Dziś dodatki: **FORUM SENIORA** a w nim m.in. ● renta wdowia ● mocne kości

oraz **TURYSTYCZNE PERŁY POMORZA**

Express BYDGOSKI

Wtorek 31.03.2026 | Nr 75 (11263) Rok XXXVII | www.expressbydgoski.pl Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Będą zmiany w egzaminie na prawo jazdy. **Koniec z placem manewrowym str. 3**

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Stopniowa likwidacja **ROD**. Działkowcy apelują o nowe tereny **str. 2**

Nr ISSN 1230-9192 Nr indeksu 350680

INWESTYCJE BUDOWA CENTRUM LECZENIA DZIECI NABIERA TEMPA

Nowa organizacja ruchu na terenie szpitala Jurasza

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

Zaczyna się kolejny etap budowy Centrum Leczenia Dzieci przy Szpitalu Uniwersyteckim nr 1 im. dr. Antoniego Jurasza w Bydgoszczy. W związku z tym od środy - 1 kwietnia br. - nastąpi zmiana organizacji ruchu na terenie lecznicy.

- Zakończono już rozbiórkę budynku maszynowni chłodu oraz prace związane z wycinką drzew na terenie przeznaczonym pod nową inwestycję - mówi Marta Laska, rzeczniczka szpitala Jurasza. - Wykonawca przystąpił do realizacji kolejnego etapu, obejmującego przebudowę i przełożenie sieci elektrycznych, teletechnicznych oraz sanitarnych.

Już w grudniu ub. roku oddano do użytku nowy parking tymczasowy, który usprawnia organizację ruchu na terenie placówki. Teraz nastąpią istotne zmiany w komunikacji w obrębie obiektu.

Od 1 kwietnia br. wjazd i wyjazd od strony ul. Marii Skłodowskiej-Curie zostanie zamknięty zarówno dla ruchu kołowego, jak i pieszych. Jednocześnie uruchomiony zostanie nowy wjazd i wyjazd od strony Alei Wyszyńskiego, który stanie się głównym dojazdem do szpitala na czas prowadzenia inwestycji. Zmiana organizacji ruchu będzie obowiązywała około półtora roku, do zakończenia zasadniczych prac budowlanych.

Generalnym wykonawcą robót jest konsorcjum: ERBUD Spółka Akcyjna - lider konsorcjum oraz Przedsiębiorstwo Wielobranżowe EBUD - Przemysłówka Sp. z o.o. w Bydgoszczy- partner konsorcjum.

- Cieszy nas, że dzięki modelowej współpracy z inwestorem prace w Bydgoszczy wkraczają w kolejny etap - mówi Mateusz Janion, kierownik kontraktu z Grupy ERBUD. - Budowa Centrum Leczenia Dzieci w Bydgoszczy to dla nas niezwykle ważny projekt, mający realny wpływ na poprawę jakości opieki medycznej najmłodszych pacjentów. ERBUD od lat realizuje inwestycje dla sektora ochrony zdrowia, zarówno obecnie prowadząc kolejne projekty, jak i mając w swoim dorobku liczne szpitale, kliniki oraz centra medyczne w całej Polsce.

Z kolei Grzegorz Lora, przedstawiciel P.W. EBUD-Przemysłówka dodaje:

- Jesteśmy świadomi, że nadchodzące trudności w komunikacji na terenie szpitala będą dla wszystkich zainteresowanych sporym utrudnieniem. Jednak prosimy o cierpliwość i wyrozumiałość. Budujemy wszak dla dobra najmłodszych, a Centrum Leczenia Dzieci będzie służyło Bydgoszczanom przez wiele kolejnych lat.©℗

Więcej na str. 4

FOT. MAREK WECHWERTH / ARCHIWUM

Wczoraj odbył się pogrzeb Janusza Ratajczaka - wybitnego tenora przez lata związanego z Operą Nova. Uroczystości zgromadziły rodzinę, przyjaciół, artystów oraz licznych miłośników muzyki - strona 4

Potrzebna pomoc dla osób w spektrum autyzmu

FOT. NADESŁANA

Dom Niebieskich TuliPanów szuka partnerów i patronów. W czwartek aktywistów będzie można spotkać na Starym Rynku **str. 5**

Co z planami budowy fabryki amunicji pod Bydgoszczą?

Choć temat budowy trzech fabryk amunicji, w tym jednej w Emilianowie, był nagłośniony już w połowie ubiegłego roku, o konkretach cicho. Polska Grupa Zbrojeniowa zapewnia jednak, że zapowiedzi dotyczące inwestycji, w tym również pod Bydgoszczą, są aktualne **str. 6**

Polacy uważają, że spór polityczny i polaryzacja, to największe **zagrożenie dla kraju str. 8**

Amerykanie obawiają się, że ich bazy w Afryce są narażone na **ataki odwetowe ze strony Iranu str. 9**

eprasa.pl c7f496ed67

AUTOPROMOCJA 0010990293

Zamów **prenumeratę**
Express Bydgoski 52 511 94 64
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.expressbydgoski.pl

Jutro w „Expressie”
Zdrowie

- Autyzm u kobiet i dziewcząt - objawy, trudności z diagnozą i życie w spektrum
- Ten zabieg kosztuje 600 zł, na NFZ możesz go zrobić za darmo

POGODA W BYDGOSZCZY

Wtorek

7°C
-2°C

Wiatr
płd.-wsch., 18 km/h
Ciśnienie
1017 hPa
Biomet
korzystny

0011503262

Panu Prezydentowi

Rafałowi Bruskiemu

składamy wyrazy głębokiego współczucia
po śmierci

Taty

W tym trudnym czasie
łączymy się z Panem i Pana Bliskimi
w modlitwie i zadumie.

Elżbieta Piniewska
Przewodnicząca Sejmiku
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Piotr Całbecki
Marszałek Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

0011503335

Panu

Rafałowi Bruskiemu

Prezydentowi Miasta Bydgoszczy

wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia
z powodu śmierci

Ojca

składają

Wojewoda Kujawsko-Pomorski
Michał Sztybel
wraz z pracownikami
Kujawsko-Pomorskiego Urzędu Wojewódzkiego
w Bydgoszczy

Stopniowa likwidacja ROD. Działkowcy apelują o nowe tereny

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Polski Związek Działkowców wnioskuje o dopisanie rodzinnych ogrodów działkowych do projektu ustawy, umożliwiającego przekazywanie niewykorzystanych gruntów spółek Skarbu Państwa i Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa pod budowę mieszkań.

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

W Polsce jest blisko 900 tys. działek pod szyldem PZD

Przypomnijmy, na początku br. Ministerstwo Rozwoju i Technologii złożyło projekt ustawy o rozwiązaniach służących zwiększeniu dostępności gruntów pod budownictwo mieszkaniowe. Chodzi o niewykorzystane grunty spółek Skarbu Państwa i Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa.

Na 31 grudnia 2024 r. do rozdysponowania miały ok. 178,3 tys. hektarów, z czego ok. 3,4 proc. (ok. 6 tys. ha) kwalifikowało się pod budownictwo i usługi. Mogłyby je przejmować samorządy, np. pod budowę budynku, w którym wszystkie lokale weszłyby w skład zasobu gminy.

W całym kraju ubywa ogrodów działkowych

Krajowy Zarząd Polskiego Związku Działkowców zaapelował do MTRiT o poszerzenie projektu ustawy o rodzinne ogrody działkowe.

- Pomimo olbrzymiego zainteresowania pozyskaniem działki, w większości ogrodów nie ma już wolnych działek. Problem zwiększa zjawisko stopniowej likwidacji ROD. Mimo zapisów ustawy o ROD, gminy odstępują od ich odtworzenia zasłaniając się brakiem terenów. Efektem jest powolne, ale systematyczne zmniejszanie się puli działek dostępnych dla polskich rodzin - argumentuje PZD.

- Dodatkowe tereny pod rodzinne ogrody działkowe bardzo by się nam przydałyby - zapewnia Lech Studziński, prezes PZD w Bydgoszczy.

Mowa o czterech, pięciu ROD, każdy po 120 - 150 działek. - To rozwiązałyby problem z brakiem wolnych działek w Okręgu - uważa Lech Studziński. - Kilka ogrodów działkowych można by założyć na ziemi rolnej, będącej w zasobie Własności Rolnej Skarbu Państwa, jedynego rezerwuaru ziemi na tyle dużego, żeby zmieścić działki ROD wraz z całą infrastrukturą.

Zwiększa się zjawisko likwidacji ROD. Mimo zapisów ustawy, gminy odstępują od ich odtworzenia zasłaniając się brakiem terenów.

Zachowamy rolny charakter gruntów

Krajowy Zarząd PZD zaznacza, że wykorzystanie nieruchomości z zasobów KOWR na prowadzenie ROD utrzymałoby ich rolny charakter.

- ROD są obszarem intensywnych upraw ogrodniczych. To podstawowy cel ROD, wskazany wprost w ustawie o ROD, a uprawy ogrodnicze są uznawane za jedną form działalności rolniczej. Ponadto, zgodnie z ustawą o ochronie gruntów rolnych i leśnych, grunty ROD wprost zaklasyfikowano do kategorii gruntów rolnych - przypomina PZD.

Projekt ustawy o rozwiązaniach służących zwiększeniu dostępności gruntów pod budownictwo mieszkaniowe wprowadza też niższe stawki za użytkowanie wieczyste gruntów.

Działkowcy uważają, że opłaty dla nich powinny być na tym samym poziomie. - Obecnie, zgodnie z ustawą o gospodarce nieruchomościami, ROD podlegają zaklasyfikowaniu do kategorii „pozostałe nieruchomości” i są objęte najwyższą stawką w wysokości 3 proc. w skali roku, czyli taką samą, jak na cele komercyjne - objaśnia PZD. - Rozwiązanie to jest całkowicie sprzeczne nie tylko z duchem ustawy o ROD, ale również rozwiązaniami stosowanymi w ustawie o gospodarce nieruchomościami, gdzie cele o charakterze niekomercyjnym, a zwłaszcza prospołecznym - a do takich niewątpliwie należy zaliczyć ROD - objęto najniższymi stawkami. Np. dla niezarobkowej działalności opiekuńczej, oświatowej i wychowawczej przewidziano stawkę 0,3 proc. - 0,1 proc. opłaty za użytkowanie wieczyste znacząco zmniejszyłoby koszty prowadzenia ogrodu, co też pozwoliłoby na nabycie prawa do działki przez osoby ubogie. Są to dobre pomysły, które warto wprowadzić w życie, zatem Okręgowy Zarząd PZD w Bydgoszczy w pełni popiera działania Krajowego Zarządu PZD w tej sprawie - informuje Lech Studziński. ©℗

KALENDARIUM BYDGOSKIE

31 marca

Łuczniczka w nocy została przybrana w różowy strój i słomkowy kapelusik.

1882: dotychczasowa Miejska Szkoła Realna stopnia pierwszego w Bydgoszczy w budynku przy ul. Grodzkiej została przekształcona w Miejskie Gimnazjum Realne. Dyrektorem placówki pozostał Gustav Geber.
1920: zakończył się proces świętokradcy z kościoła farnego w Bydgoszczy. Tydzień wcześniej 18-letni żołnierz dał się zamknąć w świątyni po wieczornej mszy, a następnie, po włamaniu do tabernakulum, skradł kielichy hostyjne (hostię zjadł) i wydostał się z kościoła przez okno. Świętokradca został skazany, z uwagi na młody wiek, tylko na 5,5 roku ciężkiego więzienia, po którym miał nastąpić okres 5-letniego dozoru.
1920: bydgoska dyrekcja poczt i telegrafów wycofała bezpowrotnie z obiegu wszystkie dotąd stosowane w korespondencji niemieckie znaczki pocztowe, nakazując od tej pory naklejać wyłącznie znaczki polskie.
1930: statua Łuczniczki nad Brdą ubrana została nocą w garderobę koloru różowego i biały słomkowy kapelusik z czerwoną kokardą. Policja nie doceniła jednak primaaprilisowego dowcipu i strój zdjęła.
1947: 39-letni Stefan T. wraz z 10-letnim synem Narcyzem weszli na lód na zamarzniętym Starym Kanale w okolicach IV śluzy, aby łowić ryby. Lód się nagle załamał i obydwaj utonęli.
2003: w kinie „Polonia” w narożnym budynku przy zbiegu ulic Staszica i Krasińskiego miał miejsce ostatni seans, podczas którego wyświetlono francuski film „Gwałt”. Wcześniej w budynku tym od 1929 roku działało kino „Paw”, wyposażone w 800 miejsc. Od 1931 roku kino nosiło nazwę „Apollo”, od 1945 „Polonia”. W sierpniu 2010 roku budynek został zburzony, w 2012 roku w tym miejscu wyrósł apartamentowiec „Rubinowy Dom”. ©℗
KB

eprasa.pl c7f496ed67

Zmiany w egzaminie na prawo jazdy! Koniec z placem manewrowym i inne rewolucje

Magdalena Walczak-Grudzka
magdalena.walczak@polskapress.pl

Egzamin na prawo jazdy od lat budzi emocje. Dla jednych to formalność, dla innych najbardziej stresujący sprawdzian w życiu. Teraz zapowiadane są zmiany, które mogą całkowicie odmienić jego przebieg.

Najgłośniejszą zapowiadaną zmianą w egzaminie na prawo jazdy jest możliwy koniec z obowiązkowym placem manewrowym.

Okazuje się, że Polska należy do nielicznych krajów w Europie, gdzie ta forma wciąż jest standardem.

Mniej teorii, więcej realnej jazdy

- Muszą nastąpić zmiany w systemie egzaminowania i szkolenia kierowców. Przygotowujemy się do tego, mam przygotowaną ustawę, w szczegółach ją zaprezentuje pan minister Stanisław Bukowiec, który jest odpowiedzialny za ten obszar Ministerstwa Infrastruktury - mówił w RMF FM minister infrastruktury Dariusz Klimczak.

Minister Klimczak podkreślił, że „zmiany będą głębokie" zarówno w systemie egzaminowania, jak i szkolenia kierowców.

Zakładają przeniesienie większości zadań do rzeczywistego ruchu drogowego. Oznacza to większy nacisk na praktyczne umiejętności - parkowanie czy zawracanie mają być oceniane w realnych warunkach, a nie na wyznaczonym placu. W wielu krajach Europy egzamin praktyczny odbywa się niemal wyłącznie w ruchu drogowym. Plac manewrowy w klasycznej formie jest rzadkością, a nacisk kładzie się na realne sytuacje, z jakimi kierowca spotka się na co dzień.

Nie będzie egzaminu na prawo jazdy kat. B na placu manewrowym. To będzie największa zmiana - potwierdził Klimczak w RMF FM i dodał: - Większość ekspertów twierdzi, że to jest relikt przeszłości i my przychylamy się do ich zdania. Prowadziliśmy od dłuższego czasu analizy na ten temat, jesteśmy gotowi, mamy projekt ustawy.

Egzamin teoretyczny do zmiany

Egzamin teoretyczny również czekają zmiany.

Pytania nie odzwierciedlają rzeczywistości drogowej, są sztuczne. Egzamin na prawo jazdy, czy to kategoria B, czy jakakolwiek inna, musi odpowiadać rzeczywistości, która funkcjonuje na drodze. To nie mogą być jakieś sztuczne pytania teoretyczne, które bardziej dotyczą silnika albo pracy administracji, niż bezpiecznego poruszania się na drodze i świadomego uczestnictwa w ruchu drogowym. Na tym nam najbardziej zależy - wyjaśnił Klimczak.

Dodatkowo możliwe jest wprowadzeniem testu percepcji ryzyka. To rozwiązanie stosowane już w wielu krajach UE. Kandydaci analizują sytuacje drogowe na symulatorach i reagują na potencjalne zagrożenia.

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

- Zniknie egzamin na placu manewrowym - mówi minister infrastruktury Dariusz Klimczak. A rewolucyjnych planów jest jeszcze więcej

Tak wygląda obecnie egzamin na prawko

Egzamin ma sprawdzać nie tylko technikę, ale przede wszystkim umiejętność przewidywania i reagowania. Obecnie egzamin państwowy na prawo jazdy w Polsce składa się z dwóch części:

- teoretycznej,
- praktycznej.

Test wiedzy sprawdza znajomość przepisów ruchu drogowego oraz zasad bezpieczeństwa. Po nim kandydat przystępuje do egzaminu praktycznego, który rozpoczyna się na placu manewrowym. To właśnie tam zdający wykonuje m.in. jazdę po łuku, ruszanie pod górę czy przygotowanie pojazdu do jazdy. Dopiero po zaliczeniu tej części egzamin przenosi się do ruchu drogowego.

W ostatnich latach przepisy zostały zaostrzone - lista błędów kończących egzamin została rozszerzona, a egzamin może zostać przerwany w przypadku stworzenia zagrożenia na drodze. Teraz egzamin na prawo jazdy w Polsce stoi u progu prawdopodobnie największej reformy od lat. ©℗

Bądź jak zając, skocz po kredyt? Lepiej nie, gdy długo przed wypłatą masz puste konto

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

Kredyty i pożyczki często łatają domowe budżety, zwłaszcza w gorącym czasie, jak m.in. przed Wielkanocą, kiedy robimy większe zakupy. Niektórzy pożyczą pieniądze, ale czy warto?

