

# Express

**BYDGOSKI**

Poniedziałek  
23.02.2026

Nr 44 (11232)  
Rok XXXVII

www.expressbydgoski.pl  
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

**Zakaz odwiedzin w Juraszu.** Powód? Lawinowy wzrost zachorowań na gripę **str. 3**



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

**Akcja policji na Starym Rynku.** Kilka osób zatrzymanych **str. 3**

Nr ISSN 1230-9192

Nr indeksu 350680



## Trwa akcja „Razem dla Nadii Lasoty”



Akcja charytatywna jednoczy mieszkańców regionu, sportowców i artystów we wspólnym celu – pomocy 12-letniej Nadii zmagającej się z guzem mózgu. W sobotę w Białych Błotach przez cały dzień odbywało się mnóstwo wydarzeń – str. 24

**Tłumy na izbach przyjęć?** Nowe narzędzie pokaże, gdzie jest najkrótsza kolejka **str. 2**

**Symposium w Centrum Onkologii.** Żywnienie ma niebagatelne znaczenie w leczeniu nowotworów **str. 4**

**Piasek z chodników niebezpieczny dla ludzi?** Tony piachu muszą trafić prosto na wysypisko **str. 6**

**Od marca emerytury, renty i dodatki do nich w górę** po waloryzacji emerytury o 5,3 procent **str. 7**

**Wojna cenowa na mleko i chleb trwa, żebyśmy przyszli po droższe słodczyce** **str. 8**

**Co z kredytami z WIBOR-em sprzed 2018 roku.** Prawnicy szykują pozwy? **str. 10**

## Szpital wojskowy dostał 22,5 mln na kardiologię

Adam Szcześniak  
adam.szczesniak@polskapress.pl

**10. Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką otrzymał dofinansowanie z Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększenia Odporności (KPO). To aż 22,5 z 26,4 mln zł wartości projektu.**

Placówka zrealizuje projekt „Podniesienie jakości i dostępności do świadczeń kardiologicznych w Klinice Kardiologii i Kardiologii 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy poprzez zakup sprzętu i wyposażenia oraz prace bu-

dowlane związane z modernizacją infrastruktury kardiologicznej”.

Projekt realizowany jest w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększenia Odporności, Komponent D „Efektywność, dostępność i jakość systemu ochrony zdrowia”, Inwestycja D1.1.1 „Rozwój i modernizacja infrastruktury centrów opieki wyspecjalizowanej i innych podmiotów leczniczych”.

Przedmiotem projektu w bydgoskim szpitalu wojskowym jest kompleksowa modernizacja infrastruktury Kliniki Kardiologii i Kardiologii. Obejme ona przebudowę pomieszczeń kliniki, a także zakup, dostawę

i montaż specjalistycznego sprzętu medycznego, wyposażenia oraz ambulansu przeznaczonego do transportu pacjentów kardiologicznych.

„Celem przedsięwzięcia jest poprawa jakości i dostępności do wyspecjalizowanych świadczeń kardiologicznych i kardiologicznych, skrócenie czasu oczekiwania na diagnostykę i leczenie, zwiększenie bezpieczeństwa pacjentów oraz poprawa warunków pracy personelu medycznego. Realizacja projektu przyczyni się do ograniczenia zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia w województwie kujawsko-pomorskim” – informuje placówka.

Wartość całego projektu to dokładnie 26.395.029,08 zł, zaś dofinansowanie ze środków Krajowego Planu Odbudowy wynosi 22.514.016,42 zł.

10. Wojskowy Szpital Kliniczny działa już ponad 40 lat. Uroczyste otwarcie placówki odbyło się 4 października 1985 roku. Symbolicznego przecięcia wstęgi dokonał generał armii Florian Siwicki, ówczesny minister obrony narodowej.

Pierwszym pacjentem placówki był żołnierz służby zasadniczej, który 24 września 1985 roku został przyjęty do Kliniki Ortopedii i Chirurgii Urazowej z powodu złamania obojczyka z przemieszczeniem. ©©

## Jutro w „Expressie” Strefa Biznesu

● Polska klasa średnia inwestuje w sztukę i mowa tu nie tylko o miliardach ● Nowy plan ma przestawić polski przemysł

## Zamów prenumeratę

Express Bydgoski ☎ 52 511 94 64  
bok.prenumerata@polskapress.pl  
prenumerata.expressbydgoski.pl

Tomasz Rusek



## JESZCZE TROCZĘ. WYTRZYMAJMY!

**N**ie wiem, jak wy, ale ja mam serdecznie dość zimy. Może nie tyle samej zimy jako pory roku, bo nic nie niej nie mam, a śnieg plus jazda na sankach dawały mi całkiem sporo frajdy, ale...

Naprawdę ulewa mi się już od tej gołoledzi, kolejnych ostrzeżeń meteo, kolizji, mrozów, skrobienia szyb, zastanawiania się, czy mi auto odpali przy poranku w okolicy -16 stopni (tak bywało w ciągu ostatnich tygodni wiele razy). Dobijają mnie też poranne oraz popołudniowe szarości i ciemności, bo strasznie brakuje mi słońca.

Dlatego od wielu dni regularnie śledzę prognozy pogody i w końcu mam dla Was dobre wieści. Choć do kalendarzowej wiosny jeszcze niemal miesiąc, to pierwsze przebłyski wiosennej aury są już o krok!

Tak, wiem, jeszcze dziś, czyli w poniedziałek, tego nie wiadać, bo w prognozach jest deszcz i jakieś siedem stopni na plusie, ale od jutra temperatura przekroczy 10 kresek i... nie zatrzyma się!

Siedzicie? To lepiej usiądźcie: w czwartek ma być 14 stopni, a w piątek może być już 16 (żebyście nie myśleli, że się pomyliłem: SZESNAŚCIE).

Czyli w słońcu pewnie i 20! Potem ma być ciut chłodniej, ale i tak czeka nas fantastyczny, ciepły weekend. Taki niemal wiosenny, podczas którego można już wziąć dzieciaka na rower albo wybrać się całą rodziną na spacer dookoła jeziora (bez ubierania się na cebulę).

Dlatego przy okazji przypominam: półgodzinny spacer to dla naszych organizmów samo dobro. Pomaga obniżyć ciśnienie i poziom stresu, wspiera serce, dotlenia organizm i ułatwia regulowanie poziomu cukru we krwi.

Wiem, wiem! Zaraz mi tutaj wysportowani pocisną, że „spacerować albo biegać można podczas każdej pogody”. Prawda, można, oczywiście. Ale większość z nas chce mieć z tego także frajdę. A ta przychodzi wraz z wiosną, słońcem i ciepłym wiatrem.

To co? Idziemy na spacer?©©

## Tłumy na izbach przyjęć? Nowe narzędzie pokaże, gdzie jest najkrótsza kolejka

Adam Willma  
adam.wilma@polskapress.pl

**Jeszcze przed wyjściem z domu pacjent przed wyjściem będzie mógł sprawdzić, ile osób czeka na SOR i jaki jest przewidywany czas oczekiwania. Ministerstwo Zdrowia przygotowało projekt rozporządzenia, który porządkuje kolejki w szpitalnych oddziałach ratunkowych.**

Nowelizacja nie tworzy nowej aplikacji, ale dostosowuje przepisy do tego, jak system faktycznie działa w szpitalnych oddziałach ratunkowych.

TOPSOR to system informatyczny funkcjonujący w SOR. Rejestruje moment zgłoszenia pacjenta, jego przejście przez rejestrację, segregację medyczną oraz pierwszy kontakt z lekarzem.

Według nowych pomysłów ministerstwa, system ma mierzyć:

- całkowity czas pobytu pacjenta w SOR,
- czas oczekiwania na rejestrację,
- czas oczekiwania na segregację medyczną,
- czas oczekiwania na pierwszy kontakt z lekarzem,
- liczbę pacjentów przebywających aktualnie w oddziale,
- listę numerów pacjentów oczekujących na poszczególnych etapach.

W uzasadnieniu znalazł się zapis, że zmiany mają uporządkować stan prawny zgodnie

z rzeczywistym działaniem systemu:

„System dokonuje pomiarów nie tylko w zakresie czasu oczekiwania na pierwszy kontakt z lekarzem, ale również w zakresie czasu oczekiwania na rejestrację i na segregację medyczną”.

To właśnie te dane - widoczne na wyświetlaczach w oddziale i dostępne w systemie e-zdrowia - mają odpowiadać na pytanie, jak sprawdzić ile osób czeka na SOR.

Zmienia się również terminologia. Zamiast „stanowisk pracy” w przepisach pojawiają się „kolejki”. A to dlatego, że system pokazuje liczbę osób oczekujących w kolejce do rejestracji, do segregacji medycznej i do lekarza, a nie przy konkretnym stanowisku.

### Jak sprawdzić czas oczekiwania na SOR krok po kroku?

Projekt otwiera możliwość publicznego udostępniania danych generowanych przez system. Odpowiedź na pytanie jak sprawdzić kolejki na SOR ma być prostsza niż dotąd.

Schemat działania wygląda następująco:

- Pacjent zgłasza się do SOR i otrzymuje numer.
- Personel przeprowadza segregację medyczną i nadaje kategorię pilności.
- System przypisuje numer do odpowiedniej kolejki.
- Na podstawie liczby osób w danej kategorii wyliczany jest



FOT. ADAM JASTRZEBOWSKI

**Na SOR nie obowiązuje kolejność według godziny przyjazdu. O pierwszeństwie decyduje stan zdrowia.**

przewidywany czas oczekiwania.

● Informacja może być udostępniona online.

Projekt nie wprowadza dodatkowych formalności po stronie pacjenta. Informacje mają mieć charakter bieżący i wynikać z danych wprowadzanych w oddziale.

### Czy dane o kolejce na SOR będą aktualizowane na bieżąco?

System rejestruje konkretne zdarzenia informatyczne, m.in. wygenerowanie numeru, wezwanie, rozpoczęcie obsługi, przeniesienie do innej kategorii czy zakończenie wizyty. Każda zmiana wpływa na aktualny obraz kolejki.

Resort wyraźnie podkreśla, że system nie podejmuje decyzji medycznych. W uzasadnieniu zapisano:

„Zmiana obecnego zapisu (...) rozporządzenia odzwierciedla ten fakt, że to nie system TOPSOR automatycznie prowadzi segregację medyczną, ale umożliwia jej prowadzenie personelowi medycznemu SOR”.

Na SOR nie obowiązuje kolejność według godziny przyjazdu. O pierwszeństwie decyduje stan zdrowia. Kategorie pilności oznaczane są kolorami:

- czerwony - natychmiastowa pomoc,
- pomarańczowy - do 10 minut,
- żółty - do 60 minut,
- zielony - do 120 minut,
- niebieski - do 240 minut.

To liczba pacjentów w tych kategoriach wpływa na wyświetlany czas oczekiwania na SOR.

Rozporządzenie ma wejść w życie po upływie 14 dni od dnia ogłoszenia. Zmiany obejmą wszystkie szpitalne oddziały ratunkowe korzystające z TOPSOR.

Nowelizacja doprecyzowuje także kwestie techniczne, m.in. integrację systemu z kardiomonitorem oraz obowiązek wykonywania kopii bezpieczeństwa danych na poziomie lokalnym.

System nie zmniejszy oczywiście obciążenia na SOR-ach, ale pozwoli bardziej racjonalnie rozłożyć czas oczekiwania SOR-ach i w konsekwencji - rozlokowanie chorych na oddziałach.©©

## POGODA W BYDGOSZCZY

Poniedziałek

5°C  
4°C



Wiatr zach., 22 km/h  
Ciśnienie 1011 hPa  
Biomet niekorzystny

Wtorek

6°C  
3°C



Środa

12°C  
4°C



Dziś imieniny obchodzą Marta, Damian, Romana i Stefan

## KALENDARIUM BYDGOSKIE

**23 lutego**  
„Rzucili” gorzałkę do „Peweksu”! Od rana bydgoszczanie stali w kolejce

**1920:** miała miejsce inauguracja wykładów w przeniesionej z Poznania do Bydgoszczy Akademii Rolniczej, powstałej w 1919 roku. Jej program obejmował 5 semestrów nauki, więc szkoła nie miała charakteru akademickiego. Mieściła się przy pl. Weyssenhoffa, w budynku Instytutu Nauk Rolniczych.

Na początku roku akademickiego 1922/23 uczelnię przeniesiono do Cieszyna.

**1928:** miało miejsce zatwierdzenie przez Radę Miejską projektu architektonicznego planowanego szpitala miejskiego na Bielawkach, zbudowanego dekadę później.

**1963:** nastąpiło oddanie do użytku pierwszych nowych budynków na osiedlu Błonie - 24 szeregowych budynków jednorodzinnych przy ul. Ludwika Waryńskiego 3-49.

**1964:** po raz pierwszy w Bydgoszczy odbyła się ceremonia publicznego losowania wygrywających liczb w „Toto-Lotka”, działającego od 1957 roku. Losowanie miało miejsce w hali „Astorii” w przerwie ligowego meczu bokserkiego Astoria - Polonia Gdańsk.

**1971:** w pomieszczeniach letniej kawiarni przy pl. Teatralnym Bydgoskie Zakłady Gastronomiczne uruchomiły pierwszy w Bydgoszczy punkt sprzedaży świeżych

placków ziemniaczanych. Lokal cieszył się ogromną popularnością.

**1982:** roku przy ówczesnej ul. Czerwonej Armii otwarto drugą w mieście placówkę „Peweksu” sprzedającą alkohol za dewizy i bony dewizowe bez konieczności oddawania kartek na alkohol. Ponieważ od grudnia 1981 roku dał się odczuć brak tego towaru na rynku, od wczesnych godzin rannych do sklepu ustawiła się długa kolejka.©© KB

## Akcja policji na Starym Rynku. Kilka osób zatrzymanych, poszkodowany funkcjonariusz

Magdalena Walczak-Grudzka  
magdalena.walczak-grudzka@polskapress.pl

**Siedem osób zostało zatrzymanych w sobotni wieczór po rozboju na Starym Rynku w Bydgoszczy. Policja informuje o dwóch zgłoszeniach zbitej szybie w lokalu na Starym Rynku oraz kradzieży rozbójniczej w sklepie na ul. Długiej.**

Co się dzieje na Starym Rynku, że tyle tam policji? Takie pytania pojawiały się w sobotę wieczorem w mediach społecznościowych. Pojawiły się komentarze o rzekomej strzelaninie.

Nadkom. Lidia Kowalska, Officer Prasowa KMP w Bydgoszczy potwierdza, że w sobotę ok. godz. 19.30 wpłynęły zgłoszenia o wybitej szybie w lokalu na Starym Rynku oraz

**Doszło do ataku na policjantów. Ostatecznie zatrzymano 15-letniego sprawcę oraz innych sześć osób, w wieku od 13 do 20 lat.**

o kradzieży rozbójniczej w sklepie przy ul. Długiej. Zdementowała jednocześnie plotki i zapewniła, że do żadnej strzelaniny nie doszło.

Doszło natomiast do ataku na policjantów. Jeden z funkcjonariuszy został poszkodowany.

Po dużej policyjnej interwencji zatrzymanych zostało siedem osób które brały udział w rozboju w centrum Bydgoszczy. Wśród nich są osoby nieletnie.

Policjanci ostatecznie zatrzymali 15-letniego sprawcę oraz innych sześć osób, w wieku od 13 do 20 lat. Wszyscy odpowiedzą za czynną napad na funkcjonariusza, 15-latek za kradzież rozbójniczą oraz uszkodzenie mienia. Po sprawdzeniu w systemie, okazało się, że 15-latek jest poszukiwany. Oddalił się z jednej z placówek wychowawczych na terenie naszego województwa - mówi cytowana przez TVP Bydgoszcz nadkom. Lidia Kowalska.

Na miejsce skierowano dodatkowe jednostki policji. Akcja trwała do późnych godzin nocnych. ©

# Zakaz odwiedzin w Juraszu. Powód? Wzrost zachorowań na grype

Magdalena Walczak-Grudzka  
magdalena.walczak-grudzka@polskapress.pl

**Szpital w Bydgoszczy, podobnie jak wiele placówek w Polsce, wprowadza zakaz odwiedzin i inne ograniczenia. Powodem jest rosnąca liczba zachorowań na grype oraz aktualna sytuacja epidemiologiczna. Decyzja obowiązuje do odwołania.**

Od 20 lutego 2026 roku w Szpital Uniwersytecki nr 1 im. dr. A. Jurasza w Bydgoszczy obowiązuje zakaz odwiedzin pacjentów w klinikach internistycznych:

- Klinika Kardiologii i Chorób Wewnętrznych,
- Klinika Geriatrii i Chorób Wewnętrznych,
- Klinika Endokrynologii, Diabetologii i Chorób Wewnętrznych,
- Klinika Nefrologii, Nadciśnienia Tętniczego i Chorób Wewnętrznych.

Oznacza to, że bliscy nie mogą obecnie spotykać się z pacjentami w salach chorych ani w innych przestrzeniach placówki. Decyzja została podjęta



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

**Szpital Jurasza w Bydgoszczy wprowadził zakaz odwiedzin pacjentów 20 lutego 2026 roku**

w związku ze wzrostem zachorowań na grype oraz aktualną sytuacją epidemiologiczną w regionie. Placówka podkreśla, że to działania profilaktyczne, mające przede wszystkim chronić zdrowie hospitalizowanych oraz personelu medycznego.

Odwiedziny będą możliwe wyłącznie w uzasadnionych przypadkach, po uzyskaniu zgody Kierownika Kliniki lub lekarza dyżurnego - przekazuje szpital. Szczególne sytuacje to najczęściej ciężki stan pacjenta czy opieka nad osobą niepełnoletnią.

Dodatkowo szpital wprowadza obowiązek noszenia mase-

czek ochronnych na terenie kliniki a także informuje o możliwych ograniczeniach przyjęć planowych z wyjątkiem stanów bezpośredniego zagrożenia życia.

Powodem decyzji jest wyraźny wzrost liczby infekcji grypowych w ostatnich tygodniach. Lekarze wskazują, że szczyt zachorowań potrwa do marca a do szpitali trafia coraz więcej pacjentów z powikłaniami po grypie - są to najczęściej osoby po 50. roku życia i starsze oraz przewlekle chore.

Od 1 września 2025 roku do 1 lutego 2026 roku z powodu

grypy w Polsce zmarło 1061 osób.

Ograniczenie wizyt w szpitalach to standardowa procedura stosowana w takich sytuacjach epidemiologicznych. Celem jest ograniczenie ryzyka przeniesienia wirusa na oddziały, gdzie przebywają osoby o obniżonej odporności, dla których nawet pozornie łagodna infekcja może być bardzo groźna.

Na razie nie podano konkretnej daty zakończenia ograniczeń. Dyrekcja bydgoskiego szpitala podkreśla, że o ewentualnych zmianach będzie informować na bieżąco.

Sytuacja jest na bieżąco monitorowana, a zakaz zostanie zniesiony dopiero wtedy, gdy liczba zachorowań zacznie wyraźnie spadać.

Specjaliści apelują o przestrzeganie zasad profilaktyki: szczepienia, unikanie kontaktu z osobami chorymi oraz pozostawanie w domu w przypadku objawów infekcji. Jak podkreślają, to najskuteczniejszy sposób, by chronić siebie i innych w czasie wzmożonego sezonu grypowego. ©

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

0011482364

## Energia na kolejne lata: gaz z Norwegii, wiatr na Bałtyku i małe reaktory jądrowe

**1013 zł rocznie na każdego mieszkańca kraju - taką skalę mają inwestycje zaplanowane przez ORLEN na najbliższą dekadę. Łącznie to 380 mld zł, czyli największy program rozwojowy w historii spółki i jedno z najbardziej ambitnych przedsięwzięć inwestycyjnych w Polsce.**

Za ORLENEM pierwszy rok realizacji tej strategii i pierwsze miesiące realnych prac budowlanych.

– W minionym roku pozyskailiśmy nowe złoża gazu w Norwegii i Polsce, które przez 14 lat pokryłyby zapotrzebowanie Warszawy na gaz. Rozpoczęliśmy budowę pierwszej polskiej farmy wiatrowej na Bałtyku. Uruchomiliśmy 3 projekty budowy nowoczesnych elektrowni gazowych. Zmodernizowaliśmy sieć przesyłową o długości, która pozwoliłaby na opłeczenie dookoła granic Polski – podkreśla Ireneusz Fąfara, Prezes Zarządu ORLEN.

Słowa te dobrze oddają skalę zmian, jakie zachodzą w polskiej energetyce. Wyraźnie widać je dziś w obszarze gazu.

**Gaz jako fundament bezpieczeństwa**

Miniony rok był dla ORLENU rekordowy pod względem

dostaw gazu. Dzięki maksymalnemu wykorzystaniu floty gazowców spółka zrealizowała 81 dostaw LNG, z czego 12 obsłużyły jednostki Grupy. Do Polski trafiło ponad 8 mld m<sup>3</sup> skroplonego gazu.

Równolegle odkryto 2,4 mld m<sup>3</sup> nowych zasobów surowca w kraju oraz zwiększono wydobycie na Norweskim Szelfie do 7,2 mld m<sup>3</sup> – dzięki nowoczesnym technologiom i przejęciom aktywów. Łącznie oznacza to niemal 10 mld m<sup>3</sup> nowych zasobów, czyli ilość odpowiadającą kilkuletniemu zużyciu największych polskich miast. To element budowy stabilnego zaplecza dla transformującego się systemu energetycznego.

Gaz pełni w nim rolę paliwa przejściowego i stabilizującego. Dlatego równolegle rozwijane są nowe elektrownie gazowo-parowe (CCGT). Trwają przygotowania do uruchomienia elektrowni w Grudziądzu i Ostrołęce, równolegle kontynuowane są inwestycje w Gdańsku i Grudziądzu II. Bloki te mogą szybko reagować na zmiany zapotrzebowania i uzupełniać produkcję energii w okresach mniejszej generacji z wiatru i słońca.

**Bałtyk wchodzi do gry**

Drugim filarem inwestycji są odnawialne źródła ener-



gii. Pierwsza polska morska farma wiatrowa **Baltic Power** wkroczyła w kluczową fazę realizacji – zakończono instalację fundamentów i trwają przygotowania do testów. Po uruchomieniu farma zapewni energię dla 1,5 mln gospodarstw domowych. Równolegle rozwijane są kolejne projekty Baltic East i Baltic West, które w kolejnych latach mają zwiększyć udział zeroe-

misyjnych źródeł w krajowym miksie energetycznym. Skala inwestycji offshore oznacza również impuls dla krajowego przemysłu. W projektach gazowych, morskich, jądrowych i sieciowych uczestniczą firmy z całej Polski – od przedsiębiorstw inżynierskich po wyspecjalizowane podmioty technologiczne. To inwestycje, które przekładają się nie tylko na produk-

cję energii, ale także na rozwój kompetencji i nowe miejsca pracy.

**Sieci - warunek powodzenia transformacji**

Aby nowe źródła energii mogły zostać w pełni wykorzystane, konieczna jest modernizacja infrastruktury. Energia z Grupy ORLEN w ostatnim roku przyłączyła 62 tys. nowych odbiorców, podłączyła 1 GW nowych

instalacji OZE i wydała decyzje przyłączeniowe dla kolejnych 2,5 GW mocy.

Część projektów realizowana jest przy wsparciu środków z Krajowego Planu Odbudowy. Rozbudowa i cyfryzacja sieci to dziś jeden z kluczowych warunków dalszej transformacji, które umożliwiają uruchomienie morskich farm wiatrowych, rozwój SMR i integrację nowoczesnych źródeł gazowych.

**SMR - stabilność długiego horyzontu**

Kolejnym etapem ma być energetyka jądrowa w formule małych reaktorów modułowych. ORLEN przygotowuje się do budowy pierwszego w Europie reaktora BWRX-300 we Włocławku.

SMR mają w przyszłości stabilizować system, ograniczać emisję CO<sub>2</sub> i dostarczać energię dla przemysłu wymagającego dużej mocy.

Skala prowadzonych inwestycji pokazuje, że transformacja energetyczna przestaje być wyłącznie planem zapisanym w strategii. Coraz wyraźniej przybiera formę konkretnych projektów infrastrukturalnych, które mają wpływać zarówno na bezpieczeństwo energetyczne kraju, jak i na tempo rozwoju gospodarki.

# Bydgoszcz

## Bydgoski Marzec 1981 r. oczami młodych - bydgoski IPN ogłosił konkurs

Wojciech Mąka  
wojciech.maka@polskappress.pl

**Bydgoski oddział IPN ogłosił konkurs plastyczny. Uczennice i uczniowie mogą namalować specjalne prace i plakaty nawiązujące do 45. rocznicy wydarzeń Bydgoskiego Marca 1981.**

Rada Miasta Bydgoszczy ogłosiła rok 2026 Rokiem Bydgoskiego Marca. W obchody 45. rocznicy wydarzeń marcowych w 1981 roku włączają się także inne instytucje.

- Zbieracie grupę koleżanek i kolegów z klasy pod opieką osoby dorosłej (wychowawcy, nauczyciela, rodzica) i przygotowujecie plakat historyczny w dowolnej technice, przedstawiający historię Bydgoskiego Marca 1981 r. Wyeksponujcie go w ogólnodostępnym miejscu w waszej szkole (ściana, tablica informacyjna, sztaluga, okno,

elewacja) - zawsze w uzgodnieniu z opiekunem projektu i dyrekcją szkoły, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa. Wykonajcie dokumentację fotograficzną plakatu w miejscu publicznej ekspozycji (maksymalnie 3 zdjęcia). Dla laureatów konkursu (miejsca I-III) oraz osób wyróżnionych przez komisję konkursową przewidziano nagrody w wysokości, 500 zł, 300 zł i 200 zł - informuje bydgoski oddział IPN.

Konkurs jest przeznaczony dla uczennic i uczniów klas VI-VIII szkół podstawowych i szkół ponadpodstawowych z całego województwa kujawsko-pomorskiego. Patronat nad konkursem objął wojewoda Michał Szybel.

Zgłoszenia i prace przyjmowane są do 9 marca w IPN. Gala i wręczenie nagród odbędą się 19 marca 2026 r. podczas wojewódzkich obchodów w Bydgoszczy. ©

## BYDGOSKI MARZEC 81 OCZAMI MŁODYCH



Konkurs bydgoskiej delegatury IPN przeznaczony jest dla dzieci i młodzieży szkolnej

## KRÓTKO

### SPOTKANIE

**Collegium Annapolis. Fantastyka u Hoffmana: Motywy literackie w prozie japońskiej**

Jutro, 24. lutego, w Kujawsko-Pomorskim Centrum Kultury o godz. 18.00 odbędzie się spotkanie w nowym cyklu tematycznym „Collegium Annapolis. Fantastyka u Hoffmana”, który tworzą Biblioteka Literatury Fantastycznej im. Jerzego Grundkowskiego w Bydgoszczy oraz Pracownia Literatury KPCK. Co dwa miesiące będziemy zgłębiać zagadnienia związane z literaturą fantastyczną.

