorskiej Rady Olimpijskiej świętowało wielu znamiennych gości

znalazły swe odbicie także w organizacji i strukturze kultury fizycznej i sportu. Działał Polski Komitet Olimpijski, lecz bez struktur regionalnych. Dopiero w 1955 roku powołano przy Wojewódzkim Komitecie Kultury Fizycznej w Bydgoszczy Komisję Współpracy z PKOl. Przewodniczącymi Komisji byli: Nikodem Nowak, Feliks Dąbrowski, Mieczysław Bardziński, Andrzej Graczyk oraz od 1978 do 1992 roku Henryk Hoffman, obecny na jubileuszowej gali. Powrót do Regionalnej Rady Olimpijskiej nastąpił w 1993 roku, kiedy to 11 grudnia odbyło

się spotkanie założycielskie. Brali w nim udział Teresa Ciepiły, Regina Sokołowska, Andrzej Maciejewski i Jan Żukowski. 31 maja 1994 roku Sąd Wojewódzki w Bydgoszczy dokonał wpisu do rejestru stowarzyszeń Regionalną Radę Olimpijską. Na jej czele stanął Eugeniusz Kłopotek, ówczesny wicewojewoda bydgoski. Po nim stery przejął nieżyjący już Michał Joachimowski, dwukrotny olimpijczyk, wicewojewoda bydgoski i kujawsko-pomorski, następnie Krzysztof Sikora, prezydent Wyższej Szkoły Gospodarki, Krzysztof Zieliński,

a w ostatnich dwóch latach Magdalena Fularczyk - Kozłowska, złota i brązowa medalistka igrzysk olimpijskich. W listopadzie na prezesa Kujawsko-Pomorskiej Rady Olimpijskiej został wybrany Zygfryd Żurawski, były prezes, a także Honorowy Prezes RTW Bydgoszcz.

Nowy prezes rozpoczął swoją działalność od odebrania nowego sztandaru Kujawsko-Pomorskiej Rady Olimpijskiej. Przyczyniło się do tego dwunastu darczyńców. Swoje gwoździe do drzewca wbili: wojewoda Michał Szybel, wojewoda Bydgoski, Zbigniew Ostrowski, wicemarszałek województwa kujawsko-pomorskiego, Rafał Bruski, prezydent Bydgoszczy, Piotr Kozłowski, starosta powiatu bydgoskiego, Mieczysław Nowicki, wiceprezes PKOl, Kazimierz Drozd, prezes K-P Stowarzyszenia Związków Sportowych, Mirosław Chojcecki, dyrektor XI LO Bydgoskich Olimpijczyków, Szkoły Mistrzostwa Sportowego, Anna Tataruch, prezes Lotto-Bydgoszcz, Jerzy Kanclerz, prezes ŻKS Polonia Bydgoszcz S.A., Stanisław Drzewiecki, prezes Miejskich Wodociągów i Kanalizacji, Arkadiusz Sobkowiak, olimpijczyk, prezes firmy Techsolu-

tions w Poznaniu, Wiesław Pacholski, prezes firmy VauPe. Poświęcenia sztandaru dokonał Biskup Krzysztof Włodarczyk Ordynariusz Diecezji Bydgoskiej.

Przy tej okazji nie mogło zabraknąć licznych wyróżnień i odznaczeń. Odznaki „Za Zasługi dla Sportu” odebrali: Jerzy Ulczyński, Agnieszka Tomczak - Mełnicka, Bartłomiej Bartnicki, Wiesław Pacholski i Piotr Kulpeksza. Złote medale „Za zasługi dla polskiego ruchu olimpijskiego” przyznane zostały Kazimierzowi Drozdowi i Krzysztofowi Sikorze, zaś srebrne: Michałowi Szyblowi, Zbigniewowi Leszczyńskiemu, Agnieszce Tomczak - Mełnickiej. Medale Towarzystwa Olimpijczyków Polskich otrzymali: olimpijczycy Beata Rosolska i Mikołaj Burda oraz działacze Jerzy Kanclerz i Andrzej Maciejewski.