Bydgoszczanka dostała kilka dni temu takiego SMS-a ze swojego banku: „Agnieszko, czas na wiosenne porządki w finansach. Nie musisz czekać na Zająca. Upoluj nasz kredyt na wyprzedaży nawet do 40 tys. zł. To propozycja z prowizją 0%. Bądź królową wiosny i zadzwoń pod numer x lub odwiedź nas w naszym oddziale. Pamiętaj, to ważne tylko do 15.04.2026".

Jeśli ktoś myśli, że kredyt uporządkuje jego finanse, to jest w błędzie, bo może być wręcz przeciwnie. Wszystko jest dla ludzi, ale, jeśli ktoś już dziś ledwo spina miesięczny budżet i długo przed nową wypłatą ma puste konto, to kolejna rata może go tylko jeszcze bardziej pogrążyć.

Gdy weźmiemy np. 5 tys. zł kredytu gotówkowego, ostateczna kwota do oddania będzie zależeć od okresu kredytowania, oprocentowania oraz prowizji banku. W marcu 2026 roku przykładowe oferty wskazują, że całkowita suma do spłaty wyniesie od ok. 5300 zł do ponad 6000 zł.

FOT. MAŁGORZATA GENCA

Wielkanoc nie musi być bogata, by była spokojnym czasem dla rodziny. Nie warto pożyczać pieniędzy, bo trzeba będzie je oddać i to więcej, niż pożyczymy

Na co zwrócić uwagę, zanim podpiszemy umowę?

Co ona zawiera? Są to: RRSO (Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania) - im niższa, tym tańszy kredyt; prowizja - opłata za udzielenie kredytu (może wynosić i 0%, i równie dobrze 5-8%); okres spłaty - dłuższy to niższa rata miesięczna, ale łącznie więcej do oddania.

Na co więc w szczegółach zwrócić uwagę zadłużając się kredytem? Po pierwsze to, oczywiście, oprocentowanie. Wyznacza kwotę odsetek, które musimy zwrócić bankowi i jest podstawowym kosztem związanym ze spłatą, ale na tym nie koniec. Wiedząc, ile wynosi oprocentowanie, nie wiemy, ile będzie ostatecznie kosztować nas kredyt. W tym przypadku wskaźnikiem jest wspomniana RRSO. Określa całkowity koszt kredytu, uwzględniając wszystkie „dodatkowe" opłaty związane z zaciągnięciem zobowiązania, czyli poza odsetkami, są to:

- prowizja dla banku za udzielenie finansowania (jednorazowa opłata);
- składki na ubezpieczenie kredytu, jeżeli klient się na nie zdecydował;
- ewentualne inne opłaty związane z zaciągnięciem kredytu.

Czyli, biorąc kredyt gotówkowy, powinniśmy pamiętać, że im mniej wynosi RRSO, tym kredyt jest tańszy i mniej pieniędzy oddamy do banku.

Ten kalkulator policzy Wasze raty

Warto też zajrzeć do internetowego serwisu zanim-podpiszesz.pl. Znajduje się tam specjalny kalkulator. Wpisujemy w nim przyznaną kwotę kredytu i następnie wszystkie elementy składające się na oprocentowanie: prowizję, ubezpieczenie i inne opłaty - kwotowo. Znajdziemy je w załączniku dołączonym do umowy. Gdy uzyskamy informację o pełnym koszcie, może przyjdzie refleksja, że jednak nie warto podpisywać umowy.

Największa grupa, bo aż 45,9 procent ankietowanych zakłada wydatki w podobnej kwocie jak przed rokiem.

Na szczęście, ostrożność finansowa pozostaje dominującą strategią gospodarstw domowych podczas zbliżającej się Wielkanocy.

Największa grupa, bo aż 45,9 proc. ankietowanych zakłada wydatki w podobnej kwocie jak przed rokiem. Z kolei co piąty respondent (20,4 proc.) planuje ograniczyć wydatki. Tylko niewielka grupa badanych (5,8 proc.) zakłada zwiększenie świątecznego budżetu. Natomiast jeden na dziesięciu w tym roku nie organizuje świąt u siebie. Jedynie 3,6 proc. społeczeństwa w ogóle ich nie obchodzi - wynika z najnowszego Barometru Providenta.

Poza osobami, które planują bardziej wystawne i droższe obchody świąt, są również ci, którzy swoje wydatki planują zmniejszyć. Najczęściej wskazywaną przez nich strategią jest ograniczanie marnowania żywności (34 proc.) oraz zmiana podejścia na mniej konsumpcyjne (30,8 proc.). Co czwarty ankietowany zamierza z kolei w tym celu zrobić zakupy wcześniej na promocjach (26 proc.), z kolei 24,4 proc. wskazuje na mniejszą liczbę gości. ©℗

eprasa.pl c7f496ed67

Bydgoszcz

Tłumy pożegnały tenora Opery Nova, który zginął w wypadku drogowym

Łukasz Szalkowski
Joanna Gólczyńska

W atmosferze ciszy, skupienia i ogromnych emocji odbył się wczoraj pogrzeb Janusza Ratajczaka - wybitnego tenora, przez dekady związanego z Operą Nova.

Uroczystość pogrzebowa odbyła się w kościele pod wezwaniem św. Rafała Kalinowskiego w Murowańcu. Po niej kondukt żałobny wyruszył na cmentarz komunalny w Białych Błotach.

Ceremonia pogrzebowa miała niezwykle podniosły charakter. Wśród zgromadzonych nie brakowało przedstawicieli świata kultury, współpracowników oraz widzów, którzy przez lata oklaskiwali artystę na scenie. Wspominano nie tylko jego talent, ale także osobowość - skromność, życzliwość i ogromne zaangażowanie w sztukę.

Tragiczna śmierć

Janusz Ratajczak zginął 23 marca 2026 roku w wypadku na drodze krajowej nr 10 w Przyłubiu pod Bydgoszczą. Doszło tam do zderzenia samochodu ciężarowego z trzema autami osobowymi. Artysta zginął na miejscu. Mimo szybkiej akcji służb, jego życia nie udało się uratować.

Głos, który pozostanie w pamięci

Janusz Ratajczak urodził się w 1962 roku w Szczecinku. Swoją drogę muzyczną rozpoczął od śpiewu w chórze „De Profundis". Jeszcze przed rozpoczęciem studiów zdobył I nagrodę w Ogólnopolskim Konkursie im. Stanisława Moniuszki w Kudowie. Ukończył Akademię Muzyczną im. Feliksa Nowowiejskiego w Bydgoszczy, a już na piątym roku studiów zadebiutował na scenie operowej jako Franek we „Flisie" Moniuszki. Był to początek wieloletniej relacji z bydgoską sceną operową. Od 1 września 1988 roku został jej solistą. Bydgoscy melomani pamiętają go jako Stefana w „Strasznym dworze", Lenskiego w „Eugeniuszu Onieginie" czy Freda w „My Fair Lady".

Na szczególne uznanie zasłużyły jego kreacje dramatyczne. Don José w „Carmen" przyniósł mu Złotą Maskę „Dziennika Wieczornego" za rok 1999.

Wcielał się także w takie role jak Hoffmann w „Opowieściach Hoffmanna", Faust w „Mefistofelesie", Manrico w „Trubadurze" czy Cavaradossi w „Tosce".

Janusz Ratajczak współtworzył duet artystyczny ze swoją żoną Małgorzatą Ratajczak, solistką bydgoskiej Opery Nova.

Tenor występował w wielu teatrach w Polsce, a także za granicą: w Danii, krajach Beneluksu, Austrii, Włoszech, Francji i Niemczech.

Równolegle rozwijał działalność pedagogiczną, którą rozpoczął w 1991 roku. W dziedzinie sztuki muzycznej uzyskał kwalifikacje pierwszego stopnia i stopień doktora.

Wykonywał również partie tenorowe w „Requiem" Mozarta i Verdiego, „Harnasiach" Szymanowskiego czy „Nieszporach" Zeidlera.

©℗

FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

Publiczność zapamięta go jako artystę niezwykle autentycznego - takiego, który przeżywał każdą rolę

Budowa nowego Centrum Leczenia Dzieci nabiera tempa

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

Budowa Centrum Leczenia Dzieci przy szpitalu Jurasza ma zakończyć się 31 października 2027 roku.

FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

Jutro uruchomiony zostanie nowy wjazd i wyjazd na teren szpitala Jurasza od strony Alei Wyszyńskiego, który stanie się głównym dojazdem na czas prowadzenia inwestycji

Nowoczesny obiekt skonsoliduje w jednym miejscu wszystkie kliniki pediatryczne, poradnie specjalistyczne, blok operacyjny oraz pełną bazę diagnostyczną. Budynek będzie miał sześć kondygnacji naziemnych i jedną podziemną. Szpital przy ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9 zaoferuje 128 łóżek. Będą tu mieściły się:

- Klinika Pediatrii, Hematologii, Onkologii, Immunologii i Transplantologii,
- Klinika Pediatrii, Alergologii i Gastroenterologii,
- Klinika Chirurgii Dzieci,
- Oddział Kliniczny Anestezjologii i Intensywnej Terapii dla Dzieci,
- Pediatryczna Izba Przyjęć,
- Ambulatorium pediatryczne Kliniki Medycyny Ratunkowej,
- Pediatryczne poradnie specjalistyczne,
- Zakład Radiologii i Diagnostyki Obrazowe,
- Zakład Endoskopii i Badań Czynnościowych Przewodu Pokarmowego Wieku Rozwojowego.

Przypomnijmy, że podpisanie umowy z wykonawcą na rozpoczęcie budowy nastąpiło w marcu 2025 r., z kolei 4 grudnia 2025 r. szpital Jurasza otrzymał pozwolenie na budowę Centrum Leczenia Dzieci.

Zapytaliśmy rzeczniczkę prasową szpitala imienia Jurasza, jak zmieni się przestrzeń, na której powstanie centrum i co poza nowoczesnym obiektem szpitalnym obejmuje budowa.

Całkowity koszt budowy Centrum Leczenia Dzieci przy szpitalu im. dr. Antoniego Jurasza to 299 628 000,00 zł brutto.

- Istotnym elementem przedsięwzięcia będzie również budowa nowych miejsc parkingowych, które usprawnią organizację ruchu i poprawią dostępność placówki dla odwiedzających - mówi Marta Laska. - Całość uzupełni starannie zaplanowane zagospodarowanie terenu wokół obiektu. Przestrzeń ta zostanie urządzona w sposób przyjazny dzieciom z uwzględnieniem zieleni, elementów małej architektury oraz rozwiązań sprzyjających odpoczynkowi i regeneracji, a jednocześnie funkcjonalny i wygodny dla rodzin oraz opiekunów, którzy na co dzień towarzyszą najmłodszym pacjentom w procesie leczenia.

Aktualnie prowadzone są prace przygotowawcze poprzedzające rozpoczęcie właściwej budowy. W kolejnych trzech miesiącach planowane jest rozpoczęcie robót ziemnych i wykonywanie fundamentów. Zakończenie prac planowane jest 31 października 2027 r.©℗

Gzuby godoły gwarą, ale też po kujawsku

Opr. Adam Szczęśniak
adam.szczesniak@polskapress.pl

Na zabytkowej barce Lemara odbył się 10. już powiatowy konkurs „Czy się odważę mówić w gwarze?". 40 uczestników zmagało się z gwarą bydgoską i kujawską.

FOT. DARIUSZ BLOCH

Młodzież nie tylko świetnie władała gwarą, ale też przygotowała stroje z różnych epok

Konkurs przygotowany przez Katarzynę Jarzembowską z IV LO przy wsparciu Patrycji Kowalczyk z XV LO oraz Towarzystwa Miłośników Miasta Bydgoszczy i Miejskiego Centrum Kultury uzyskał markę Bydgoskiego Grantu Oświatowego.

- Główne zadanie uczestników to pamięciowe opanowanie tekstu w gwarze bydgoskiej lub gwarze swojego regionu. Mogły to być utwory literackie lub publicystyczne pisane prozą lub wierszem, dopuszczane były także teksty autorskie - napisane przez uczestników lub ich opiekunów i w tym roku było ich najwięcej - mówi Katarzyna Jarzembowska.

40 uczestników z Koronowa, Barcina, Wojnowa, Bydgoszczy, a nawet z Brzezia i Morzyc (powiat włocławski i radziejowski) okazało się przebojowymi gzubami (dziećmi), które zamiast na blały (wagary), wolały pójść na zabytkową łajbę i pogłębić wiedzę dotyczącą kultury regionu, a przy okazji pochichrać się (pośmiać się).

Wielu z uczestników nie miało problemów z rozpoznaniem słów szneka, bimba, fyrtel, laczki, bajzel czy bety. Część przyznawała, że dopiero podczas przygotowań do konkursu uświadamiała sobie, że na codzień operuje częścią tych słów, nie zdając sobie sprawy, że pochodzą z gwary bydgoskiej. Uczestnicy z Kujaw z kolei władali gwarą kujawską, niektórzy byli ubrani w stroje ludowe.

W kategorii szkół podstawowych wygrała Maria Zielińska (SP 25) przed Kaliną Kuling (SP Wojnowo) i Miłoszem Boleskim (SP Morzyce) oraz Lilianą Baranowską (SP 26) i Filipem Lewandowskim (SP Brzezie), a wyróżnienie otrzymali: Zofia Lewicka (SP Barcin), Zuzanna Żyła (SP 31) i Filip Kaczmarek (SP Brzezie).

Wśród uczniów szkół ponadpodstawowych najlepsi okazali się: Wiktor Brabec (ZS Budowlanych) i Nikola Szulka (IX LO) przed Martą Śledź (IV LO) i Ewą Pilarczyk (XV LO), a wyróżnienie otrzymali: Amelia Kończal (IV LO), Liwia Wika (XV LO) i Nadia Aładowicz (ZS Budowlanych).

Nagroda specjalna trafiła w ręce Jakuba Nowaka (Zespół Szkół Zawodowych w Koronowie).©℗

eprasa.pl c7f496ed67

Nie żyje ks. prałat Teodor Paradowski. Wieloletni proboszcz miał 79 lat

Łukasz Szalkowski
lukasz.szalkowski@polskapress.pl

Zmarł ks. prałat Teodor Paradowski - emerytowany kapłan Diecezji Bydgoskiej oraz wieloletni proboszcz parafii Świętych Apostołów Piotra i Pawła w Bydgoszczy. Duchowny odszedł po długiej i ciężkiej chorobie.

Ks. Teodor Paradowski urodził się 18 lutego 1947 roku w Hucie Padniewskiej. Po ukończeniu liceum w Trzemesznie wstąpił do Prymasowskiego Wyższego Seminarium Duchownego w Gnieźnie. Święcenia kapłańskie przyjął w 1973 roku z rąk Stefana Wyszyńskiego.

W pierwszych latach posługi pracował jako wikariusz w parafiach w Nakle nad Notecią, Kcyni i Janikowie. Później był proboszczem w Linówcu i Górze, a od 2002 roku przez blisko dwie dekady kierował parafią Świętych Apostołów Piotra i Pawła w Bydgoszczy.

Duchowny aktywnie uczestniczył w życiu diecezji. Był dziekanem Dekanatu Bydgoszcz II, członkiem Rady Kapłańskiej oraz Kolegium Konsultorów. W 2006 roku został kanonikiem Kapituły Katedralnej Diecezji Bydgoskiej, a pięć lat później jej prepozytem. Pełnił także funkcję asystenta Akcji Katolickiej.

Ks. prałat Teodor Paradowski przez lata swojej posługi dał się poznać jako zaangażowany duszpasterz i organizator życia parafialnego, który współtworzył wspólnotę wiernych w Bydgoszczy i regionie.

Kiedy odbędzie się ostatnie pożegnanie kapłana?

Msza święta pogrzebowa zostanie odprawiona we wtorek, 7 kwietnia o godz. 12 w parafii św. Michała Archanioła w Niestronnie, na terenie Archidiecezji Gnieźnieńskiej. ©℗

FOT. FACEBOOK / DIECEZJA BYDGOSKA

Zmarł ks. prałat Teodor Paradowski - emerytowany kapłan Diecezji Bydgoskiej

Dom Niebieskich TuliPanów szuka partnerów i patronów

Jarosław Reszka
jaroslaw.reszka@polskapress.pl

W czwartek, 2 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Tego dnia od południa na bydgoskim Starym Rynku przechodnie spotkają aktywistów Fundacji Dom Niebieskich TuliPanów, rozdających, a jakże, niebieskie tulipany.

FOT. AUTOR

Część fundatorów i podopiecznych Fundacji Dom Niebieskich TuliPanów podczas ubiegłorocznego spaceru po Bydgoszczy

Kolor niebieski symbolizuje autyzm, zaś kwiecień to Niebieski Miesiąc - w tej samej intencji. Intencja Fundacji Dom Niebieskich TuliPanów to z kolei nie tylko ogólne zwrócenie uwagi na problemy osób w spektrum autyzmu, ale i uzyskanie pomocy w realizacji najważniejszego celu dla tej fundacji - budowy centrum dla osób z autyzmem, które udzielałoby pomocy i chorym, i ich opiekunom.