Dobro wspólne czy ogólne? Lepiej być pożytecznym czy pasożytem społecznym? Zapraszamy na prelekcję poświęconą literaturze japońskiej - od klasyków takich jak Sakyō Komatsu czy Kōbō Abe, po autorki współczesne jak Sayaka Murata. Przewodniczką w tej egzotycznej podróży będzie Marta Sobiecka - miłośniczka japońskiej prozy i autorka cyklu książek o policjantce Kaori Nakamura; publikowała m.in. w „Nowej Fantastyce”, „Nieznanym Świecie”, „Fenixie. Antologii”, magazynie „Pulp”. Wstęp wolny. **redex**

# Żywnienie ma niebagatelne znaczenie w leczeniu nowotworów

Adam Szczęśniak  
adam.szczesniak@polskappress.pl

**W piątek i sobotę w Centrum Onkologii im. prof. F. Łukaszczyka w Bydgoszczy odbywało się XII Sympozjum „Onkologia i Żywnienie”. To ogólnopolskie wydarzenie naukowe poświęcone znaczeniu terapii żywieniowej w leczeniu pacjentów onkologicznych.**

W spotkaniu brali udział lekarze, dietetycy kliniczni, pielęgniarki, farmaceuci i specjaliści zajmujący się opieką nad chorymi z całego kraju.

Konferencja, zorganizowana pod kierownictwem naukowym dr. hab. Michała Jankowskiego, prof. UMK, od wielu już lat stanowi ważną przestrzeń wymiany wiedzy i doświadczeń dotyczących kompleksowego leczenia onkologicznego.

Tegoroczna edycja skupiała się na praktycznych aspektach medycyny żywieniowej - od wczesnej oceny stanu odżywienia, przez interwencje dietetyczne, po zastosowanie żywienia dojelitowego i pozajelitowego.

Jak podkreśla dr hab. Michał Jankowski, koordynator Oddziału Klinicznego Chirurgii Onkologicznej, właściwe odżywienie pacjenta ma bezpośredni wpływ na skuteczność terapii: - Nie ma możliwości prowadzenia skutecznego leczenia onkologicznego bez zwrócenia uwagi na stan odżywienia chorego. To



**Tegoroczna edycja sympozjum skupiała się na praktycznych aspektach medycyny żywieniowej**

jeden z kluczowych elementów terapii.

### „To nie talerz z jedzeniem...”

Dr Małgorzata Nartowicz, kierownik Zespołu Żywienia Klinicznego w Centrum Onkologii, zwraca uwagę na konieczność indywidualnego podejścia do pacjenta: - Nie wystarczy przygotować odpowiedni posiłek - trzeba sprawdzić, czy pacjent jest w stanie go zjeść i wykorzystać. Dlatego terapia żywieniowa powinna być monitorowana przez cały proces leczenia.

Jak zaznacza prof. Janusz Kowalewski, dyrektor Centrum Onkologii, kompleksowa opieka nad chorym na raka nie kończy się na chirurgii, chemioterapii czy radioterapii. - Żywnienie jest częścią rehabilitacji, czyli ogólnych działań pozwalających na to, by pacjent był właściwie przygotowany do rozpoczęcia leczenia - tak jak sportowiec do zawodów.

Jak wyjaśnia prof. Dorota Mańkowska-Wierzbicka, prezes Polskiego Towarzystwa Żywienia i Metabolizmu, zawsze zaczyna się od możliwie najbardziej naturalnej drogi - żywienia doustnego. W razie potrzeby stosujemy żywienie dojelitowe (z wykorzystaniem przewodu pokarmowego), a gdy nie jest to możliwe - żywienie pozajelitowe (dożylnie).

- Brak odpowiedniej ilości energii i białka prowadzi do zaburzeń metabolicznych, pogorszenia odporności, utraty masy mięśniowej i większej liczby powikłań. Dlatego leczenie żywieniowe to nie „talerz z jedzeniem”, lecz precyzyjnie dobrana interwencja medyczna. Dowody naukowe są jednoznaczne. Wprowadzenie leczenia żywieniowego przekłada się na lepsze rokowanie pacjenta - tłumaczy.

Według danych szacunkowych przedstawianych przez organizację pacjenckie nawet 20% pacjentów onkologicznych

umiera nie z powodu samego nowotworu, lecz z powodu wyniszczenia organizmu wynikającego z niedożywienia.

### Nie dopuścić do wyniszczenia organizmu

Więcej o żywieniu w onkologii i sympozjum na stronie CO: XII Sympozjum „Onkologia i Żywnienie” - terapia żywieniowa jako fundament nowoczesnej onkologii - Centrum Onkologii

Program sympozjum obejmował: wpływ stanu odżywienia na wyniki leczenia onkologicznego, nowoczesne metody terapii żywieniowej, personalizowane interwencje żywieniowe, wsparcie żywieniowe podczas leczenia systemowego, rolę zespołów żywieniowych w szpitalach onkologicznych i rehabilitację.

Wśród prelegentów byli wybitni specjaliści reprezentujący polskie ośrodki kliniczne i akademickie, m.in. prof. Andrzej Rutkowski, prof. Dorota Mańkowska-Wierzbicka, prof. Marek Zawadzki, prof. Tomasz Banasiewicz, prof. Wojciech Zegarski, prof. Tomasz Drewa, prof. Stanisław Kłęk, prof. Piotr Rutkowski i prof. Piotr Richter.

Wydarzenie miało również zwrócić uwagę na konieczność edukacji społecznej, rosnącą rolę interdyscyplinarnej współpracy w opiece nad chorym onkologicznie oraz rolę dietetyków klinicznych, których sytuacja zawodowa nie jest nadal uregulowana ustawowo. ©

## „Nauka dla wszystkich...” – finał naukowego tygodnia w Collegium Medicum

Paweł Kaniak  
pawel.kaniak@polska.press.pl

**Na Wydziale Farmaceutycznym Collegium Medicum zakończyły się trzydniowe warsztaty dla uczniów szkół ponadpodstawowych. Ich zwieńczeniem była konferencja edukacyjna.**

W dniach 16-18 lutego 2026 r. na Wydziale Farmaceutycznym CM UMK odbywała się VIII edycja bezpłatnych Praktycznych Warsztatów dla Uczniów Szkół Ponadpodstawowych. Uczestniczyło w nich około 650 uczniów z 21 szkół z województwa kujawsko-pomorskiego, i nie tylko, m.in. z Czewy, Kielc, Bydgoszczy, Lipna, Włocławka, Brodnicy, Tucholi, Grudziądza i Chełmna.

Kadra naukowa z 17 Katedr przygotowała 22 tematy zajęć. Młodzież mogła między innymi: zbadać zawartość kwasu acetylosalicylowego w lekach,



**W piątek w auli CM UMK przy ul. Jagiellońskiej zorganizowano konferencję „Nauka dla wszystkich”**

dowiedzieć się, co kryje w sobie włos i dlaczego łysiejemy, samodzielnie sporządzić półstałe preparaty dermatologiczne, poznać tajniki pracy w nowoczesnym laboratorium medycznym oraz aptece.

Finałem warsztatów była konferencja „Nauka dla wszystkich...”, którą zorganizowano w piątek w auli CM UMK przy ul. Jagiellońskiej

w Bydgoszczy. - Był to prawdziwy dialog pokoleń, naukowców, studentów oraz uczniów - mówi dr hab. Marek Foksiński, prof. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Dziekan Wydziału Farmaceutycznego.

Konferencja składała się z trzech bloków tematycznych: ● Człowiek i środowisko - od natury do nowoczesnych leków.

● Śladami choroby - jak laboratorium wykrywa zaburzenia, zanim pojawią się objawy?

● Kosmetologia jutra - jak nauka walczy z upływem czasu?

- Naszym celem było zainspirowanie młodzieży do wyboru ambitnych ścieżek kształcenia. Chcieliśmy pokazać, że farmacja, analityka medyczna i kosmetologia to kierunki z ogromną przyszłością, realizowane w Bydgoszczy na światowym poziomie - podsumowuje dr hab. Beata Szeffler, prof. UMK, Pełnomocnik ds. Promocji Wydziału Farmaceutycznego.

Konferencji towarzyszyła konkursowa sesja posterowa. Swoje prace zaprezentowali uczniowie szkół ponadpodstawowych oraz studenci z organizacji Polskiego Towarzystwa Studentów Farmacji, Studentkiego Towarzystwa Diagnostów Laboratoryjnych oraz Kosmetologicznej Organizacji Studentkiej. Najlepsze prezentacje zostały nagrodzone. ©

# Energia z Polski – Local First. Nowa jakość i praktyczna wiedza dla dostawców energetyki

Już 2 marca w Teatrze Polskim w Szczecinie odbędzie się II edycja Forum Dostawców Polskiej Energetyki Wiatrowej „Energia z Polski – Local First”. Pierwsza edycja wydarzenia zakończyła się podpisaniem przez Ministra Aktywów Państwowych oraz przedstawicieli największych spółek Skarbu Państwa kluczowej deklaracji dotyczącej tzw. local content. Kolejnym krokiem było powołanie przy MAP zespołu ds. udziału komponentu krajowego w procesach inwestycyjnych.

II edycja Forum organizowana jest przez Polską Press Grupę przy współudziale Urzędu Marszałkowskiego Województwa Zachodniopomorskiego oraz we współpracy z województwami wielkopolskim i lubuskim. Patronat honorowy nad wydarzeniem objęło Ministerstwo Aktywów Państwowych z Wojciechem Balczunem na czele, a wśród partnerów biznesowych znalazły się największe polskie firmy energetyczne.

Wydarzenie odbywa się pod hasłem „Wind Factory of Europe” i jest adresowane szczególnie do sektora małych i średnich przedsiębiorstw (MŚP). Dzięki swojej elastyczności i innowacyjności to właśnie one mogą stać się strategicznymi



II edycja Forum „Energia z Polski”. Podpisanie deklaracji o udziale polskich firm w budowie morskich farm wiatrowych.

partnerami dla globalnych inwestorów.

W agendzie wydarzenia zaplanowano panele tematyczne, warsztaty oraz sesje networkingowe. Ekspertki i praktycy poruszą m.in. kwestie:

- znaczenia polityki local content dla rozwoju polskich firm,
- roli samorządów jako fi-

- finansowania i zabezpieczenia wielkoskalowych projektów energetycznych,
- potencjału inwestycji onshore i offshore dla rodzimego biznesu.

Uczestnicy otrzymają praktyczną wiedzę na temat wymagań technicznych, norm oraz procedur zakupowych.

Forum to także unikalna okazja do zdobycia wskazówek dotyczących przygotowania ofert i skutecznego konkurencyjnego kontraktu w dużych projektach energetycznych.

Wzmocnienie roli lokalnych dostawców to nie tylko szansa na dywersyfikację biznesu, ale przede wszystkim budowa niezależności

przemysłowej Polski. Ekspertki podkreślają, że aktywny udział rodzimych producentów w łańcuchu dostaw przekłada się na stworzenie odpornej infrastruktury energetycznej.

II edycja Forum „Energia z Polski – Local First” potwierdza status wydarzenia jako najważniejszej platformy dialogu między admini-

stracją państwową, sektorem prywatnym a rynkiem MŚP. Poprzez wymianę wiedzy i bezpośrednie kontakty z kluczowymi graczami,

Forum realnie wspiera transformację polskiego sektora energetycznego.

**Więcej informacji, pełna agenda oraz rejestracja:**  
[www.energiazpolski.pl](http://www.energiazpolski.pl)

Organizator



Współorganizator



Patronat Honorowy



Partner Strategiczny



Partnerzy Główni



Partnerzy



Partner Merytoryczny



## Schudła 48 kg i pokonała raka. Dźwiga jednak olbrzymi ciężar i prosi o wsparcie

Adam Szczęśniak  
adam.szczesniak@polskapress.pl

**Pani Małgorzata, mieszkanka Bydgoszczy, dzielnie walczy o swoje zdrowie. Potrzebuje jednak wsparcia, aby pozbyć się dużego fałdu skórniego, który dźwiga po operacjach i schudnięciu.**



FOT. NADLESIAŃ

**Pani Małgorzata zdecydowała się pokazać, z czym musi się borykać...**

34-letnia mieszkanka Bydgoszczy ma duży (dosłownie) problem. Tak opisuje swoją sytuację: „Mam za sobą bardzo trudną drogę medyczną. Wygrałam walkę z nowotworem (miała olbrzymi guz jajnika - red.), a dzięki operacji bariatrycznej w 2022 r. (zmniejszenie żołądka - red.) i moim ogromnym wyrzeczeniom schudłam 48 kg. Zgodnie z zaleceniami chirurga, najpierw musiałam zredukować wagę, aby móc bezpiecznie przejść operację przepukliny, którą mam już za sobą (w 2023 r. - red.). Niestety, po tak dużej utracie wagi na moim brzuchu pozostał rozległy fałd skóry (tzw. fartuch brzuszny). Chcę jednak wyraźnie podkreślić: to nie jest dla mnie problem estetyczny, to krytyczny problem zdrowotny. Ten wiszący ciężar skóry wygina mój kręgosłup, powodując ból, którego nie uśmierdzają żadne leki, i uniemożliwia mi normalne funkcjonowanie. Pod fałdem tworzą się bolesne, niegojące się rany i odparzenia. NFZ odmawia mi pomocy, uznając zabieg za plastyczny, choć dla mnie to jedyna szansa na powrót do sprawności”.

Pani Małgorzata założyła blisko rok temu zbiórkę na operację w Pradze (ok. 30-35 tys. zł), ale przez 8 miesięcy zebrała niespełna 4 tys. zł od darczyńców. Link do zbiórki: <https://www.siepomaga.pl/malgorzata-kitzman>

„Żyję z niskiej renty i sama nigdy nie uzbieram takiej kwoty, nawet jej części” - tłumaczy.

Jest zdesperowana i dziś przyjmie każdą pomoc medyczną. „Jeśli jakkolwiek klinika lub lekarz z Bydgoszczy mógłby mi pomóc, proszę o kontakt” - apeluje.

Redakcja udostępni kontakt do pani Małgorzaty.

„Prośbienie o pomoc nie jest łatwe. Ciężko mi to przychodzi, ale nie mam innego wyjścia. Na szali leży moje zdrowie. Jeżeli mogą Państwo mnie wesprzeć w choć małym stopniu, będę bardzo wdzięczna. Wierzę, że z Waszą pomocą będzie jeszcze dobrze!” - dodaje. ©

Jarosław Więclawski  
jaroslaw.wieclawski@polskapress.pl

**Trwa przetarg na zaprojektowanie przebudowy dawnego mostu kolejowego nad Kanalem Bydgoskim. Po remoncie konstrukcji będzie to kładka, z której będą mogli korzystać piesi i rowerzyści.**

Zainteresowane firmy mogą składać oferty do 24 lutego. Wykonawca na realizację zadania będzie miał 12 miesięcy od daty podpisania umowy. Do jego obowiązków będzie należało wykonanie wszelkich czynności przygotowawczych umożliwiających ogłoszenie następnie przetargu na realizację robót budowlanych.

W zakres zadania wchodzi m.in. opracowanie koncepcji przebudowy mostu wraz z niezbędnymi fragmentami dojazdów, wykonanie badań geotechnicznych, pozyskanie wszelkich warunków technicznych i uzgodnień oraz uzyskanie pozwolenia na budowę.

Jak czytamy w opisie przedmiotu zamówienia, „przewiduje się rozbiórkę istniejącego wspomnianego chodnikowego, rozbiórkę istniejącego pomostu żelbetowego pomiędzy dźwigarami oraz wybudowanie nowego pomostu ponad dźwigarami nośnymi, a także przebudowę przyczółków (lub rozbiórkę i budowę nowych) oraz remont kapitalny konstrukcji



FOT. ZDMIKP

**Prace budowlane mogą ruszyć w 2027 roku**

mostu”. Przy wyborze wykonawcy decydujące będą dwa kryteria: cena (60%) oraz doświadczenia projektanta branży mostowej (40%).

„Po likwidacji ciuchci w 1969 r. wybudowano specjalnie dla papierni most kolei normalnotorowej na Kanale Bydgoskim, pomiędzy służą „Okole”, a uj-

**Mimo prób zabezpieczenia przeprawy elementy konstrukcji były kradzione, przez co poruszanie się po niej stało się niebezpieczne**

ściem kanału do Brdy” - pisał w książce „Czyżkówko” Marek K. Jeleniewski. Przewożono tędy produkowane w fabryce przy ul. Siedleckiej papiery pakowe, toaletowe, kartony, torbki oraz tektury. Wcześniej w budynku na Czyżkówku mieściła się cegielnia parowa.

„Most stalowy, trzyprzęsłowy, długości ok. 129 m. Konstrukcję nośną stanowi blachownica nitowana z jazdą dołem, na której ułożono żelbetową płytę pomostu i chodnik po stronie wschodniej o nawierzchni z płyt betonowych szer. 2,15 m. Most jest oparty na dwóch przyczółkach

i dwóch filarach betonowych usytuowanych nad brzegiem Kanału” - czytamy w drugim tomie „Monografia mostów województwa kujawsko-pomorskiego” autorstwa Krzysztofa Dudka.

Stopniowa degradacja obiektu swoją kolejową funkcję pełnił do lat 90., gdy przestano korzystać z kolejowej bocznicy. Fabrykę papieru zlikwidowano, a most zaczął niszczyć. Remont ma umożliwić wygodne korzystanie z obiektu przez pieszych i rowerzystów.

Mimo prób zabezpieczenia przeprawy elementy w centralnej części konstrukcji były notorycznie kradzione, przez co poruszanie się po niej stawało się niebezpieczne, dlatego część centralną zamknięto, a pieszym udostępniono chodnik od strony wschodniej. Po budowie ul. W. Pileckiego bocznica kolejowa do byłej papierni uległa całkowitej likwidacji, a miasto przejęło pas kolejowy wraz z mostem nad Kanalem Bydgoskim i wiaduktem nad ul. Nadrzeczną - przekazuje Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy.

Na terenach dawnej papierni przy ulicy Siedleckiej ma powstać nowe osiedle mieszkaniowe. Na terenach dawnej papierni przy ulicy Siedleckiej ma powstać osiedle mieszkaniowe. Odnowiona kładka może stać się popularnym miejscem rekreacji wśród nowych mieszkańców. ©

## Piasek z chodników niebezpieczny dla ludzi? Tony piachu zgarnięte z ulic, chodników i parkingów muszą trafić prosto na wysypisko

Adam Willma  
adam.willma@polskapress.pl

**Gdy mrozy odpuszczają, drogowcy jeszcze długo nie będą mogli odpocząć. Piasek z dróg musi zostać zebrany i trafić... na wysypisko. Bo według przepisów nie jest już piaskiem.**

Materiał rozsypywany zimą ma poprawiać przyczepność, ale po sezonie jego skład zmienia się.

Po okresie zimowym, zgodnie z umową, którą zawarliśmy z Miejskim Zarządem Dróg i Zieleni zebrany piasek zostanie wywieziony na specjalną kwaterę na składowisku w Regionalnym Zakładzie Utylizacji Odpadów Komunalnych w Machnacu - mówi Kacper Czajka z wrocławskiej spółki komunalnej

Saniko. - Jest on traktowany jako odpad komunalny, ponieważ oprócz piasku zawiera sól, liście trawę itp. Na pewno jednak nie zawiera chlorku wapnia, nie używaliśmy go w tym roku.

**W Bydgoszczy zmiatarki zbierają mieszaninę kwalifikowaną**

Na podstawie umowy dotyczącej sprzątnięcia ulic i placów, odpad o kodzie 200303 trafia na zarządzane przez ProNaturę składowisko - mówi Piotr Kurek z Międzygminnego Kompleksu Unieszkodliwiania Odpadów ProNatura w Bydgoszczy. Do odpadów o tym kodzie zalicza się różnorodne nieczystości zbierane podczas czyszczenia przestrzeni publicznych, takie jak śmieci uliczne, liście i drobne gałęzie,



LUKASZ KACZANOWSKI/POLSKA PRESS

**Zebrany po zimie materiał zawiera również drobiny asfaltu, opon i metali ciężkich. Z tego powodu nie może trafić ani na place zabaw, ani do ogrodów**

piasek i żwir, błoto i kurz, czy drobne odpady organiczne. Zebrany po zimie materiał zawiera również drobiny asfaltu, opon i metali ciężkich. Z tego powodu nie może trafić ani

na place zabaw, ani do ogrodów.

Piasek musi zostać zutyli-zowany, nie może zostać wykorzystany powtórnie - podkreśla Adrian Muzalewski

z Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Brodnicy. - Ponieważ nie mamy już swojego składowiska odpadów, piasek zostanie przewieziony do instalacji komunalnej w Lipnie.

**Odpady z ulicy nie trafiają do recyklingu**

Piasek z solą z zmiatania wywożony jest na składowisko i wykorzystywany do przysypki jako warstwa izolacyjna na składowisku - mówi Joanna Pełowska, prezes MPO w Toruniu.

Ta warstwa ogranicza roz-wiewanie lekkich frakcji oraz tłumi nieprzyjemny zapach. Po zebraniu materiał trafia naj-pierw do bazy komunalnej, gdzie jest ważony i czasowo magazynowany na szczelnej płycie. Następnie przewozi się go do instalacji, gdzie rozkładany jest cienką warstwą

na świeżo przywiezionych odpadach. Warstwa ulicznego piasku przykrywana jest kolejną warstwą ziemi lub frakcji mineralnej. To również sposób na stabilizowanie powierzchni kwater.

**Nie wolno wysypywać na trawnik**

Piasek z osiedlowych parkingów i chodników również nie powinien trafiać do pojemników na odpady zmieszane ani być rozsypywany na trawnikach. Zarządcy powinni zlecić jego odbiór firmie komunalnej i przekazać do instalacji odpadowej.

Piach nie powinien również zbyt długo pozostawać na ulicy, bo po wyschnięciu zamienia się w pył unoszony przez wiatr i staje się niebezpieczny dla ludzi i samochodów. ©

# Od marca emerytury, renty i dodatki do nich w górę

Małgorzata Stempinska  
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

**Choć prognozowany wskaźnik waloryzacji wynosił 4,9 proc., to świadczenia od marca wzrosną jednak o 5,3 proc. Pierwsze zwaloryzowane emerytury i renty trafią na konta mieszkańców regionu do piątku, 27 lutego.**

Emeryci i renciści z niecierpliwością czekają już na tegoroczną waloryzację świadczeń.

W tym roku będzie miała ona charakter wyłącznie procentowy. Wskaźnik, o który wzrosną emerytury, renty i dodatki do nich, wyniesie 105,3 procent. - Jest on obliczany na podstawie średniorocznego wskaźnika cen towarów i usług konsumpcyjnych dla gospodarstw domowych emerytów i rencistów z poprzedniego roku kalendarzowego, powiększonego o co najmniej 20 proc. realnego wzrostu przeciętnego wynagrodzenia w tym samym okresie - zaznacza Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Jak dodaje Michałek, waloryzacja obejmuje świadczenia przyznane do końca lutego

2026 roku. Podwyżka zostanie przeprowadzona z urzędu, nie trzeba składać w tej sprawie wniosku.

## Wzrosną też wszystkie dodatki

W wyniku waloryzacji kwota najniższej emerytury, renty rodzinnej oraz renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy wzrosną o 99,58 zł i od 1 marca będzie wynosić 1978,49 zł brutto. Do tej samej wysokości wzrośnie renta socjalna. Renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy i renta szkoleniowa wyniosą 1483,87 zł brutto. Renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową i renta rodzinna wypadkowa wzrosną do 2374,19 zł, a renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową - do 1780,64 zł.

Z kolei świadczenie honorowe dla osoby, która ukończyła sto lat, po tegorocznej waloryzacji wyniesie 6938,92 zł, czyli o 349,25 zł więcej niż obecnie.

Ponadto kwota graniczna świadczenia uzupełniającego dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji wzrośnie



FOT. FREEPIK.COM

**Po tegorocznej waloryzacji emerytury i renty wzrosną o 5,3 procent. Wyższe będą także wszystkie dodatki do nich**

o 135,28 zł, osiągając kwotę 2687,67 zł brutto.

Wraz z waloryzacją świadczeń podstawowych wzrosną również dodatki i inne świadczenia pieniężne. Świadczenie przedemerytalne wyniesie 1993,76 zł brutto.

Pozostałe dodatki do emerytur i rent wyniosą:

- dodatek pielęgnacyjny - 366,68 zł,
- dodatek za tajne nauczanie - 366,68 zł,
- dodatek kombatancki - 366,68 zł,
- dodatek dla sieroty zupełnej - 689,17 zł,
- dodatek kompensacyjny - 55,00 zł,

● dodatek pielęgnacyjny dla inwalidy wojennego uznanego za całkowicie niezdolnego do pracy oraz niezdolnego do samodzielnej egzystencji - 550,02 zł,

● dodatek do renty inwalidy wojennego - 1403,90 zł,

● ryczałt energetyczny - 336,16 zł,

● świadczenie pieniężne dla osób deportowanych oraz byłych żołnierzy górników przyznane przed 1 października 2019 roku - od 18,39 zł do 348,40 zł,

● świadczenie pieniężne dla osób deportowanych oraz byłych żołnierzy górników ustalone w maksymalnej wysokości - 366,68 zł.

Natomiast dodatek dopełniający do renty socjalnej od 1 marca 2026 roku wyniesie 2704,71 zł.

## ZUS wyśle decyzje

Informacje o nowej wysokości świadczeń będzie można sprawdzić na swoim koncie ubezpieczonego na eZUS.

Każdy emeryt i rencista otrzyma również decyzję o nowej wysokości świadczenia.

- Dokument będzie zawierał kwotę emerytury lub renty brutto na ostatni dzień lutego,

zastosowany wskaźnik waloryzacji oraz wysokość świadczenia po waloryzacji. W przypadku osób pobierających dodatek pielęgnacyjny decyzja będzie zawierała także informację o jego nowej wysokości - podsumowuje Krystyna Michałek.

## Niektórzy pieniądze dostaną szybciej

Niektórzy mieszkańcy regionu podwyższonymi świadczeniami będą się mogli cieszyć jeszcze w lutym.

W związku z tym, że wypłata emerytur i rent ustalona na 1 marca przypada na niedzielę, świadczenia te zostaną przekazane wcześniej. ZUS prześle je na pocztę 24 lutego, a na rachunki bankowe - 26 lutego. Dzięki temu uprawnieni otrzymają je najpóźniej do piątku, 27 lutego.