Wszyscy uczestnicy jubileuszowej gali otrzymali pamiątkowe wydanie książki „90 lat Kujawsko-Pomorskiej Rady Olimpijskiej”, autorstwa Andrzeja Maciejewskiego i znaczki Rady. Był też okolicznościowy tort i życzenia dalszych udanych działań na rzecz rozwoju idei olimpijskiej.

SPORT

www.sportowy24.pl

Anwil Włocławek zegna się z pucharami. „Chcemy wygrać dla kibiców”

Joachim Przybył
joachim.przybyl@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Kosowski zespół BC Trepca będzie ostatnim rywalem Anwila Włocławek w FIBA Europe Cup. Niestety, już wcześniej nasza drużyna straciła szansę na wyjście z grupy.

To kolejny nieudany sezon włocławskiej drużyny w FIBA Europe Cup, jakby zwycięstwo w 2023 roku ekipy Przemysława Frasunkiewicza stało się kłątą (jego Rostock Seawolves wywalczył awans i w drugim etapie rozgrywek zagrał m.in. z Treflem Sopot). W poprzednim sezonie zespół Selcuka Ernaka w drugim etapie rozgrywek grupowych przegrał awans m.in. ze szwajcarskim Fribourgiem, w tym sezonie nie udało się awansować nawet do grona 16 najlepszych drużyn.

Na pożegnanie z tegorocznym FIBA Europe Cup Anwil zmierzy się w Hali Mistrzów z BC Trepca. To mistrz Kosowa, który w tym sezonie ma bilans 3-2 w lidze i 0-5 w FIBA Europe Cup. Kibice zobaczą na parkiecie Shawna Jonesa, który w 2020 roku poprowadził Anwil do Pucharu Polski. Duet podkoszowy w Trepcy tworzy z Chadem Brownem, byłym środkowym Kinga Szczecin. W Kosowie Anwil wygrał 97:87.

Mecz w środę nie ma już znaczenia dla układu sił w grupie F, ale będzie okazją do dalszej stabilizacji gry i poszukiwania optymalnej formy zespołu. Bo że jest taka potrzeba, to dostrzegają sami gracze.

- Mamy problem z intensywnością. W derbach w Toruniu ta intensywność pojawiła się dopiero w trzeciej kwarcie. Teraz chcielibyśmy tak grać od początku, a nie tylko wtedy, gdy musimy gonić wynik. Tak samo było z PAOK, gdzie wróciliśmy z -20 w bardzo gorącej hali. Potrafimy zagrać bardzo dobrą koszykówkę, ale chcemy to robić od pierwszej do ostatniej minuty i to jest cel na najbliższe miesiące - podkreśla Michał Michalak.

O porażce w FIBA Europe Cup zadecydowały drobne elementy: roztrwoniona przewaga w Niemczech w pierwszym meczu i przegrana dogrywka, przegrany w ostatniej akcji dogrywki domowy mecz z PAOK Saloniki. Jak spojrzymy na pojedyncze mecze Anwila, to naprawdę niewiele brakowało, aby teraz drużyna miała bilans 4-1 lub nawet 5-0, bo przecież w Salonikach też można było spokojnie wygrać.

- Najłatwiej byłoby rzucić wszystko na brak szczęścia, ale to my popełnialiśmy błędy w kluczowych momentach. Jak choćby w meczu z PAOK u siebie, w którym prowadziliśmy czterema punktami w końcówce i popełniliśmy prosty błąd 8 sekund. Roztrwonili 10 punktów przewagi w Brunszwiku. Zabrakło ostatecznie jednego zwycięstwa. Mecz z Trepcą będzie jednak dla nas bardzo ważny, bo zagramy dla kibiców i chcemy godnie się z pucharami pożegnać - podkreśla trener Grzegorz Kożan.

Początek meczu w Hali Mistrzów w środę o godz. 18.30.