Gmach wymaga gruntownego remontu

Ten dom w pewnym stopniu już mają. Od półtora roku fundacja dysponuje starym, w części pamiętającym XIX wiek budynkiem w Fordonie, przy ul. Tatrzańskiej 21, w którym do niedawna mieściła się Szkoła Podstawowa nr 9. Użyczony przez władze miasta gmach wymaga jednak gruntownego remontu, który może pochłonąć około 10 mln zł.

W poszukiwaniach tej kwoty fundacja odnotowała niedawno ogromny postęp. Po długich staraniach znalazła się wśród zwycięzców konkursu na dofinansowanie z Funduszy Europejskich dla Kujaw i Pomorza 2021-2027. Stosowna umowa została podpisana 26 marca, a dofinansowanie wyniesie 7 261 800 zł. Sukces wszakże będzie można odgłosić dopiero wtedy, gdy fundacja zdobędzie brakujące 25 proc. kwoty zapisanej w kosztorysie przekształcenia zrujnowanej szkoły w nowoczesne centrum, w którym znajdą się sale terapeutyczne i mieszkania wytchnieniowe.

Czasu na realizację tego projektu jest niewiele - powinien zostać zakończony do sierpnia 2028 roku.

Czasu na realizację tego projektu jest niewiele - powinien zostać zakończony do sierpnia 2028 roku. Tymczasem na koncie fundacji jest obecnie tylko 200 000 zł. Dlatego fundatorzy - rodzice dorastających dzieci w spektrum autyzmu - nie zasypiają gruszek w popiele.

Najważniejsza obecnie ich akcja rozwijana jest pod hasłem 100 Firm dla TuliPanów. W jej ramach trwają poszukiwania patronów społecznych budowy centrum, gotowych przekazać na ten cel 10 000 zł, a także, czy raczej przede wszystkim: patronów sal w przyszłym Domu Niebieskich TuliPanów (sal jest 10, zaś patronat wyceniono na 100 000 zł).

Pierwszy patron jest. Kto następny?

Na razie fundacji udało się znaleźć jednego patrona społecznego - jest nim firma MKV z Osielska, produkująca armaturę przemysłową. Pomoc w poszukiwaniu kolejnych darczyńców obiecał m.in. pełnomocnik prezydenta Bydgoszczy ds. osób z niepełnosprawnościami.

Fundacja liczy też na milion złotych dofinansowania z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, a także na mniejsze wsparcie od prywatnych osób w internetowym serwisie zrzutka.pl. Na ten adres (konkretnie: https://zrzutka.pl/4dahgy) można m.in wpłacać 10-złotowe „cegiełki" w ramach świątecznej akcji Zajączek Dobroci dla TuliPanów.©℗

Bydgoskie Warsztaty Maturalne - pierwsza edycja startuje już dzisiaj

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

To będą dwa dni pełne wiedzy, wsparcia i powtórek przed maturę. We wtorek, 31 marca, i w środę, 1 kwietnia, w Bibliotece Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego odbędzie się pierwsza edycja Bydgoskich Warsztatów Maturalnych.

Skierowane są one do tegorocznych bydgoskich maturzystów, którzy powoli już odliczają dni do egzaminu dojrzałości (matura rozpocznie się 4 maja - przyp. red.). Organizatorem wydarzenia jest Młodzieżowa Rada Miasta Bydgoszczy. Warto dodać, że inicjatywa powstała we współpracy z Uniwersytetem Kazimierza Wielkiego, Zespołem Szkół Spożywczych, III LO im. Adama Mickiewicza oraz VI LO im. Jana i Jędrzeja Śniadeckich.

- Warsztaty są bezpłatne, ale obowiązywały na nie zapisy w szkołach. To ich pierwsza edycja - mówi Julia Wolentarska, przewodnicząca Młodzieżowej Rady Miasta Bydgoszczy i pomysłodawczyni warsztatów.

Jak zrodził się pomysł organizacji Bydgoskich Warsztatów Maturalnych?

- Temat jest mi bliski, bo sama w maju br. zdaję maturę - mówi Julia Wolentarska. - Uznałam, że nam maturzystom potrzebne jest stworzenie przestrzeni do efektywnych powtórek najważniejszych treści. Wszyscy mamy wspólny cel - zdać dobrze maturę. Potrzebujemy też wsparcia, by pokonać stres.

W ramach Bydgoskich Warsztatów Maturalnych uczniowie ostatnich klas liceów i techników będą mogli skorzystać z cyklu wykładów prowadzonych przez doświadczonych nauczycieli i specjalistów. Spotkania odbywać się będą przez dwa dni 31 marca i 1 kwietnia w godz. 9-14 w Bibliotece UKW.

Pierwszy dzień poświęcony zostanie zdrowiu psychicznemu maturzystów - ich samopoczuciu, radzeniu sobie ze stresem egzaminacyjnym oraz planowaniu przyszłości po ukończeniu szkoły średniej. Chodzi o wsparcie młodzieży w oswojeniu się z nadchodzącymi wyzwaniami, lepszym zrozumieniu własnych emocji oraz redukcji napięcia. W programie zaplanowano trzy wykłady prowadzone przez pracowników Wydziału Psychologii UKW. Czwarty panel dotyczyć będzie najważniejszych zagadnień związanych z maturą ustną z języka polskiego i zostanie poprowadzony przez Aleksandrę Tatulińską-Sikorską (posiada profil na Facebooku: O co tu biega? O korepetycje z języka polskiego - Aleksandra Tatulińska).

FOT. M. BUCHALSKA-FRYSZ/ZDJ. ILUSTRACYJNE

Bydgoskie Warsztaty Maturalne odbędą się 31 marca oraz 1 kwietnia w godz. 9-14 w Bibliotece UKW

Nazajutrz 1 kwietnia odbędą się trzy panele tematyczne poświęcone egzaminom pisemnym: z języka polskiego, matematyki oraz języka angielskiego. Omawiane zagadnienia zostały wybrane przez nauczycieli bydgoskich szkół jako kluczowe w końcowym etapie przygotowań do matury. Wykłady poprowadzą doświadczeni pedagodzy: Jacek Nowakowski (Zespół Szkół Spożywczych), Anna Otrembska (III LO) oraz Łukasz Kiersznicki (VI LO).

Warsztaty to doskonała okazja, aby w uporządkowany i spokojny sposób przygotować się do egzaminów maturalnych.

- Bydgoskie Warsztaty Maturalne to doskonała okazja, aby w uporządkowany i spokojny sposób przygotować się do jednego z najważniejszych egzaminów w życiu - mówi Igor Migdalski, pełnomocnik Prezydenta Miasta Bydgoszczy ds. Młodzieży. - Zachęcam maturzystów do udziału - to nie tylko solidna dawka wiedzy, ale także realne wsparcie w radzeniu sobie ze stresem. Wierzę, że to wydarzenie pomoże Wam podejść do matury z większą pewnością siebie i spokojem.
©℗

eprasa.pl c7f496ed67

Historia bydgoskiego złota z pianką

Adam Szczęśniak
adam.szczesniak@polskapress.pl

Joanna Gajownik napisała książkę „Bydgoszcz piwem płynąca. Browarnictwo w dziejach miasta nad Brdą". W sobotę w Boskiej Wenecji spotkała się z czytelnikami i opowiadała o swojej pracy oraz fascynującej historii złotego napoju z pianką.

- Jest to pierwsza pełna monografia tej dziedziny rzemiosła i zarazem późniejszego przemysłu, począwszy od czasów lokacji miasta, na współczesności kończąc. Moim celem było przybliżenie czytelnikom nie tylko historycznych ciekawostek, ale przede wszystkim zwrócenie uwagi na istotny wpływ działalności bydgoskich browarów na rozwój gospodarczy miasta, zwyczaje lokalnej ludności oraz działalność pozabrowarniczą ludzi związanych z tą branżą wytwórczości. Książka zawiera również obszerny rozdział o historii piwa na świecie i jego pojawieniu się w Europie - mówi Joanna Gajownik.

- „Bydgoszcz piwem płynąca..." jest zwieńczeniem kilkunastu lat mojej pracy badawczej, poszukiwań źródeł i materiałów mogących tę fascynującą historię dopełnić. Książka jest bogato ilustrowana mapami i schematami stworzonymi specjalnie do celów tej publikacji oraz licznymi ilustracjami i fotografiami gromadzonymi również przez wiele lat. Jest to mój debiut „literacki", tym bardziej z ogromną ciekawością czekam na przyjęcie książki przez czytelników" - dodaje.

FOT. AARKADIUSZ WOJTASIEWICZ

- Nie ma szans na powrót piw przemysłowych w Bydgoszczy. Taka jest polityka koncernów - uważa Joanna Gajownik

Temat ciekawy, więc w Boskiej Wenecji zgromadził spore grono słuchaczy. Na koniec można było zdobyć autograf autorki i oczywiście nabyć książkę.

Początki bydgoskiego piwa sięgają średniowiecza. Od lokacji miasta w 1346 r. piwo z Bydgoszczy (szczególnie pszeniczne) szybko stało się produktem znanym w królestwie i nie tylko - trafiało do Gdańska, miast państwa krzyżackiego, było kupowane jak piwo na specjalne okazje.

Jak wyjaśniała autorka w rozmowie z Bydgoszcz Informuje: „piwo było jedynym wówczas napojem w naszym rejonie geograficznym, który można było spożywać bezpiecznie i który był cenowo dostępny. Produkowano je inaczej niż dzisiaj, fermentacja była krótsza, a trunek miał mniej alkoholu, nie więcej niż 2-2,5 procent. Piwo spożywało się od rana do wieczora, do każdego posiłku i między nimi. Ze względu na zawartość cukrów prostych, piwo również syciło. To sprawiło, że trafiało nawet do najniższych klas społecznych będąc niekiedy zamiennikiem posiłków".

Złote lata bydgoskiego browarnictwa minęły wraz z XVII wiekiem. Bydgoszcz podupadała ze względu na zawieruchy wojenne, część bogatszych mieszczan, w tym posiadaczy browarów, zaczęło emigrować, pojawiły się browary folwarczne, stanowiące konkurencję dla browarów miejskich.

Pierwszy przemysłowy browar w Bydgoszczy powstał w ostatnich latach XVIII w., a już w połowie XIX w. na zasadach przemysłowych działał ten w Myślęcinku, podobnie jak na Czyżkówku. W szczytowym okresie w Bydgoszczy piwo warzyło nawet 7-8 browarów. Początkowo piwa dzieliło się na jasne i ciemne, pszeniczne i jęczmienne. W okresie zaborów importowano piwa niemieckie - lagery. W międzywojniu zagościły u nas piwa czeskie - pilsnery.

Bydgoskie browary do czasów świetności już nie wróciły, choć do dziś wspomina się „Kujawiaka" z Browarów Bydgoskich, które zdobywały również nagrody za piwa niepasteryzowane.

„Nie ma szans na powrót piw przemysłowych w Bydgoszczy. Taka jest polityka koncernów - kupują lokalne browary i albo je zamykają albo modernizują pod masową produkcję. Przyszłość jest w rzemieślniczych. Przy obecnych cenach surowców, kosztach produkcji, inflacji, produkcja z naturalnych składników staje się coraz droższa. Piwo może stać się produktem luksusowym" - podsumowała Joanna Gajownik w rozmowie z BI.
©℗

KRÓTKO

KULTURA

Z cyklu Zauroczeni pięknem: „Oto czynię wszystko nowe". Motyw Ukrzyżowania w sztuce europejskiej - wykład.

Dziś, 31 marca 2026 (wtorek) o godz. 18:00, Kujawsko Pomorskie Centrum Kultury w Bydgoszczy zaprasza na spotkanie z cyklu Zauroczeni pięknem: „Oto czynię wszystko nowe". Motyw Ukrzyżowania w sztuce europejskiej. Wykład wygłosi dr Mateusz Soliński. Chociaż zmartwychwstanie odwraca tragiczny bieg zdarzeń Wielkiego Piątku, droga jaką obrał syn samego Boga, pozostaje dla współczesnych często trudna do zrozumienia, i jeszcze trudniejsza do naśladowania. W ramach wykładu zostaną ukazane metamorfozy jakim podlegał wizerunek Ukrzyżowanego na przestrzeni wieków. Zostanie podjęta próba przybliżenia symboliki związanej z Krzyżem i różnych inspiracji - natury teologicznej i mistycznej - które kształtowały wizualny obraz konającego Zbawiciela. Wstęp wolny. **UMB/KPCK**

Co z budową fabryki amunicji pod Bydgoszczą? PGZ zapewnia: zgodnie z planem

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Choć temat budowy trzech fabryk amunicji, w tym jednej, która miałaby powstać w miejscowości Emilianowo, był nagłośniony już w połowie ubiegłego roku, o konkretach cicho.

Temat powstania w Kujawsko-Pomorskiem fabryki produkującej amunicję powrócił przy okazji niedawnej konferencji prasowej PSL-u w Bydgoszczy.

- Nie możemy zdradzać tajemnic, ale logika jest taka, że jeśli już ma się jakąś bazę, to się z tej bazy korzysta. Jest mowa, by produkować amunicję do Krabów. I to się będzie wiązało z budową nowej infrastruktury. Dzisiaj PGZ jest w pierwszej 50 światowych firm zbrojeniowych. Plan jest taki, by była w pierwszej 30. To też pokazuje skalę - mówił Jakub Stefaniak, sekretarz stanu z PSL.

To odpowiedź na pytanie, jakie padło z sali. Zapowiedzi budowy nowej fabryki amunicji padły między innymi z ust Michała Sztybla, wojewody kujawsko-pomorskiego. I to już w lipcu 2025 roku.

- Wśród rozważanych lokalizacji znajduje się rejon Emilianowa pod Bydgoszczą. Trwa analiza techniczna i formalna. To inwestycja niezależna od tego co realizuje Nitro-Chem S.A. - zapowiadał wojewoda.

FOT. ARCH.PPG

O Emilianowie od ponad pół roku mówi się w kontekście budowy nowej fabryki amunicji

Mowa o inwestycji niezależnej, ale - zgodnie z tym, co niedawno w Bydgoszczy powiedział Jakub Stefaniak - powiązanej z działalnością spółki produkującej trotyl. Według planów rozbudowy polskiego przemysłu zbrojeniowego, sformułowanych jeszcze w ubiegłym roku, miały zacząć działać aż trzy odrębne podmioty, specjalizujące się w konkretnych rodzajach amunicji.

Fabryka w Emilianowie miała być nastawiona na produkowanie nowej generacji pocisków dla haubic samobieżnych, m.in. Krab i Krab-2 o kalibrze 155-mm. Bezpośrednio inwestorem miała być tu firma Dezamet z Podkarpacia, która w ramach Funduszu Inwestycji Kapitałowych otrzymała na rozwój produkcji amunicji 1,3 mld zł.

„Wykorzystać infrastrukturę"

Budowa nowego zakładu miała się zakończyć w 2028 roku. A kiedy się rozpocznie? I czy plany są aktualne?

- W spółkach domeny amunicyjnej Grupy Kapitałowej PGZ prowadzone są inwestycje wynikające z zaprezentowanego w lipcu 2025 roku modelu organizacji trzech fabryk amunicji. Obejmują one zarówno rozwój istniejących zakładów, jak i uruchamianie nowych linii technologicznych - słyszymy w Biurze Komunikacji i Relacji Zewnętrznych Polskiej Grupy Zbrojeniowej S.A.

Ponadto, w odpowiedzi PGZ zaznaczono, że „realizacja tych przedsięwzięć przebiega zgodnie z przygotowanymi biznesplanami". - W prowadzonych działaniach w pierwszej kolejności kierujemy się zasadą maksymalnego wykorzystania posiadanej infrastruktury. Jednocześnie, biorąc pod uwagę rosnące potrzeby produkcji obronnej w całej Grupie Kapitałowej PGZ, nie można wykluczyć podejmowania kolejnych inwestycji, także poza dotychczasowymi lokalizacjami. Ze względów bezpieczeństwa oraz z uwagi na tajemnicę przedsiębiorstwa nie możemy jednak udzielać bardziej szczegółowych informacji - to wyjaśnienia ze strony spółki.

W Emilianowie miał również powstać specjalny hub przeładunkowy, a jego utworzeniem miała zająć się Spółka Terminal Intermodalny Bydgoszcz-Emilianowo sp. z o.o. z siedzibą w Bydgoszczy. Spółka, warto dodać, obecnie w fazie likwidacji.

Decyzja środowiskowa

Co ciekawe, prawa z decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach z 2023 roku, którymi dysponował ten podmiot, a które były niezbędne do rozpoczęcia inwestycji, odkupił niedawno Bydgoski Park Przemysłowo-Technologiczny Sp. z o.o. Zapłacił za to 36 tys. zł.