Podobna sytuacja będzie w przypadku terminu wypłat 15 marca. Ponieważ to również jest niedziela, pieniądze trafią na konta i do rąk emerytów i rencistów najpóźniej w piątek, 13 marca.

10 marca ZUS prześle pieniądze na pocztę, a 12 marca na rachunki bankowe. ©

# Rozliczamy PIT za 2025 rok z ekspertkami KAS

Agnieszka Domka-Rybka  
agnieszka.domka@polskapress.pl

**Rehabilitacyjna, na dziecko i termomodernizacyjna - o odliczenia z tytułu tych ulg Czytelniczki pytały najczęściej.**

Pod numerem naszej redakcyjnej infolinii dyżuowały: Monika Kaiser i Joanna Rutkowska - ekspertki skarbowe w Dziale Obsługi Bezpośredniej III Urzędu Skarbowego w Bydgoszczy.

**Jakie zmiany w PIT dotyczą osób korzystających z ulgi termomodernizacyjnej?**

Najważniejsze zmiany w PIT za 2025 rok to brak możliwości odliczenia zakupu i montażu kotłów olejowych, kotłów gazowych, zbiorników na gaz lub olej oraz z tytułu poniesienia kosztów przyłącza do sieci gazowej czy sieci ciepłowniczych, jeżeli energia nie pochodzi ze źródeł odnawialnych. Ulgą termomodernizacyjną są objęte zakup i montaż mikroinstalacji wiatrowej, magazynu energii wraz z osprzętem oraz magazynu ciepła - czyli systemy pozwalające na przechowywanie nadwyżek energii wytworzonej np. z instalacji fotowoltaicznej. Odliczeniu pod-



FOT. AGNIESZKA DOMKA-RYBKA

**Na pytania odpowiadały ekspertki z III US w Bydgoszczy: Joanna Rutkowska (od lewej) i Monika Kaiser**

lega także zakup małych turbin wiatrowych produkujących energię elektryczną dla gospodarstwa domowego, a także systemy inteligentnego zarządzania energią, które monitorują i optymalizują zużycie energii. Doprecyzowano ponadto przepisy, pozwalające na odliczenia wydatków na zakup i montaż pompy ciepła wprowadzając dodatkowy warunek, że pompa taka jest czę-

ścią instalacji wykorzystywanej do ogrzewania pomieszczeń.

**Czy wymieniając okna w mieszkaniu mam prawo skorzystać z odliczenia ulgi termomodernizacyjnej?**

Niestety, nie. Odliczenie ulgi przysługuje jedynie właścicielom lub współwłaścicielom domów jednorodzinnych. Ulga dotyczy również domów w za-

budowie szeregowej i bliźniaczej.

**W kwietniu zeszłego roku zamontowałam panele fotowoltaiczne w domu jednorodzinnym. Dotację otrzymałam w styczniu 2026 roku. Jak mogę rozliczyć ulgę termomodernizacyjną w PIT-37 za 2025 rok?**

Jeżeli nie złożyła pani jeszcze zeznania podatkowego za 2025 rok to może od razu pomniejszyć kwotę wydatków z 2025 roku o kwotę dotacji, którą otrzymała w 2026 roku. Jeżeli złożyła już PIT za 2025 rok, to otrzymaną w 2026 roku kwotę dotacji należy doliczyć do dochodu za 2026.

**Czy będąc osobą niepełnosprawną - trzecia grupa - mogę odliczyć wydatki na leki?**

Ulgą na „leki”, a właściwie ulgą rehabilitacyjną polega na odliczeniu wydatków na cele rehabilitacyjne oraz wydatków związanych z ułatwieniem wykonywania czynności życiowych poniesionych w roku podatkowym przez podatnika będącego osobą z niepełnosprawnościami. Dla potrzeb ulgi ustawa PIT określa kto jest osobą z niepełnosprawno-

ściami i jakie wydatki można odliczyć w ramach tej ulgi. Są to m.in. leki, o których mowa w ustawie z dnia 6 września 2001 roku - prawo farmaceutyczne, jeśli lekarz specjalista stwierdził, że osoba z niepełnosprawnościami powinna stosować określone leki stale lub czasowo.

**Jestem niepełnosprawna i posiadam na utrzymaniu taką osobę. Czy mogę odliczyć wydatki związane z użytkowaniem samochodu osobowego w podwójnej wysokości?**

Nie. Przysługuje tutaj jeden limit z tytułu odliczenia wydatków związanych z użytkowaniem samochodu - również wtedy, gdy ma Pani na utrzymaniu taką osobę i sama również jest niepełnosprawna. Niepełnosprawny, który posiada na utrzymaniu jedną, dwie lub więcej niepełnosprawnych, może odliczyć wydatki związane z użytkowaniem samochodu osobowego do wysokości 2280 zł łącznie.

**Lekarz zalecił mi stosowanie różnych leków. Nie wszystkie są związane z moją niepełnosprawnością. Czy mogę odliczyć wydatki na wszystkie leki, które używam?**

Można odliczyć wydatki na wszystkie leki, które zalecił lekarz specjalista - również te, które nie są związane ze schorzeniem, na które jest orzeczenie o niepełnosprawności. Odliczamy kwotę, która jest różnicą między faktycznie poniesionymi wydatkami w danym miesiącu, a kwotą 100 zł.

**Samotnie wychowuję 23-letnie dziecko, które studiuje. W 2025 roku dziecko osiągnęło przychody z tytułu umowy zlecenia w wysokości 15.000 zł. Czy mogę rozliczyć się za 2025 rok jako osoba samotnie wychowująca dziecko?**

Tak. Roczny limit dochodów pełnoletniego, uczącego się dziecka (do ukończenia 25 r. życia) to dwunastokrotność renty socjalnej obowiązującej w grudniu rozliczanego roku podatkowego. W grudniu 2025 roku renta socjalna wynosiła 1.878,91 zł, a jej dwunastokrotność - 22.546,92 zł.

**Są jeszcze pytania o PIT za 2025 rok? Można je zadać dzwoniąc na infolinię KAS: 22 330 03 30 (telefony komórkowe) oraz 801 055 055 (stacjonarne) - od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00-18:00. ©**

# Wojna cenowa na mleko i chleb trwa, żebyśmy przyszli po droższe słodczyce

Michał Piękos  
michal.piekos@polskapress.pl

**Konsumenci, po latach wyższych cen, zaakceptowali podwyższone poziomy cenowy bez znaczącego oporu. Sieci handlowe wykorzystają to do odbudowania rentowności po trudnych latach walki o marżę.**

W zestawieniu z danymi z lat 2023-2024 widać, że polski handel detaliczny wszedł w fazę pełzającego wzrostu cen, rezygnując z gwałtownych skoków. Dla przeciętnego Polaka oznaczało to dalsze obciążenie, ale o znacznie mniejszej sile niż w czasach dwucyfrowej inflacji.

Czyli nauczyliśmy się płacić więcej i przestaliśmy krzyczeć. A skoro nie krzyczymy, ceny mogą pełzać w górę spokojnie, bez rewolucji przy kasie.

Na tym tle żywność wygląda niby trochę lepiej. W 2025 roku podróżowała średnio o 3,6 proc. rok do roku, czyli wolniej niż reszta asortymentu.

Dr Artur Fiks z uczelni WSB Merito wskazuje: - Fakt, że średni wzrost cen żywności jest niższy niż ogólny wzrost cen w sklepach detalicznych - z punktu widzenia przeciętnego konsumenta - jest dobrą wiadomością. Niemniej jest on w dalszym ciągu wyższy niż poziom inflacji. To pokazuje, że, niestety, żywność należy do kategorii produktów, które ciągną inflację w górę, a to nie jest dobrą wiadomością.

Czyli niby wolniej, ale dalej szybciej niż inflacja oficjalna. Uspokajające to jak informacja, że statek tonie, ale już nie tak gwałtownie.

## Nie ma tragedii

Dr Robert Orpych, ekspert z zakresu konsumpcji i marke-



**Po raz pierwszy od kilku lat żywność drożeje wolniej niż pozostałe kategorie. Jest to korzystna zmiana dla klientów, choć nie wiadomo jak długo będzie trwała**

tingu, dorzucą trochę optymizmu:

- Po raz pierwszy od kilku lat żywność drożeje wolniej niż pozostałe kategorie. Jest to korzystna zmiana, szczególnie dla gospodarstw domowych o niższych dochodach, gdzie żywność stanowi 25-30 proc. wydatków. Widać efekt intensywnej konkurencji między dyskontami. Sklepy prowadzą wojnę cenową na produktach podstawowych, które konsument porównuje między sieciami. Ponadto rynki rolne wróciły do równowagi po szokach z poprzednich lat. Jednocześnie zbiory w Polsce były zadowalające, czyli bez ekstremalnych susz czy powodzi.

Wojna cenowa na mleko i chleb trwa, żebyśmy tylko przyszli po droższe słodczyce i napoje. Klasyka kapitalizmu w wersji promocyjnej.

Różnica między droższą ogólną a droższą żywnościową się zmniejsza. Rok temu jedzenie drożało szybciej niż reszta. Teraz tempo się wyrównało. To efekt uspokojenia po szokach wojennych, energetycznych i nawozowych.

Ale dr Fiks studzi entuzjazm: - Pamiętajmy jednak, że ceny

żywności są dość wrażliwe na czynniki takie jak pogoda, sytuacja geopolityczna, epidemie wśród zwierząt hodowlanych itp. W efekcie bardzo szybko żywność może stać się głównym napędem średniego tempa wzrostu cen w sklepach.

Krótko: wystarczy jedna susza, jeden konflikt albo jedna choroba drobiu i wracamy do spirali. A teraz crème de la crème drożyzny.

## Gdzie ceny rosną?

Poniżej TOP 5 najmocniej drożejących kategorii w 2025 roku:

- używki: +9,7 proc.;
- produkty tłuszczowe: +9,2 proc.;
- napoje: +7,7 proc.;
- słodczyce i desery: +7,4 proc.;
- mięso: +6,5 proc.

Dr Orpych tłumaczy drożące używki.

**Nauczyliśmy się płacić więcej i przestaliśmy krzyczeć. A skoro nie krzyczymy, ceny mogą pełzać w górę spokojnie, bez rewolucji przy kasie.**

- W przypadku mięsa za główne czynniki wpływające na wzrost cen należy uznać wzrost kosztów produkcji oraz zwiększony popyt szczególnie w przypadku mięsa wołowego i drobiowego - ocenia dr Fiks.

Czyli drożej produkować i więcej ludzi chce jeść - ceny idą w górę.

Są też kategorie, które potaniały:

- warzywa: -2,6 proc.;
- produkty sypkie: -0,9 proc.;
- dodatki spożywcze: -0,3 proc.

- Powodów spadku cen warzyw i produktów sypkich należy upatrywać przede wszystkim w wysokich płonach, z jakimi mieliśmy do czynienia w ubiegłym roku, oraz w ustabilizowaniu się kosztów produkcji. Warto zauważyć, że w 2024 roku warzywa były wśród najbardziej drożących kategorii, co pokazuje, że poziom ich cen nie należy do stabilnych. Spadek cen dodatków spożywczych jest konsekwencją obniżenia cen półproduktów wykorzystywanych do ich produkcji, czyli przede wszystkim warzyw i produktów sypkich - mówi doktor Artur Fiks.

- Poza kosztami produkcji i pracy, kluczową była podwyżka akcyzy oraz strategia producentów, którzy czasem wykorzystują taką sytuację do podniesienia cen, wiedząc, że konsumenci przypiszą to obciążeniu fiskalnym.

Do tego niska elastyczność popytu - ludzie i tak kupią. Czyli państwo podnosi podatek, a biznes dorzucą swoje kilka procent „bo można”.

Dr Fiks wyjaśnia, co się stało z tłuszczami i napojami.

- Jeszcze rok temu produkty tłuszczowe taniały o 9,6 punktów procentowych. To było największym spadkiem cen w zestawieniu. W zeszłym roku, m.in. z powodu wzrostów cen rzepaku o ponad 22% oraz zwiększonych kosztów produkcji i logistyki, tłuszcze stały się kategorią ciągnącą w górę średni wzrost cen w sklepach detalicznych. Natomiast jako jedną z przyczyn podwyżek cen napojów można podać wzrost kosztów opakowań niezbędnych do sprzedaży tego typu produktów. Dodatkowo nie bez znaczenia było podniesienie kosztów produkcji i logistyki. Istotną okazała się też sezonowość popytu. A mięso?

## KRÓTKO

### ATAK WILKÓW?

**Zagryziona sama w Bydgoszczy! Czy to ślad wilków? Sprawa zgłoszona do Centrum Zarządzania Kryzysowego**

W nocy z 20 na 21 lutego na terenie jednej z działek w Bydgoszczy znaleziono martwą samą noszącą wyraźne ślady zagryzienia przez drapieżnika. Charakter ran oraz sposób pozostawienia zwierzęcia może wskazywać na udział wilków, które od kilku lat coraz częściej pojawiają się w pobliżu miast. Ekspertsi podkreślają jednak, że sytuacja nie powinna budzić paniki wśród mieszkańców.

- Szanowni Mieszkańcy, w związku z wiadomością przekazaną przez Mieszkańca naszego Osiedla informujemy, że w nocy z 20 na 21 lutego b.r., na terenie pustej działki w pobliżu skrzyżowania ul. W. Degi, ul. Małeckiego i ul. Hoppego (ok. 170 m od ul. Opławiec) doszło do zagryzienia samy. Charakter zdarzenia może wskazywać na obecność wilków w naszej najbliższej okolicy - poinformowała Rada Osiedla Smukała-Opławiec-Janowo.

Ekspertsi zwracają uwagę, że wilki coraz częściej pojawiają się w pobliżu miast, również w rejonach, w których dotąd rzadko je obserwowano. Nie jest to jednak zjawisko nagłe - populacja tych zwierząt w Polsce rośnie od lat dzięki ochronie gatunkowej.

Ekspertsi podkreślają, że wilki unikają kontaktu z ludźmi i polują głównie nocą na dziką zwierzynę. Zagryzienie samy na odludnym terenie pasuje do ich naturalnych zachowań, ale ostateczne potwierdzenie wymaga szczegółowych badań śladów.

Choć informacja o możliwości obecności drapieżników może budzić emocje, specjaliści uspokajają: wilki nie stanowią zagrożenia dla ludzi. Ataki na człowieka należą do skrajnej rzadkości i zazwyczaj wynikają z wyjątkowych okoliczności. **MW**

## Od lutego więcej szczepień będzie można przeprowadza w aptekach

Małgorzata Stempinska  
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

**Do tej pory w aptece mogliśmy się zaszczepić m.in. przeciw COVID-19, grypie czy tężcowi. Od lutego br. lista szczepień została rozszerzona. Receptę może wystawić farmaceuta.**

Dotychczas w aptekach możliwe było wykonywanie szczepień ochronnych u osób dorosłych przeciwko m.in. COVID-19, grypie (sezonowo), kleszczowemu zapaleniu mózgu, bło-

nicy, tężcowi, krztuścowi, wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B, HPV, pneumokokom, półpaścowi, odrze, śwince, różyczce (MMR), polio-myelitis, RSV.

Ministerstwo Zdrowia rozszerzyło wykaz szczepień ochronnych dostępnych w aptekach na podstawie umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia. Od 1 lutego 2026 roku osoby powyżej 18. roku życia w aptece mogą się również zaszczepić przeciw:

- ospie wietrznej,
- durowi brzuszemu,

- błonicy, tężcowi, krztuścowi, polio - szczepionka skojarzona,
- meningokokom typu B i ACWY,
- żółtej gorączce (febrze).

Pacjenci pełnoletni będą kwalifikowani do szczepienia przez farmaceutów posiadających stosowne uprawnienia w aptekach z zarejestrowanym aptecznym punktem szczepień (144 apteki w województwie). - Podstawą wykonania szczepienia będzie albo recepta lekarska albo recepta farmaceutyczna wystawiona przed szczepie-

niem - zaznacza Marcin Piątek, prezes Pomorsko-Kujawskiej Okręgowej Rady Aptekarskiej w Bydgoszczy.

Wykaz aptek, w których możemy się zaszczepić znajdziemy na stronie NFZ pod adresem: <https://gsl.nfz.gov.pl/GSL/GSL/AptekiSzczepienia>

W przypadku niektórych chorób możliwe będzie wystawienie recepty ze zniżką w aptece (grypa, RSV). W przypadku szczepienia przeciw COVID-19 wystarczy skierowanie wystawione przez Ministerstwo Zdrowia w IKP pacjenta. - Warto pod-

kreślić, iż finansowana ze środków publicznych w przypadku wymienionych chorób jest sama usługa. Za szczepionkę pacjent będzie musiał zapłacić - podsumowuje Marcin Piątek.

Naczelna Rada Lekarska przekonuje, że szczepienia należą do najważniejszych zdobyczy współczesnej medycyny, ratują życie i chronią przed powikłaniami związanymi z niebezpiecznymi chorobami zakaźnymi oraz są najskuteczniejszym i najbezpieczniejszym sposobem zapobiegania tym chorobom. Szczepienia chronią

przed 26 chorobami zakaźnymi. Dzięki nim zlikwidowano jedną z najgroźniejszych chorób zakaźnych - ospę prawdziwą.

Ekspertsi oceniają, że około 122 milionów osób zawdzięcza życie szczepieniom, bez których nie miałyby szansy przeżycia nawet okresu dzieciństwa. Zostały uratowane dlatego, że na przestrzeni ostatnich kilkudziesięciu lat zaszczepiono miliardy dzieci przeciw chorobom takim jak: odra, gruźlica, polio-myelitis, błonica, tężec, krztusiec czy pneumokokowe zapalenie płuc. **©©**

# PowerConnect 2026

## - o przyszłości i transformacji branży energetycznej w praktyce

**PowerConnect 2026 to II edycja największych w północnej Polsce targów i konferencji, poświęconych tematyce energetycznej oraz branżom pokrewnym wspierającym sektor energetyczny. Wydarzenie dedykowane wszystkim, którzy chcą nie tylko rozmawiać o przyszłości energetyki, ale zobaczyć ją w działaniu.**

Ponad 7 000 gości branżowych. 13 tys. metrów kwadratowych powierzchni wystawienniczej. To liczby wiele mówiące o II edycji targów. W nowoczesnej przestrzeni AMBEREXPO wystawcy zaprezentują swoje innowacje i pokażą je na żywo w akcji, a inwestorzy opowiedzą o potrzebach związanych z planowanymi zamówieniami. PowerConnect realizowane są jednak w szerszej formule niż tradycyjne targi. Przewidziane w programie wydarzenia łączą biznes, edukację, naukę, inwestorów, podwykonawców, technologie i praktykę. Szeroka perspektywa, z jaką na branżę energetyczną spojrzysz PowerConnect, ma być narzędziem umożliwiającym lokalnym firmom, pracownikom, instytucjom naukowym, jak największe wykorzystanie potencjału drzemącego w transformacji energetycznej.

**Siła Polskich Dostawców - spotkania największych polskich spółek energetycznych z podwykonawcami**  
PowerConnect 2026 stanie się jednym z najważniejszych miejsc spotkań inwestorów energetycznych z dostawcami i podwykonawcami. Siła Polskich Dostawców to wydarzenie zaprojektowane, aby rozwiązywać problemy w łańcuchu dostaw sektora energetycznego, łącząc inwestorów z wykwalifikowanymi dostawcami. Przedstawiciele inwestorów i generalnych wykonawców w przystępny sposób prezentują nadchodzące projekty, wymagania oraz przebieg procesów w różnorodnych formułach zrealizują m.in.: Energa-Operator, PGE Baltica, Polskie Sieci Elektroenergetyczne (PSE), Polska Spółka Gazownictwa (PSG), GP Baltic, GPEC. To wyda-



rzeń, podczas których zespoły zakupowe i projektowe największych spółek spotykają się bezpośrednio z firmami wykonawczymi, podwykonawcami.

### **Ciepłownictwo w centrum transformacji - debata parlamentarna i rynek dostawców**

Jednym z kluczowych wątków PowerConnect będzie przyszłość polskiego ciepłownictwa systemowego. W programie znalazły się również panele:

- „Strategiczne partnerstwa międzysektorowe w transformacji energetycznej na przykładzie Gdańska”
- „Inwestycje w lokalną energetykę i ciepłownictwo – odzysk energii z odpadów”
- „Przyszłość ciepłowni: hybrydowe układy gazu, biometan, OZE i zarządzanie danymi”.

Uzupełnieniem części merytorycznej będzie Suppliers Day GPEC oraz planowany Suppliers Day Orlen Termika, co tworzy bezpośrednie połączenie między debatą regulacyjną a realnymi projektami inwestycyjnymi. Wydarzeniu towarzyszyć będzie wspólne posiedzenie Podkomisji ds. Transformacji Energetycznej oraz Parlamentarnej Zespołu ds. Ciepłownictwa, które odbędzie się 19 marca.

PowerConnect w Gdańsku, największe w północnej Polsce targi i konferencje poświęcone tematyce energetycznej i branżom wspierającym energetykę, odbędą się 18-20 marca w AMBEREXPO. Więcej informacji dla gości i potencjalnych wystawców znajduje się na stronie [powerconnect.pl](http://powerconnect.pl).

### **Offshore na Bałtyku - inwestycje, local content i międzynarodowe partnerstwa**

Morska energetyka wiatrowa będzie jednym z filarów PowerConnect. Zaplanowane wydarzenie skierowane do firm zaangażowanych w rozwój projektów na Bałtyku i takich, które chciałyby w nich uczestniczyć. W ramach ścieżki tematycznej offshore odbędą się: Suppliers Day PGE Baltica, Suppliers Day GP Baltic. Powstanie także Wyspa Offshore. To zupełnie nowa strefa przygotowana z myślą o firmach i specjalistach działających w obszarze mor-

skiej energetyki wiatrowej. Strefa powstaje we współpracy z Polską Izbą Morskiej Energetyki Wiatrowej i będzie miejscem prezentacji firm zrzeszonych w Izbie oraz podmiotów aktywnie uczestniczących w rozwoju sektora offshore w Polsce. - Chcemy, aby Wyspa Offshore była przestrzenią otwartą i dostępną – taką, w której uczestnicy wydarzenia mogą swobodnie podejść do wystawców, zobaczyć ich rozwiązania z bliska i porozmawiać o realnych wyzwaniach, technologiach oraz kierunkach rozwoju rynku morskiej energetyki wiatrowej – zachęcają organizatorzy. - Wyspa Offshore ma być miejscem, w którym energię sektora offshore będzie można naprawdę poczuć – poznając firmy, ludzi i technologie, które już dziś współtworzą rynek morskiej energetyki wiatrowej w Polsce. PowerConnect i Wyspa Offshore będą także okazją do poznania oferty firm prezentujących się w ramach misji gospodarczych z Wielkiej Brytanii (Ambasada UK, Scottish Enterprise) oraz Norwegii (Norwegian Offshore Wind).

**Mistrzostwa Polski Energetyków - odpowiedź branży na deficyt kompetencji**  
Integralną częścią PowerConnect będą Mistrzostwa Polski Energetyków, których



współorganizatorem jest Energa-Operator. Mistrzostwa stanowią praktyczny element promocji zawodów technicznych i inżynierskich – kluczowych dla realizacji inwestycji w offshore, sieci przesyłowe, magazyny energii i ciepłownictwo. Walka zapowiada się emocjonująca. Przewidziane konkurencje kompleksowo zweryfikują zespoły, zarówno pod kątem wiedzy technicznej, umiejętności zawodowych i znajomości procedur bezpieczeństwa, jak i sprawności fizycznej oraz zdolności do szybkiego myślenia pod

presją. Mistrzostwa odbędą się na specjalnie przygotowanej arenie, z profesjonalnymi stanowiskami i dedykowanym torem przeszkód. Rywalizacji 3- i 4-osobowych drużyn przyglądać się będzie publiczność, a konkurencje oceni profesjonalne jury. Mistrzostwa realizowane w dwóch kategoriach: Mistrzowie Sieci i Mistrzowie Instalacji. W kategorii Mistrzowie Sieci zmierzą się zespoły z 5 drużyn OSD (Energa-Operator, Tauron Dystrybucja, PGE Energetyka Kolejowa Operator, Stoena, PGE Dystrybucja).

# Co z kredytami z WIBOR-em sprzed 2018 roku? Prawnicy już znaleźli haczyk w wyroku TSUE. Szykują pozwy?

Agnieszka Domka-Rybka  
agnieszka.domka@polskapress.pl

**Poniedawnym wyroku TSUE wiadomo, że to nie sama metoda ustalania WIBOR-u będzie ewentualną osią sporu przed sądem. A co będzie?**

- Wyrok TSUE w sprawie kredytów złotówkowych był zaskoczeniem zarówno dla przedstawicieli kredytobiorców, jak i dla banków - mówi Rafał Przybyszewski, bydgoski adwokat, który m.in. reprezentuje klientów w sprawach sądowych dotyczących kredytów walutowych i również tych w złotówkach.

Tłumaczy, że Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej potwierdził, że można badać klauzule zmiennej oprocentowania oparte na wskaźniku WIBOR pod kątem zgodności z dyrektywą konsumencką. Kredytobiorcy będą mogli kwestionować klauzule informacyjne, jednak tylko wtedy, gdy prezentowały one zniekształconą informację o ryzyku.

- Po wyroku pewne jest, że najtrudniej będzie zakwestio-

nować zapisy umów zawieranych po 2018 roku. To dopiero pierwszy wyrok w sprawie WIBOR. Z całą pewnością otwiera drogę do kwestionowania zapisów umów sprzed 2018 roku, kiedy to w Polsce nie obowiązywały przepisy rozporządzenia BMR - uważa Przybyszewski.

Dodajmy, że rozporządzenie BMR to unijne prawo regulujące zasady tworzenia i stosowania wskaźników referencyjnych (np. WIBOR, EURIBOR) w umowach finansowych.

Jego celem jest zapewnienie rzetelności, przejrzystości i wiarygodności tych wskaźników, co zwiększa ochronę konsumentów i inwestorów w przypadku zaprzestania publikacji lub zmiany metody ich wyliczania.

- Posłużenie się wskaźnikiem WIBOR nie legalizuje całej konstrukcji zmiennej oprocentowania i nie wyłącza sądowej kontroli pozostałych elementów umowy, zwłaszcza w odniesieniu do umów sprzed 1 stycznia 2018 roku - twierdzi bydgoski adwokat.

Zgodnie z wyrokiem TSUE z 12 lutego o ważności umowy



**W Polsce zapadło ponad 150 prawomocnych wyroków dotyczących stawki WIBOR i wszystkie bez wyjątku są korzystne dla banków. Obecnie toczy się ich 2012 takich spraw**

kredytowej ze stawką referencyjną WIBOR decydować będzie realizacja obowiązków informacyjnych wobec konsumenta.