W jednym z domowych meczów FIBA Europe Cup Anwil przegrał po dogrywce z PAOK Saloniki we własnej hali

LEKKOATLETYKA

Ostatni moment na wybór imienia dla maskotki

Atletka, Balbinka, Goosia czy Orbitka? Trwa ostatni etap konkursu na imię maskotki Halowych Mistrzostw Świata w Lekkiej Atletyce Kujawy Pomorze 26, które w marcu przyszłego roku odbędą się w Toruniu. Udział w nich weźmie ponad 600 zawodników z przeszło 140 reprezentacji. Na wybrane imię maskotki głosować można do 19 listopada do godziny 23:59 na stronie internetowej www.maskotka.kujawypomorze26.pl



FOT. MIKOŁAJ KURAS/UNWKP

KOSZYKÓWKA

Asta zagra dzisiaj w Tychach

Enea Abramczyk Astoria zagra dziś o godz. 19.00 z GKS w Tychach. Gospodarze to jeden z głównych rywali bydgoskiej drużyny w walce o awans. Na razie z bilansem 7-3 zajmują 4. miejsce w tabeli.

KRÓTKO



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

SIATKÓWKA

Do zera w Pucharze Polski

Osiem zwycięstw z rzędu bez straty punktu w I lidze, teraz kolejna wygrana bez straty seta w Pucharze Polski - siatkarze CUK Aniołów Toruń są znakomici. Drużyny nie zatrzymała nawet kontuzja podstawowego przyjmującego Łukasza Kalinowskiego, który będzie pauzował kilka miesięcy. W lidze CUK Anioły wygrały osiem kolejnych meczów, tracąc w nich zaledwie dwa sety. Ostatniej porażki to już prawie nikt nie pamięta, podopieczni trenera Marcina Krysia są niepokonani od 20 września.

Równie pewnie drużyna radzi sobie w Pucharze Polski. W III rundzie torunianie wygrali z Iligowym GKS Stoczniowiec Politechnika Gdańska 3:0 (25:16, 25:22, 25:18). To drugie zwycięstwo w tej edycji Pucharu Polski, wcześniej Anioły wyeliminowały 3:1 Volley Żychlin. Celem jest przynajmniej ćwierćfinał, w którym torunianie grali już dwa lata temu. Wtedy w hali SP 28 mieli okazję zmierzyć się z Projektem Warszawą. Kolejne emocje dla kibiców CUK Aniołów już w sobotę 22 listopada. O godz. 18.00 w hali SP 28 mecz z SMS Spala. A w kolejnej rundzie Pucharu Polski rywalem 26 listopada na wyjeździe będzie IM Rekord Volley Jelcz-Laskowice, który pokonał 3:2 MTS Międzyrzec Podlaski. (jp)

LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 17.11

Multi Multi, godz. 22.00

1, 8, 9, 12, [16], 18, 19, 22, 26, 27, 30, 34, 35, 40, 55, 61, 65, 74, 75, 79

Kaskada, godz. 22.00

1, 4, 7, 8, 11, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 24

Mini Lotto

13, 14, 18, 25, 39

Ekstra Pensja

2, 13, 22, 24, 25 - 2

Ekstra Premia

11, 20, 26, 32, 35 - 4

WTOREK, 18.11

Multi Multi, godz. 14.00

9, 17, 22, 23, 26, 29, 35, 37, 39, 50, 58, 60, 61, 62, 64, 66, 70, [75], 76, 78

Kaskada, godz. 14.00

2, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 21

Jak dzwoni Manchester United, ciężko odmówić



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Drużyny z Torunia i Lublina znów chcą walczyć o złoto, ale w przyszłym sezonie będą rywalizować w nieco zmienionych składach

Magdalena Zimna
magdalena.zimna@polskapress.pl

ŻUŻEL. Kluby oficjalnie chwala się efektami wcześniejszych negocjacji. I wyznaczają cele na nowy sezon.

Składy PGE Ekstraligi i Metalkas 2. Ekstraligi są (z małymi wyjątkami) skompletowane od dawna. W otwartym 16 listopada okienku transferowym można oficjalnie podpisywać kontrakty.