- Nabycie praw z decyzji środowiskowej nie jest równoznaczne z prawem do rozpoczęcia inwestycji. Na chwilę obecną prowadzone są rozmowy dotyczące działań w zakresie dalszego wykorzystania nabytego prawa z przedmiotowej decyzji. BPPT Sp. z o.o. nie będzie strategicznym inwestorem przedsięwzięcia pn. „Budowa kolejowo-drogowego terminala intermodalnego w Emilianowie wraz z zakupem wyposażenia", a rozmowy na temat powierzenia tego zadania odpowiednim podmiotom, trwają - wyjaśnia Agnieszka Kreńska, kierownik ds. marketingu i PR w BPPT.

W Emilianowie miał również powstać specjalny hub przeładunkowy, a jego utworzeniem miała zająć się Spółka Terminal Intermodalny.

Czy te dwie inwestycje są w jakiś sposób od siebie zależne? Czy mogą powstać w pobliżu? O to zapytaliśmy posłankę Agnieszkę Kłopotek, która występowała z interpelacjami w sprawie uratowania budowy portu intermodalnego.

To już koniec marzeń o porcie?

- Nie znam szczegółów dotyczących budowy fabryki amunicji, ale sądzę, że zrealizowanie obu inwestycji w sąsiedztwie nie stanowiłoby problemu. Uważam również, że sam fakt, iż spółka odpowiedzialna za budowę portu jest obecnie w stanie likwidacji, nie przesądza o tym, iż to przedsięwzięcie upadło - mówi parlamentarzystka. - Teren jest dobrze skomunikowany, w pobliżu przebiega magistrala kolejowa.

Na rozpoczęcie inwestycji czeka również wójt Nowej Wsi Wielkiej, Zbigniew Wiśniewski: - Nie ukrywam, że oczywiście, jesteśmy bardzo zainteresowani inwestycjami, które mają być zrealizowane w Emilianowie. Liczymy, że już wkrótce poznamy konkrety.©℗

eprasa.pl c7f496ed67

Kto w naszym regionie straci pracę przez AI?

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Najnowszy raport Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu wskazuje, że sztuczna inteligencja i postęp technologiczny sprawią, że niektóre zawody znikną z rynku pracy. Także u nas.

Sztuczna inteligencja i cyfryzacja już rewolucjonizują nasz rynek pracy. I - owszem - stwarzają pole do rozwoju nowych profesji. Ale w większej jednak mierze wypychają z obiegu całe profesje.

Zagrożeni są pracownicy biurowi

- Według przedstawicieli władz lokalnych, placówek edukacyjnych, agencji zatrudnienia i powiatowych urzędów pracy, zagrożeni są pracownicy biurowi, urzędnicy, pracownicy administracyjni oraz osoby zajmujące się wprowadzaniem danych, statystykami i analizowaniem danych. Przedstawiciele władz i PUP-ów zauważyli również zanik specyficznych ról, takich jak gońcy w urzędzie czy telefonistki. Ponadto, na znaczeniu tracą profesje wymagające prostych interakcji z klientem: wskazano na call center i telemarketing. Przedstawiciele urzędów pracy dodatkowo wymienili doradców klienta w bankowości oraz pracowników Poczty Polskiej - wskazują autorzy najnowszego raportu WUP w Toruniu.

Co to za badanie i jak powstało? Kompleksowe: „Zapotrzebowanie na kwalifikacje i umiejętności poszukiwane przez pracodawców z Województwa Kujawsko-Pomorskiego. Perspektywa do 2030 roku. Zlecił je Wojewódzki urząd Pracy w Toruniu. Badanie przeprowadzone zostało przy użyciu trzech metod. Po pierwsze, analizy danych statystycznych, raportów i dokumentów strategicznych. Po drugie - 150 pogłębionych wywiadów z osobami związanymi z rynkiem pracy. Trzecim elementem było zasięgnięcie opinii 100 ekspertów.

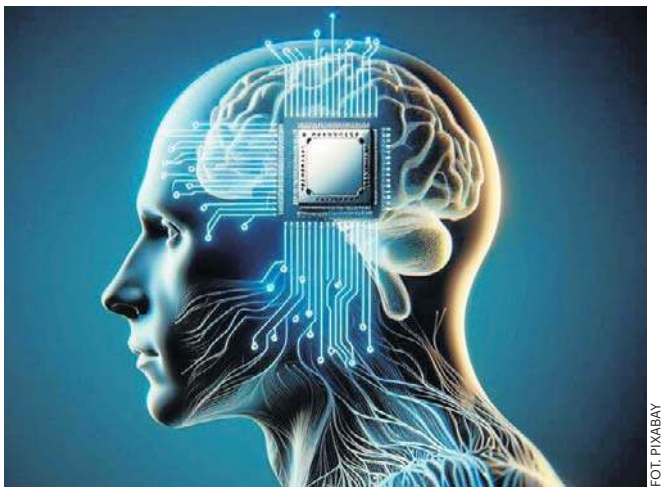
Z tego kompleksowego badania wyłonił się obraz rynku pracy w Toruniu i regionie w dobie cyfrowej rewolucji i postępującego starzenia się społeczeństwa. Mowa w nim o zawodach z przyszłością, branżach z największym zapotrzebowaniem na pracowników, ale i zanikających głównie za sprawą AI zawodach. Ostatni wątek jest smutny, ale zmiany już się dzieją i tylko będą przyspieszać.

Żegnajcie, klasyczni informatycy...

Które zatem profesje już tracą na znaczeniu i do 2030 roku będą tylko zanikać? Którzy pracownicy są zagrożeni utratą posady? Oprócz wspomnianych na wstępie pracowników biurowych i administracyjnych, osób z call centrów czy Poczty Polskiej, obawy muszą mieć i inni.

- W kontekście technologii, główną grupą zawodów zagrożonych, według niemal wszystkich grup respondentów, są te związane z sektorem IT i pracami umysłowymi podatnymi na algorytmizację. Przedstawiciele organizacji pracodawców wymieniali klasycznych informatyków i programistów zajmujących się pisaniem kodów, ponieważ tę pracę wykonuje już sztuczna inteligencja - czytamy w raporcie.

Z kolei przedstawiciele klastrów, placówek edukacyjnych oraz agencji zatrudnienia precyzowali, że zagrożenie dotyczy głównie tzw. junior developerów oraz testerów oprogramowania, wskazując na eliminację kadry nisko i średnio wykwalifikowanej w IT. Sugerowali wręcz, że w ciągu kilku lat nastąpi całkowite odejście od informatyków, a spadek dotyczyć może nawet całej, szeroko rozumianej, branży informatycznej, poza garstką super specjalistów!



FOT. PIXABAY

Sztuczna inteligencja i postęp technologiczny sprawiają, że niektóre zawody już znikną z rynku pracy, także w Kujawsko-Pomorskiem

Dziennikarze i tłumacze - powodów do optymizmu nie mają

Autorzy raportu podkreślają też, że postęp technologiczny dotyka również zawodów twórczych i intelektualnych.

- Przedstawiciele klastrów, placówek edukacyjnych i agencji zatrudnienia wskazywali, że na znaczeniu tracą dziennikarze i reporterzy (zwłaszcza piszący małe artykuły), a także copywriterzy, ilustratorzy książek, tłumacze i graficy komputerowi, ponieważ tworzenie treści może być wykreowane przez AI - wskazują jasno autorzy badania WUP.

- W branży prawniczej, sztuczna inteligencja może wyprzeć wykonywanie podstawowych pism, choć nie skomplikowanych spraw. Z kolei według przedstawicieli władz lokalnych, automatyzacja postępowania sądowego może w dłuższej perspektywie ograniczyć potrzebę zatrudniania pełnomocników prawnych - czytamy w raporcie.

Jak się okazuje, księgowi również są zagrożeni, ponieważ „roboty" są w stanie samodzielnie księgować procedury, pozostawiając jedynie potrzebę zatrudnienia analityka.

Praca fizyczna i rzemiosło: tutaj rewolucja trwa

W sektorze pracy fizycznej i produkcyjnej, w większości grup respondentów zgodnie wymieniano wśród zagrożonych pracowników na liniach produkcyjnych, operatorów i pakowaczy wykonujących proste czynności. Dlaczego? Bo po prostu już są oni zastępowani przez roboty i rozwiązania technologiczne Przemysłu 4.0.

- Ponadto, według respondentów zagrożeni są kasjerzy i sprzedawcy, a główną przyczyną jest rozwój kas samoobsługowych, samoobsługowych punktów sprzedaży oraz wzrost sprzedaży internetowej - podkreślają autorzy raportu.©℗

Kolejne sieci odchodzą od sprzedaży jaj klatkowych

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

„Stop" klatkom powiedziało ponad 20 znanych sieci sklepów w Polsce oraz dziesiątki firm z różnych gałęzi sektora spożywczego.

O wycofaniu jaj klatkowych ze sprzedaży właśnie poinformowały Polomarket, Aldi i Selgros. Tego rodzaju jaj nie znajdziemy już też w sklepach sieci: Biedronka, Lidl, Żabka, Kaufland, Makro, Netto, Frac i Frisco.

Zrezygnowało ponad 20 sieci handlowych i dziesiątki firm z sektora spożywczego.

„Stop" klatkom powiedziało ponad 20 znanych sieci sklepów, w tym Carrefour, Stokrotka, Chata Polska, E.Leclerc, Topaz i Spar, które operują w modelu franczyzowym i wycofały jaja klatkowe z marek i sklepów własnych oraz centralnej dystrybucji. Prace nad pożegnaniem jaj „trójek" trwają obecnie także w sieciach Dino, Eurocash, Auchan i Intermarché.

Rewolucja dotyczy nie tylko jaj w skorupkach, ale też składów popularnych produktów. Z jaj klatkowych w produktach marek własnych zrezygnowały już m.in. Biedronka, Lidl, Netto, Aldi, Auchan, Kaufland i Żabka.

Do nowej rzeczywistości dostosowali się również giganci rynku spożywczego. Majonezy najpopularniejszych marek, w tym Winiary i Kielecki, powstają już wyłącznie na bazie jaj bezklatkowych. Podobne zmiany wprowadzili producenci słodyczy (m.in. Wedel, Wawel), mrożonek (m.in. Frosta, Iglotex) oraz dań gotowych (w tym U Jędrusia, JAWO).

Coraz mniej kur w klatkach

Decyzje sklepów i producentów mają realne przełożenie na życie zwierząt. Według Głównego Inspektoratu Weterynarii, od początku 2025 roku liczba stanowisk dla kur w systemie klatkowym zmniejszyła się o blisko 4 miliony.

Jeszcze w styczniu 2014 roku mniej niż 13 proc. kur niosek w Polsce żyło w systemach alternatywnych (ściółkowym, wolnowybiegowym czy ekologicznym).

Od tego czasu odsetek ten potroił się i teraz wynosi prawie 39 proc. Polska pozostaje potęgą w produkcji jaj - zajmuje piąte miejsce w Unii Europejskiej i jest drugim największym eksporterem jaj w UE. W 2024 roku wyprodukowano u nas ponad 12 miliardów jaj konsumpcyjnych.

Polacy nie chcą jaj z chowu klatkowego

Zmiany na rynku idą w parze z postawami społecznymi. Z badań Centrum Badawczo-Rozwojowego Biostat z lutego 2026 roku wynika, że dla 7 na 10 Polaków warunki chowu kur są istotnym czynnikiem przy zakupie jaj.

Ponad 77 proc. badanych uważa, że chów klatkowy nie zapewnia zwierzętom odpowiednich warunków, a w grupie osób powyżej 60. roku życia odsetek ten rośnie do niemal 85 proc.

- W ciągu ostatniej dekady na rynku wydarzyła się rewolucja na rzecz dobrostanu zwierząt. Duże grono największych graczy rynkowych odwróciło się od jaj klatkowych w odpowiedzi na wzrost świadomości i oczekiwań społecznych. W rezultacie jaja oferowane konsumentom w Polsce to już teraz w dużej mierze jaja z chowu bezklatkowego - mówi Paweł Rawicki, prezes stowarzyszenia Otwarte Klatki. - Fakt, że dużo kur wciąż utrzymywanych jest w klatkach, prawdopodobnie mocno wiąże się z tym, że 40 proc. produkcji jaj przeznaczone jest na eksport. Statystyki sugerują, że to m.in. tam kryje się bardzo duży odsetek jaj klatkowych. ©℗

REKLAMA 0011460172

eprasa.pl c7f496ed67

POLSKA *i* ŚWIAT

WOŚP

Ostateczny wynik 34. Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy to ponad 263 mln 477 tys. zł – poinformował w poniedziałek prezes WOŚP Jerzy Owsiak. Rok wcześniej ostateczny wynik zbiórki wyniósł 289 mln zł. Przeprowadzony 25 stycznia 34. Finał WOŚP poświęcony był gastroenterologii dziecięcej. W akcję zaangażowało się na całym świecie w sumie 1681 sztabów i 120 tys. wolontariuszy.

Nikt tak dobrze nie rozumie, jakim złem jest wojna i jakim dobrem jest pokój, jak żołnierz

Donald Tusk premier

KRÓTKO

WARSZAWA

Czarnek ogłosił nowy pomysł PiS

– PiS składa projekt ustawy o obniżeniu podatku VAT na żywność z 5 procent do 0 proc. i będzie wnioskować o zwołanie nadzwyczajnego posiedzenia Sejmu we wtorek – poinformował wiceprezes PiS Przemysław Czarnek.

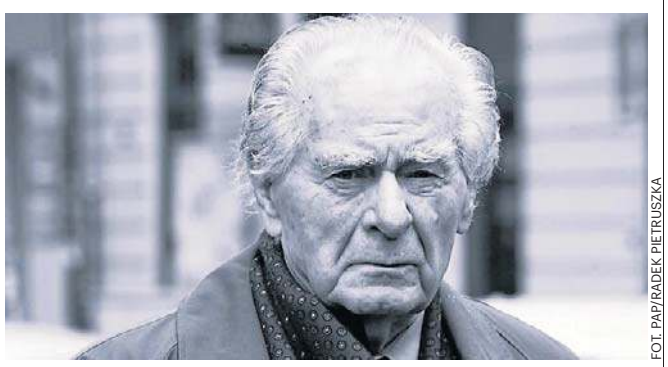
Zdaniem Czarnka ze względu na wysokie ceny paliwa oraz prądu w sklepach panuje drożyzna. Poseł PiS zapowiedział więc w poniedziałek złożenie projektu ustawy o obniżeniu podatku VAT na żywność. Aby ustawa mogła wejść możliwie szybko w życie, zapowiedział też złożenie wniosku o zwołanie w tej sprawie nadzwyczajnego posiedzenie Sejmu na dziś.

– Proponujemy projekt ustawy, który składamy właśnie teraz, o obniżeniu podatku VAT na żywność z 5 proc. do 0 proc. do końca 2026 roku. To, według wyliczeń opartych na założeniach budżetowych naszych przeciwników politycznych, powinno zostawić w kieszeniach Polaków ponad 3 miliardy złotych – powiedział Czarnek.

PAP

WARSZAWA

Nie żyje Wiesław Myśliwski



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

W wieku 94 lat zmarł Wiesław Myśliwski – wybitny polski pisarz, laureat Nagrody Nike za „Widnokrąg" i „Traktat o łuskaniu fasoli". Uważany jest za twórcę tzw. literatury chłopskiej, podejmującej problematykę tożsamości wsi i jej mieszkańców w czasach historycznych przemian.

WIARA

Noc Konfesjonałów w kościołach

Ponad 50 kościołów w całej Polsce zgłosiło się do akcji Noc Konfesjonałów organizowanej przed Wielkanocą. Wydarzenie ma umożliwić spowiedź zabieganym wiernym, którzy nie mogą przystąpić do sakramentu pokuty w ciągu dnia. Najwięcej kościołów dołączy do akcji w Wielki Czwartek i w Wielki Piątek. – Spotykałem wielu ludzi, którzy w nawale pracy i przedświątecznych przygotowań stawali na progu świąt ze świadomością, że zdążyli posprzątać dom i upiec ciasta, ale nie zrobili tego, co najistotniejsze w duchowym przeżyciu Wielkanocy, czyli nie wyspowiadali się. Tak narodził się pomysł otwarcia kościołów i konfesjonałów w nocy – powiedział koordynator akcji ks. Grzegorz Adamski.

Spór polityczny i polaryzacja to największe zagrożenie dla kraju

Adam Kielar
Warszawa

Spór polityczny i polaryzacja to najczęściej wskazywane zagrożenie dla stabilności Polski w najbliższych pięciu latach; wskazało je 46 proc. pytanych – wynika z badania CBOS dla PAP.

FOT. MARZENA BUGAŁA-ASTASZOW

Jak wynika z sondażu, Polacy martwią się również o napiętą sytuację międzynarodową czy jakość usług publicznych

CBOS zapytał ankietowanych, które z wybranych problemów uważają obecnie za największe zagrożenie dla stabilności Polski w najbliższych pięciu latach, przy czym badani mogli wybrać maksymalnie dwie kwestie.