Zdaniem Trybunału sam fakt oparcia wysokości oprocentowania o wskaźnik WIBOR nie przesądza o jego abuzywności.

- TSUE stawia na pierwszym miejscu przejrzystość po-

stanowień umownych oraz wywiązywanie się przez bank z obowiązków informacyjnych wobec klientów. Przy czym TSUE przyjął, że banki nie są obciążone obowiązkami informacyjnymi dotyczącymi samej metodologii ustalania wskaźnika WIBOR - komentuje dr Michał Ziemiak, Rzecznik Finansowy.

Dopuszczalne jest odesłanie klienta do informacji publikowanych przez administratora wskaźnika, przy czym bank powinien robić to obiektywnie, tak aby nie zniekształcać rzeczywistego obrazu WIBOR.

- Kluczowa będzie ocena czy kredytobiorca otrzymał jasną i pełną informację doty-

czącą zmiennej stopy oprocentowania opartej o WIBOR. Są to kwestie bardzo indywidualne, dlatego można spodziewać się, że sądy będą badać każdą ze spraw w odniesieniu do konkretnych jej okoliczności - dodaje dr Michał Ziemiak.

- Orzeczenie TSUE w tym kształcie oznacza, że każda sprawa będzie rozpatrywana przez sąd indywidualnie. Trudno będzie wyznaczyć uniwersalne sytuacje, w których sąd znajdzie podstawy np. do unieważnienia umowy - mówi radca prawny Dawid Rapkiewicz, Dyrektor Departamentu Klienta Rynku Bankowego i Kapitałowego w Biurze Rzecznika Finansowego.

W praktyce oznacza to, że na tę chwilę nie sposób przewidzieć w jakim kierunku ukształtuje się orzecznictwo w sprawach „WIBORowych”.

Z uwagi na znaczące różnice w konstrukcji umów - nie należy porównywać sporów dotyczących umów „WIBOR-owych” ze sporami dotyczącymi kredytów we frankach szwajcarskich. ©©

## Wchodzą nowe przepisy o rzeczach znalezionych

Adam Willma  
adam.willma@polskapress.pl

**Zmieniają się przepisy o rzeczach znalezionych. Najważniejsza zmiana: nie każdą zgubę będzie można po czasie zatrzymać. Część rzeczy z góry wyłączono z tej możliwości.**

Nowa ustawa została podpisana przez prezydenta i wejdzie w życie za 3 miesiące. Co nowego wnosi?

### Sprawę poprowadzi starosta

Jeżeli nie wiadomo, kto jest właścicielem znalezionej przedmiotu, znalazca zawiadamia starostę.

Chodzi zwłaszcza o pieniądze, kosztowności i rzeczy mogące mieć wartość historyczną lub artystyczną.

Wyjątek dotyczy drobnej gotówki. Tu obowiązek oddania pojawia się dopiero po przekroczeniu progu liczonego jako 5 proc. minimalnego wynagrodzenia z dnia znalezienia. Dotyczy to również walut obcych po przeliczeniu według kursu NBP.

Zgłoszenie można złożyć w swoim powiecie.

Urząd przekazuje je do starostwa właściwego dla miejsca znalezienia.



**Rzecz znaleziona w autobusie, pociągu, sklepie lub urzędzie trafia do zarządcy albo przewoźnika. Nowa ustawa została podpisana przez prezydenta i wejdzie w życie za 3 miesiące**

### Najpierw zarządca albo przewoźnik

Rzecz znaleziona w autobusie, pociągu, sklepie lub urzędzie trafia do zarządcy albo przewoźnika. Ma on spróbować ustalić właściciela i zamieścić informację o zgubie. Jeżeli nikt się nie zgłosi, po 30 dniach przekazuje rzecz do starostwa.

Przedmioty niebezpieczne lub wymagające pozwolenia nie trafiają do starosty. Należy przekazać je policji, a ta poinformuje urząd.

### Dokumentów i kluczy nie zatrzymamy

Znaleziony dokument z danymi trzeba oddać do staro-

stwa, jeżeli nie wskazuje on innej instytucji właściwej do przyjęcia. Po zakończeniu sprawy dokument zostanie zniszczony.

Tak samo potraktowano rzeczy umożliwiające wejście do mieszkania lub pojazdu. Klucze, karty dostępu i piloty po upływie terminów przejmują powiat i są niszczone. Nie przechodzą na własność znalazcy.

### Zabytki i przedmioty związane z wojskiem

Jeżeli pojawia się podejrzenie, że przedmiot jest zabytkiem albo materiałem archiwalnym, starosta zawiadamia

konserwatora zabytków. Taka rzecz przechodzi na własność Skarbu Państwa.

Sprzęt lub dokumenty wojskowe oddać należy Żandarmerii Wojskowej albo do starostwu.

### Co ze znalezionymi pieniędzmi?

Gdy właściciela nie można ustalić, starostwo publikuje ogłoszenie przez pół roku na tablicy i w Biuletynie Informacji Publicznej oraz udostępnia dane w publicznym portalu. W tym czasie urząd prowadzi poszukiwanie właściciela.

Znalezione pieniądze w walucie obcej mogą być przechowywane w kasie pancernej, skrytce sejfowej lub przekazane do banku.

Właściciel ma sześć miesięcy od doręczenia wezwania na odbiór rzeczy. Jeżeli nie da się go ustalić, liczy się rok od znalezienia.

Po tym czasie zwykłe rzeczy mogą trafić do znalazcy, o ile odebrał je w terminie wyznaczonym przez starostę. Nie dotyczy to dokumentów, kluczy ani zabytków. Te nie przechodzą na własność znalazcy.

Do rzeczy znalezionych przed wejściem ustawy nadal stosuje się dotychczasowe przepisy. ©©

## Nocki, mopki, gacki, czyli liczenie nietoperzy

Marcin Kozłowski  
marcin.kozlowski@polskapress.pl

**Pracownicy Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Bydgoszczy w styczniu i lutym 2026 roku przeprowadzili monitoring hibernujących nietoperzy w obszarach Natura 2000.**

Skrzydlate ssaki w Polsce objęte są ścisłą ochroną. W środowisku naturalnym są niezastąpione bowiem stabilizują ekosystem. Nietoperze owadówżerne przyczyniają się na przykład do naturalnej kontroli szkodników. Ewa Patalas, Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Bydgoszczy - doceniając rolę gatunku - prowadzi regularny monitoring hibernujących osobników w obszarach Natura 2000, które są zabezpieczone i chronione.

Na obszarze Doliny Dolnej Wisły znajdują się trzy takie ważne w skali kraju zimowiska nietoperzy. Największym z nich jest Cytadela Grudziądz, drugim Forty Twierdzy Toruń, zaś trzecim Zamek Krzyżacki w Świeciu.

W pierwszym kwartale 2026 roku pracownicy RDOŚ w Bydgoszczy sprawdzili liczebność, skład gatunkowy kolonii oraz

kondycję zimujących tam ssaków. W kontrolach udział wzięli też specjaliści z Wydziału Biologii i Nauk Weterynaryjnych Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu oraz Nadleśnictwa Żółdowo. Prowadzona od lat współpraca usprawnia zbieranie koniecznych danych w terenie - szczególnie w obfitujących w kryjówki nietoperzy kilkukilometrowych korytarzach Cytadeli Grudziądz oraz zróżnicowanych i często trudno dostępnych obiektach Fortów Twierdzy Toruń.

Wyniki przeprowadzonych kontroli w 2026 roku potwierdzają zachowanie populacji zimujących nietoperzy w obrębie wymienionych obszarów Natura 2000.

„W Cytadeli Grudziądz zanotowano obecnie aż 1063 osobników - w tym 437 nocków dużych (są to jedne z najwyższych liczebności stwierdzonych w ostatnim 10-leciu) oraz 12 nocków łydkowłosych (gatunek zwykle notowany jest na zimowiskach pojedynczo, a stwierdzona liczebność również należy do najwyższych z ostatniego 10-lecia) i 18 mopków. Monitoring zimującej chiropterofauny w woj. kujawsko-pomorskiego odbywa się regularnie od 2015 r. ©©

# Aż 15 pozostałości pestycydów w herbatce

**Agnieszka Romanowicz**  
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

**Miód, cytryna, imbir, owoce, ziola - składniki zimowych herbatk sugerują wzmocnienie odporności i kojarzą się z czymś naturalnym, bezpiecznym. - Jednak to, co może w herbatkach rozgrzewać najbardziej, to liczba pestycydów, w tym zakazanych w UE - ostrzega fundacja Pro-Test.**

- Zbadaliśmy pozostałości pestycydów w dziewięciu popularnych herbatkach rozgrzewających. Wyniki zatrważają: jeden produkt miał aż 15 różnych szkodliwych substancji. Cztery inne - od 10 do 14. Dwie herbaty miały tylko po jednym pestycydzie - informuje fundacja Pro-Test.

## Herbapol - 15 pestycydów, Bifix - 14, Lord Nelson - 13

Badania na zawartość 517 pozostałości pestycydów przeprowadził na zlecenie Fundacji Zakład Badania Bezpieczeństwa Żywności Instytutu Ogródnictwa - Państwowego Instytutu Badawczego w Skierniewicach.



FOT. 123RF

**Zbadali pozostałości pestycydów w dziewięciu popularnych herbatkach rozgrzewających. Jedna zawierała 15 różnych szkodliwych substancji**

Najwięcej pozostałości pestycydów wykryliśmy w herbatce Herbapol Herbacyany Ogród Zimowy Sekret: zawierała aż 15 różnych pestycydów.

- Wynik zaskakuje tym bardziej, że Herbapol to marka od lat obecna w polskich domach, kojarzona z tradycją i budząca zaufanie. Herbatka zimowa Herbapolu to nie pierwszy wyrób tego producenta, w którym wykrywamy koktajl pestycydów. W niedawnym teście dżem truskawkowy Herbapol zawierał osiem pozostałości pestycydów - przypomina Fundacja.

Kolejna pod względem liczby wykrytych pestycydów jest Bifix Herbata Zimowa eks-

presowa - zawierała pozostałości 14 pestycydów.

- Tymczasem marka Bifix od lat buduje swój wizerunek wokół ekologicznych składników, co dla wielu konsumentów jest ważnym argumentem przy wyborze herbaty. Nawet zapis nazwy marki sugeruje, że mamy do czynienia z produktami „bio”, choć w rzeczywistości herbatka wcale nie jest ekologiczna. Jak się okazuje - jest wręcz przeciwnie - podkreśla Pro-Test.

## Biedronka lepsza od Lidla

Niemal równie dużo pestycydów - bo 13 - zawierała herbatka marki własnej sieci skle-

pów Lidl - Lord Nelson Rozgrzewające Smaki cytryna i miód.

- To wielokrotnie więcej nawet od wewnętrznych wytycznych Lidl Polska, który dla swoich produktów ustalił maksymalną liczbę czterech substancji czynnych, zaś w swoich komunikatach powołuje się na liczbę wykonanych badań i dbałość o konsumentów. Wynik herbaty z Lidla podważa wiarygodność deklarowanych przez sieć wewnętrznych limitów i pokazuje, że marketingowe hasła nie idą w parze z rzeczywistością jakością produktu - uczyła Fundacja.

Kolejne herbatki w rankingu z wysoką liczbą wykrytych pestycydów to: Mokate Loyd Rozgrzewająca Malina z cynamonem i czarnym pieprzem (11) oraz Irving Grzaniec z jabłkiem i cynamonem (10).

Herbata marki własnej sieci sklepów Biedronka - Remsey Rozgrzej się! O smaku cytryny, imbiru i miodu zawierała pozostałości 3 pestycydów.

## Pestycydy prosto z apteki

Również apteczna marka Zielnik DOZ i jej Rozgrzewająca herbatka miała 3 związki.

- Ale czy po produkcie sprzedawanym w aptece konsument spodziewałby się pozostałości pestycydów? Marka apteczna zobowiązuje do jeszcze lepszej kontroli i niedopuszczania do obrotu produktu z jakimikolwiek pozostałościami szkodliwych substancji - uważa Fundacja.

Najlepiej w teście wypadły: Lipton Chai Czarna herbata z cynamonem z Indonezji oraz Teekanne Winter Punch, w których wykryliśmy tylko po 1 pestycydzie.

- Efekty poszczególnych pestycydów działających łącznie mogą się wzajemnie wzmocniać lub wpływać na organizm w sposób trudny do przewidzenia. Wiedza na ten temat wciąż jest ograniczona, a badań uwzględniających długotrwałe, codzienne spożycie takich mieszanin jest niewiele - uczyła Pro-Test.

Szczególnie niepokoi wykrycie pozostałości chloropiryfosu.

- Jest szczególnie kontrowersyjny ze względu na potencjalne działanie neurologiczne. Blokując enzymy ważne dla przekazywania sygnałów nerwowych, ma wpływ na układ nerwowy. Od 2020 roku jest za-

kazany w Unii Europejskiej. Tymczasem w naszym teście wykryliśmy go w badanych herbatkach: Lord Nelson z Lidla, Loyd marki Mokate, Bifix i Irving, ale najwięcej było tego krytycznego związku w herbatce Herbapolu - podaje Fundacja.

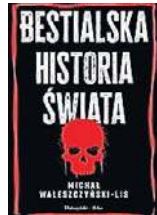
## Herbatki z wielu składników są poza normami

Owoce w herbatkach to najczęściej wytloczony, czyli pozostałości po produkcji soków.

- Oznacza to, że wykorzystuje się przede wszystkim skórki, miąższ i pestki - te części owoców, w których pozostałości pestycydów mogą kumulować się w największym stopniu - wyjaśniają badacze. - Problem w tym, że dla takich produktów, jak herbatki zimowe, złożonych z wielu składników, nie obowiązują żadne normy dotyczące pozostałości pestycydów. Prawo unijne ustala bowiem dopuszczalne poziomy tych związków tylko dla jednorodnych produktów, np. dla samych jabłek, ale gdy te jabłka znajdują się w herbatce zimowej wraz z innymi składnikami, to dla takich wyrobów nie ma żadnych limitów. ©

## Do poczytania

**Michał Walec** - **„Bestialska historia świata”**  
To zbiór makabrycznych i wstrząsających opowieści o prawdziwych zbrodniach. Zachwiana zostanie wasza wiara w dobro. W tym zawierającym 19 historii studium zła odwiedzić mroczne piwnice, obskurne zaułki oraz wypełnione wyciem katowanych pustostany, gdzie dochodziło do niewysłowionych aktów przemocy.  
Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2026, 59,99 zł



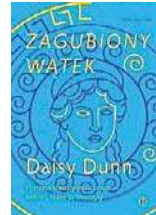
**Simon Parkin** - **„Zakazany ogród Stalina. Jak naukowcy (nie) uratowali mieszkańców Leningradu”**  
Latem 1941 roku niemieckie wojska otoczyły Leningrad i na prawie trzy lata odcięły miasto od dostaw żywności. Z głodu zmarło co najmniej 750 tys. osób. Gdy ewakuowano znajdujące się w Ermitażu dzieła sztuki, nikt nie myślał o ochronie drogocennych nasion, przechowywanych w Instytucie Roślin.  
Wyd. Znak Literanova, Kraków 2026, 79,99 zł



**Tomasz Awłasewicz** - **„Łowczyńie szpiegów”**  
Szpiegdy CIA świetnie się kamuflowali. Nie wiedzieli jednak, że za ich plecami podążają jeszcze lepiej zakamuflowane funkcjonariuszki polskich służb specjalnych. Aleksandra, Ewa, Agnieszka, Elwira i Anna. Weteranki jednej z najtajniejszych jednostek polskich służb specjalnych. Jak trafiły do legendarnego Biura „B”?  
Wyd. Znak, Kraków 2026, 59,99 zł



**Daisy Dunn** - **„Zagubiony wątek. Historia starożytności z uwzględnieniem kobiet”**  
W cieniu wielkich mężczyzn, takich jak Homer, Cezar, Antoniusz czy Kserkses, rozgrywały się historie rzadko zapisywane w kronikach. Wśród bitew, intryg i politycznych manewrów pojawiały się kobiety, które swoją odwagą i pomysłowością potrafiły zmieniać bieg wydarzeń.  
Wyd. Literackie, Kraków 2026, 99,90 zł



**Marcin Margielewski** - **„Mój sąsiad wróg. Tom 1”**  
Izraelczycy i Palestyńczycy. Dwa żyjące obok siebie narody. Oba doświadczone ludobójstwem. Oba naznaczone wzajemną nienawiścią. W obu żyją ludzie, którzy nie chcą wojny. I tacy, którzy wojną żyją. W obu są tacy, którzy nie rozumieją jej sensu - i tacy, dla których stała się ona jedynym sensem.  
Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2026, 49,99 zł



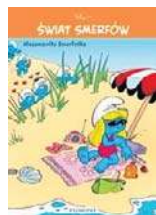
**Jan Światała** - **„Wanda Telakowska. Piękno dla wszystkich, czyli jak powstało polskie wzornictwo powojenne”**  
Jeśli istnieje „polski styl narodowy”, to jego współczesną formę ukształtowała Wanda Telakowska. To, jak dziś mieszkamy, co kupujemy i co kolekcjonujemy, zawdzięczamy założonemu przez nią w 1950 roku Instytutowi Wzornictwa Przemysłowego, który stał się ewenementem.  
Wyd. Marginesy, Warszawa 2026, 74,90 zł



**Opr. zbiorowe** - **„Klasyczne baśnie Disneya. Lilo i Stitch”**  
W rytmie hula i piosenek Elvise rozpoczyna się niezwykła przygoda, w trakcie której Lilo i Stitch odkryją, że mimo kosmicznych różnic mogą stworzyć prawdziwie rodzinną relację pełną ciepła i troski. Komiks o tym, że rodzina to nie tylko więzy krwi, a miłość i akceptacja mogą zbliżyć do siebie istoty z najodleglejszych światów.  
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 34,99 zł



**Peyo** - **„Świat Smerfów. Niesamowita Smerfotka”**  
Tym razem Smerfotka pozna, czym jest magiczny żabi pocałunek, obroni wędrownego gajaka, rozpocznie niebezpieczną zabawę w Czerwonego Smerfokapturka, zaopiekuje się małą sową i śmiało wyruszy do zamku pełnego potworów. Znowu też będzie broniła swojego zdania oraz walczyła o sprawiedliwość, nawet wbrew woli przyjaciół.  
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 34,99 zł



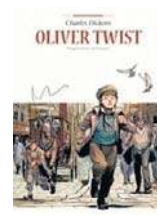
**Véronique Barreau, Benedicte Carboneill** - **„Strażniczka Małych Ludzi. Rytuał ochronny”**  
Rybak Lukas jak co dnia wyciągnął sieci z morza i ujrzał... zaplątaną w nie syrenkę. Przerżone stworzenie uciekło, ciągnąc za sobą sieć oplatającą jego ogon. Strażniczka Elna czym prędzej rusza na ratunek, a towarzyszą jej nieodłączni pomocnicy i przyjaciele: wróżka Nelvyna z elfem Llyamem.  
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 44,99 zł



**Caroline Rowlands** - **„Wszystko o bubble tea”**  
To fantastyczna przygoda dla każdego, kto kocha słodkie smaki i chce dowiedzieć się, skąd wzięła się moda na bąbelkową herbatę. W środku znajdziecie zabawne ciekawostki o bubble tea - jak powstała, dlaczego ma kuleczki i czemu tak świetnie poprawia nastrój. Do tego piękne, kolorowe ilustracje, które aż chce się oglądać bez końca!  
Wyd. Wilga, Warszawa 2026, 29,99 zł



**Philippe Chanoinat** - **„Adaptacje literatury. Oliver Twist”**  
Komiksowa adaptacja jednej z najbardziej znanych powieści obyczajowych jednego z najwybitniejszych przedstawicieli nurtu powieści społeczno-obyczajowych w drugiej połowie XIX wieku. Po śmierci matki Oliver Twist przebywa w sierocińcu, z którego zostaje wygnany za to, że osmielił się poprosić o dokładkę owsianki.  
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 34,99 zł



**Albert Uderzo, René Goscinny** - **„Asteriks. Wróżbita”**  
W czasie szalejącej burzy w wiosce Galów zjawia się wędrowiec. Nazywa się Gaduliks i jest wróżbitą. Uawnia, że... po burzy nastanie piękna pogoda, a Galowie wróćcie się pokłóć! Obie wróżby spełniają się. Na nic zdają się argumenty Asteriksa, który próbuje przywołać współmieszkańców do rozsądku i przekonać ich, że wróżbita to oszust.  
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 59,99 zł



# Gdybym ja robiła ten film, wyglądałby inaczej



Doda w Party o swoim filmie autobiograficznym, zrealizowanym dla Prime Video Fot. Adam Jankowski

## Z ŻYCIA GWIAZD W TELEWIZJI

**Adam Małysz obejrzy swoją historię**  
Ruszyły zdjęcia do filmu „Adam”, opowiadającego historię jednego z najpopularniejszych polskich sportowców wszech czasów. W rolę Adama Małysza wcieli się Bartłomiej Deklewa – młody aktor znany m.in. z serialu „Absolutni debiutanci” i filmów „Światłoczuła” oraz „Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej”.



**Piłsudski**  
**Kino Polska, 20:00**  
Rok 1901. Józef Piłsudski „Ziuk” (Borys Szyc) ponownie staje na czele polskiego podziemia niepodległościowego. Nieugięty na polu walki, w życiu prywatnym rozdarty między żoną (Magdalena Boczerska) i kochanką (Maria Dębska). Przez członków PPS uważany za terrorystę, Piłsudski nie cofnie się przed niczym, by osiągnąć swój cel: niepodległą Polskę.

**Katarzyna Cichopek sunie po lodzie**  
Prezenterka i aktorka ponownie przypomniała fanom, że nie spędza zimy w domu. Zabrała rodzinę na warszawski tor Stegny, gdzie wraz z córką i mężem oddała się z radością jeździć na łyżwach. W relacji na Instagramie pokazała, jak sunie po lodzie w jasnej czapce i połyskującej, puchowej kurtce.

**Ewa Minge odpuściła ciepłe kraje**  
Projektantka w najnowszym wpisie na Instagramie pochwaliła się archiwalną fotką w panterkowym bikini. Przy okazji wyznała, że tęskni za słońcem, jednak natłok obowiązków uniemożliwił jej wakacje w zimie. „Musiałam odpuścić ciepłe kraje po naprawdę ciężkim roku. Pracuję 7 dni w tygodniu. Zbieram soboty i niedziele do »skarbonki«, aby rozbić bank gdzieś na końcu świata. Tym razem zima jest tak wypełniona pracą, że mogę tylko pomarzyć o słońcu” – napisała.  
**(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa**



**Foxcatcher**  
**TVP Kultura, 22:00**  
Film jest inspirowany prawdziwą historią rywalizujący z bratem zapaśnik Mark Schultz zostaje zaproszony przez multimilionera Johna du Ponta do wzięcia udziału w przygotowaniach do Olimpiady w Seulu.

## KRZYŻÓWKA NR 28

**Poziomo:**  
1) szlak w Tatrach Wysokich,  
6) cenny kamień szlachetny,  
10) Winnetou dla Apaczów,  
11) gwałtowne mowy oskarżycielskie,  
12) pozytywne myślenie, radość życia,  
13) historyczne hrabstwo w Anglii,  
15) kłusownicza broń palna,  
19) hazardowa gra w karty,  
23) altówka miłosna, wildamora,  
25) starożytny materiał pisarski,  
26) Tatar z hordy koczującej nad Morzem Azowskim,  
27) „piłka” do gry w hokeja,  
28) dawny pasterz wołów,  
32) łowny ptak z rodziny siewek,  
35) rasa psów pasterskich ze Szkocji,  
36) nalot na miedzi, śnież,   
37) Adolf, aktor z filmu „Antek policmajster”,  
38) imię Teligi, żeglarza-samotnika,  
39) część końskiego rządu,  
40) praktyczne wykorzystanie wiedzy teoretycznej,  
41) pożywka laboratoryjna.

**Pionowo:**  
2) finansowa klapa,  
3) mały okręt patrolowy,  
4) jeden z trzech gatunków literackich,  
5) doświadczony człowiek, rutylniarz,  
6) lina do stawiania żagla,  
7) głowonóg morski dostarczający sepii,  
8) ludowy taniec kubański,

1	2	3	4	5	6	7	8	9		
■	■	■	■	10	■	■	■	■		
11	■	■	■	12	■	■	■	■		
■	■	■	■	13	14	■	■	■		
15	16	17	18	■	■	19	20	21		
■	■	■	■	23	■	■	■	■		
25	■	■	■	■	■	■	■	■		
■	■	■	■	27	■	■	■	■		
28	29	30	31	AUTOPROMOCJA 0010990296				32	33	34
■	■	■	■					■	■	■
35	■	■	■	w prenumeracie z Tele Magazynem				36	■	■
■	■	■	■	52 511 94 64				■	■	■
37	■	■	■					38	■	■
■	■	■	■	TELEMAZAZYN				■	■	■
39	■	■	■	■				■	41	■

9) gospodarz w kierpcach,  
14) świadoma część osobowości, jaźń,  
15) ostry czubek buta,  
16) plan działki budowlanej,  
17) klejnot z muszli małża,  
18) miasto w pobliżu Zduńskiej Woli,  
19) udziela kredytów,  
20) żydowska gmina wyznaniowa,

21) wyznaczony okręg, rewir,  
22) barwne zjawisko atmosferyczne,  
24) kosmetyk na blade policzki,  
29) łup wojenny, trofeum,  
30) starożytna maszyna miotająca,  
31) brak szczęścia, powodzenia,  
32) część kolumny prasowej,  
33) przy bucie amazonki,  
34) lekka jazda, kawaleria.

## ROZWIĄZANIE NR 27

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

## HOROSKOP

**Wodnik (20.01 - 18.02)**  
Energia sprzyja działaniu. Horoskop dzienny radzi zrobić pierwszy krok, ale unikać pośpiechu przy podejmowaniu ważnych decyzji.  
**Ryby (19.02 - 20.03)**  
Spokojny rytm dnia przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by skupić się na finansach oraz rozmowach o przyszłości.  
**Baran (21.03 - 19.04)**  
Nowa informacja zmieni Twoje spojrzenie. Horoskop dzienny na poniedziałek to wskazówka, by nie odkładać ważnej rozmowy.

**Byk (20.04 - 20.05)**  
Emocje mogą być dzisiaj silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny wyraźnie radzi, by znaleźć chwilę ciszy i zadbać o domowy komfort.  
**Bliźnięta (21.05 - 21.06)**  
Twoja pewność siebie będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś radzi to wykorzystać, ale słuchać również tego, co mają do powiedzenia inni.  
**Rak (22.06 - 22.07)**  
Drobne sprawy wymagają uwagi. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że porządek i plan pomogą uniknąć stresu oraz chaosu.