Klub z Torunia oficjalnie pożegnał już Jana Kvecha (przenosi się do Rybnika) i przywitał Noricka Bloedoma. Niemiec będzie miał szansę rozwinąć swoje umiejętności w ekipie mistrzów Polski. - Jestem bardzo szczęśliwy, że mogę dołączyć do takiej drużyny. Nie mogło mi się trafić nic lepszego niż starty właśnie w tym miejscu. Nie mogę się doczekać i do zobaczenia w przyszłym sezonie - zapewnił.

Klub liczy, że Bloedorn sprawdzi się na pozycji U24 i pomoże powtórzyć tegoroczny sukces. - Powinien szybko zaaklimatyzować się w zespole, bo z większością zawodników dobrze się zna. Cieszę się, że to jedyna zmiana w składzie. Mówi się, że fajnie przewietrzyć szatnię, ale stabilizacja też jest ważna. Wszyscy się świetnie znamy i rozumiem - zapewnił trener Piotr Baron.

Podobną drogą poszli gruzińdzanie; w GKM też obyło się bez rewolucji. Maksym Drabik

zastąpił Jaimona Lidseya, Bastian Pedersen będzie startował na pozycji U24 zamiast Jakuba Miśkowiaka. Dołączył też 16-letni Beau Bailey, jako „inwestycja w przyszłość”.

Transfer Drabika podniósł notowania gruzińskiej ekipy. W klubie liczą na ponowny awans do fazy play off i wreszcie walkę o medal. - Maksym zwiększył moje możliwości taktyczne. W ostatnim sezonie mieliśmy przyspawane numery do nazwisk, na ostatni mecz ze Spartą trochę już pomieszałem pod kątem kolejnego sezonu i były fajne efekty - mówił trener Robert Kościecha.

Transferami, już oficjalnie, pochwalił się też wicemistrzowie Polski z Lublina. Do składu dołączyli Martin Vaculik i Kacper Woryna, w miejsca Jacka Holdera (Stal Gorzów) i Dominika Kubery (Falubaz Zielona Góra).

- Myślę, że marzeniem każdego sportowca jest jeździć w mocnym zespole, cieszyć się, że mogę reprezentować taki klub. To dla mnie ogromne wyzwanie, żeby pokazać się z jak najlepszej strony - zapewnił Vaculik, cytowany przez klubowe media.

- Gdy odebrałem telefon od prezesa, zastanawiałem się może 3,5 sekundy. Przekładając to na piłkę nożną: dzwoni do ciebie Manchester United i ciężko odmówić - dodał Woryna.

- Nowa ekipa, ten sam cel - podkreślił z kolei klub, a Motor

na pewno będzie chciał odzyskać złoto.

Medialne doniesienia potwierdzają też kluby Metalkas 2. Ekstraligi. W niej jednym z ważniejszych transferów był powrót do Bydgoszczy Wiktora Przyjemskiego. - Tu dorastał, tu się wychował, tu jego dom. Obiecał i wrócił! - podkreślił bydgoski klub.

To właśnie formacja młodzieżowa ma być największym atutem bydgoskiej ekipy w sezonie 2026. W formacji juniorskiej są też utalentowany Maksymilian Pawełczak oraz Kacper Andrzejewski. Skład seniorski pozostał bez zmian, ale starszych zawodników czeka walka o miejsce w składzie. Cel bez zmian - walka o awans.

Polonia ma również nowego trenera - Dariusza Śledzia. Tomasz Bajerski z kolei poprowadzi Ostrowię. Tamtejszy klub również pochwilił się nowymi nabytkami - do drużyny dołączyli Tai Woffinden, Chris Holder i Gleg Czuginow.

- Wszystko będzie grało. Będzie dobrze, tyle powiem. Woffinden i Holder to są koledzy, którzy świetnie się dogadują i rozumieją. Z Czuginowem też się lubią - zapewniał prezes klubu Waldemar Górski na łamach „Tygodnika Żużlowego”. Ostrowianie chcą zaważać o czołowe miejsca w lidze.

Okienko transferowe zakończy się 20 listopada. Będzie jeszcze okienko uzupełniające - od 22 do 31 grudnia.