46 proc. pytanych wskazało spór polityczny i polaryzację społeczeństwa jako jedno z dwóch największych zagrożeń dla stabilności państwa. Na drugim miejscu znalazła się sytuacja międzynarodowa i bezpieczeństwo (42 proc.), a na trzecim jakość usług publicznych, takich jak ochrona zdrowia i edukacja (31 proc.). Po 24 proc. badanych wskazało stan finansów publicznych i kryzys demograficzny jako zagrożenia dla stabilności kraju.

Inne problemy niż wymienione wskazało 4 proc. ankietowanych; odpowiedź „trudno powiedzieć" wybrało 3 proc.

Prof. Rafał Chwedoruk, politolog z Uniwersytetu Warszawskiego, pytany przez PAP o wysoki odsetek przekonania dotyczącego polaryzacji, podkreślił, że wyniki sondażu należy wziąć pod uwagę w kontekście zeszłorocznej kampanii prezydenckiej. Zaznaczył, że kampania wyborcza „manipuluje wszelkie szare strefy". Z tego powodu – jak dodał – mniejsze ugrupowania, a zarazem ich elektoraty, nawet jeśli nie chcą, muszą opowiedzieć się po jednej ze stron.

– Na dodatek skutkiem zwycięstwa Karola Nawrockiego paradoksalnie było utrzymanie i uczynienie bardziej wyrazistym przywództwa Donalda Tuska w PO, a w PiS-ie finałem cyklu wydarzeń związanych z kampanią stało się wyforsowanie Przemysława Czarnka do roli de facto frontmana tej partii – zauważył Chwedoruk.

Badanie pokazuje różnice w postrzeganiu zagrożeń między poszczególnymi grupami społecznymi. Wynika z niego, że kobiety częściej niż mężczyźni obawiają się sytuacji międzynarodowej (47 proc. wobec 38 proc.) oraz jakości usług publicznych (35 proc. wobec 27 proc.). Z kolei mężczyźni częściej wskazują na stan finansów publicznych (29 proc. wobec 20 proc.) oraz kryzys demograficzny (28 proc. wobec 21 proc.).

Obawy dotyczące polaryzacji politycznej są widoczne we wszystkich grupach wiekowych i w każdej plasują się na poziomie powyżej 40 proc.; największy odsetek można zaobserwować w grupie 55-64 lata (54 proc.).

Chwedoruk zwrócił uwagę, że w badaniu bardzo wyraźnie widać różnicę między elektoratem Koalicji Obywatelskiej i Lewicy a wyborcami PiS.

Wśród wyborców KO 61 proc. wskazało spór polityczny i polaryzację społeczeństwa jako jedno z największych zagrożeń, a 54 proc. sytuację międzynarodową i bezpieczeństwo. Dla wyborców Nowej Lewicy i partii Razem polaryzacja społeczna również zajmuje pierwsze miejsce – wskazało ją odpowiednio 59 proc. i 62 proc. badanych. Wśród wyborców Razem relatywnie często pojawiała się także obawa o sytuację międzynarodową (51 proc.) i jakość usług publicznych (45 proc.). Wyraźnie rzadziej w grupie wyborców KO, Lewicy i Razem wskazywano na stan finansów publicznych (12-15 proc.).

W ocenie politologa ta grupa wyborców jest zamożniejsza od innych elektoratów, tym samym mniej martwi się stanem finansów publicznych i „w większym stopniu obawia się zagrożeń zewnętrznych".

W elektoracie Prawa i Sprawiedliwości najczęściej wskazywano na jakość usług publicznych (44 proc.), a następnie na sytuację międzynarodową (34 proc.) i stan finansów publicznych (33 proc.). Spór polityczny jako zagrożenie wskazało w tej grupie 32 proc. badanych – rzadziej niż w elektoratach innych partii opozycyjnych. PAP

Zmiany na stacjach paliw mają być odczuwalne już od dziś. Przepisy weszły w życie, ceny idą w dół

Adam Kielar
Warszawa

W poniedziałek weszło w życie rozporządzenie, które obniża akcyzę na benzynę i na olej napędowy. Od dziś na stacjach paliw powinno być taniej.

Minister energii Miłosz Motyka ogłosił w poniedziałek po godzinie 12 treść obwieszczenia dotyczącego maksymalnych cen paliw. Z obwieszczenia wynika, że cena maksymalna dla benzyny silnikowej bezołowiowej 95 wyniesie 5,42 zł za litr, a powiększona o podatek od towarów i usług wyniesie 6,16 zł. Cena dla benzyny silnikowej bezołowiowej 98 wyniesie 5,98 zł za litr, a powiększona o podatek od towarów i usług wyniesie 6,76 zł za litr. Z kolei cena maksymalna dla oleju napędowego wyniesie 6,76 zł za litr, a powiększona o VAT wyniesie 7,60 zł za litr.

Cena maksymalna ogłaszana przez ministra energii będzie obowiązywać od dnia następującego po jej publikacji w Monitorze Polskim. W przypadku ogłoszenia jej przed dniami wolnymi od pracy i świętami stawka będzie obowiązywać do najbliższego dnia roboczego.

Sprzedaż powyżej ceny maksymalnej będzie zagrożona karą do 1 mln zł, a kontrole prowadzić będzie Krajowa Administracja Skarbowa.

Cena maksymalna jest ustalana według określonej formuły, obejmującej średnią cenę hurtową paliw na rynku krajowym, powiększoną o akcyzę, opłatę paliwową, marżę sprzedażową w wysokości 0,30 zł za litr oraz podatek VAT.

W niedzielę weszła w życie nowelizacja zmieniająca m.in. ustawę o zapasach ropy naftowej. Wprowadziła ona mechanizm wyliczania maksymalnej ceny paliw, jaka ma obowiązywać na stacjach. PAP

eprasa.pl c7f496ed67

FORUM SENIORA

Express BYDGOSKI

Już dziś w Bydgoszczy XII Forum Seniora!

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Już dziś seniorzy mają swoje święto! Niewątpliwie tak można określić organizowane przez nas wydarzenie, które cieszy ogromnym zainteresowaniem wśród starszych Czytelników.

FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Podczas każdej edycji naszego Forum gościmy po 500 seniorów z naszego regionu

FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Forum organizują trzy tytuły: Pomorska, Express i Nowości

500 miejsc już czeka w Bydgoskim Centrum Targowo-Wystawienniczym przy ul. Gdańskiej 187. Tradycyjnie zaprosiliśmy znakomitych prelegentów, którzy poruszą tematy ważne dla seniorów. Dzieląc się swoją wiedzą i doświadczeniem mogą poprawić komfort życia starszych Czytelników w wielu jego dziedzinach życia oraz udzielić cennych porad. Gościem specjalnym będzie Bożena Siedlińska - uczestniczka 8. Edycji Sanatorium Miłości. Dodajmy, że pani Bożena jest mieszkanką Bydgoszczy.

Tradycyjnie podczas Forum Seniora będą stoiska partnerów, które będzie można odwiedzać w kawowej przerwie. Jak zawsze wszystkich uczestników po wykładach zapraszamy na obiad.

To już XII edycja naszej imprezy. Przez kilka ostatnich edycji gościliśmy w Toruniu. We wrześniu ubiegłego roku spotkaliśmy się w CKK Jordanki. Było m.in. o tym jak dbać o serce, jak się ustrzec przed pożarami, jak rozpoznać objawy podtrucia. Seniorzy usłyszeli także o różnych formach wsparcia dla osób starszych i pracodawców planujących zatrudnić seniorów, które mogą być oferowane przez urzędy pracy. Było również o programie Moje Zdrowie oraz o aktualnych działaniach samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego w zakresie polityki senioralnej.

Był też występ artystyczny „Podgórski Walczyk" oraz „selfik" uczestników naszego Forum ze strażakami. Gościem specjalnym XI Forum Seniora była Urszula Wojtecka, uczestniczka programu „Sanatorium miłości".

Z kolei podczas ubiegłorocznej, marcowej, jubileuszowej edycji - X Forum Seniora - gościem specjalnym była znakomita aktorka Laura Łącz. X Forum Seniora upłynęło pod znakiem arcyciekawych prelekcji. Było m.in. o rencie wdowiej, sanatorium z ZUS, kosmetologii onkologicznej oraz programach profilaktycznych realizowanych przez Kujawsko-Pomorski Oddział Wojewódzki NFZ. Seniorzy wysłuchali też prelekcji zatytułowanych: „Prostata pod kontrolą - badaj się zanim będzie za późno", „Mocne kości do starości" czy „Wiosna w ogrodzie i na działce". Nie zabrakło również części artystycznej. Wystąpił Żeński Chór Kameralny „Belcanto" działający przy Kujawsko-Pomorskim Centrum Kultury w Bydgoszczy oraz panie z zespołu „Taniec w kręgu" z Toruńskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. ©℗

Dziś na Forum Seniora w BCTW w Bydgoszczy gościmy aż 500 seniorów z całego naszego regionu

FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Gościem specjalnym jubileuszowego, X Forum Seniora, była aktorka Laura Łącz

AUTOREKLAMA

0011492095

ORGANIZATOR

EXPRESS BYDGOSKI.PL

POMORSKA.PL

NOWOSCI.COM.PL

PARTNER STRATEGICZNY

2026 ROK LUDZI FILMU Z KUJAW I POMORZA

Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego

KUJAWY POMORZE

Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu

Dofinansowano ze środków Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

2026 ROKIEM NSZZ SOLIDARNOŚĆ RI I BYDGOSKIEGO MARCA 1981

eprasa.pl c7f496ed67

Renta wdowia wpada do wielu portfeli

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Po marcowej waloryzacji limit renty wdowiej wzrósł z 5636,73 zł do 5935,47 zł brutto. Dla wielu seniorów to dodatkowe świadczenie to szansa na podreperowanie domowego budżetu.

Na koniec grudnia 2025 roku z renty wdowiej korzystało już ponad milion osób. Renta wdowia to połączenie renty rodzinnej po zmarłym małżonku z własnym świadczeniem, np. emeryturą. Oznacza to, że można otrzymywać dwa świadczenia jednocześnie. Jedno z nich wypłacane jest w całości, a drugie jedynie w części. Po marcowej waloryzacji są one wyższe o 5,3 proc. - W praktyce oznacza to, że można pobierać całą emeryturę i 15 procent renty rodzinnej albo całą rentę rodzinną i 15 procent własnego świadczenia. Od 2027 roku udział drugiego świadczenia wzrośnie do 25 procent, co przełoży się na wyższe wypłaty. Warto pamiętać, że renta rodzinna dla jednej osoby wynosi 85 procent świadczenia, które przysługiwałoby zmarłemu małżonkowi - zaznacza Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Jak dodaje, osoba składająca wniosek może samodzielnie wybrać najkorzystniejszy wariant wypłaty lub we wniosku zaznaczyć, aby wyboru wyższego świadczenia dokonał ZUS.

Nowe limity renty wdowiej po waloryzacji

W przypadku renty wdowiej obowiązują limity. Suma świadczeń wypłacanych w zbiegu nie może przekroczyć trzykrotności najniższej emerytury. Po marcowej waloryzacji limit ten wzrósł o niemal 300 zł - z kwoty 5636,73 zł do 5935,47 zł brutto.

W przypadku przekroczenia tej wysokości świadczenia zostaną pomniejszane o wartość nadwyżki. Jeżeli natomiast już jedno świadczenie (emerytura lub renta rodzinna) będzie równe limitowi lub go przekroczy, renta wdowia nie będzie przysługiwać i wypłacane będzie wyłącznie jedno świadczenie. To istotna informacja zarówno dla osób, które już pobierają to świadczenie, jak i dla tych, które zamierzają złożyć wniosek.

FOT. FREEPIK.COM

Osoba składająca wniosek o rentę wdowi a może samodzielnie wybrać najkorzystniejszy wariant wypłaty

Do limitu renty wdowiej wlicza się świadczenia wypłacane łącznie, na przykład emeryturę i rentę rodzinną po zmarłym małżonku, świadczenia wypłacane przez instytucje zagraniczne, a także inne niż jednorazowe świadczenia i dodatki, takie jak dodatek pielęgnacyjny czy ryczałt energetyczny, przyznane na podstawie ustawy emerytalnej lub odrębnych przepisów.

187 stulatków już złożyło wnioski

Wnioski o rentę wdowią można składać od 1 stycznia 2025 roku. Najwięcej ich złożono właśnie w styczniu - ponad 312,8 tys. W kolejnych miesiącach liczba ta stopniowo malała.

Wnioskodawcy to głównie osoby starsze - najliczniejsza grupa jest w wieku 81-90 lat, a 73,3 proc. wszystkich mieści się w przedziale 71-90 lat. Wśród wnioskujących znalazło się też 187 stulatków. - Najmłodsza kobieta ubiegająca się o świadczenie ma 32 lata, najstarsza - 106. W przypadku mężczyzn najmłodszy ma niespełna 22 lata, natomiast najstarszy - 101 - mówi Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Jak dodaje, 88 proc. wniosków złożyły kobiety.

Pomogą wypełnić wniosek

Osoby potrzebujące wsparcia w wypełnieniu wniosku, mogą liczyć na pomoc pracowników ZUS-u. Podczas wizyty w placówce pracownik zapyta m.in. o PESEL, datę śmierci współmałżonka, po którym przysługuje renta rodzinna, a także o wspólność małżeńską, czyli czy prowadzone było wspólne gospodarstwo domowe, czy małżonkowie wspólnie zamieszkiwali lub łączyły ich inne więzy.

Na wizytę w placówce ZUS należy zabrać ze sobą dokument tożsamości, taki jak dowód osobisty lub paszport. Można również skorzystać z e-Dowodu dostępnego w aplikacji „mObywatel", który umożliwi pracownikowi Sali Obsługi Klientów potwierdzenie tożsamości. Należy również podać numer rachunku bankowego, na który ma być przekazywana renta wdowia. Jeśli dotychczas ZUS wypłacał świadczenie za pośrednictwem poczty, klient ma możliwość kontynuowania tego sposobu lub zmiany na wypłatę bezpośrednio na konto w banku.

©℗

REKLAMA 0011491996

eprasa.pl c7f496ed67

MATERIAŁ INFORMACYJNY

0011491993

Czas jest bezlitosny dla każdego

Zmagania ludzkiego organizmu z tym nierównym przeciwnikiem niejednokrotnie przypominają przysłowiową walkę z wiatrakami. Obserwując bliskich w podeszłym wieku, można dostrzec, że poza oczywistymi zmianami fizycznymi, pojawiają się zaburzenia poznawcze: zapominanie, kilkukrotne zadawanie tych samych pytań lub częstsze trudności w nazywaniu przedmiotów. Czujność opiekunów powinny obudzić również wahania nastroju i zachowania: smutek, apatia, izolowanie się, lęk, pobudzenie czy zaburzenia snu.

Dalsze etapy procesu otępiennego wiążą się ze stopniową utratą samodzielności aż do pełnej zależności od innych. W konsekwencji często dochodzi do zamiany ról społecznych: dziecko staje się opiekunem chorującego rodzica.

Co mogą zrobić bliscy osób starszych, aby zapobiec lub zminimalizować objawy chorób podeszłego wieku? Czy leczenie psychogeriatryczne może opóźnić proces starzenia funkcji poznawczych? I wreszcie, jakie zaburzenia warto skonsultować z psychogeriatrą? Gdzie szukać pomocy?

Na te i inne pytania odpowiada dr n. med. Kinga Jochim [dalej KJ], Koordynatorka Poradni Psychogeriatrycznej i Leczenia Zaburzeń Pamięci – Centrum Psychoneurologii Wieku Podeszłego Pallmed Sp. z o.o.

Pytanie: Czy rzeczywiście starzejąc się, doświadczamy widocznych zmian w zdrowiu psychicznym?

KJ: *Najczęstszym problemem klinicznym w wieku podeszłym, który obserwuję u pacjentów, jest depresja. Kryzys psychiczny mogą wywołać typowe dla tego okresu wydarzenia: przejście na emeryturę, opuszczenie domu przez dzieci, śmierć współmałżonka. To ostatnie, czyli śmierć współmałżonka jest najbardziej stresującą sytuacją życiową i jednocześnie częstym źródłem depresji.*

Pytanie: Z jakimi trudnościami zmagają się na co dzień seniorzy?

KJ: *Wśród seniorów z pewnością będzie to lęk przed samotnością i byciem ciężarem dla rodziny. Starość to okres podsumowań i bilansu życia. Jego efektem powinno być poczucie harmonii i sensu. Tymczasem seniorzy stają przed wyzwaniem godzenia się z utratą sprawności i wypracowaniem dojrzałej postawy wobec nieuchronnej, nadchodzącej własnej śmierci.*

Pytanie: Czym właściwie jest psychogeriatria?