**Lew (23.07 - 22.08)**  
Relacje będą na pierwszym planie. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że szczerą rozmową przyniesie ulgę i poprawi atmosferę.  
**Panna (23.08 - 22.09)**  
Intuicja podpowie Ci właściwy kierunek. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie ignorować sygnałów i działać konsekwentnie.  
**Waga (23.09 - 22.10)**  
Pojawi się okazja do rozwoju i osobistych korzyści. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że warto zaryzykować i działać odważnie.

**Skorpion (23.10 - 21.11)**  
Praca wymaga cierpliwości. Horoskop dzienny mówi, że małe kroki przyniosą stabilny i satysfakcjonujący efekt. Ucieszy to nie tylko Ciebie.  
**Strzelec (22.11 - 21.12)**  
Kreatywność rośnie. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się pomysłem, bo ktoś może pomóc w jego realizacji.  
**Koziorożec (22.12 - 19.01)**  
Odpoczynek jest tak samo ważny, jak obowiązki. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi posłuchać swojego ciała i zwolnić tempo dnia.

MAGAZYN

# SPORTOWY24

Rywalizacja imienia Tomasiaka za nami. Olimpijskie zmagania, których stolicami były Mediolan i Cortina d'Ampezzo, dobiegły końca STR. 14-16



## Włoskie igrzyska przeszły do historii

**WIELKI MECZ ENEA ABRAMCZYK ASTORII W ŁODZI. ZAGRALI NA NOSIE ŁKS! STR. 19**

**Ważne zwycięstwo Metalkas Pałacu i krok do play off. Siatkarze BKS rozbici w Nysie STR. 18**

**Wielkie lekkoatletyczne gwiazdy błyszczały w Orleń Copernicus Cup w Toruniu STR. 19**

# Na nartach wstydu nie było

**Paweł Wiśniewski**  
redakcja@polskapress.pl

**BIATHLON/BIEGI. Polskie biathlonistki zajęły szóste miejsce w rywalizacji sztafet 4x6 kilometrów. Eliza Rucka-Michałek była ósma w biegu na 50 kilometrów.**

W zmaganiach triumfowały Francuzki przed Szwedkami i Norweżkami. Polki startowały w składzie: Anna Mąka, Kamila Żuk, Joanna Jakiela i Natalia Sidorowicz.

Trasa nie była zbyt wymagająca bowiem miała zaledwie dwa podbiegi. Na starcie stanęło 20 ekip. Każda z zawodniczek miała do pokonania trzy rundy po 2 kilometry.

## Nasze biathlonistki odrabiały skutecznie

Mąka, pierwsza z Polek zawiodła na strzelnicy i w sumie musiała dobrać aż cztery naboje. W tym momencie Biało-Czerwone spadły na 16. miejsce, tracąc ponad 46 sekund do prowadzących na zmianę Niemek i Francuzek. Te drugie niespodziewanie początkowo straciły kontakt z czołówką, zaliczając rundę karną (Camille Bened). Przez moment na czele była też brązowa medalistka na 15 km, Bułgarka Lora Christowa.

Żuk bezbłędnie strzelała w pozycji leżącej i zaczęła odrabiać straty. Stawkę otwierały wówczas Niemki, zawdzięczając to dobrej dyspozycji Franziski Preuss. Polka wyprowadziła drużynę na 10. miejsce, mimo konieczności dobierania naboju przy drugiej wizycie na strzelnicy.

Na trzeciej zmianie „Trójkolorowe” szybko objęły prowadzenie, które urosło do ponad 40 sekund za sprawą Oceane Michelon. Biało-Czerwone były siódme i do podium w pewnym momencie traciły nieco ponad 10 sekund. To zasługa dobrze



Joanna Jakiela i Natalia Sidorowicz w strefie zmian biathlonowej sztafety 4x6 km

strzelającej Jakieli, choć za drugim razem musiała dobrać wszystkie przysługujące jej dodatkowe naboje, ale uniknęła jednak rundy karnej.

Na ostatniej zmianie emocji w walce o złoto nie było. Julia Simon minęła linię mety jako pierwsza i sięgnęła po trzecie złoto w Anterselvie. Wcześniej triumfowała na 15 km i w sztafecie mieszanej. Drugie były Szwedki, a trzecie Norweżki.

Natalia Sidorowicz wysunęła się przed ostatnim strzelaniem na piąte miejsce, musiała jednak dobrać wszystkie naboje i ostatecznie skończyła na szóstej lokacji. Wcześniej, najlepiej polskie biathlonistki spisały się w Turynie (2006) i Pjongczangu (2018), gdzie uplasowały się na siódmej pozycji.

W ostatniej biathlonowej konkurencji - biegu ze startu wspólnego na dystansie 12,5 km - najlepsza z Polek, Joanna

Jakiela, została sklasyfikowana na 11. miejscu.

Wygrała Francuzka Oceane Michelon, druga była jej rodaczka Julia Simon, a trzecia Czeszka Tereza Voborniková. 25-letnia zawodniczka, pochodząca z niewielkiego Vrchlabí u stóp czeskich Karkonoszy, wywalczyła pierwszy medal olimpijski.

Michelon wcześniej zdobyła złoto w sztafecie oraz srebro w sprincie, a najbardziej doświadczona 29-letnia Simon, w dorobku, oprócz srebra i złota w sztafecie, ma także złoto indywidualne i ze sztafety mieszanej z Anterselvy oraz srebro z Pekinu w sztafecie mieszanej.

Jakiela zanotowała dwie karne rundy i straciła do Michelon 1:04.8. Druga z Polek, Natalia Sidorowicz, zajęła 15. miejsce z stratą 1:25.9 (dwie karne rundy). Sobotni bieg zupełnie nie wyszedł Kamili Żuk, która

popęniła aż 10 błędów na strzelnicy i była ostatnia w stawce 30 zawodniczek.

## Dobry finisz biegaczy na 50 kilometrów

Eliza Rucka-Michałek zajęła ósme miejsce w biegu narciarskim na 50 km. Polska znakomicie rozegrała niedzielny bieg. Rozpoczęła na 26. miejscu, ale systematycznie odrabiała straty do rywali walczących o brązowy medal. Niezwykle interesujące było ostatnie 5 kilometrów, gdy Polka coraz bardziej zbliżała się do 5-osobowej grupy. Niecałe cztery kilometry przed metą całkowicie odrobiła straty, ale później - niestety - nieco osłabła. Złoto wywalczyła Szwedka Ebba Andersson.

W tej samej konkurencji Dominik Bury uplasował się w sobotę na 12. miejscu, a najszybszy był fenomenalny Norweg Johannes Høsflot Klæbo. ©©

# Adamek i Weiszewski osiemnaste w debiucie

**Jacek Kmieciak**  
redakcja@polskapress.pl

**BOBSLEJE. Klaudia Adamek i Linda Weiszewski, debiutujące na igrzyskach, zajęły cztery ślizgi i zajęły osiemnaste miejsce w dwójkach.**

Polski duet miał szansę na zakwalifikowanie się do ostatniego przejazdu, ale musiał zaprezentować się równie udanie jak w pierwszym ślizgu. Wówczas zajął piętnastą pozycję. W drugim popełnił więcej błędów i spadł na dwudzieste drugie miejsce.

Biało-Czerwone wykorzystały szansę. Dzięki dobremu rozpędzeniu bobu przez byłą lekkoatletkę Adamek miały trzynasty czas startu, a na mecie osiągnęły piętnasty wynik trzeciego ślizgu, co dało im osiemnaste miejsce ze stratą 3,15 sekundy do liderów.

W czwartym, finałowym ślizgu Polki zahaczyły płozami deski, co spowodowało ich przejazd i ostatecznie zakończyły rywalizację na... osiemnastym miejscu w dwudziestoosobowej finałowej stawce. Wprawdzie pojechały wolniej niż Francuzki, ale zdołały utrzymać miejsce wywalczone w trzecim ślizgu.

Po takim zjeździe wynik powinien być dużo lepszy. Niestety, nie przeskoczę tego. Staram się z całych sił, ale to nie działa. Jak się nic nie zmieni, to dalej to nie będzie działać. Albo coś z tym zrobimy, albo nie. Jeźdź może brzydko, ale to nie znaczy, że nie nabieram prędkości. Tyle że inne wcale nie jeżdżą ładnie, a jednak zapieprzają na torze. Nie mam słów, co tu się dzieje. Byliśmy pewni, że dziesiątka będzie do zrobienia, a jesteśmy osiemnaste. Jestem z nas dumna, bo napisałyśmy historię na tych

igrzyskach. Ludzie też powinni być z nas dumni, bo to jest wielki wyczyn zrobić coś takiego - powiedziała Weiszewski.

Adamek była czołową polską sprinterką, ale w 2024 roku porzuciła lekkoatletykę i została bobsleistką. Jest pierwszą polską sportsmenką uczestniczącą zarówno letnich (w Tokio w 2021 roku wystartowała w sztafecie 4 x 100 m), jak i zimowych igrzyskach.

- Dla mnie to był debiut w zimowych igrzyskach, choć nie był to debiut w... igrzyskach. Jestem zadowolona. Przeszłam do historii. Wyjeżdżam z tych igrzysk usatysfakcjonowana, bo poświęciłam wszystko, co mogłam, by pojechać na nie. Chciałyśmy zająć miejsce w piętnastce, ale tego nie osiągnęłyśmy. Jestem jednak zadowolona - przyznała po zawodach Adamek.

Tytuł obroniły Niemki Laura Nolte i Deborah Levi z czasem 3:48,46. Srebrne medale przypadły ich rodaczkom Lisie Buckwitz i Nele Schouten ze stratą 0,53 sekundy. Podium uzupełniły Amerykanki Kaylie Humphries i Jasmine Jones (+0,75 sekundy).

©©



Linda Weiszewski i Klaudia Adamek zajęły 18. miejsce

# Polska sztafeta - Januszyk i Elantkowski - blisko punktowanego miejsca

**Jacek Kmieciak**  
redakcja@polskapress.pl

**SKIALPINIZM. Polska sztafeta uplasowała się na dziewiątym miejscu w debiutującym na igrzyskach skialpinizmie, który odbył się w Bormio.**

Skialpinizm to połączenie narciarstwa biegowego i alpejskiego. Zawody polegają na wspinaczce - częściowo na nartach, częściowo pieszo z nartami w plecaku - na określony punkt, z którego potem

należy jak najszybciej zjechać. W sztafecie mieszanej każdy z zawodników pokonywał trasę dwukrotnie.

Polska sztafeta spisała się dobrze. Biorąc pod uwagę tegoroczne wyniki i indywidualne starty na igrzyskach (Iwona Januszyk kwalifikacje sprintu zakończyła na ostatnim, szóstym miejscu, a Jan Elantkowski był piąty - przedostatni), wyzwaniem dla Biało-Czerwonych było zakończenie rywalizacji w pierwszej dziesiątce stawki. Cel udało się osiągnąć.

Januszyk na swoich pętach podciągała naszą sztafetę do ósmego miejsca, a Elantkowski bezskutecznie starał się tę lokatę utrzymać. Ostatecznie, po blisko 30 minutach biegu, zajęli dziewiątą pozycję na dwanaście startujących ekip, tracąc punktowane miejsce gwarantujące nagrodę PKOl w tokenach (10 tysięcy złotych do podziału) oraz półtoraroczne stypendium w wysokości 11,7 tysiąca złotych miesięcznie, fundowane przez Ministerstwo Sportu i Turystyki.

33-letnia chorzowianka była przybita po olimpijskim debiucie, ale po sztafecie odzyskała humor. - Zaraz po starcie przykleiło mi się tyle śniegu pod fokę (specjalna taśma pod nartę wykorzystywana przy wchodzeniu pod górę - red.), że nie mogłam z tym nic zrobić. To wina złego serwisu. To było straszne. Najstraszniejszy dzień w mojej karierze - płakała po sprincie w rozmowie z TVP Sport.

- Słuchajcie, od przedwczoraj mojego nazwiska już nie

przekręcają. Tak strasznie, cholernie mi zależało, bo włożyłam w to wszystko i stąd ten wybuch emocji. Ja po prostu za bardzo też chciałam, ale siła wyższa zadecydowała, że nie mogłam powalczyć - przyznała po sztafecie z uśmiechem.

- Emocje były zdecydowanie inne niż na Pucharze Świata. Inne odczucia? Też tak. Cała ta otoczka tutaj, mieszkanie w wiosce i ten tłum kibiców, to było coś niesamowitego. W Pucharze Świata też pojawiają się kibice, ale tak wielu

nie było nigdy. Pełne trybuny, a do tego tłum na trasie. Nawet polskie znajome twarze się pojawiły - opowiadał 25-letni zakopiańczyk. I dodał: - Mam nadzieję, że za cztery lata znowu będzie dla nas miejsce w igrzyskach. Przed nami sztafeta. To dłuższy wyścig, bo trwa ponad 30 minut. Wolelibyśmy klasyczny skialpinizm, który prowadziłby wysoko w górę. Podobno Francuzi chcą go dołączyć do programu igrzysk. Oglądalność ma zapewnić sprint i pewnie tak będzie. ©©

# Cztery polskie medale na igrzyskach w Italii

Zbigniew Czyż  
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**SPORTY ZIMOWE. Rozmawiamy z Konradem Niedźwiedzkiem, szefem Polskiej Misji Olimpijskiej na igrzyska we Włoszech.**

**Z czterema medalami wracają do kraju reprezentanci Polski z igrzysk olimpijskich w Mediolanie. To sukces Biało-Czerwonych, czy pozostaje niedosyt?**

To jest dobry wynik. Przed igrzyskami mówiłem i wierzyłem, że przywieziemy więcej krążków niż z Pekinu, bo oceniałem, że będziemy mieć kilka poważnych szans i tak też się stało. Igrzyska na pewno można ocenić za udane.

**Poza medalami reprezentanci Polski zajęli też kilka punktowanych miejsc tuż za podium, za co otrzymają również nagrody finansowe od Polskiego Komitetu Olimpijskiego.**

To są cenne wyniki. Należy wspomnieć chociażby o wysokich pozycjach naszych biathlonistek w sztafecie, sa-

neczkarek czy w snowboardzie. Dobrze zaprezentowała się także Maryna Ґasienica-Daniel. To świadczy, że byliśmy dobrze przygotowani do igrzysk we Włoszech.

**Niesamowitego wyczynu dokonał zaledwie 19-letni Kacper Tomasiak. Debiutant na igrzyskach zdobył trzy medale, srebro i brąz w zawodach indywidualnych oraz srebro w konkursie duetów z Pawłem Wąskiem.**

To wielki sukces. Cenny tym bardziej, że eksperci nie dawali naszym skoczkom wielkich szans, by mogli stanąć na podium. Ale igrzyska są od tego, aby zaskakiwać i to Kacper w pełni wykorzystał.

**Srebrny medal w łyżwiarstwie szybkim na 10 000 metrów zdobył Władimir Semirunnij. Z nadziejami na medal do Italii jechali też jednak Damian Żurek czy Kaja Ziomek-Nogal.**

Cieszymy się, że okres dwunastu lat bez medalu dla Polski w łyżwiarstwie szybkim na igrzyskach został wreszcie zakończony. Poza medalem



Reprezentanci Polski zdobyli cztery medale na igrzyskach olimpijskich we Włoszech

Władka nasi reprezentanci zajęli kilka wysokich miejsc, do podium zabrakło ułamek sekund. Najwięksi faworyci byli po prostu w świetnej formie i byli też niespodzianki jak chociaż Laurent Dubreuil na 500 m. Owszem, pozostaje jakiś niedosyt, bo Damian był bardzo blisko medali na 500

i 1000 metrów. Dwa czwarte miejsca to są jednak świetne osiągnięcia. W porównaniu do ostatnich igrzysk w Pekinie na pewno w łyżwiarstwie szybkim zanotowaliśmy spory progres.

**Dużym echem odbiły się słowa, które po swoich zawo-**

**dach wypowiedziała Andżelika Wójcik, zarzucając Polskiemu Związkowi Łyżwiarstwa Szybkiego przygotowania bez trenera do najważniejszej zimowej imprezy czterolecia.**

Po całym zdarzeniu kontakto- wałem się jeszcze z Andżeliką, ale nie mogliśmy porozma-

wiać, bo zawodniczka chciała dyskutować poprzez SMS-y, a to moim zdaniem nie do końca jest najlepsza forma komunikacji w takiej sytuacji. Przyszły tydzień będzie ważny. Andżelika otrzymała zaproszenie na spotkanie z zarządem związku i mam nadzieję, że wszystko sobie wtedy wyjaśnimy na spokojnie. Niestety, wkrađło się trochę niepotrzebnych emocji.

**Zawiedli reprezentanci Polski w short-tracku. Dość powiedzieć, że w rywalizacji kobiet i mężczyzn nikt nie zdołał awansować nawet do finału A.**

Muszę się z tym zgodzić. Liczyliśmy na zdecydowanie więcej, zwłaszcza w sztafecie mieszanej. To wynik poniżej naszych oczekiwań.

**Gospodarze igrzysk dobrze wywiązali się z organizacji imprezy?**

Włosi stanęli na wysokości zadania. Spotkaliśmy się z serdecznością, otwartością i pomocą Włochów i tak zapamiętamy te igrzyska.

©©

## Phelps gratuluje Klæbo, Polska bojkotuje, a Włosi mówią, że ma od nich lepszych

Paweł Wiśniewski  
redakcja@polskapress.pl

**SPORTY ZIMOWE. Michael Phelps pogratulował Norwegowi Johannesowi Høsflot Klæbo dołączenia z 11 złotymi medalami do grona najbardziej utytułowanych olimpijczyków wszech czasów.**

- To niezwykłe. Gratulacje dla Johannaesa Høsflota Klæbo za dołączenie do tego elitarnego grona - stwierdził legendarny amerykański pływak. - To niezwykłe móc oglądać coś, czego w historii igrzysk dokonał tak niewielu. Wiem, ile pracy i poświęcenia to wymaga. Czy zobaczymy cię jeszcze raz za cztery lata? - zapytał olimpijski multimedalista w pływaniu.

Klæbo sygnalizował wcześniej, że zamierza kontynuować karierę i startować także w igrzyskach, które w 2030 roku odbędą się we Francji.

Michael Phelps to najbardziej utytułowany olimpijczyk w historii. Na czterech kolejnych igrzyskach wywalczył 23 złote medale w pływaniu. Klæbo, który podczas kończącej się w niedzielę imprezy wygrał sześć na sześć konkurencji w biegach narciarskich, ma obecnie jedenaście złotych medali i jest najbardziej utytułowa-

nym zimowym olimpijczykiem. Obaj są jedynymi sportowcami z dwucyfrową liczbą złotych medali olimpijskich.

Przez lata najbliższej tej granicy była Larisa Latynina (gimnastyka, ZSRR), która dziewięć razy stawała na najwyższym stopniu podium. Tyle samo krążków z najcenniejszego kruszcu wywalczyli Amerykanie Mark Spitz (pływanie) i Carl Lewis (lekkoatletyka) oraz Fin Paavo Nurmi (lekkoatletyka).

Norwegowie Bjørn Dæhlie (biegi narciarskie) i Ole Einar Bjørndalen (biathlon) sięgnęli po osiem złotych krążków.

### Skialpinizm górą

- W sumie na XXV Zimowe Igrzyska Olimpijskie sprzedano łącznie około 1,3 miliona biletów, co stanowi 88 procent całkowitej dostępnej puli - potwierdził Andrea Varnier, szef komitetu organizacyjnego.

Kibice z Włoch stanowili 37 procent nabywców kart wstępu. Wśród zagranicznych fanów 15 procent stanowili Niemcy, a 14 proc. Amerykanie.

Całkowicie wyprzedano bilety tylko na jedną konkurencję - skialpinizm, który zadebiutował na zimowych igrzyskach olimpijskich w Bormio.

- Skialpinizm miał fenomenalny start, w naprawdę niesamowitej atmosferze - wyjaśnił szef komitetu organizacyjnego.



Maskotki XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich i XIV Zimowych Igrzysk Paralijskich - gronostaje Tina i Milo

- Warto również zauważyć, że było bardzo mało sesji (trzy zawody w ciągu dwóch dni), więc łatwiej było sprzedać 100 procent biletów.

Do najpopularniejszych dyscyplin należały łyżwiarstwo szybkie, bardzo popularne w Holandii (95 procent sprzedanych biletów), short track (95 procent), łyżwiarstwo figu-

rowe i hokej na lodzie (po 93 procent).

### Rekord pobity

Polska wywalczyła cztery medale: trzy srebrne i jeden brązowy, zajmując ostatecznie 21. miejsce w klasyfikacji medalowej.

Trzy medale dla Polski zdobył skoczek narciarski Kacper Tomasiak: srebrny i brązowy indywidualnie oraz srebrny

w duecie z Pawłem Wąskiem. Po srebro sięgnął ponadto Władimir Semirunnij w łyżwiarskim biegu na 10 000 metrów.

Bezkonkurencyjna okazała się Norwegia, która poprawiła rekord ustanowiony w Pekinie cztery lata temu, kiedy wywalczyła 16 medali z najcenniejszego kruszcu. Teraz Norwegowie sięgnęli po 18 złotych medali. Na podium stanęli zawodnicy z 29 krajów.

Chorążymi reprezentacji Polski podczas ceremonii zamknięcia XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich zostali wybrani Władimir Siemirunnij i Gabriela Topolska.

### Polski protest

Przedstawiciele Ministerstwa Sportu i Turystyki Polskiego Komitetu Paralimpijskiego oraz misji nie wezmą udziału w ceremonii otwarcia igrzysk paralimpijskich, które odbędą się w dniach 6-15 marca. Weźmie w nich udział kilkunastoosobowa reprezentacja Polski. To efekt dopuszczenia do rywalizacji Rosjan i Białorusinów w ich narodowych barwach.

Nasz komitet tym samym ponownie negatywnie odniósł się do decyzji Międzynarodowego Komitetu Paralimpijskiego (IPC) o dopuszczeniu rosyjskich i białoruskich sportowców do startu w 14. edycji zimowej paralimpiady.

W oświadczeniu podkreślono, że jest to „nie do zaakceptowania w obliczu trwającej rosyjskiej agresji na Ukrainę”, tym bardziej że wyrażono zgodę na wykorzystanie przez sportowców tych państw flag i hymnów narodowych.

### Włoska megalomania

„Igrzyskami niezawodności” - nazwał włoski dziennik „Corriere della Sera” XXV Zimowe Igrzyska Olimpijskie. Gazeta podkreśliła, że wszyscy chwalą ich organizację i przebieg.

Publicysta dziennika Beppe Severgnini, dokonując podsumowania igrzysk w przeddzień ich zakończenia, przyznał, że ich finał wywołuje dumę i zarazem melancholię. - Po raz kolejny my, Włosi, zdołaliśmy przekształcić to, co mogło się wydawać kryzysem w święto - stwierdził. - Nikt nie jest w tym od nas lepszy. Zagraniczne media choć raz są jednomyślnie: przyznały nam najwyższe noty.

Dodał jednocześnie, że niestety nie został uszanowany rozejm olimpijski w Ukrainie i na Bliskim Wschodzie. ©©

Igrzyska olimpijskie Łyżwiarka Kamila Sellier zniesiona na noszach

# POLKA O WŁOS OD TRAGEDII

Zbigniew Czyż  
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**Fatalny upadek podczas igrzysk w Mediolanie zaliczyła polska łyżwiarka Kamila Sellier. Zawodniczka trafiła do szpitala i na razie nie wiadomo, kiedy go opuści.**

Łyżwiarka upadła i została uderzona łyżwą w twarz przez Amerykankę Kristen Santos-Griswold. Zniesiono ją z lodowiska na noszach i przetransportowano do szpitala. Tam przeszła badania, a następnie zabieg. Tomografia komputerowa wykazała niewielkie złamanie jednej z kości twarzy. Rana, jakiej doznała, dotyczyła kości policzkowej. Podczas zabiegu wszystko zostało oczyszczone i zszyte.

Urodzona w Elblągu 26-letnia zawodniczka, mimo poważnie wyglądającego wypadku, na szczęście czuje się dobrze, o czym poinformowała w internecie.

„Wiem, że to zdjęcie przypomni mi kiedyś, że jestem silniejsza niż mi się wydaje. Dziękuję za wszystkie słowa wsparcia i daję znać, że mam się całkiem dobrze” – napisała w mediach społecznościowych Sellier, publikując też zdjęcie połowy twarzy.

Zawodniczka w szpitalu w Mediolanie pozostaje na pewno co najmniej do poniedziałku.



Sellier doznała groźnie wyglądającego upadku podczas zawodów w short-tracku

– Czekamy na spotkanie z lekarzem chirurgiem, który przyjmował Kamilę i przeprowadzał u niej zabieg. Oko było opuchnięte, trzeba przejść przez poszczególne etapy, żeby można było iść dalej z leczeniem. W poniedziałek jest ważny dzień, bo dowiemy się od doktora, co dalej – wtedy powinniśmy wiedzieć coś więcej. Muszę zaznaczyć, że placówka, w której przebywa nasza reprezentantka, to jest bardzo dobry Szpital Uniwersytecki w Mediolanie. Przyjmowanych było tu podczas igrzysk wielu hokeistów, oni

również narażeni są na podobne urazy, rozcięcia skóry. Na oddziale olimpijskim ma fachową opiekę. Jest w dobrym humorze, odpowiada na wiadomości też z humorem, więc jej samopoczucie jest naprawdę niezłe. Są z nią rodzice, którzy przyjechali do szpitala natychmiast po zdarzeniu, ma przy sobie bliskie osoby – powiedział w rozmowie z Polska Press szef Polskiej Misji Olimpijskiej w Mediolanie Konrad Niedźwiedzki.

– W obecnej sytuacji podróż samolotem byłaby zbyt ryzykowna. Ewentualny wzrost ci-

śnienia w oku byłby dla zawodniczki niebezpieczny – dodał.

W piątkowym ćwierćfinale na 1500 metrów odpadły też Natalia Maliszewska i Gabriela Topolska.

Podczas weekendu reprezentanci Polski rywalizowali również na torze długim w biegu masowym ze startu wspólnego w łyżwiarstwie szybkim. W rywalizacji kobiet do finału nie awansowała Natalia Czerwonka. W półfinale mężczyzn odpadł Władimir Semirunnij – srebrny medalista igrzysk w biegu na 10 000 metrów. ©©

szymi obok Władka Siemirunnija. Zagraniczni statystycy specjalizujący się w stawianiu prognoz dotyczących miejsc na podium to ich brali pod uwagę, a nie Kacpra, który z Italii wrócił z trzema nieplanowanymi krążkami. A może po prostu nie umiemy dźwigać presji cięższej na faworytach?