KJ: *Psychogeriatrię możemy też inaczej określić psychiatrią wieku podeszłego, czyli nauką zajmującą się leczeniem zaburzeń psychicznych u starszych osób. Najczęstsze zaburzenia psychiczne występujące w tej grupie społecznej to: choroby otępienne, depresja, zaburzenia afektywne, zaburzenia lękowe, zespoły urojeniowe czy zaburzenia psychiczne w przebiegu chorób somatycznych. Psychogeriatria, niestety, nie ma jeszcze w Polsce formalnego statusu specjalizacji medycznej. W naszym ośrodku psychogeriatrycznym na ul. Toruńskiej 29 w Bydgoszczy, pracują psychiatrzy, którzy mają doświadczenie w pracy klinicznej z osobami po 60. roku życia. Leczenie psychiatryczne w tej grupie wiekowej pacjentów wymaga kompleksowego podejścia: szczegółowej oceny stanu somatycznego, listy zażywanych leków i ścisłej współpracy z opiekunem pacjenta. Zespół psychogeriatryczny tworzą: lekarze psychiatrzy, psycholog, neuropsycholog, pielęgniarka, terapeuta zajęciowy, terapeuta środowiskowy.*

Pytanie: Jakie objawy warto skonsultować ze specjalistą z dziedziny psychogeriatrii?

KJ: *Z pewnością będą to utrzymujące się przez co najmniej kilka tygodni zmiany nastroju oraz zachowania, takie jak: smutek, pesymizm, brak energii, unikanie aktywności, rezygnacja z hobby, izolowanie się od ludzi, niepokój czy zaburzenia snu. Niepokoić powinno również pogorszenie zdolności poznawczych w zakresie zapamiętywania nowych informacji, przypominania niedawnych wydarzeń, myślenia i podejmowania decyzji, orientacji w dacie i przestrzeni, płynnego wypowiadania się.*

Pytanie: Czy jesteśmy w stanie opóźnić proces starzenia poznawczego?

KJ: *Udowodniono w licznych badaniach, że zdrowy styl życia zmniejsza ryzyko rozwoju chorób otępiennych i afektywnych. Możemy wzmacniać proces pomyślnego starzenia się mózgu poprzez szereg działań prewencyjnych, takich jak: systematyczny trening funkcji poznawczych, regularna aktywność fizyczna (spacery, gimnastyka, sport), ogólna dbałość o stan zdrowia i skuteczne leczenie chorób, wpływających na stan układu sercowo-naczyniowego (nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, dyslipidemia). Rekomenduje się stosowanie diety bogatej w: warzywa, owoce, strączki, produkty pełnoziarniste, orzechy, ryby, chudy drób, oleje roślinne i spożywanie należytej ilości płynów. Poza tym warto aktywnie uczestniczyć w życiu rodzinnym, społecznym i kulturalnym.*

Pytanie: Co mogą zrobić bliscy seniorów, aby poprawić ich sprawność poznawczą?

KJ: *Ważne jest, aby regularnie angażować seniorów w życie rodzinne, zapraszać na wydarzenia kulturalne, proponować spacery, wycieczki, wspólne gry planszowe, karciane. Zachęcać ich do rozmowy i dzielenia się doświadczeniem życiowym. Ciekawą formą na wspólne spędzanie czasu może być np. spisywanie wspomnień. Po prostu dążmy do tego, aby czuli się potrzebni i wysłuchani.*

Pytanie: Co wiadomo na temat skuteczności leczenia psychogeriatrycznego?

KJ: *Dysponujemy wieloma skutecznymi grupami leków stosowanych w zaburzeniach nastroju i zachowania u starszych osób. Pacjentom ze zdiagnozowanym otępieniem, którego najczęstszą przyczyną jest choroba Alzheimera, na ten moment możemy zaproponować wyłącznie leczenie objawowe. Niestety, całkowite wyleczenie otępienia jest jeszcze niemożliwe, ale dzięki poprawnie wdrożonej terapii farmakologicznej, wielokrotnie udaje się spowolnić postęp choroby, złagodzić objawy zaburzeń poznawczych i poprawić codzienną aktywność życiową.*

Pytanie: Czy dodatkowa dawka leków nie będzie działała negatywnie, biorąc pod uwagę długą listę innych środków przyjmowanych na stałe przez osoby starsze?

KJ: *Podczas terapii w naszym ośrodku unikamy polipragmazji, czyli przyjmowania wielu leków jednocześnie, a w tym także stosowania środków o nieudowodnionym działaniu.*

Pytanie: Skąd chory ma wiedzieć czy przepisane środki nie wejdą w złą interakcję z innymi lekarstwami?

KJ: *Lekarz specjalista analizuje stan zdrowia pacjenta i zażywane przez niego leki. Zalecając leczenie farmakologiczne, dba przede wszystkim o bezpieczeństwo chorego. Każdy rodzaj leczenia wymaga regularnego kontrolowania i monitorowania efektów, eliminując jednocześnie ewentualne objawy niepożądane.*

Warto wspomnieć w tym miejscu o częstym nadużywaniu przez starsze osoby suplementów diety, które nie powinny być stosowane bez potrzeby. Jeśli nie przynoszą efektu, należy je odstawić. Wskazane jest, aby konsultować każdą suplementację z lekarzem.

Pytanie: Jak oceniasz poziom świadomości społeczeństwa na temat psychogeriatrii? Czy osoby starsze i ich bliscy, zdają sobie sprawę z tego, że leczenie psychogeriatryczne może opóźnić proces starzenia poznawczego?

KJ: *Wśród dzisiejszych 60-70-latków, zauważam wzrastającą świadomość potrzeby dbałości o tzw. rezerwę poznawczą, którą wbrew stereotypom, możemy zwiększać i wzmacniać na każdym etapie życia. Stymulacja intelektualna, realizowanie zainteresowań, aktywność zawodowa, społeczna i ruchowa, mogą opóźnić rozwój deficytów poznawczych związanych ze starzeniem się układu nerwowego.*

Pytanie: Jak przygotować się do rozmowy z bliskim na temat wizyty u psychogeriatry? Jak przekonać go do leczenia?

KJ: *Jeśli zauważamy u bliskiego niepokojące symptomy zmian nastroju czy zmian poznawczych, warto wyrazić szczerze i spokojnie swoją troskę o jego zdrowie, jednocześnie wskazując na korzyści płynące z wczesnej diagnozy i wdrożonego leczenia w specjalistycznym ośrodku. Warto odpowiedzieć na pytania i obawy bliskiego np. związane z przebiegiem wizyty czy formami leczenia, korzystając z rzetelnych informacji dostępnych np. w internecie.*

Pytanie: Z jakimi trudnościami zmagają się opiekunowie podczas opieki nad bliską osobą starszą?

KJ: *Opieka nad chorym to obciążenie fizyczne, psychiczne, materialne i czasowe. Zachęcam do zadbania o odpowiednią organizację opieki, zaangażowanie najbliższej rodziny lub opiekunki, korzystania z różnych dostępnych form opieki dziennej dla seniora.*

Wyzwaniem staje się przyswojenie sposobów reagowania na zmiany w zachowaniu i osobowości podopiecznego. Najważniejsza jest akceptacja tego, że negatywne zachowania nie wynikają ze złej woli, ale z istoty choroby. Warto czytać poradniki dedykowane danej chorobie. Wiedza pomaga zmniejszyć lęk i jednocześnie przygotować się na różne scenariusze. Zachęcam do uczestnictwa w działalności stowarzyszeń czy samopomocowych grup wsparcia.

Pytanie: Leczenie jest wymagające nie tylko dla chorego. Czy na specjalistyczne wsparcie mogą liczyć również opiekunowie seniorów?

KJ: *W naszym ośrodku udzielamy wsparcia psychologicznego, a także edukujemy opiekunów w zakresie postępowania w zaburzeniach zachowania i zmian osobowości u chorych.*

Pytanie: Jakiego rodzaju ośrodki otaczają opieką osoby starsze i ich opiekunów?

KJ: *Osobami starszymi z zaburzeniami psychicznymi i neurologicznymi, opiekują się wysokospecjalistyczne ośrodki medyczne o zintegrowanym modelu wielodyscyplinarnej opieki. Takim ośrodkiem jest Centrum Psychoneurologii Wieku Podeszłego Pallmed. Oferujemy wielokierunkowe wsparcie lekarskie, psychologiczne i terapeutyczne w ramach opieki ambulatoryjnej, oddziału dziennego i leczenia środowiskowego. Nasz zespół tworzą doświadczeni specjaliści w dziedzinie psychogeriatrii. Zajmujemy się pacjentami na każdym etapie choroby, począwszy od wczesnej diagnostyki i leczenia poprzez indywidualnie dostosowaną opiekę psychologiczną, a także terapię zajęciową oraz środowiskową.*

Pytanie: Z jakimi zaburzeniami należy się zgłosić do Centrum Psychoneurologii Wieku Podeszłego?

KJ: *Nasza działalność skierowana jest do pacjentów powyżej 60. roku życia. Oferujemy diagnostykę zaburzeń pamięci i leczenie chorób otępiennych. Zajmujemy się także leczeniem depresji oraz innych zaburzeń afektywnych u osób w tej grupie wiekowej. Warto skonsultować z lekarzem rodzinnym możliwość zgłoszenia chorego do Centrum Psychoneurologii. Pallmed proponuje pacjentom także specjalistyczną stacjonarną terapię w Hospicjum Dom Sue Ryder, a także w Zakładzie Opieki Leczenia w Żninie. Dodatkowo proszę mieć na uwadze, że zapewniamy domową opiekę hospicyjną pacjentom z województwa kujawsko-pomorskiego i pomorskiego. Chorzy mają więc możliwość skorzystać ze specjalistycznego wsparcia zespołu medycznego w komfortowych dla nich warunkach domowych.*

PALLMED
Centrum Psychoneurologii
Wieku Podeszłego

Centrum Psychologii Wieku Podeszłego
ul. Toruńska 29, 85-023 Bydgoszcz
✆ 52 348 56 42 | ✆ 52 329 00 95
cop@pallmed.pl

Praca na emeryturze? Coraz częściej tak jest

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Tylko w ciągu ostatnich 10 lat liczba pracujących emerytów wzrosła o niemal 52 proc.! Ci, którzy osiągnęli powszechny wiek emerytalny, mogą dorabiać bez ograniczeń. Pozostałych obowiązują limity.

Coraz więcej Polaków pozostaje na rynku pracy po osiągnięciu wieku emerytalnego. W 2015 roku pracujących emerytów było 575,4 tys. Na koniec 2021 roku ich liczba wzrosła do 812,9 tys., a na koniec marca 2023 roku było ich 783,3 tys. Obecnie aktywnych zawodowo seniorów jest już 872,6 tys. Częściej dodatkowe zatrudnienie podejmują kobiety, które stanowią 58,1 proc. ogółu zatrudnionych seniorów. - Przeciętny wiek pracującego seniora wynosi 67,5 roku, przy czym kobiety mają średnio 66,3 roku, a mężczyźni 69,2 roku - zaznacza Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Co ciekawe, aż 16 proc. emerytów podejmuje zatrudnienie w opiece zdrowotnej i pomocy społecznej. To najpopularniejsza branża we wszystkich województwach. Kolejne branże popularne wśród seniorów to: handel hurtowy i detaliczny, naprawa samochodów, przetwórstwo przemysłowe, edukacja oraz działalność w zakresie usług administrowania.

Pilnuj limitów, by nie stracić świadczenia

Seniorów, którzy nie ukończyli powszechego wieku emerytalnego, obowiązują limity dorabiania. Od 1 marca 2026 roku do końca maja br. niższy, bezpieczny limit dorabiania wynosi 6438,50 zł brutto miesięcznie (70 proc. przeciętnego wynagrodzenia) i nie wpływa na wysokość świadczenia. Po przekroczeniu 130 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia, czyli 11 957,20 zł brutto, Zakład Ubezpieczeń Społecznych może zawiesić wypłatę emerytury lub renty.

Zarobki przekraczające 70 proc., lecz nie wyższe niż 130 proc. przeciętnego wynagrodzenia (od 6438,50 zł do 11 957,20 zł brutto), skutkują odpowiednim zmniejszeniem wypłaty o kwotę przekroczenia, jednak nie więcej niż o maksymalną kwotę zmniejszenia. Od 1 marca tego roku wynosi ona:

- 989,41 zł - dla emerytur oraz rent z tytułu całkowitej niezdolności do pracy,
- 742,10 zł - dla rent z tytułu częściowej niezdolności do pracy,
- 841,05 zł - dla rent rodzinnych, do których uprawniona jest jedna osoba.

FOT. FREEPIK.COM
Prym wśród pracujących seniorów wiodą kobiety

Oni mogą dorabiać bez ograniczeń

Bez limitów mogą dorabiać osoby, które osiągnęły powszechny wiek emerytalny, czyli 60 lat kobiety i 65 lat mężczyźni. Jest jednak jeden wyjątek. Dotyczy on osób, które mają emeryturę podwyższoną do kwoty minimalnej - od marca 2026 roku jest to 1 978,49 zł brutto. Jeśli takie osoby zarobią więcej niż wynosi dopłata do minimum, ZUS wypłaci emeryturę w niższej wysokości, czyli bez podwyższenia do kwoty minimalnej.

Bez ograniczeń mogą dorabiać także renciści pobierający rentę wojskową lub wojenną, których niezdolność do pracy pozostaje w związku ze służbą wojskową, osoby otrzymujące rentę rodzinną po takich inwalidach, a także świadczeniobiorcy, których renta rodzinna jest korzystniejsza kwotowo od ustalonej emerytury z tytułu ukończenia powszechnego wieku emerytalnego.

Każda składka się liczy

Z wyliczeń ZUS wynika, że każdy rok dłuższej aktywności zawodowej to wzrost przyszłego świadczenia średnio o ok. 10-15 proc. Zasadą jest, że dłuższa aktywność zawodowa, a tym samym dalsze opłacanie składek emerytalnych, powoduje, że wzrasta kwota składek zapisanych na indywidualnym koncie ubezpieczonego. Dodatkowo kwota kapitału początkowego i składek zapisanych na indywidualnym koncie rośnie wskutek kolejnych waloryzacji. - Ponadto odkładając moment przejścia na emeryturę mamy wpływ na mniejszą liczbę miesięcy tzw. dalszego trwania życia, przez które dzielimy kapitał odłożony na koncie w ZUS. Zatem wysokie świadczenia to nic innego jak zwykła matematyka - mówi Krystyna Michałek.

©℗

REKLAMA 0011495878

Represje w czasach stalinowskich i PRL - jak dziś dochodzić sprawiedliwości?

adwokaci
Ambicki Trela

W czasach stalinowskich oraz w okresie PRL tysiące Polaków zostało poddanych systemowym represjom ze strony ówczesnego państwa. Aresztowania bez wyroku, brutalne śledztwa, wyroki sądów wojskowych, inwigilacja, internowania i represje wobec rodzin – wszystko to dotknęło ludzi, którzy walczyli o wolną Polskę. Dziś polskie prawo umożliwia dochodzenie zadośćuczynienia i odszkodowania za te krzywdy – także po wielu dekadach.

Kto może ubiegać się o zadośćuczynienie?

Prawo do rekompensaty przysługuje osobom:

- Wobec których stwierdzono nieważność orzeczenia bądź orzeczono o ich niewinności,
- Aresztowanym wobec których postępowanie karne zostało umorzone oraz osobom aresztowanym bez podstawy prawnej,
- Internowanym w związku z wprowadzeniem stanu wojennego,
- Represjonowanym przez radzieckie organy ścigania w okresie od 1 lipca 1944 roku do 31 grudnia 1956 roku.

Co ważne, rekompensata przysługuje jednak tylko wtedy, kiedy represje były skutkiem działalności niepodległościowej.

W przypadku śmierci osoby represjonowanej, o odszkodowanie mogą ubiegać się dzieci i małżonek zmarłego, co pozwala na pośmiertną rehabilitację represjonowanego.

Jakie świadczenia są dostępne?

Sąd może przyznać:

- **Zadośćuczynienie** – za cierpienie psychiczne, naruszenie godności i wolności,
- **Odszkodowanie** – za straty majątkowe wynikające z represji (utrata pracy, dochodu, emerytury).

Prawo do rekompensaty za represje w Polsce jest uregulowane głównie przez Ustawę z dnia 23 lutego 1991 r. o uznaniu za nieważne orzeczeń wydanych wobec osób represjonowanych za działalność na rzecz niepodległego bytu Państwa Polskiego.

Wszelkie koszty sądowe pokrywa Skarb Państwa zgodnie z Art. 13 wyżej wymienionej Ustawy Lutowej.

Wysokość zadośćuczynienia sięga od kilku nawet do nawet kilkudziesięciu tysięcy złotych w przeliczeniu za miesiąc pozbawienia wolności osoby represjonowanej, co przy kilkuletnich okresach izolacji oznacza, że całe świadczenie może sięgnąć od kilkuset tysięcy złotych nawet do kilku milionów złotych. Każda sprawa wymaga jednak indywidualnej oceny – kluczowe są przedstawione w sprawie dowody.

Co oferuje nasza kancelaria?

Kancelaria Adwokacka Ambicki Trela od lat z sukcesami prowadzi sprawy związane z represjami stalinowskimi i PRL. Nasza pomoc obejmuje kompleksową obsługę prawną - od bezpłatnej analizy przez zebranie dokumentów archiwalnych, po reprezentację w sądzie.