Siemirunnij to zresztą osobny temat. Nie wszystkim w Polsce spodobało się, że kibice są zachwyceni srebrem wywalczonym przez Rosjanina jeżdżącego w naszych barwach. I nawet trochę rozumiem ten resentyment: przecież ta nacja, która jest powszechnie – w międzynarodowej przestrzeni – traktowana ostracyzmem po agresji na Ukrainę, nigdy pod naszą szerokością nie była lubiana. Na co przez wieki sobie zapracowała.

Tyle że nie podzielał owego resentymu w odniesieniu do Władka, który wyraźnie odciął się od reżimu Putina, a poza tym cały świat (niestety) bazuje w tym momencie na sportowcach z importu, urodzonych w innych krajach. Zatem jeśli

za cel mamy to, aby nam nie uciekł, musimy przyjąć globalne zasady gry. Sport to ciężka fizyczna praca i polskie dzieci – wychowywane w coraz większym (wiem, że to odważna teza) dobrobycie – nie będą się tak chętnie garnać do tej roboty, jak w przeszłości. Takie są fakty, z którymi trudno polemizować.

W obrazkach, które zachowałam z zimowych igrzysk Mediolan/Cortina d'Ampezzo, będzie też z pewnością dramatyczna scena upadku Kamili Sellier – za której powrót do zdrowia wszyscy w kraju ściskamy kciuki – podczas wyścigu w short tracku. Sport – zwłaszcza w zimowym wydaniu – bywa niebezpieczny, wiąże się z podejmowaniem zagrażającego zdrowiu ryzyka, i o tej jego stronie też powinniśmy pamiętać, oceniając (często nazbyt surowo) naszych olimpijczyków. Choć, po prawdzie, dlaczego nasz narciarz, który zajął 82. miejsce w biegu na 10 km techniką dowolną, w ogóle wystartował w tej konkurencji na igrzyskach, pewnie nigdy nie zrozumiem...

## Kacper Tomasiak w gronie największych gwiazd ZIO

Paweł Wiśniewski  
redakcja@polskapress.pl

**Królem XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich okazał się norweski biegacz narciarski Johannes Høsflot Klæbo, który zdobył sześć złotych medali.**

Tym samym został pierwszym sportowcem z sześcioma złotymi medalami na jednych zimowych igrzyskach. Wcześniej dzielił rekord z amerykańskim panczenistą Erikim Heidenem, który w 1980 roku w Lake Placid zwyciężył na pięciu dystansach indywidualnych: 500, 1000, 1500, 5000 i 10 000 metrów.

W sumie Klæbo zdobył w karierze trzynaście medali olimpijskich. Na dorobek 29-latkę składa się rekordowa liczba jedenastu złotych krążków, a także po jednym srebrnym i brązowym.

Pierwsze miejsce w klasyfikacji wszech czasów w liczbie medali okupuje jego rodaczka, biegaczka Marit Bjørgen, która zakończyła już karierę, a wywalczyła łącznie piętnaście medali, w tym osiem złotych, cztery srebrne i trzy brązowe.

Na trasach w małowiczym Tesero w samym sercu Dolomitów Johannes Høsflot Klæbo wygrał wszystkie konkurencje biegowe. W klasyfikacji multi-medalistów wszech czasów, obejmującej zimowe i letnie igrzyska, umocnił się na drugim miejscu. Najbardziej utytułowany amerykański pływak, Michael Phelps, wywalczył 23 złote krążki w latach 2004-2016.

– Wygrana w biegu na 50 km jest czymś niewiarygodnym – stwierdził norweski biegacz urodzony w Oslo, a mieszkający na co dzień w Trondheim. – W Norwegii mówimy, że jeśli chcesz stać się mężczyzną, mu-

sisz wygrać bieg na 50 km, a mnie się to udało, więc to idealny sposób na zakończenie dwóch doskonałych, ale i szalonych tygodni – dodał Klæbo.

Siedmioro sportowców może pochwalić się co najmniej czterema medalami wywalczonymi we Włoszech. Lider klasyfikacji, Klæbo, wywalczył sześć, wszystkie – jak wspomnieliśmy – z najcenniejszego kruszcu.

Pięć krążków zdobył jego rodak Sturla Holm Lægreid w biathlonie, ale żadnego złoto tego (trzy srebrne i dwa brązowe).

Do tego grona należy dołączyć francuską biathlonistkę Julię Simon, która ma trzy złota i srebro. Cztery wywalczyli też jej rodacy rywalizujący w tej samej dyscyplinie: trzy złote i brązowy Quentin Fillon Maillet, a Lou Jeanmonnot dwa złote, jeden srebrny i jeden brązowy krążek.

Takim samym dorobkiem, jak Fillon Maillet, tylko że w short tracku, może pochwalić się Holender Jens van 't Wout.

Kanadyjka Courtney Sarault w short tracku dwukrotnie dotychczas była druga i dwukrotnie trzecia.

W gronie potrójnych medalistów jest m.in. nasz skoczek narciarski, 19-letni Kacper Tomasiak, który w Predazzo sięgnął po dwa srebrne i jeden medal brązowy.

Dzięki sukcesom, może liczyć na około 2 000 000 złotych premii finansowej z tytułu nagród z Polskiego Komitetu Olimpijskiego oraz Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Jednocześnie zapewnił sobie tzw. świadczenie olimpijskie, które od 1 stycznia tego roku wynosi 5116,99 złotych netto miesięcznie. ©©

Adam Godlewski

„Krótka piłka”



## IGRZYSKA IMIENIA TOMASIAKA

Zimowe igrzyska za nami. Emocji w polskim wydaniu było sporo, tych pozytywnych chyba nawet więcej niż zakładaliśmy. Trzeba jednak też uczciwie oddać, iż w drugim tygodniu rywalizacji (za) szybko wygasły. Z naszej perspektywy to były zawody imienia Kacpra Tomasiaka, który przyćmił innych reprezentantów. Pytanie tylko: czy nastoletni skoczek niespodziewanymi, sensacyjnymi wręcz rezultatami nie nałożył nam wszystkich różowych okularów, przez które oceniamy teraz start Biało-Czerwonych we Włoszech?

Pytanie zasadne w kontekście chociażby łyżwiarzy zbytkich. Damian Żurek i Kaja Zio-

mek-Nogal rozdawali karty, ścigając się w Pucharze Świata, a na igrzyskach musieli zadowolić się miejscami tuż za podium. Czy to oznacza, iż źle przygotowali szczyt formy – nie na imprezę docelową – czy tylko tyle, że najmocniejsi konkurenci rywalizację w PŚ potraktowali po macoszemu, wszystkie siły rezerwując na igrzyska?

To oczywiście będzie przedmiotem analizy szkoleniowców i – jak zakładam – całych związków sportowych, gdyż wnioski przydadzą się na przyszłość. O ile Tomasiak atakował nawet nie z drugiego, tylko wręcz z trzeciego szeregu, o tyle Żurek i Ziomek-Nogal byli faworytami do medali. Podobnie jak Aleksandra Król-Walas. Najwięk-



Za świetny występ olimpijski Kacper Tomasiak może liczyć na 1 980 000 złotych z tytułu nagród finansowych

# Piłkarze W Betclie 2. Lidze odwołano w weekend aż pięć spotkań Gole kapitana na wagę wygranej

**Marcin Kozłowski**  
marcin.kozlowski@polskapress.pl

## PODHALENOWY TARG-OLIMPIA GRUDZIĄDZ 1:2 (0:1)

**Bramki:** Marcin Michota (82-kamy) - Dominik Frelek (38, 62).

**Olimpia:** Sobolewski - Stolec, Zbiciak, Czajka, Ciupa - Jarzec, Sewerzyński, Moneta (87. Siemaszko) - Frelek, Koperski (77. Fietz) - Pawłowski (77. Mas).

W Olimpii od pierwszej minuty zadebiutował obrońca Przemysław Stolec pozyskany z Arki Gdynia. Z kolei dobrą grą w sparingach miejsce w pierwszym składzie wywalczył sobie napastnik Max Pawłowski.

Od początku do ataku ruszyli gospodarze, którzy w 10. minucie powinni prowadzić, ale Adam Chojecki strzelił głową z kilku metrów obok słupka. W 14. minucie biało-zieloni pierwszy raz zagrozili bramce Podhala i mogli zdobyć gola, ale Pawłowski - po dobrym podaniu Łukasza Monety - główkował z 5 metrów nad poprzeczką. Później Grudziądzanie uspokoił grę i zostali nagrodzeni. W 38. minucie Dominik Frelek cudownie uderzył z rzutu wolnego z około 23 metrów i nie dał szans Maciejowi Stryczuli, który nawet nie próbował interweniować, a tylko chwycił się za głowę.

Po zmianie stron do ataku ruszył beniaminek. W 50. minucie Sebastian Sobolewski znakomicie obronił strzał Łukasza Seweryna. Przez kolejny kwadrans co



Piłkarze Olimpii mają powody do radości. Pokonali na wyjeździe groźne Podhale

chwile kotłowało się pod bramką Olimpii, która jednak przetrwała trudny fragment meczu. W 62. minucie biało-zieloni wyprowadzili drugi cios. Konrad Jarzec wystawił piłkę na 17 metr Frelkowi, a kapitan gości kolejnym pięknym strzałem podwyższył na 2:0. W 81. minucie Bartosz Zbiciak niepotrzebnie faulował w polu karnym Marcinho, a karnego na gola zamienił Marcin Michota. Zupełnie niespodziewanie doszło do bardzo nerwowej końcówki. Na szczęście goście nie dali sobie wydrzeć bardzo cennego zwycięstwa i wyprzedzili w tabeli Podhale.

W następnej kolejce Olimpia podejmować będzie Resovię. Mecz w niedzielę o godz. 12.

**Pozostałe wyniki i strzelcy 20. kolejki: Resovia Rzeszów - Hutnik Kraków 2:0** (Bartosz Grasa 45, Grajan Jaroch 55), **Śląsk II Wrocław - Podbeskidzie Bielsko-Biała 0:5** (Marcin Biernat 6-kamy, Wojciech Słomka 41, Oskar Tomczyk 50, Lucjan Klisiewicz 57, Miłosz Kozik 66). Spotkanie **Warta Poznań - Świt Szczecin** zakończyło się po zamknięciu wydatnia. Mecze **Chojniczanka Chojnice - ŁKS II Łódź**, **GKS Jastrzębie - Sokół Kleczew**, **KKS 1925 Kalisz - Stal Stalowa Wola**, **Rekord Bielsko-Biała - Sandecja Nowy Sącz**, **Unia Skiermiewice - Zagłębie Sosnowiec** zostały odwołane z powodu złych stanów boisk. © ©

1. Unia Skiermiewice	19	41	38-20
2. Warta Poznań	19	38	32-21
3. Olimpia Grudziądz	20	37	39-27
4. Podhale Nowy Targ	20	35	25-17
5. Świt Szczecin	19	32	37-32
6. Resovia Rzeszów	20	28	27-24
7. Podbeskidzie B-B	20	28	33-31
8. Stal Stalowa Wola	19	26	38-31
9. Sokół Kleczew	19	24	35-32
10. Chojniczanka Chojnice	19	24	30-29
11. Śląsk II Wrocław	20	24	33-34
12. Sandecja Nowy Sącz	18	24	24-27
13. Zagłębie Sosnowiec	18	23	21-27
14. Hutnik Kraków	20	21	27-32
15. Rekord Bielsko-Biała	19	21	27-35
16. KKS Kalisz	19	19	21-27
17. ŁKS II Łódź	19	13	19-35
18. GKS Jastrzębie	19	6	16-41

# Skoki na motorach, grill i dwóch debutantów

**Joachim Przybył**  
joachim.przybyl@polskapress.pl

**ŻUŻEL. Żużlowcy Pres Toruń pracują i zgrywają się na zgrupowaniu w słonecznej Hiszpanii. Okazuje się, że Norrick Bloedorn nie jest jedynym debutantem.**

Dla Piotra Barona to jeden z najważniejszych elementów przygotowań drużyny do sezonu. - To właśnie na obozach przed sezonem w dużym stopniu buduje się atmosferę w parkingu. Jeśli pojawiają się tam problemy, to przede wszystkim między teamami, mechanikami. Wspólny wyjazd to świetna okazja, żeby takie nieporozumienia rozwiązać przed pierwszym meczem - mówi szkoleniowiec mistrzów Polski.

Torunianie najbliższe dni spędzą w kurorcie Lore de Mar w Katalonii. Oprócz wspólnie spędzanego czasu sztab szkoleniowcy zaplanował treningi na siłowni, a przede wszystkim wspólne jazdy na rowerach i motocyklach. Jest okazja także do wspólnego grillowania, w którym bryluje jak zwykle Piotr Baron. Szkoleniowiec jest na diecie, zrzucił zimą około 20 kilogramów, ale świetnie sprawdza się w roli szefa kuchni.

- Pierwszy dzień motocrossu, wczoraj były rowerki, pogoda dopisuje, skład jest cały, więc pracujemy - mówi Piotr Baron w krótkiej wideo relacji w klubowych mediach.

Na zgrupowanie z toruńską drużyną pojechał nowy zawodnik. To 18-letni Jan Heliński, który w ostatnim sezonie startował w barwach Unii Tarnów w Metalce 2. Ekstralidze. Wyników nie miał rewelacyjnych (średnia 0,68), ale w Toruniu wierzą w jego potencjał, który zostanie uwolniony przy odpowiednich inwestycjach w sprzęt.



Żużlowcy Pres Toruń pierwszy kontakt z motocyklami w tym roku mają na crossie w Hiszpanii

Heliński ma zapewnić rywalizację o miejsce w juniorskiej parze w pierwszej drużynie.

- Był, krótko mówiąc, niedofinansowany i brakowało mu odpowiedniego wsparcia ze strony macierzystego klubu. Wydaje się jednak, że to jeden z tych młodych ludzi, którzy mają spory potencjał. Gdyby tylko otrzymał szansę na stabilny rozwój, może stać się wartościowym zawodnikiem. Jeżeli wszystko się potoczy zgodnie z planem, spróbujemy w Toruniu, aby Jan dostał szansę sprawdzenia się na tle zawodników już z ekstraligowym stażem - wyjaśnia Adam Krużyński, cytowany przez portal Po-bandzie.

Żużlowcy Pres Toruń wracają do Polski w przyszłym tygodniu. Potem już będziemy odliczać dni do pierwszych treningów na Motoarenie. Im szybciej, tym lepiej, bo jeszcze jesienią nawierzchnia została nieco zmodyfikowana i trzeba się do niej dopasować przed pierwszym domowym meczem. - Rywalizacja zaczęła się trochę naszej nawierzchni w poprzednim sezonie i wtedy zawsze trzeba coś zmienić, żeby zachować i lepiej wykorzystać atut swojego toru - wyjaśnia Piotr Baron

Mistrzowie Polski mają odjechać sześć sparingów przed sezonem. Będą to dwumecze z Falubazem Zielona Góra (20 i 21 marca), Bayersystem GKM Grudziądz (24 i 25 marca) i Celfast Wilkami Krosno (31 i 01 kwietnia). Oprócz tego liderzy Pres wezmą udział w kilku turniejach indywidualnych, m.in. Kryterium Asów w Bydgoszcz, przed startem sezonu ligowego odbędą się także dwa pierwsze finały: 6 kwietnia Mistrzostwa Polski Par Klubowych w Gdańsku i dwa dni później Złoty Kask w Opolu. Pierwszy mecz w PGE Ekstralidze 2026 Pres Toruń ma zaplanowany 12 kwietnia w Lublinie. © ©

# Zawisza, Elana, Wda i Tłuchowia grały ostatnie sparingi

**Marcin Kozłowski**  
marcin.kozlowski@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Już w piątek ruszy runda wiosenna w Betclie 3. Lidze. W sobotę nasze ekipy szlifowały formę w ostatnich towarzyskich meczach.**

Zawisza podejmował Pogon Mogilno. W meczu wiceliderów Betclie 3. Ligi i IV ligi kujawsko-pomorskiej lepsi okazali się Bydgoszczanie, którzy zwyciężyli 5:1. Gole dla niebiesko-czarnych zdobyli Filip Kozłowski (7, 66), Maciej Kona (34, 63) oraz Jakub Bojas (88). Bramka dla mogilnian padła po samobójczym trafieniu. Już w piątek (godz. 18) w ligowym spotkaniu niebiesko-czarni podejmować będą Noteć Czarnków. Pogon rozgrywkę rozpocznie dopiero w weekend 14-15 marca meczem z Mustan-giem Ostaszewo.



W ostatnim sparingu przed startem rundy wiosennej Betclie 3. Ligi Zawisza Bydgoszcz wygrał 5:1 z Pogonią Mogilno

Elana Toruń w ostatnim sparingu zremisowała 1:1 z GKS Wikielec, który również występuje w Betclie 3. Lidze (Grupa 1). Gola dla gospodarzy zdobył w 44. minucie Tsubasa Hashidate. Pierwszym rywalem

żółto-niebieskich w rozgrywkach Betclie 3. Ligi będzie Cartusia Kartuzy. Mecz w Toruniu odbędzie się w sobotę o godz. 14. Elana pochwaliła się podpisaniem kontraktów z napastnikami Kacprem Skibickim z II-li-

gowego KKS Kalisz oraz Konradem Gutowskim z Chojniczanki Chojnice (również Betclie 2. Liga)

Wda w ostatnim kontrolnym meczu zremisowała 1:1 w Łodzi z Akademią Widzewa. Gola dla drużyny trenera Krzysztofa Urtnowskiego zdobył w 39. minucie Michał Kalitta. W pierwszym meczu rundy wiosennej w sobotę o godz. 12 Wda podejmować będzie Lipno Stęszew.

Tłuchowia zmierzyła się na wyjeździe z - grającymi również w Betclie 3. Lidze (Grupa 1) - rezerwami ekstraligowej Wisły Płock. Zespół z Tłuchowa wygrał 1:0 po голу Wiktora Walczaka w 85. minucie. Warto dodać, że obie połowy trwały po godzinie. W sobotę o godz. 12 w pierwszym ligowym spotkaniu rundy wiosennej Tłuchowia zagra na wyjeździe z Flotą Świnoujście.

Siatkówka - PLS1.liga BKS Bydgoszcz zdobył w Nysie tylko 48 punktów

# ANIOLY TORUŃ ZNÓW SĄ LIDEREM

Marcin Kozłowski  
marcin.kozlowski@polskapress.pl

## CUK ANIOŁY TORUŃ - ASTRANOWA SÓL 3:1 (25:15, 28:30, 25:12, 25:21)

**Anioły:** Urbańczyk 9, Podleśny 5, Surgut 10, Brzostowicz 10, Paolinetti 23, Krysiak 18, Tynecki (libero) - Urbańczyk 9, Kosian 0.

**Astra:** Leitermeier 0, Kaciszak 5, Lipirski 0, Śliwka 10, Laskowski 5, Kaliszuk 1, Popiwicki (libero) - Rybak 14, Potrykus 12, Maciejewski 2, Potempa 1, Becker 0, Pakos 0.

Pierwszy set od początku przebiegał pod dyktando gospodarzy, którzy pewnie wygrali 25:15 po zaledwie 17 minutach gry.

Losy drugiej partii rozstrzygnięła dopiero gra na przewagi, w której więcej zimnej krwi zachowali goście. Trzecia odsłona rozpoczęła się od mocnego uderzenia podopiecznych Marcina Krysiaka, którzy prowadzili 3:0, 5:1, 7:2. Później Torunianie nie pozwolili rywalowi na wiele i rozbili go 25:12. Losy czwartego seta i meczu rozstrzygnęły się dopiero w końcówce. Przy wyniku 20:20 Anioły udowodniły, że tabela nie kłamie - wygrały ostatnie piłki 5:1, a cały mecz 3:1.



FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

**Anioły Toruń odniosły 19. zwycięstwo w sezonie. Tym razem pokonały 3:1 Astrę Nową Sól**

W następnej kolejce Torunianie podejmować będą (sobota, godz. 17) Czarnych Radom.

## STAL NYSA - BKS BYDGOSZCZ 3:0 (25:12, 25:17, 25:19)

**Stal:** Depowski 9, Mordyl 6, Mouchlias 16, Trutchev 9, Rajsner 8, Szczurek 2, Kowalski (libero) - Pacholski 1, Pawlun 1, Putkowski 0, Kramczyński 0.

**BKS:** Golik 5, Bieri 4, Kraut 11, Ramotowski 5, Rakowski 11, Grabek 2, Sobociński (libero).

Na parkiecie potwierdziła się różnica klasy dzieląca obie ekipy. Klęskę gości zwiastował już początek meczu bowiem pierwszy punkt zdobyli przy prowadzeniu Stali 7:0. Później gospodarze nie mieli litości dla zespołu Michała Masnego i zwyciężyli 25:12. W drugiej partii BKS stawiał niespodziewanie czoła rywalom do stanu 13:13. Potem na parkiecie dominował już zespół z Opol-

szczyny, który wygrał do 17. W ostatniej partii - choć Bydgoszczanie zdobyli najwięcej „oczek” - od pierwszej piłki lepsza była Stal.

Już w środę BKS podejmować będzie SMS PZPS Spała.

**Inne wyniki 24. kolejki:** Sparta Grodzisk Mazowiecki - Necko Augustów 3:0, BBTS Bielsko-Biała - GKS Katowice 3:1, MCKiS Jaworzno - Mickiewicz Kluczbork 3:0, SMS PZPS Spała - Avia Świdnik 0:3, Czarni Radom - KPS Siedlce 1:3, MKS Będzin - Lechia Tomaszów Mazowiecki 2:3.

1. CUK Anioły Toruń	23	55	60:22
2. GKS Katowice	24	54	61:27
3. Stal Nysa	23	52	60:28
4. BBTS Bielsko-Biała	24	45	54:41
5. Mickiewicz Kluczbork	22	43	49:33
6. MKS Będzin	24	42	54:42
7. MCKiS Jaworzno	23	35	45:45
8. Avia Świdnik	24	35	45:46
9. Lechia Tomaszów Maz.	24	32	44:50
10. KPS Siedlce	24	32	44:53
11. Czarni Radom	24	30	41:49
12. Astra Nowa Sól	23	27	36:49
13. BKS Bydgoszcz	23	25	35:53
14. Necko Augustów	23	23	32:53
15. Sparta Grodzisk Maz.	24	23	31:56
16. SMS PZPS Spała	22	8	15:59

Express Bydgoski  
Poniedziałek, 23.02.2026

# Unia zagrała va banque, KH Energa skorzystał

Joachim Przybył  
joachim.przybyl@polskapress.pl

## HOKEJ. Decydujący gol w Oświęcimiu padł na 0,1 sekundy przed końcem meczu!

### UNIA OŚWIĘCIM - KH ENERGA TORUŃ 2:3 (1:0, 1:2, 0:1)

**Bramki:** Trkulja - Heikkinen, Soderberg (16:14), 1:1 Baszyrow - Denyskin, Laitinen (27:35), 1:2 Baszyrow - Syty, Denyskin (28:45), 2:2 Trkulja - Peresunko, Ahopelto (37:17), 2:3 Arrak (59:59)

**KH Energa:** Svensson - Ilvessuo, Laitinen, Baszyrow, Syty, Denyskin - Jaworski, Schafer, Korenczuk, Arrak, Worona - Zieliński, Kulintsev, Ziarkowski, Fjodorovs, Lewandowski - Gimiński, Cybulski, Phelps, K. Kalinowski, M. Kalinowski.

Gospodarze zgodnie z oczekiwaniami miejscowych fanów prowadzili po 1. tercji, ale torunianie w 2. tercji w ciągu 70 sekund dwa razy pokonali bramkarza Linusa Lundina. Oba gole padły w liczebnej przewadze, gdy na ławce kar strzelec pierwszego gola Daniel Olsson Trkulja i Radosław Galant. W pierwszym wypadku KH Energa potrzebował zaledwie 9 sekund, aby umieścić krążek w bramce. Szwedzki napastnik Unii był za-

mieszany w niemal każdym голу w tym meczu, bo pod koniec tercji sam wykorzystał liczącą przewagę gospodarzy, gdy karę zarobił Mikołaj Syty.

W końcówce gospodarze wycofali bramkarza przy remisie, bo interesowali ich trzy punkty. Plan kompletnie nie wypalił, bo w ostatniej sekundzie trzeciego gola dla KH Energa do pustej bramki strzelił Robert Arrak. Torunianie wówczas grali w czwórce, bo karę odsiadywał Baszyrow.

W niedzielę torunianie zakończyli sezon zasadniczy domowym meczem z GKS Tychy (zakończył się po zamknięciu wydanía). Potem dowiedzą się, która drużyna z czołowej czwórki wybierze ich jako rywala w ćwierćfinale. Pierwsze mecze play off już 28 lutego.

Mamy kolejny kontrakt na kolejny sezon. W przyszłym sezonie w KH Enerdze nadal będzie grał Adrian Jaworski, który od dziesięciu lat broni toruńskich barw

**Inne wyniki:** Zagłębie Sosnowiec - Cracovia 0:4, GKS Katowice - Polonia Bytom 6:3, GKS Tychy - JKH GKS Jastrzębie 2:3 (karne). ©

# Cenne zwycięstwo Pałacu, kompromitacja Sokoła

DK, MK  
dariusz.knopik@polskapress.pl

**SIATKÓWKA. W Tauron Lidze Bydgoszczanki zrobiły duży krok do awansu do play off. Z kolei Mogilnianki straciły praktycznie szanse na miejsce w czołowej ósemce po sezonie zasadniczym.**

## CHEMIK POLICE - METALKAS PAŁAC BYDGOSZCZ 1:3 (23:25, 25:20, 19:25, 19:25)

**Chemic:** Grabowska 0, Mędrzyk 16, Różyńska 5, Gierszewska 17, Orzół 14, Koput 1, Nowak (libero) - Rybak - Czumińska 4, Przybyło 0.

**Pałac:** Pol 7, Łyczakowska 4, Makarewicz 11, Witowska 1, Foucher 20, Nowakowska 19, Ziółkowska (libero) - Pinczewska 4, Dębowska 4, Sobalska 0, Głodzińska 3.

Pierwszy set to był popis Poli Nowakowskiej. Przyjmująca Pałacu zdobyła 11 pkt. przy świetnej skuteczności ataków sięgającej 60 procent. To są liczby rzadko osiągane w meczach.

W drugiej partii bydgoskie zawodniczki były dużo słabsze od rywalki. Decydującym elementem była mniejsza liczba zdobytych punktów po kontratakach. Pałacanki tym elementem wywalczyły tylko 5 „oczek”, a ich rywalki o 5 więcej. Zdołały tylko jeden punkt blokiem i serwisem, a Chemic po trzy.



FOT. DARIUSZ BŁOCH

**Metalkas Pałac zdobył komplet punktów w Policach. To bardzo ważna wygrana w kontekście walki o play off**

Trzecia odsłona to był pojedynek pomiędzy Victorią Foucher a Natalią Mędrzyk. Bydgoska atakująca zdobyła 8 pkt., a przyjmująca Chemika jeden mniej. Ważne były też trzy asy (zero rywalki) i wygranie trzech kontrataków więcej. To przesażdziło o wygranej Pałacu.

Czwarty set był bardzo zacięty. Prowadzenie zmieniało się jak w kalejdoskopie. Decydujący moment miał miejsce przy stanie 17:18. Bydgoszczanki wygrały serię 8:1, a kapitalnie spisała się Foucher, która zdobyła 5 pkt.

W następnym meczu Pałac podejmie #Volley Wrocław.

## SOKÓŁ & HAGRIC MOGILNO - LOSNOWY DWÓR MAZOWIECKI 1:3 (19:25, 14:25, 14:25)

**Sokół:** Stachowicz 5, Tsitsigianni 8, W. Nowak 0, Kowalska 9, Świętoń 0, Cygan 6, Panczewicz (libero) - Cur-Stomka 5, Stronias 5, Priante 0, K. Nowak 0, Brzoska 0, Pajdak (libero).

**LOS:** Ejsmont 9, Reiter 18, Kowalczyk 5, Orzyłowska 10, Piszcz 3, Sklepik 10, Ziemińska (libero), Woźny (libero).

Sokolanki były zdecydowanymi faworytkami spotkania z ostatnim zespołem tabeli, który do tej pory przegrał wszystkie mecze i wywalczył zaledwie 2 pkt.

Podopieczne Mateusza Grabdy zrobiły jednak swoim ki-

bicom bardzo przykrą niespodziankę. Były tłem dla ambitnie grających siatkarek z Nowego Dworu Mazowieckiego. Rywalki były lepsze w każdym elemencie siatkarskiego abecadła. Gospodynie traciły punkty seriami i nie miały zawodniczki, która by pobudziła zespół do walki.

Na reperkusje tak słabego meczu nie trzeba było długo czekać. W piątek klub z Mogilna poinformował, że trener Mateusz Grabda postanowił podać się do dymisji. Zastąpił go Marcin Ogonowski.

Następny mecz Sokół rozegra dopiero 5 marca na wyjeździe ze Stalą Mielec.

**Inne wyniki 18. kolejki:** Radomka Radom - Stal Mielec 3:1, DevelopRes Rzeszów - #Volley Wrocław 3:0, UNI Opole - Budowlani Łódź 2:3. Mecz BKS Bielsko-Biała - ŁKS Łódź zakończył się po zamknięciu wydanía.

1. DevelopRes Rzeszów	18	52	53:9
2. Budowlani Łódź	18	44	48:16
3. UNI Opole	17	40	42:18
4. BKS Bielsko-Biała	17	31	36:30
5. ŁKS Łódź	16	29	39:30
6. Chemic Police	18	23	33:38
7. Metalkas Pałac	18	22	30:39
8. Radomka Radom	17	21	31:36
9. Stal Mielec	18	20	30:43
10. Sokół & Hagric Mogilno	19	16	27:48
11. #Volley Wrocław	17	12	17:42
12. LOS Nowy Dwór Maz.	17	5	11:48

# Artego Bydgoszcz bardzo daleko od play off

Joachim Przybył  
joachim.przybyl@polskapress.pl

**KOSZYKÓWKA. Porażka ze Ślązami Wrocław praktycznie przekreśla ostatnie szanse Artego Bydgoszcz na miejsce w najlepszej ósemce po sezonie zasadniczym.**

## ARTEGO BYDGOSZCZ - ŚLĄZA WROCLAW 61:88 (14:20, 16:28, 16:21, 15:19)

**Artego:** Taylor 14, Pawlikowska 11 (2), Michałek 8, Sobiech 3 (1), Jones 2 oraz Maławy 8 (2), Pokk 6, Keller 4, Szymkiewicz 3 (1), Pawłowska 2, Perzyna 0, Uziało 0.

**Śląza:** Davis 23, Vihmane 11 (2), Mielnicka 8, Kulińska 7 (1), Strautmate 5 (1) oraz Ziemborska 15 (1), Kraker 9 (1), Jeziorna 8 (1), Fiszek 2.

Bydgoszczanki musiały wygrać ze Ślązami, by w swoim ostatnim meczu w Toruniu powalczyć jeszcze o play off. Niestety, wrocławianki okazały się zdecydowanie za mocne. Pierwsza część meczu była nawet obiecująca. Śląza objęła prowadzenie od pierwszej akcji, ale gospodynie dzielnie się trzymały, w 2. kwarcie było tylko 18:22 po jedynym w meczu punktach Jones. Kolejne minuty zadecydowały o prze-

biegu spotkania: rywalki popisały się serią 13:0 i potem już kontrolowały przebieg wydarzeń na parkiecie.

Artego powtórzyło stare błędy: marną skuteczność z gry (36 procent) i aż 21 strat. Bardzo słaby mecz zaliczyła Asiah Jones, która trafiła tylko 1 z 8 swoich rzutów. Wśród rywalki błyszczała zwłaszcza Gmrice Davis (11/16 z gry).

Artego ostatni mecz w sezonie zasadniczym rozegra 1 marca w Toruniu. A Energa swój mecz tej kolejki z Zagłębiem Sosnowiec rozegra w środę 25 lutego.

**Inny wynik:** AZS UMCS Lublin - Isands Wilchoś Jelenia Góra 93:66. ©

1. Enea AJP Gorzów	20	37	+372
2. AZS UMCS Lublin	21	37	+215
3. Śląza Wrocław	21	36	+311
4. Enea AZS Poznań	20	33	+90
5. Zagłębie Sosnowiec	20	32	+222
6. Energa Toruń	20	30	+10
7. VBW Gdynia	20	29	+57
8. Wisła Kraków	20	28	-115
9. Polonia Warszawa	20	28	-163
10. Artego Bydgoszcz	21	28	-225
11. Contimax Bochnia	20	27	-139
12. Isands Jelenia Góra	21	21	-635

## Krótko

## PIEKANOŻNA

Jagiellonia utrzymała pierwsze miejsce. Wygrana Arki sprawiła, że w strefie spadkowej nadal są Legia i Widzew.

**Wyniki i strzelcy 22. kolejki PKO BP Ekstraklasy: Górnik Zabrze - Pogoń Szczecin 0:1** (Fredrik Ulvestad 90-karny), **Legia Warszawa - Wisła Płock 2:1** (Rafał Adamski 23, Kacper Chodyna 83 - Wiktor Nowak 73), **Piast Gliwice - Motor Lublin 1:2** (Leandro Sanca 79 - Mbaye N'Diaye 3, Karol Czubak 58), **Raków Częstochowa - Termalica Nieciecza 1:0** (Ivi Lopez 42), **Widzew Łódź - Cracovia Kraków 0:0**, **Arka Gdynia - GKS Katowice 2:1** (Michał Marcjanik 32, Nazarij Rusyn 44 - Mateusz Wdowiak 1), **Jagiellonia Białystok - Radomiak Radom 1:1** (Rafał Wolski 64 - Jesus Imaz 64). Spotkanie **Korona Kielce - Lech Poznań** zakończyło się po zamknięciu wydania. Mecz **Lechia Gdańsk - Zagłębie Lubin** (poniedziałek, godz. 19, Canal+ Sport 3).

1. Jagiellonia Białystok	21	37	37-24
2. Górnik Zabrze	22	34	32-28
3. Raków Częstochowa	22	34	28-25
4. Wisła Płock	22	33	24-18
5. Cracovia Kraków	22	33	27-22
6. Zagłębie Lubin	21	32	33-27
7. Lech Poznań	21	32	34-30
8. Korona Kielce	21	30	26-22
9. Radomiak Radom	21	28	36-33
10. Pogoń Szczecin	22	28	32-35
11. Lechia Gdańsk	21	27	44-41
12. GKS Katowice	21	27	28-31
13. Motor Lublin	22	27	30-37
14. Piast Gliwice	22	26	23-26
15. Arka Gdynia	21	25	19-36
16. Legia Warszawa	22	24	25-27
17. Widzew Łódź	22	24	29-32
18. Termalica Nieciecza	22	21	26-39

## LOTTO

## PIĄTEK, 20.02

## Multi Multi, godz. 14.00

8, 10, 17, [18], 24, 26, 29, 32, 33, 43, 49, 61, 63, 64, 66, 67, 71, 76, 77, 78

## Kaskada, godz. 14.00

1, 4, 8, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 19, 22, 23

## Multi Multi, godz. 22.00

4, 5, 10, 13, 18, 22, 28, 29, 31, 32, [37], 39, 49, 51, 52, 54, 56, 69, 74, 78

## Kaskada, godz. 22.00

5, 6, 8, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24

## Mini Lotto 2, 13, 27, 35, 42

## Ekstra Premia 5, 24, 25, 31, 35 - 2

## Ekstra Premia 1, 15, 23, 25, 27 - 4

## Eurojackpot 11, 17, 23, 36, 40 - 5, 6

## SOBOTA, 21.02

## Multi Multi, godz. 14.00

3, 4, 9, 10, 13, 14, 24, 34, 37, 38, [42], 59, 61, 62, 63, 65, 72, 78, 79, 80

## Kaskada, godz. 14.00

2, 4, 7, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 19, 20, 23

## Multi Multi, godz. 22.00

5, 7, 8, 9, 14, 25, 32, 34, 44, [45], 46, 50, 51, 56, 59, 60, 69, 70, 74, 78

## Kaskada, godz. 22.00

1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 17, 18, 21, 24

## Lotto Plus 19, 26, 39, 42, 44, 48

## Mini Lotto 13, 27, 30, 31, 40

## Ekstra Premia 15, 20, 22, 23, 29 - 2

## Ekstra Premia 2, 4, 6, 16, 32 - 3

## NIEDZIELA, 22.02

## Multi Multi, godz. 14.00

4, 5, 10, 13, 14, 20, 31, 32, 34, 35, 55, [56], 66, 67, 68, 71, 72, 73, 74, 79

## Kaskada, godz. 14.00

1, 2, 3, 4, 8, 11, 16, 17, 18, 20, 21, 24

## Lekkoatletyka Orlen Copernicus Cup - to był udany sprawdzian przed HMŚ

## REKORD Z ZIEMI POLSKIEJ DO WŁOSKIEJ

Joachim Przybył

joachim.przybyl@polskapress.pl

## Panie dostarczyły nam najwięcej emocji i najwięcej światowych wyników w Orlen Copernicus Cup.

W dwunastoletniej historii Orlen Copernicus niewiele było tak mocno obsadzonych konkurencji, jak 60 m przez płotki pań w tej edycji. Nikogo by nie zdziwiła podoba obsada w finale mistrzostw świata za miesiąc, bo na starcie stanęły mistrzyni i rekordzistka świata Devon Charlton, Nadine Visser - dwukrotna mistrzyni Europy (m.in. z Torunia 2021), Alaysha Johnson - medalistka igrzysk panamerykańskich, Ditaji Kambudji - aktualna mistrzyni świata na otwartym stadionie i halowa mistrzyni Europy, szybka Francuzka Laeticia Bapte i wreszcie nasza Pia Skrzyszowska. W Arenie Toruń zobaczyliśmy połowę z top10 na świecie w tym sezonie!

Hitem mityngu miał być pojedynek Devon Charlton z naszą Pią Skrzyszowską. Obie zmierzyły się kilka dni wcześniej we francuskim Lievin i wtedy Amerykanka była szybsza.

Polka w tym roku pobięła już szybciej niż rekord mityngu (7.79) o podobny wynik obiecywała sobie po cichu w Toruniu. - Teraz koncentruje się na poprawieniu efektywności swojego biegu. Za miesiąc chcę tu wrócić po swój trzeci tytuł mistrzyni świata, chyba nikt nie wygrał mojej konkurencji trzy razy z rzędu - zapowiedziała Charlton. - To przedsmak mistrzostw świata, ale jednak kolejne zawody. Najważniejszy bieg sezonu odbędzie się za dokładny miesiąc. Teraz sprawdziłam, gdzie jestem w tym momencie i co powinienam jeszcze poprawić i oszczędzały siły, ale nasza płot-

karka była minimalnie najszybsza. W finale Charlton pokazała klasę - 7.77 to rekord mityngu i najlepszy wynik na świecie w tym sezonie.

- Teraz koncentruje się na poprawieniu efektywności swojego biegu. Za miesiąc chcę tu wrócić po swój trzeci tytuł mistrzyni świata, chyba nikt nie wygrał mojej konkurencji trzy razy z rzędu - zapowiedziała Charlton.

- To przedsmak mistrzostw świata, ale jednak kolejne zawody. Najważniejszy bieg sezonu odbędzie się za dokładny miesiąc. Teraz sprawdziłam, gdzie jestem w tym momencie i co powinienam jeszcze poprawić i oszczędzały siły, ale nasza płot-



FOT. LUKASZ SZEŁĄG

Maria Żodzick wygrała swoją konkurencję z drugim wynikiem na świecie

Wieloletniej historii Orlen Copernicus Cup był konkurs kulomiotów z Leonardo Fabbriem, Joe Kovacsem, Rogerem Steenem czy naszym Konradem Bukowieckim, rekordzistą mityngu z wynikiem równe 22 metry.

- Jestem gotowy na 22 metry, ale rzucanie w hali jest specyficzne: jest inna nawierzchnia w kole, jest mniej miejsca i trzeba się bardziej kontrolować. Bardzo lubię startować w Polsce. Ze względu na Bukowieckiego, Majewskiego, Haratyka moja konkurencja jest doceniana przez kibiców i ja to naprawdę czuję - powiedział Włoch.

Lider światowych tabel (22.50) musiał zadowolić się trzecim miejscem, wygrał z wy-

niem 21.92 wicemistrz olimpijski Joe Kovacs. Z polskich akcentów na pewno warto zwrócić uwagę na Marię Żodzick. Nasza wicemistrzyni świata na otwartym stadionie wygrała konkurs skoku wzwyż z wynikiem 198 cm, który dał jej awans na pozycję wiceliderki światowych tabel, wspólnie z Angeliną Topić.

Na podobne emocje miejscowi kibice liczyli w skoku w dal, gdzie na starcie stanęła Anna Matuszewicz z MKL, świeżo upieczona rekordzistka Polski w hali. Toruniańska trochę nie poradziła sobie z presją, spaliła cztery ze swoich pięciu skoków, a raz trafiła w belkę z marnym wynikiem 6.08.

Wszystko rozstrzygnęło się w ostatnich 10 minutach. Przewodzenie przechodziło z rąk do rąk. Na 5 sekund przed końcem Marcin Nowakowski wykorzystał dwa rzuty wolne i było 75:72 dla ekipy trenera Grzegorza Skiby. W odpowiedzi - po szybkim faulu - Chauncey Collins trafił tylko raz z linii 4,6 metra. ©©

Wszystko rozstrzygnęło się w ostatnich 10 minutach. Przewodzenie przechodziło z rąk do rąk. Na 5 sekund przed końcem Marcin Nowakowski wykorzystał dwa rzuty wolne i było 75:72 dla ekipy trenera Grzegorza Skiby. W odpowiedzi - po szybkim faulu - Chauncey Collins trafił tylko raz z linii 4,6 metra. ©©

Wszystko rozstrzygnęło się w ostatnich 10 minutach. Przewodzenie przechodziło z rąk do rąk. Na 5 sekund przed końcem Marcin Nowakowski wykorzystał dwa rzuty wolne i było 75:72 dla ekipy trenera Grzegorza Skiby. W odpowiedzi - po szybkim faulu - Chauncey Collins trafił tylko raz z linii 4,6 metra. ©©

Wszystko rozstrzygnęło się w ostatnich 10 minutach. Przewodzenie przechodziło z rąk do rąk. Na 5 sekund przed końcem Marcin Nowakowski wykorzystał dwa rzuty wolne i było 75:72 dla ekipy trenera Grzegorza Skiby. W odpowiedzi - po szybkim faulu - Chauncey Collins trafił tylko raz z linii 4,6 metra. ©©

## Pieniądze nie grają. Za to Astoria zagrała na nosie łodzianom!

Marcin Kozłowski

marcin.kozlowski@polskapress.pl

## KOSZYKÓWKA. W najbardziej prestiżowym spotkaniu rundy rewanżowej I ligi zespół Grzegorza Skiby pokazał klasę i pokonał faworyzowany ŁKS.

## ŁKS ŁÓDŹ - ENEA ABRAMCZYK ASTORIA BYDGOSZCZ 73:75 (23:20, 21:14, 15:25, 14:16)

ŁKS: Collins 16 (4), Grudziński 14 (3), Lewandowski 10 (1), Ponitka 5, Motylewski 2 - Carlos 16 (1), Szymański 5 (1), Urban 5 (1), Sewiłow, Maćkowiak 0

Astoria: Chyliński 19 (5), Kemp 19 i 16 zb., Kamiński 11 (3), Nowakowski 8, Andrzejewski 5 (1) - Kędzel 8 (1), Kimbrough 3 (1), Dzierżak 2

Gospodarze zajmowali 5. lokatę (16-5), ale ostatnio stali się największym rywalem Asty w walce o awans do Orlen Basket Ligi. W zamkniętym niedawno okienku transferowym ŁKS pozyskał bowiem Marcela Ponitkę, Dominika Grudzińskiego i Jaquana Carlosa. W klubie z Łodzi doszło ponadto do zmiany trenera i Roberta Skibniewskiego zastąpił Tane Spasew.

Spotkanie udanie rozpoczęła Asta, która po „trójkach” Martyce’a Kimbrougha i Karola Kamińskiego prowadziła 6:2. ŁKS zaczął odrabiać straty i w połowie pierwszej kwarty wygrał 12:11, a po 2 minutach 17:12. Dzięki rzutom z dystansu Michała Chylińskiego i Jakuba Andrzejewskiego goście zmniejszyli straty i po pierwszych 10 minutach było 23:20. Właśnie ten element gry był silną bronią podopiecznych Grzegorza Skiby - na 7 prób 5 było skutecznych (71. proc.).

Wszystko rozstrzygnęło się w ostatnich 10 minutach. Przewodzenie przechodziło z rąk do rąk. Na 5 sekund przed końcem Marcin Nowakowski wykorzystał dwa rzuty wolne i było 75:72 dla ekipy trenera Grzegorza Skiby. W odpowiedzi - po szybkim faulu - Chauncey Collins trafił tylko raz z linii 4,6 metra. ©©

Inne wyniki: PGE Spójnia Stargard - Enea Basket Poznań 82:77, Kotwica Kolobrzeg - Żubry Białystok 93:73, Polonia Warszawa - GKS Tychy 55:69, Polonia Leszno - Sokół Łańcut 89:92.

Na 400 m nastawialiśmy się na rywalizację Natalii Bukowieckiej z Holenderką Lieke Klaver, ale faworytki pogodziła słowacka płotkarka Emma Zapletalova. - Wspaniała atmosfera, już nie mogą się doczekać powrotu na mistrzostwa świata - powiedziała Słowaczka.

Światowy wynik padł w sprincie pań, Zanyab Dosso poleciała 6.99, wyrównując najlepszy wynik sezonu halowego, a przy okazji bijąc rekord mityngu i Włoch. Taki wynik padł po aż trzech falstartach!

W cieniu Orlen Copernicus Cup o minimum na HMŚ walczyła Adriana Sułek-Schubert w pięcioboju. Bydgoszczanka zaczęła od średnich wyników na płotkach i skoku wzwyż, ale w pchnięciu kulą pobiła swój rekord życiowy (14.55). W skoku w dal był jednak dopiero czwarta. Bydgoszczanka wygrała swoją koronną konkurencję 800 m, ale była dopiero trzecia (4667 pkt), a cały 5-bój wygrała Paulina Ligarska, która w czterech konkurencjach była swoje rekordy życiowe (4676).

Za tydzień kolejne emocje Halowe Mistrzostwa Polski.

## ORLEN COPERNICUS CUP WYNIKI

**Pchnięcie kulą M:** Joe Kovacs (USA) - 21.92; 7. Konrad Bukowiecki - 20.18. **Skok wzwyż K:** 1. Maria Żodzick - 198 cm. **Skok o tyczce M:** 1. Sondre Guttormsen (Norwegia) - 5.85. **1500m M:** 1. Masalelela Tshepo (Botswana) - 3:32.55; 9. Kamil Herzyk - 3:37.32. **1500m K:** 1. Agathe Guillemot (Francja) - 4:00.64. **Skok w dal K:** Larrisa Yapichino (Włochy) - 6.72; 6. Magdalena Bokun - 6.28. **400m K:** 1. Emma Zapletalova (Słowacja) - 50.90; 2. Natalia Bukowiecka - 50.97. **60m K:** 1. Zanyab Dosso (Włochy) - 6.99; 4. Ewa Swoboda 7.09. **800m K:** 1. Nigist Getachew (Etiopia) - 1:59.32 (PB); 2. Anna Wielgosz - 1:59.47 (PB). **800m M:** 1. Elliott Crestan (Belgia) - 1:44.07; 2. Maciej Wyderka - 1:44.30. **60m p M:** 1. Jakub Szymański - 7.48. **60m p K:** 1. Devon Charlton (USA) - 7.77; 4. Pia Skrzyszowska - 7.82. **5-bój:** 1. Paulina Ligarska - 4676 pkt. ©©

1. Enea Abramczyk Astoria	23	43	+278
2. Fulimpex Starogard Gd.	23	39	+113
3. GKS Tychy	24	39	+5
4. Sokół Łańcut	24	39	-20
5. ŁKS Łódź	22	38	+187
6. Decca Pelplin	23	37	+85
7. Spójnia Stargard	23	37	+55
8. Basket Poznań	23	34	+16
9. Polonia Leszno	24	34	-99
10. Polonia Warszawa	23	34	-73
11. WKK Wrocław	22	33	-15
12. Kotwica Kolobrzeg	22	32	+63
13. Qemetica Noteć	23	31	-85
14. Resovia	22	31	-33
15. Politechnika Opole	22	29	-59
16. Miners Katowice	23	28	-141
17. Żubry Białystok	22	24	-277

## PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

## BANANY

## Czy można jeść brązowe banany?

Najpierw to tylko kilka brązowych plamek, ale jeśli zostawi się banany zbyt długo, można obserwować, jak w mgnieniu oka robią się całe brązowe. Jedni uważają to za wadę i aż ich przechodzi dreszcz, inni myślą: Nic nie szkodzi, skoro i tak rozgniatał je dla dziecka na papkę, to jeszcze się nada. - W żadnym wypadku - sprzeciwia się jednak Daniela Krehl z bawarskiego centrum konsumentckiego.

Kiedy banan zmienia kolor z żółtego na brązowy, w wyniku naturalnej fermentacji powstaje alkohol - im dłużej banan dojrzewa, tym więcej. Ile alkoholu i kiedy znajduje się w bananie, zbadał Bawarski Krajowy Urząd ds. Zdrowia i Bezpieczeństwa Żywności (LGL). Przejrzały banan może

zawierać ponad 7 gramów alkoholu na kilogram. Z badań wynika, że zielone banany nie zawierają alkoholu. Dojrzałe banany co prawda wytwarzają alkohol, ale nie zawsze. A jeśli już, to tylko w niewielkich ilościach, do 1,4 grama na kilogram.

W przejrzanych bananach, czyli takich, które z zewnątrz są naprawdę brzydkie, całkowicie brązowe, alkohol jest natomiast obecny w każdym przypadku.

Najwyższa wartość ustalona w badaniu wyniosła 7,37 grama na kilogram - informuje LGL i ostrzega przed skutkami promili. - Grupy wrażliwe, takie jak niemowlęta i małe dzieci, ale także osoby, które chcą całkowicie unikać alkoholu, powinny więc unikać przejrzanych bana-



nów. Bawarscy obrońcy praw konsumentów robią jednak jedno zastrzeżenie: podczas pieczenia i gotowania alkohol się ulatnia. Przejrzałe banany da się więc jeszcze uratować, na przykład w chleбку bananowym lub wmieszane w ciasto na muffiny czy pankejkę.

## Kto nie powinien jeść bananów?

Banany to wyjątkowo zdrowe owoce, jednak ze względu na obecność niektórych substancji aktywnych nie powinny być spożywane przez osoby przyjmujące określone leki, a także chorujące na pewne schorzenia. Są grupy osób, którym może zaszkodzić jedzenie bananów. Wśród tych szczególnie zagrożonych są pacjenci

z wysokim poziomem potasu we krwi oraz alergią na tyraminy.

## Jak rozpoznać uczulenie na banany?

Alergią pokarmową określa się nieprawidłową i niewspółmierną do bodźca reakcję układu odpornościowego na dany alergen, dostarczony wraz z żywnością. Uczulenie może się przejawiać w postaci różnych objawów klinicznych. Wśród najczęstszych są:

- zaburzenia układu żołądkowo-jelitowego (wymioty, biegunki),
- zaburzenia pracy układu oddechowego (kaszel, katar),
- zmiany na skórze (pokrzywka, egzema),
- zaburzenia pracy układu sercowo-naczyniowego.

Reakcja alergiczna na dany pokarm może wystąpić u osoby w każdym wieku, choć większość uczuleń daje objawy już

u niemowląt i małych dzieci (ok. 8 proc. dzieci cierpi z powodu alergii pokarmowej). Nie oznacza to jednak, że będzie ona towarzyszyła dziecku, gdy dorośnie. Zaledwie 1 do 2 proc. ludzi dorosłych cierpi z powodu alergii pokarmowych. Uczulenie na banany jest dość powszechną alergią pokarmową. Obejmuje szereg różnych objawów, są to m.in.:

- zaczerwienienie, mrowienie, pieczenie i swędzenie oraz obrzęk w obrębie jamy ustnej i jej okolicy,
  - świąd, pokrzywka i wypryski na skórze całego ciała,
  - objawy ze strony układu pokarmowego, takie jak bóle brzucha, wymioty czy biegunki,
  - zaczerwienienie i łzawienie oczu,
  - trudności w oddychaniu, kaszel i katar.
- wstrząs anafilaktyczny jest rzadką, ale najsilniejszą reakcją alergiczną, która wymaga na-

tychmiastowej pomocy lekarskiej. Uczulenie na banany często idzie w parze z alergią na inne owoce np. awokado, kiwi, owoce cytrusowe czy kasztany jadalne. Objawy uczulenia występują najczęściej w przypadku alergii krzyżowej, którą w tym przypadku wywołuje podobieństwo między białkiem zawartym w owocach a tym, które znajdziemy w lakcie lub innym pożywieniu. Alergię na banany można potwierdzić wykonując oznaczenie poziomu IgE we krwi, natywne testy skórne lub próby prowokacyjne. Leczenie alergii opiera się na diecie eliminacyjnej, a także na podawaniu środków przeciwalergicznym i antyhistaminowym. Z menu alergika muszą zniknąć nie tylko surowe owoce, ale także wypieki z dodatkiem bananów, np. chlebek bananowy, a także syropy i inne przetwory, które mają je w swoim składzie.