Jeśli Ty lub ktoś z Twoich bliskich doświadczył represji - zachęcamy do kontaktu z naszą Kancelarią. Nieodpłatnie sprawdzimy, czy należy Ci się odszkodowanie. Działamy na terenie całego kraju.

Ambicki Trela Adwokaci
ul. Gajowa 72/4, 50-520 Wrocław
tel. 733-344-471,
733-11-33-55
e-mail: kancelaria@adwokat-ambicki.pl
http://www.adwokat-ambicki.pl

eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA 0011490214

NOWA JAKOŚĆ ŻYCIA SENIORA W SERCU BYDGOSZCZY

Szukasz miejsca, w którym Twoi Bliscy będą otoczeni życzliwością, szacunkiem i profesjonalną opieką? W centrum miasta stworzyliśmy atmosferę domu – pełną spokoju, wsparcia i serdeczności.

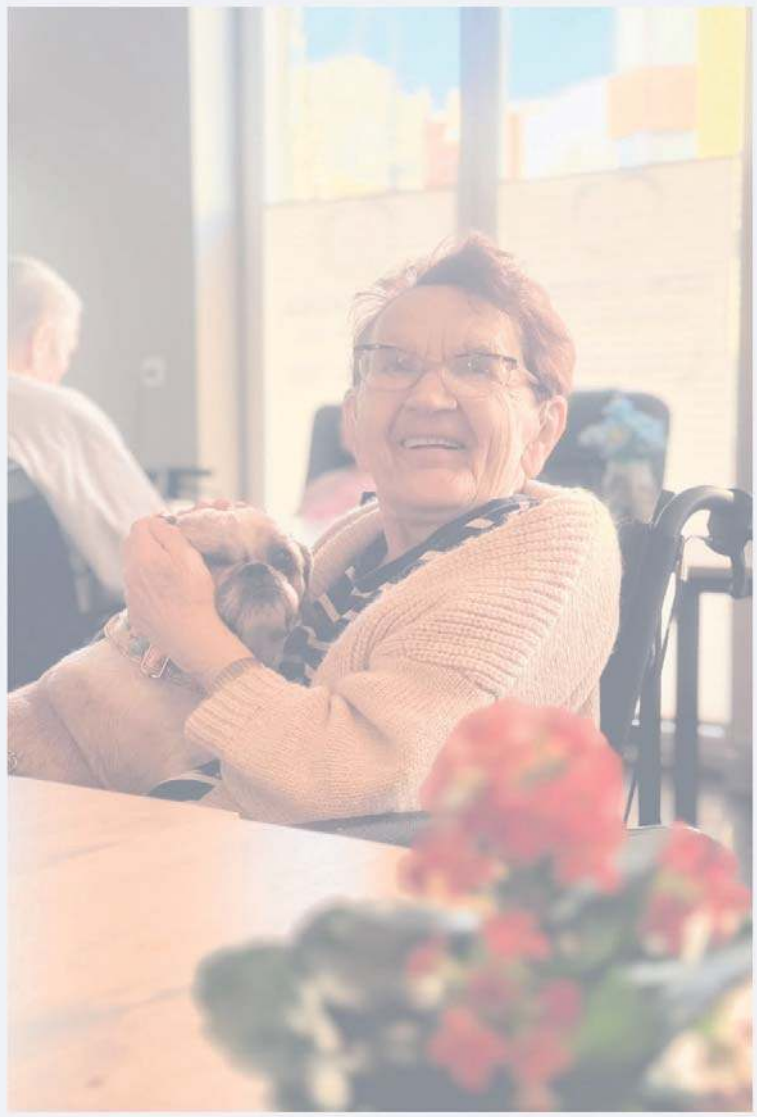
Zapewniamy profesjonalne i indywidualne wsparcie personelu medycznego, nowoczesne warunki mieszkaniowe oraz bogaty program aktywności, który sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu naszych Mieszkańców. Oferujemy całodobową opiekę na pobyty krótko i długoterminowe.

Wiemy, że najważniejsze co możesz podarować swoim Bliskim to troska i opieka z sercem.
Pozwól nam zadbać o ich komfort.

komfort - bezpieczeństwo - profesjonalizm

DOM SENIORA
GDAŃSKA 116

www.gdanska116.pl
rejestracja@gdanska116.pl
+48 731 057 083
+48 796 548 234



REKLAMA 0011497322

centrum tańca SIWKA

„Taniec jest rozrywką towarzyską, którą uprawiać można, bez względu na wiek"

501 650 255
codziennie od 9:00 do 12:00
www.centrumtancasiwka.pl
marian@centrumtancasiwka.pl

ZAJĘCIA DLA OSÓB DOROSŁYCH I SENIORÓW:

KURSY dla VIP

- na zajęciach indywidualnych w **dyskretnych warunkach** zdobywasz umiejętności taneczne
- umiejętność tańczenia to nieodzowny element europejczyka

KURSY dla seniorów

- cały tydzień jesteście dla innych – w jeden wieczór bądźcie dla siebie
- **TANIEC = ZDROWIE = ZABAWA,** to nasza myśl przewodnia

KURSY w gronie Twoich przyjaciół

- umów się z przyjaciółmi i znajomymi
- **minimum 3 pary**, ustalimy indywidualny termin zajęć, również przy zmiennych porach realizacji!

KURSY dla kobiet

- **Dance Lady Style (Styl Tanecznej Damy)** – taniec realizujemy w układach liniowych, zdobyta wiedza i umiejętności pozwolą Tobie bezstresowo zatańczyć z Partnerem znającym kroki taneczne.
- Na tych zajęciach honorujemy **Bydgoską Kartę Seniora 60+**

KURSY przedślubne dla przyszłych małżeństw

- **pierwszy taniec weselny**, realizacja na lekcjach indywidualnych (para – instruktor)

KURSY dla singli

- **poznasz nowych znajomych**, każdy kolejny taniec tańczysz z innym partnerem/partnerką

eprasa.pl c7f496ed67

Nasi seniorzy mają coraz mniej długów

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Zadłużenie emerytów spadło o 1,4 mld zł w ciągu ostatnich pięciu lat. Wpływ na to ma m.in. fakt, że dłużej pozostają aktywni zawodowo. Poza tym lepiej niż młodzi zarządzają domowym budżetem.

Emeryci stanowią już jedną piątą wszystkich mieszkańców Polski. Jest ich 7,39 mln, wynika z najnowszych danych Głównego Urzędu Statystycznego. Jedynie niecałe 4 proc. z nich ma długi, wskazują statystyki KRD. Nieuregulowane zobowiązania dotyczą 271,5 tys. osób i wynoszą nieco ponad 5 mld zł. Do spłaty każdy ma przeciętnie 18,7 tys. zł. Choć to wciąż znaczące liczby, to ich spadek zaobserwowany w ostatnich latach jest imponujący. - Nasze społeczeństwo jest coraz starsze, rośnie liczba osób na emeryturze. Mogłoby się wydawać, że wraz z tym trendem zwiększać się będzie także dług seniorów. Tymczasem jest odwrotnie - komentuje Adam Łącki, prezes Zarządu Krajowego Rejestru Długów Biura Informacji Gospodarczej.

FOT. FREEPIK.COM

- Dla wielu emerytów dług stanowi powód do głębokiego wstydu - mówi Jakub Kostecki

Już od dłuższego czasu w KRD obserwują sukcesywnie spadające zadłużenie osób, które są na emeryturze. W ciągu ostatnich pięciu lat znacznie zmniejszyli oni swoje zaległe zobowiązania. Jeszcze w styczniu 2021 roku sięgały one 6,4 mld zł, a obecnie są o ponad 1 mld zł niższe. Podobnie wygląda sytuacja z liczbą dłużników - dziś jest ich o 63,5 tys. mniej i stanowią 14 proc. wszystkich zadłużonych osób w Polsce. - Choć z pewnością przyczynia się do tego znaczna aktywność zawodowa, to nie bez znaczenia jest także umiejętność zarządzania budżetem domowym przez starsze pokolenia, które nierzadko wspierają jeszcze finansowo swoje dzieci i wnuki - dodaje Adam Łącki, prezes Krajowego Rejestru Długów Biura Informacji Gospodarczej.

Długi wobec funduszy

Dane KRD wskazują, że najwyższe długi mają seniorzy mieszkający na Mazowszu. Sięgają one 778,2 mln zł, a liczba dłużników wynosi 34,1 tys. Warto jednak zauważyć, że to w tym województwie mieszka najwięcej emerytów w Polsce, czyli 1,2 mln. Drugim, zarówno pod względem zadłużenia jak i liczebności przedstawicieli starszego pokolenia, jest Śląsk. Osoby na emeryturze do spłaty mają tam prawie 721 mln zł, a zadłużonych jest 37,8 tys. Na trzecim miejscu znajduje się Dolny Śląsk, gdzie niespłacone zobowiązania ma 25,6 tys. seniorów, a ich łączny dług wynosi blisko 470 mln zł.

Najniższym zadłużeniem wyróżnia się województwo podlaskie - sięga ono tam 89,5 mln zł. Dłużników jest 4,6 tys. To region, w którym również liczba emerytów jest niska w porównaniu do reszty kraju i wynosi 267,2 tys. osób. Kujawsko-Pomorskie plasuje się w połowie zestawienia.

Emeryci największą kwotę - 3 mld zł, są winni funduszom sekurytyzacyjnym. Znaczną część zadłużenia stanowią zobowiązania alimentacyjne, które wynoszą 904,4 mln zł. Na zwrot czekają również instytucje finansowe, takie jak banki, SKOK-i, czy firmy pożyczkowe - to 333,3 mln zł. Seniorzy mają też długi mieszkaniowe (67,8 mln zł) oraz telekomunikacyjne (66,5 mln zł).

Seniorzy bardziej zdyscyplinowani

Z perspektywy odzyskiwania należności widać, że seniorzy znacznie częściej niż młode osoby reagują na pierwszy kontakt i wybierają ugodę, zamiast przeciągać sprawę. - Gdy dług powstanie, rzadko wynika z nadmiernej konsumpcji, a częściej z jakiegoś zdarzenia: śmierci partnera, poręczenia zakupów ratalnych dla członków rodziny czy wysokich kosztów leczenia. Kiedy negocjatorzy kontaktują się z seniorami, próbują zrozumiale przedstawić podstawę długu i zaproponować możliwość spłaty w ratach, które będą adekwatne do możliwości finansowych dłużnika. Seniorzy są dość przewidywalni płatniczo, ale wrażliwi na niejasne zapisy i odczuwają wówczas stres. Cierpliwe wyjaśnianie jest szczególnie ważne, bo ta grupa spłaca, gdy rozumie „za co" i „ile dokładnie" powinna zwrócić pieniędzy. Dla wielu emerytów dług stanowi powód do głębokiego wstydu, a możliwość jego uregulowania przyjmują z ulgą - wyjaśnia Jakub Kostecki, prezes firmy windykacyjnej Kaczmarski Inkasso. ©℗

REKLAMA 0011496279

eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA 0011487864

PODARUJ KSIĄŻKOM
DRUGIE ŻYCIE
Sprzedaj zbędne książki
w Tezeuszu!
TRADYCYJNIE
lub ONLINE
na skuptezeusz.pl
Więcej szczegółów
Zadzwoń: 532 441 994
www.skuptezeusz.pl
TEZEUSZ.pl

REKLAMA 0011483140

zwiedzanie i wypoczynek
AKTYWNYCH SENIORÓW
atrakcyjne wycieczki w kraju i za granicą
rodzinna atmosfera
ogrom atrakcji
profesjonalna organizacja
doświadczony zespół
więcej: 881-772-005
PRZEŻYJ Z NAMI NIEZAPOMNIANĄ PRZYGODĘ!
Towarzystwo Nasze Szwederowo
www.naszeszwederowo.pl

REKLAMA 0011495597

„Czy kupisz, czy dasz – pomagasz!"

Takie jest motto sklepów charytatywnych Stowarzyszenia im. Sue Ryder, które działają w Bydgoszczy (ul. Dworcowa 33 i Gdańska 66), Toruniu (ul. Mickiewicza 80), a wkrótce także w Grudziądzu (ul. Groblowa 2).

U każdego z nas w szafach i na półkach zalegają przedmioty, które często są nam niepotrzebne i lądują w koszu, a tymczasem w większości przypadków możemy im nadać drugie życie. Sklepy charytatywne wpisują się w ideę „zero waste" („brak śmieci" lub „brak marnowania"), to styl życia, zgodnie z którym człowiek stara się generować jak najmniej odpadów, chroniąc środowisko. Sklepy charytatywne Stowarzyszenia im. Sue Ryder to coś więcej niż zwykłe miejsca zakupów.
To przestrzenie, w których rzeczy dostają drugie życie, a ludzie realną pomoc. Idea jest prosta, ale piękna. Zamiast wyrzucać, przekazujemy. Zamiast kupować nowe, wybieramy to, co już istnieje. Każda rzecz na półce ma swoją historię, a każda złotówka ze sprzedaży wspiera działalność charytatywną. To pomoc osobom chorym, starszym i potrzebującym. To miejsca pełne dobrej energii, tworzone przez ludzi z sercem. W Stowarzyszeniu im. Sue Ryder wierzymy, że małe gesty mają wielką moc. Kupując w takim sklepie, robisz coś więcej niż tylko sprawiasz sobie przyjemność. Stajesz się częścią idei pomagania. To inicjatywa, w którą każdy może się włączyć. Wystarczy przynieść rzeczy, których już nie potrzebujesz. To prosty sposób, by pomóc innym i jednocześnie zadbać o środowisko.
Warto zajrzeć do sklepów Sue Ryder. Nie tylko po okazje, lecz także po poczucie, że robisz coś dobrego. Czasem wystarczy jedna decyzja, jeden zakup albo jeden dar, by zmienić czyjś dzień, a może nawet życie.
Czym różni się taki sklep od takiego, których dziesiątki mijamy każdego dnia? Przede wszystkim nie ma prywatnego właściciela, a pieniądze ze sprzedaży prowadząca go organizacja przeznacza na działalność statutową. Robiąc zakupy w naszych sklepach charytatywnych, wspierasz działania kierowane do dzieci przewlekle chorych i niepełnosprawnych oraz seniorów.
Stowarzyszenie im. Sue Ryder prowadzi bezpłatne gabinety rehabilitacyjno-terapeutyczne obejmując potrzebujących fizjoterapią, neurologopedią, terapią integracji sensorycznej. Fundusz wsparcia pozwala m.in. dofinansować sprzęt pomagający w powrocie do zdrowia, turnusy rehabilitacyjne, terapie realizowane w warunkach domowych i wiele innych.
Jako pierwsi w Polsce uruchomiliśmy Program Stypendialny dla zdolnych niepełnosprawnych uczniów ze szkół średnich. Realizujemy szereg działań na rzecz Hospicjum Domowego dla dzieci Dom Sue Ryder. Ważnym aspektem naszej działalności jest prowadzenie wsparcia dla seniorów, w tym Klubu Seniora w Bydgoszczy i Dziennego Domu Pomocy w Solcu Kujawskim. Nieustannie chcemy się rozwijać i przygotowywać nowe formy wsparcia dla mieszkańców naszego województwa.
Drugą podstawową różnicą jest znacznie szerszy asortyment sklepów charytatywnych, gdzie można kupić ubrania, buty, torebki, dodatki, książki, zabawki, bibeloty, sprzęt RTV i drobne AGD, sztukę i wiele innych przedmiotów z duszą. Najważniejsze zasady, jakie nam przyświecają? Oddając rzeczy, pamiętaj, by były czyste, bez uszkodzeń i funkcjonalne.
W świecie, w którym tak wiele rzeczy powstaje szybko i znika jeszcze szybciej, takie miejsca przypominają o wartości uważności i odpowiedzialności. Każdy przedmiot, który trafia na półkę sklepu charytatywnego, zostaje ocalony przed zapomnieniem. Zamiast zalegać w szafie, czy trafić na wysypisko, może jeszcze długo służyć komuś innemu. To mały krok w stronę bardziej świadomego stylu życia, który ma realny wpływ na nasze otoczenie.
Sklepy Stowarzyszenia im. Sue Ryder to także przestrzeń spotkań. Można tu zamienić kilka słów, poczuć życzliwość i zobaczyć, jak wiele dobra rodzi się z prostych działań. Dla wielu osób to nie tylko miejsce zakupów, lecz także sposób na spędzenie czasu w przyjaznej atmosferze. Każda wizyta to okazja, by odkryć coś wyjątkowego i jednocześnie wesprzeć ważny cel.
Dzięki takim inicjatywom buduje się wspólnota oparta na empatii i wzajemnej trosce. Pomoc nie jest tu abstrakcyjnym pojęciem, lecz czymś, co dzieje się tu i teraz. Wystarczy zajrzeć, przynieść coś od siebie albo wybrać drobiazg z półki, by stać się częścią tej historii.