# Wszechstronna i tania maść z apteki

Monika Górska  
redakcja@stronazdrowia.pl

Zimą skóra łatwo się przesusza, łuszczy i swędzi. Jednak wiele kosmetyków nawilżających, zamiast ją regenerować, podrażnia. Ta wszechstronna maść zregeneruje suchą skórę.

Zimą masz problem z suchą i swędzącą skórą? Wypróbuj tę wszechstronną maść, która nie dość, że nawilża i odbudowuje suchą skórę, to jeszcze przyspiesza gojenie ran, a nawet wspiera odbudowę kości przy złamaniach. Maść z żywokostu to kosmetyczny must have na zimę i nie tylko.

## Jak działa maść żywokostowa?

Żywokost lekarski (*Symphytum officinale*) jest rośliną wieloletnią należącą do rodziny ogórecznikowatych i w Polsce występuje pospolicie na terenie całego kraju. Spotkać go można też w innych miejscach na terenie Europy oraz w Azji Mniejszej, środkowej i na Syberii. Rośnie na terenach podmokłych, obrzeżach jezior i rzek, podmokłych lasach i zaroślach.

Żywokost zawiera śluz, polifenole, fruktany, krzem, garbniki, asparaginę, alantoinę, kwas digalusowy, kwas chlorogenowy, kwas kawowy, rozmarynowy, trójterpen - izobauerenol, sole potasu, wapnia i sodu, glukuroniany oraz alkaloidy pirrolizydynowe. Ze względu na zawartość alkaloidów o działaniu rakcerogennym zaliczany



Maść z żywokostu nie tylko łagodzi podrażnienia i przynosi ulgę skórze, ale też przyspiesza gojenie ran, a nawet wspomaga odbudowę kości

jest do roślin trujących, dlatego wewnętrzne używanie go zostało zakazane. Komisja E dopuszcza jedynie zewnętrzne stosowanie żywokostu w formie 5-20 proc. maści i żelu. W tych produktach stosuje się wyciąg z korzenia żywokostu lekarskiego.

## Nawilża, regeneruje, uelastycznia. Na co jeszcze pomaga maść z żywokostem?

Maść żywokostowa jest przeznaczona do pielęgnacji

suchej i wrażliwej skóry podrażnionej czynnikami zewnętrznymi, ale też przyspiesza gojenie ran, proces regeneracji naskórka, a nawet ubytków kostnych.

Wskazana jest również do stosowania po oparzeniach i odmrożeniach, a także w przypadku odleżyn, odparzeń czy owrzodzeń.

Maść z żywokostu regeneruje, nawilża i odżywia skórę, a także uelastycznia ją i zmiękcza. Zawarta w wy-

ciągu z żywokostu alantoina działa przeciwzapalnie i łagodząco.

Stosowanie maści na rany zmniejsza ryzyko powstania blizn.

Jak informuje dr Henryk Różański, żywokost pobudza ziarninowanie, czyli powstawanie nowej tkanki łącznej, łagodzi stany zapalne skóry, aktywuje także procesy regeneracji chrząstek i kości oraz przyspiesza zrastanie się kości złamanych i pękniętych.

## WAŻNE

## Żywokost lekarski

Korzeń żywokostu w ok. 15 procent składa się ze związków śluzowych. Oprócz tego znajdziemy tu również allantoinę (do 1,5 proc.), garbniki (ok. 6,5 proc.), a także asparaginę, krzem, kwasy wielofenolowe, związki cukrowe, aminokwasy, polifenole i olejki eteryczne.

Liście żywokostu zawierają witaminy A, C, E oraz z grupy B, alantoinę i składniki mineralne, takie jak wapń, żelazo, krzem, mangan czy kobalt. Ich istotnym składnikiem jest również symfytocynoglossyna - alkaloid o właściwościach znieczulających i lekko odurzających.

Żywokost lekarski ma właściwości przeciwzapalne, ściągające, pobudzające procesy regeneracji i mechanizmy obronne organizmu. Do celów leczniczych wykorzystuje się przede wszystkim kwitnące ziele i korzeń żywokostu w postaci świeżej lub suszonej.

Żywokost lekarski jest bardzo bogatym źródłem alantoiny. Związek ten wspomaga namnażanie się komórek, a tym samym regenerację tkanek, błon śluzowych oraz okostnych nadwyrażonych stanem zapalnym. Usprawnia też miejscowy przepływ krwi, co pozwala skuteczniej odbudowywać ubytki. Tu właśnie swoje źródło ma skuteczność preparatów z żywokostu w procesie wspomaganego zrastania się kości.

Żywokost jest zalecany zwłaszcza w sytuacjach niekwaśnych urazów. Stosowanie żywokostu daje bardzo dobre efekty także w przypadku leczenia zmian skórnych.

## Jak stosować maść żywokostową?

Jeśli stosujesz maść z żywokostu w celu regeneracji i nawilżenia skóry nanieś cienką warstwę preparatu z żywokostu na skórę i pozostaw do wchłonięcia. W przypadku bólu stawów czy w razie potrzeby regeneracji kości wmasuj większą ilość maści w wybrane miejsce, wykonując masaż aż do wchłonięcia produktu.

## Przeciwwskazania do stosowania maści z żywokostu

Maści z żywokostem nie należy stosować w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek z jej składników. Ostrożność podczas stosowania maści z żywokostu powinny zachować kobiety w ciąży oraz matki karmiące piersią. Jak każdy produkt może ona wywołać działania niepożądane. Jeśli takie wystąpią, nie używaj maści i skonsultuj się z lekarzem.

# Za nami wyjątkowa gala Plebiscytu Edukacyjnego 2025 w Kujawsko-Pomorskiem

**W piątek, 20 lutego odbyła się uroczysta gala naszego redakcyjnego Plebiscytu Edukacyjnego 2025. Nagrodziliśmy wyróżnionych w dziesięciu kategoriach.**

Gala Plebiscytu Edukacyjnego 2025 odbyła się w restauracji Boska Wenecja w Bydgoszczy.

Patronat nad wydarzeniem objęła Strefa Edukacji - serwis z najważniejszymi informacjami o edukacji szkolnej i pozaszkolnej.

Organizatorami plebiscytu są „Express Bydgoski”, „Gazeta Pomorska” oraz „Nowości Dziennik Toruński”.

Głosami naszych Czytelników wybrani zostali nauczyciele oraz placówki edukacyjne cieszące się największym szacunkiem i uznaniem, a do redakcji napłynęły setki zgłoszeń z całego województwa kujawsko-pomorskiego.

Nauczyciele, pedagodzy i dyrektorzy byli zgłaszani przez uczniów, rodziców i całe społeczności szkolne.

Formuła naszego plebiscytu, w przypadku 6 kategorii zakładała dwa etapy, w których najpierw poznaliśmy zwycięzców w powiatach, a następnie spośród nich, w drodze głosowania wyłoniono laureatów wojewódzkich.

Te kategorie to:

- Nauczyciel Przedszkola,
- Nauczyciel klas 0-III,
- Nauczyciel klas IV-VIII,
- Nauczyciel szkoły ponadpodstawowej,
- Przedszkole Roku; Szkoła Roku.

Z kolei w kategoriach:

- Psycholog Roku,
- Nauczyciel Akademicki,
- Dyrektor Szkoły lub Przedszkola,
- Szkoła Językowa Roku, głosowanie przebiegało w jednym etapie - wojewódzkim.

Podobnie jak w ubiegłych edycjach, nagrody wręczone zostaną również na szczeblu krajowym, podczas ogólnopolskiej gali plebiscytu, która odbędzie się 21 marca, na Zamku Królewskim w Warszawie.



AUTOREKLAMA

Q604867706A

ORGANIZATOR

PATRONAT



strefa EDUKACJI

# POLSKA i ŚWIAT

## KRÓTKO

### PARTIE POLITYCZNE

## Powstanie nowa Nowa Nadzieja

Nowa Nadzieja została przyłączona do partii Imperium Kontraktuje - zdecydowali delegaci Nowej Nadziei podczas sobotniego kongresu partii w Warszawie. Jak poinformował PAP wiceprezes NN Bartłomiej Pejo, w najbliższych dniach dojdzie do zmiany nazwy Imperium Kontraktuje, w wyniku czego powstanie nowa Nowa Nadzieja.

Rozwiązanie to ma być sposobem na poradzenie sobie w sytuacji, w której obecna Nowa Nadzieja może zniknąć z rejestru partii politycznych,

a chodzi o zachowanie tej nazwy, a także zapewnienie ciągłości funkcjonowania ugrupowania, którego prezesem jest jeden z liderów Konfederacji Sławomir Mentzen.

Sąd Okręgowy w Warszawie postanowił bowiem wykreślić z ewidencji partii politycznych Nową Nadzieję, po wniosku Państwowej Komisji Wyborczej w związku z niezłożeniem w terminie sprawozdania finansowego ugrupowania za 2024 r. Partia odwołała się od tej decyzji, ale ostatecznego rozstrzygnięcia jeszcze nie ma.

### DOLNY ŚLĄSK

## Po wybuchu zawalił się budynek



To była straszna noc dla mieszkańców Polanicy-Zdroju (pow. kłodzki) na Dolnym Śląsku. W jednym z domów ok. 2.00 w nocy doszło do wybuchu. Budynek zawalił się. W środku był 80-latek. Na szczęście nie odniósł poważnych obrażeń. Nieoficjalnie mówi się o tym, że eksplodowała butla z gazem.

### WYPADEK

## Dziecko wypadło z balkonu

- W sobotę, o godzinie 14.50, dyżurny policji otrzymał zgłoszenie o dziecku, które wypadło z balkonu, z czwartego piętra jednego z bloków w Olszynie - mówi „Gazecie Wrocławskiej” podkomisarz Justyna Bukiewicz-Rodzeń, oficer prasowa policji w Lubaniu.

Na miejsce natychmiast przyjechało pogotowie ratunkowe. Dziecko (pięcioletnia

dziewczynka) na szczęście przeżyło upadek z czwartego piętra. W mieszkaniu, z balkonu którego spadła dziewczynka, policja zastała tylko ojca dziecka. Matki nie było w tym czasie w domu.

Mężczyzna został przebadany alkometrem. Miał 1,7 promila alkoholu w wydychanym powietrzu.

Dzisiaj ma usłyszeć zarzuty.

### MROZY

Minionej doby dwie osoby zmarły z powodu wychłodzenia, od początku listopada z powodu niskich temperatur zmarło 50 osób - poinformowała w niedzielę Komenda Główna Policji. Zapelowała, by w razie zauważenia osoby potrzebującej pomocy dzwonić na numer alarmowy 112. Dla porównania w okresie od 1 listopada 2024 r. do 31 marca 2025 r. zarejestrowano w Polsce 19 zgony osób z powodu wychłodzenia organizmu.

„  
Wojna w Ukrainie to nie film,  
a realne zagrożenie tuż za naszą granicą.  
Jeśli możecie - pomagajcie

Dorian Jankowski, polski wolontariusz w Ukrainie

# SAFE. PiS protestuje, rząd uspokaja, że program wejdzie

Karolina Wrońska  
Warszawa

**Program SAFE pozwalający na dobrojenie polskiej armii budzi sprzeciw w PiS. Nie wiadomo, co zrobi prezydent. Rząd uspokaja - nawet w przypadku weta program wejdzie w życie**

- W sobotę w południe przed Pałacem Prezydenckim odbył się protest przeciwników wdrożenia programu SAFE. Manifestacja została zorganizowana przez Kluby „Gazety Polskiej” oraz Ruch Obrony Granic. Protestujący apelowali do Karola Nawrockiego o zawetowanie ustawy wdrażającej unijny program. Obecni na manifestacji demonstrowali banery o hasłach m.in. „Nie dla SAFE. Tak dla Polski”.

Protest skomentował wicepremier, szef MON Radosław Sikorski. „Zamach smoleński, reaktacja. Ciekawe, ilu tam agentów, a ilu frajerów” - napisał Sikorski na portalu X.

Ale program nie podoba się też partiom opozycyjnym. Według nich program SAFE może m.in. zostać w przyszłości wykorzystany jako element politycznego nacisku na Polskę. Przeciwno ustawie wdrażającej głosowali posłowie PiS i Konfederacji.

Jarosław Kaczyński kilka dni temu powiedział, że prezydent powinien zawetować ustawę wdrażającą SAFE. Według polityka program ma „potężne aspekty polityczne”, a jego celem



**Rząd zapewnia, że 80 proc. środków z programu SAFE będzie ulokowane w polskim przemyśle zbrojeniowym**

jest zjednoczenie Europy „pod niemieckim przywództwem”. Podczas sobotniej konwencji partii szef klubu PiS Mariusz Błaszczak powiedział, że „nie wolno pozwolić na to, żeby Polska weszła do programu SAFE” oraz że ten mechanizm będzie trzymać państwa „na łańcuchu”.

- Blokowanie programu SAFE przez polityków PiS jest działaniem antypolskim - powiedział rzecznik rządu Adam Szłapka. Uważa on, że miliardy euro z programu SAFE na rozwój polskiego potencjału zbrojeniowego to gigantyczna szansa dla polskiego bezpieczeństwa i gospodarki.

Jego zdaniem słowa Błaszczaka to „oczywista bzdura i kłamstwo”. - Pan Błaszczak celowo dezinformuje. Program SAFE cały czas pozwala Polsce kupować u naszych sojuszników - na przykład w Stanach - sprzęty, które trudno jest wyprodukować w państwach europejskich. Ale najważniejsze jest to, że ten program to są olbrzymie środki: 43,5 miliarda euro na rozwój polskiego potencjału zbrojeniowego, na rozwój polskiego przemysłu obronnego. To jest gigantyczna szansa dla naszego bezpieczeństwa, dla naszej gospodarki, dla naszego przemysłu obronnego - ocenił.

Z kolei wicepremier i minister spraw zagranicznych Radosław Sikorski uważa, że opozycja szuka dziury w całym. - Program SAFE narodowi się należy; Polska będzie jego największym beneficjentem; jestem zszokowany, że dzisiejsza opozycja szuka dziury w całym - powiedział minister spraw zagranicznych Radosław Sikorski w wywiadzie dla „Newsweeka”. Dodał, że Amerykanie popierają SAFE, więc domniemanie, iż weto „spodoba się amerykańskim sponsorom”, ponieważ SAFE ma preferencję europejską, jest nieprawdziwe, bo Amerykanie też popierają SAFE.

Z kolei minister finansów Andrzej Domański przypomina, że program SAFE to obecnie najtańsze i najbardziej efektywne źródło finansowania modernizacji polskiej armii. Według szefa resortu to rozwiązanie może przynieść polskiemu podatnikom od 36 do nawet 60 mld zł oszczędności w porównaniu do alternatywnych metod finansowania. Pytany o kwestię zaciągania zobowiązań w euro i związane z tym ryzyko kursowe, minister przypominał, że poprzednie rządy również finansowały zakupy uzbrojenia (m.in. z USA czy Korei Południowej) w walutach obcych.

W ramach unijnego instrumentu polski rząd będzie mógł skorzystać z ok. 43,7 mld euro w postaci korzystnie oprocentowanych pożyczek. Według deklaracji rządu ponad 80 proc. pieniędzy ma zostać wydane w polskim przemyśle zbrojeniowym. PAP

## Marszałek Sejmu skierował prezydencki projekt dot. sądownictwa do zaopiniowania przez Komisję Wenecką

Oprac. Anna Nagel  
Warszawa

**Marszałek Sejmu Włodzisław Czarzasty poinformował w piątek o skierowaniu prezydenckiego projektu ustawy dotyczącego sądownictwa do zaopiniowania przez Komisję Wenecką.**

Prezydent Karol Nawrocki zawetował w czwartek nowelizację ustawy o Krajowej Radzie Sądow-

nictwa, przekładając jednocześnie własny projekt ustawy, którego celem ma być m.in. „skuteczne przeciwdziałanie bezprawnym próbom podważania nominacji sędziowskich udzielonych na wniosek KRS z uwagi na niezgodną z przepisami konstytucji i orzecznictwa TK praktykę orzeczniczą”.

Marszałek Sejmu powiedział na konferencji, że prezydencki projekt w „opinii naszych prawników narusza niezawisłość sędziowską i podział władzy”. Do-

dał, że projekt ten m.in. przewiduje „kary więzienia do 10 lat za odmowę sędziów do udziału w składzie sędziowskim”.

- Podjąłem decyzję o szerokiej konsultacji tej ustawy i przekazaniu jej do opinii Komisji Weneckiej - poinformował Czarzasty. Dodał, że z możliwości zasięgnięcia opinii Komisji Weneckiej polski parlament skorzystał dotąd dwukrotnie - poprzez Senat. - Jeżeli chodzi o Sejm, będzie to pierwszy raz. Pytany, czy planowane jest w związku z tym wysłu-

chanie publiczne, odparł, że „wszystko przyjdzie z czasem”.

W związku z wetem prezydenta do nowelizacji ustawy o KRS i - jak mówił - brakiem ustawy, która „naprawiłaby wymiar sprawiedliwości”, marszałek Sejmu przypomniał, że był zmuszony rozpocząć procedurę wyboru kandydatów na sędziów członków KRS według obecnej uchwalonej za rządów PiS - ustawy. - Pomimo że to jest zła ustawa, będzie przestrzegana - podkreślił. PAP

## Zamach terrorystyczny we Lwowie. Policjantka nie żyje, 25 osób rannych

Grzegorz Kuczyński  
Ukraina

**Zatrzymano domniemaną sprawczynię zamachu terrorystycznego w centrum Lwowa, w którym w niedzielę zginęła policjantka, a 25 osób zostało rannych.**

„Policja wspólnie ze Służbą Bezpieczeństwa Ukrainy zatrzymała domniemaną sprawczynię zamachu na lwowskich funkcjonariuszy. Trwają dalsze działania



**Do dwóch eksplozji doszło, gdy wezwano policję do włamania do sklepu blisko centrum Lwowa**

operacyjne i czynności śledcze. Ustalamy inne osoby zaangażowane w popełnienie tego przestępstwa” - poinformowała Lwowska Prokuratura Regionalna w kanale Telegram.

Jak donoszą ukraińskie media, tej nocy we Lwowie słychać było co najmniej dwie potężne eksplozje. Śledztwo prowadzone jest w sprawie „aktu terrorystycznego, który spowodował poważne konsekwencje”.

„Według informacji operacyjnej na numer 102 wpłynęło zgłoszenie o włamaniu do sklepu przy ul. Daniliszyna 20 we Lwowie. Po przybyciu na miejsce zdarzenia policyjnego patrolu doszło do wybuchu. Po przybyciu drugiej załogi nastąpiła kolejna eksplozja. Wstępnie ustalono, że zginęła 23-letnia policjantka” - czytamy w komunikacie prokuratury, cytowanym przez portal „Interfax Ukraina”.

Szef MSW Ukrainy podał, że w zamachu rannych zostało 25 osób. Obecnie w placówkach medycznych przebywa 11 poszkodowanych, z czego sześć osób funkcjonariuszy jest w stanie ciężkim. PAP

Oprac. Anna Nagel  
USA

**Prezydent USA zapowiedział, że podniesie z 10 do 15 proc. stawkę celną na towary importowane, po tym jak Sąd Najwyższy USA unieważnił większość taryf nałożonych przez Trumpa w 2025 roku.**

Amerykański Sąd Najwyższy zadał w piątek poważny cios w centralny punkt polityki zagranicznej i gospodarczej Trumpa, unieważniając cła nałożone na podstawie ustawy IEEPA (International Emergency Economic Powers Act). Obalone zostały najbardziej kontrowersyjne podatki importowe, w tym 10-proc. cło minimalne na towary niemal ze wszystkich państw, 15-proc. cła na towary z UE, a także karne cła nakładane na Chiny, Kanadę, Meksyk czy Brazylię.

Prezydent USA skrytykował decyzję sądu i jeszcze tego samego dnia podpisał rozporządzenie w sprawie 10-proc. ceł na towary ze wszystkich państw, nałożone na podstawie innych przepisów.



**Prezydent USA Donald Trump na konferencji prasowej skrytykował decyzję Sądu Najwyższego, który unieważnił większość jego ceł**

W sobotę prezydent USA zamieścił wpis na swojej platformie Truth Social, anonsując podwyższenie taryfy celnej do 15 proc. Określił też ramy czasowe wprowadzenia podwyższonej taryfy celnej na najbliższe kilka miesięcy.

Po piątkowej decyzji Sądu Najwyższego o unieważnieniu ceł nałożonych przez prezydenta

USA Donalda Trumpa amerykańskie firmy domagają się zwrotu kosztów ceł o łącznej wysokości ponad 130 mld dolarów - poinformował w sobotę brytyjski dziennik „Financial Times”.

Jak poinformował brytyjski dziennik, grupy biznesowe, reprezentujące duże i małe przedsiębiorstwa w USA, wezwały do szybkiego przeprowadzenia

procesu zwrotu kosztów, choć przedstawiciele administracji w Waszyngtonie i analitycy przestrzegają, że może to zająć nawet lata.

W rozmowie z niemiecką stacją ARD kanclerz Niemiec Friedrich Merz powiedział, że konieczne są rozmowy z Waszyngtonem, zanim niemieckie firmy będą mogły odzyskać miliardy dolarów, i zapowiedział, że kraje Unii Europejskiej będą ściśle koordynować swoje działania przed zbliżającą się jego wizytą w USA.

- Będziemy mieli bardzo jasne stanowisko europejskie w tej sprawie, ponieważ polityka taryfowa jest sprawą Unii Europejskiej, a nie poszczególnych państw członkowskich, i udam się do Waszyngtonu ze skoordynowanym stanowiskiem europejskim - podkreślił Merz.

- Bruksela ma narzędzia, by odpowiedzieć Stanom Zjednoczonym na cła ogłoszone w piątek przez prezydenta Donalda Trumpa - powiedział w sobotę francuski minister handlu Nicolas Forissier dziennikowi „Financial Times”. PAP

### DROBNE

#### Nieruchomości

MIESZKANIA - WYNAJME

**SZUKAM** mieszkania, wynajem, Bydgoszcz, 2 pokoje, bez mebli Tel. 500 257 591

#### Praca

ZATRUDNIĘ

**FIRMA** sprzątająca zatrudni tel. 502 630 031

**FIRMA** zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

**OCHRONA** z gr. niepełnosprawności Bydgoszcz tel. 604 630 556

**SERWIS** sprzątający z gr. niepełnosprawności Bydgoszcz tel. 604 630 556

#### Zdrowie

LABORATORIA

**DR** n.med. Maciej Świtoński- chirurg choroby jelita grubego, choroba hemoroidalna, 602298213, 60-229-82-13, 602-298-213, Bydgoszcz

#### Usługi

MONTAŻOWE

**ROLETY** ATRAKCYJNE CENY.

Producent „GARDA” tel. 52/372-04-04

#### Turystyka

KRAJ - GÓRY

**Beskidy koło Wadowic - Wielkanoc od 1100 do 1400zł. Możliwość dowozu 501-642-492**

#### Różne

**STARE** książki skup, 881-934-948

AUTOREKLAMA

**ibo** TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

**Ogłoszenia drobne** w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń. **Bez wychodzenia z domu.**

[ibo.polskapress.pl](http://ibo.polskapress.pl)

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski przetargi

nasze [komunikaty.pl](http://komunikaty.pl)

REKLAMA

0011471230



**Zielon Miejska**  
Zakład Pogrzebowy

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

AUTOPROMOCJA

0410733298

**Zleć nekrologi, ogłoszenia drobne, życzenia**

**Biuro ogłoszeń Expressu Bydgoskiego:**

**Bydgoszcz**, czynne: pn.-pt. 8-16, ul. Zamojskiego 2  
tel. 519 503 513, e-mail: [magdalena.welka@polskapress.pl](mailto:magdalena.welka@polskapress.pl)

**Express**  
BYDGOSKI

**GAZETA pomorska**

**NOWOŚCI**  
DZIENNIK TORUNSKI

0011483402

Wyrazy głębokiego współczucia oraz szczerze słowa wsparcia i otuchy

Naszej Koleżance  
**Agacie Woźniewicz**

z powodu śmierci

**Mamy**

składają

Dyrekcja, Grono Pedagogiczne  
Zespołu Szkół nr 19 w Bydgoszczy

„Żyłeś dla nas i dla innych,  
kochaliśmy Cię wszyscy”

Z głębokim żalem zawiadamiamy,  
że dnia 18.02.2026 roku  
odszedł od Nas Nasz Kochany  
Mąż, Tata, Teść i Dziadek

śp.

**Kazimierz Grobelny**

lat 84

Uroczystości pogrzebowe  
poprzedzone Mszą św. żałobną  
zostaną odprawione  
w poniedziałek 23 lutego 2026 roku o godzinie 13.30  
na Cmentarzu Parafialnym  
przy Alejach Kardynała Stefana Wyszyńskiego  
na Bielawkach w Bydgoszczy.

W smutku pogrążona  
Rodzina

## Pomagali tanecznym krokiem

**Weekend upłynął pod znakiem imprez charytatywnych. Miłośnicy ruchu na świeżym powietrzu w sobotę wyruszyli na Parkrun.**

Trwa akcja charytatywna „Razem dla Nadii Lasoty” - pomocy 12-letniej Nadii zmagającej się z guzem mózgu. W sobotę w Białych Błotach przez cały dzień odbywało się mnóstwo wydarzeń i zbiórka na leczenie dziewczynki. Organizatorzy zapowiadają, że to dopiero początek akcji!

W piątek od godziny 20.00 do późnych godzin... porannych w Pałacu w Myśliczynie odbywał się Bal Charytatywny organizowany przez Szkołę Podstawową w Maksymilianowie we współpracy z Rotary Club Bydgoszcz. W jego trakcie zbierano pieniądze na rzecz terapii i wsparcia uczniów z niepełnosprawnościami.



W sobotę w Białych Błotach przez cały dzień odbywało się mnóstwo wydarzeń i zbiórka na leczenie dziewczynki. Organizatorzy zapowiadają, że to dopiero początek akcji „Razem dla Nadii Lasoty”, która ma wesprzeć 12-letnią sportsmenkę

FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI



Trasa nie była idealna, ale kolejna „piątka” zaliczona, czyli Parkrun Bydgoszcz



W Pałacu w Myśliczynie odbywał się Bal Charytatywny organizowany przez Szkołę Podstawową w Maksymilianowie we współpracy z Rotary Club Bydgoszcz

FOT. ARKADIUSZ WOJTASIEWICZ



Studniówka Zespołu Szkół Budowlanych. Tak bawili się maturzyści w Hotelu City

FOT. ARKADIUSZ WOJTASIEWICZ