Naszą działalność możesz także wesprzeć, przekazując 1,5 procent podatku dochodowego, wpisując w rozliczenie podatkowe nasz **KRS 0000065481.**

Więcej informacji na **www.sueryder.org.pl**

1,5%

Stowarzyszenie im. Sue Ryder

KRS 0000065481

eprasa.pl c7f496ed67

Chcesz zachować mocne i zdrowe kości?

Katarzyna Wąś-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Bycie aktywnym i stosowanie się do tych wskazówek może pomóc utrzymać kości w dobrej kondycji aż do późnej starości.

W miarę jak wchodzimy w wiek średni, takie problemy jak ból stawów, osteoporoza i złamania zmęczeniowe stają się coraz częstsze, dlatego to kluczowy moment, by bardziej proaktywnie zadbać o zdrowie kości. Jak się za to zabrać? O jakich nawykach pamiętać?

FOT. GETTY IMAGES

Ruch i odpowiednia dieta to podstawa zachowania zdrowych kości

Ruch, ale z głową

Gdy jesteśmy młodzi i nagle wybierzemy się na długi bieg, ryzyko złamania zmęczeniowego jest mniejsze niż u kogoś starszego, kto nagle pójdzie pobiegać. Starsze kości nie s ą tak odporne na obciążenia, o ile nie trenowaliśmy wcześniej regularnie. Złamania zmęczeniowe mogą być ogromnie ograniczające i uniemożliwiać ludziom czerpanie przyjemności z codziennych aktywności, dlatego gdy zaczynamy trenować, musimy robić to powoli, stopniowo przyzwyczajając ciało do wysiłku. Dotyczy to tak naprawdę ćwiczeń w każdym wieku.

Trening z obciążeniem

Aktywność z obciążeniem jest dla kości naprawdę ważna, bo dzięki niej się one regenerują. Za każdym razem, gdy z dużą siłą kurczy się mięsień, ten mięsień za pośrednictwem ścięgna pociąga za kość, a to pociąganie kości sprzyja jej regeneracji. Jeśli w ostatnich latach praktycznie nie ćwiczyliśmy, ćwiczenia obciążające mięśnie należy wprowadzać powoli. Można zacząć choćby od ćwiczeń wstawania z pozycji siedzącej, jako rozgrzewki, a potem zrobić kilka podskoków w miejscu każdego ranka. Zacznij powoli i stopniowo zwiększaj intensywność treningów oraz ćwiczeń małymi krokami, tak aby twoje kości z czasem robiły się coraz mocniejsze. Jeśli przejdziesz od zera do nagłej dużej ilości ćwiczeń, w dodatku z obciążeniem, możesz zwiększyć ryzyko złamania zmęczeniowego

Pamiętaj o dniach regeneracji

Można świetnie się rozwijać, trenując siłowo kilka razy w tygodniu, ale trzeba też dać sobie czas na regenerację. Odpoczynek jest bardzo ważną częścią procesu zwiększania siły, zwłaszcza jeśli trenujesz na tyle intensywnie, że odczuwasz po treningu ból mięśni.

Znajdź formę ruchu, którą lubisz

Zmuszanie się do wysiłku rzadko kończy się dobrze. Z reguły zaczynamy szakać pretekstów, by unikać aktywności, która nie przynosi nam przyjemności. Dlatego, jeśli nie przepadasz za bieganiem czy skakaniem „bez celu", świetną opcją może być zumba albo zajęcia taneczne, gdzie sporo się skacze w rytm muzyki. Jeśli umówisz się na takie zajęcia z przyjaciółką albo grupą, znacznie łatwiej będzie ci w nich wytrwać.

Rzuć palenie

Palenie jest naprawdę szkodliwe dla zdrowia kości. Obniżona gęstość kości to jeden z dobrze udokumentowanych negatywnych skutków palenia, dlatego warto zacząć walczyć z nałogiem, nawet jeśli towarzyszył nam przez większość życia.

Dbaj o sen

Podczas snu regenerują się nasze kości i mięśnie. Jeśli nie wysypiasz się porządnie, twoja regeneracja nie będzie tak dobra, a odnowa komórkowa nie będzie przebiegać tak sprawnie. Zdecydowana większość z nas potrzebuje ośmiu godzin snu, więc postaraj się priorytetowo potraktować wszystko, co pomaga ci maksymalnie się wysypiać.

Zadbaj o zbilansowaną dietę

Upewnij się, że twoja dieta jest porządna, zawiera odpowiednią ilość białka i jak najmniej produktów przetworzonych, ponieważ cukier i żywność wysoko przetworzona nie sprzyjają regeneracji mięśni ani kości. Dla zdrowia kości - i całego ciała - ważna jest nie tylko witamian D i wapń. Nie lekceważ znaczenia wszystkich składników odżywczych, które dostarczają warzywa, owoce, nabiał, produkty pełnoziarniste i zdrowe tłuszcze.

REKLAMA 0011494754

DENTUS
CENTRUM STOMATOLOGII

ZAKRES NASZYCH USŁUG
- STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA
- PROTETYKA
- PROTETYKA
- ENDODONCJA
- IMPLANTOLOGIA
- ORTODONCJA
- STOMATOLOGIA DZIECIĘCA

MAMY RÓWNIEŻ WŁASNĄ PRACOWNIĘ RTG
www.dentus.com.pl

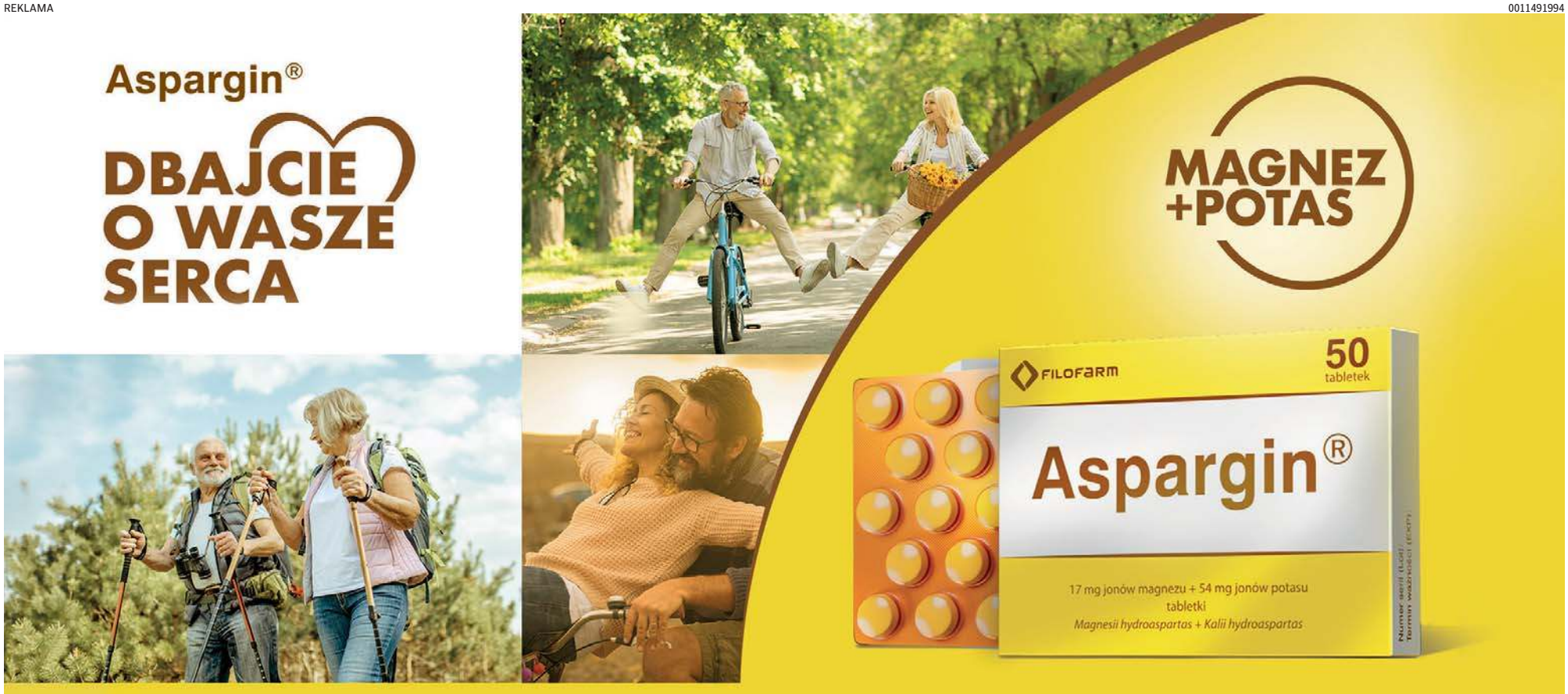
NASZE PLACÓWKI:
UL. WARYŃSKIEGO 51 | 85- 320 BYDGOSZCZ
TEL. 502-451-067
UL. CURIE-SKŁODOWSKIEJ 60 | 85-733 BYDGOSZCZ
TEL. 570-343-200
UL. DZIEWULSKIEGO 29 B | 87-100 TORUŃ
TEL. 502-451-233
UL.CHEŁMIŃSKA 21 | 87-100 TORUŃ
TEL. 502-451-146

eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA 0011491994

Aspargin®

DBAJCIE O WASZE SERCA



ASPARGIN, 1 tabletka zawiera: 17 mg jonów magnezu w postaci 250 mg magnezu wodoroasparaginianu (Magnesii hydroaspartas) oraz 54 mg jonów potasu w postaci 250 mg potasu wodoroasparaginianu (Kalii hydroaspartas). Substancja pomocnicza o znanym działaniu: sacharoza 53 mg. **Wskazania do stosowania:** Uzupełnianie niedoboru magnezu i potasu: przy niemiarowościach i nadpobudliwości serca, zwłaszcza na tle niedoboru magnezu i potasu, profilaktycznie w chorobie niedokrwiennej serca, przy zagrożeniu zawałem, w rekonwalescencji pozawałowej, po przebytych chorobach zakaźnych lub zabiegach chirurgicznych, w przebiegu których doszło do utraty magnezu i potasu, jako lek przeciwdziałający niepożądanym skutkom długotrwałego stosowania glikozydów nasercowych i leków moczopędnych (np. tiazydów, furosemidu). Produkt leczniczy jest przeznaczony dla pacjentów w wieku powyżej 12 lat.
Podmiot odpowiedzialny posiadający pozwolenie na dopuszczenie do obrotu: Farmaceutyczna Spółdzielnia Pracy FILOFARM, ul. Pułaskiego 39, 85-619 Bydgoszcz OTC/A/FS/2026

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania.
Nie przekraczaj maksymalnej dawki leku. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą

REKLAMA 0011494978

CANAL+

NAJTAŃSZY PAKIET TV SATELITARNEJ

10 ZŁ MIES.

PRZEZ 1. ROK

POTEM 15 ZŁ/MIES.

CENY UWZGLĘDNIAJĄ RABATY 15 ZŁ/MIES.

Dotyczy oferty telewizji satelitarnej Entry+. Podana cena pakietu zawiera rabaty: 5 zł/mies. za zgody marketingowe i 10 zł/mies. za e-rachunek i terminową płatność. Umowa na 23 miesiące. Szczegóły w Warunkach Promocji i w FAQ na canalplus.pl i w Punktach Sprzedaży. Stan informacji na dzień 25.11.2025 r.

SALON CANAL+, *UL. PIĘKNA 4, BYDGOSZCZ, TEL.: 52 373 26 36*
SALON CANAL+ CH ZIELONE ARKADY, *UL. WOJSKA POLSKIEGO 1, BYDGOSZCZ, TEL.: 459 008 010*

eprasa.pl c7f496ed67

Wnuki chronią przed demencją

Ingrid Hintz-Nowosad
ingrid.hintz-nowosad@polskapress.pl

„Moje wnuki dodają mi energii" - mówi wiele babć i dziadków. Teraz potwierdza to także nauka: zaangażowanie w relację z wnukami może realnie służyć mózgowi.

Opieka nad wnukami to nie tylko wyraz miłości czy konkretna pomoc, może być także naturalną formą zapobiegania spadkowi funkcji poznawczych. Sugerują to wyniki nowych badań, które rzucają ciekawe światło na związek między relacjami rodzinnymi, dobrostanem psychicznym a aktywnym starzeniem się.

Bycie dziadkami dziś

Wielu dziadków doskonale zna to z własnego doświadczenia: opieka nad wnukami oznacza ruch, codzienną aktywność, poczucie bycia potrzebnym i pielęgnowanie bliskich relacji. Naukowcy postawili jednak pytanie bardziej konkretne: czy takie zaangażowanie może realnie spowalniać pogarszanie się funkcji poznawczych wraz z wiekiem?

Aby to sprawdzić, zespół badaczy przeanalizował dane dotyczące 2887 babć i dziadków z Anglii, wszystkich po 50. roku życia, o średniej wieku wynoszącej 67 lat. W latach 2016-2022 uczestnicy byli regularnie obserwowani za pomocą kwestionariuszy i testów poznawczych oceniających pamięć, język oraz zdolności werbalne. Respondentów pytano, czy w ciągu ostatniego roku opiekowali się wnukami i jak często. Chodziło nie tylko o okazjonalny babysitting, ale także o opiekę w czasie choroby dzieci, wspólną zabawę, pomoc w nauce, odprowadzanie do szkoły czy na zajęcia sportowe, a nawet przygotowywanie posiłków.

Wyniki okazały się jednoznaczne - i pod pewnymi względami zaskakujące. Dziadkowie, którzy angażowali się w opiekę nad wnukami, niezależnie od jej formy czy częstotliwości, uzyskiwali lepsze wyniki w testach pamięci i płynności słownej niż osoby, które nie pełniły takiej roli. Jeszcze ciekawszy obraz wyłania się z analizy długoterminowej. Babcie aktywnie uczestniczące w opiece nad wnukami doświadczały wolniejszego spadku funkcji poznawczych niż ich rówieśniczki, które nie były zaangażowane w wychowanie młodszego pokolenia.

FOT. GETTY IMAGES
Zaawansowane dziadkowanie służy mózgowi

Jak podkreślają badacze, kluczowe nie jest ani to, jak często spędza się czas z wnukami, ani zakres wykonywanych czynności. Liczy się samo doświadczenie bycia zaangażowanym - poczucie przynależności do żywej, relacyjnej roli, która stymuluje zarówno umysł, jak i emocje.

To wnioski silnie korespondujące z ideą aktywnego starzenia się, ważną również z perspektywy polityki społecznej: nie chodzi wyłącznie o to, by żyć dłużej, ale by żyć lepiej - wśród znaczących relacji i z poczuciem sensu.

Równowaga korzystna dla wszystkich

W Wielkiej Brytanii około 5 mln dziadków regularnie opiekuje się wnukami. Blisko 90 procent robi to przynajmniej raz w tygodniu, a co dziesiąty - codziennie. Najczęściej celem jest wsparcie dzieci w godzeniu pracy zawodowej z życiem rodzinnym oraz ograniczenie kosztów opieki.

Korzyści odnoszą jednak także sami dziadkowie. Organizacje zajmujące się aktywnym starzeniem się podkreślają, że takie zaangażowanie sprzyja utrzymaniu sprawności umysłowej, zmniejsza poczucie samotności i zachęca do aktywności fizycznej - pod warunkiem, że nie przeradza się w nadmierne obciążenie ani źródło stresu.

I tu leży sedno sprawy: opieka powinna być wyborem, a nie obowiązkiem narzuconym z konieczności. Gdy jest przeżywana jako relacja, a nie jako przymus, może stać się silnym sprzymierzeńcem zdrowia psychicznego i fizycznego.

Nie dziwi więc, że wiele osobistych świadectw potwierdza te wnioski. Jedna z babć, zapytana po publikacji badania, ujęła to w prostym, ale wymownym zdaniu: „Moje wnuki dodają mi energii, niczego mi nie odbierają". Być może właśnie w tym tkwi klucz: w relacjach, w poczuciu bycia potrzebnym, w nieustannym dawaniu i otrzymywaniu. Codzienny, pozornie zwyczajny gest, który nauka coraz częściej uznaje za formę profilaktyki zdrowotnej.

REKLAMA 0011498507

REKLAMA 0011489518

TO JEST WYRÓB MEDYCZNY.
UŻYWAJ GO ZGODNIE Z INSTRUKCJĄ LUB ETYKIETĄ

eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA 0011494618

FORDOŃSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY

MAREK PAWŁOWSKI

BYDGOSZCZ

ul. Wyzwolenia 5,
ul. Grudziądzka 20

600 03 25 25

UROCZYSTE I WYJĄTKOWE CEREMONIE

www.pogrzebyfordon.pl

AUTOREKLAMA 0011502742

Polecamy →

Strona Kuchni

Wszystkie smaki kuchni

stronakuchni.pl

REKLAMA 0011498512

TOLEK®

Rehabilitacyjne Rowery Trójkołowe

Rowery mogą być z napędem elektrycznym

Rower jako wyrób medyczny jest częściowo refundowany przez Centrum Pomocy Rodzinie oraz serwis gwarancyjny i pogwarancyjny

ROWERY POLECANE SĄ:

- Osobom z niedowładem nóg z napędem ręcznym
- Nieumiejącym jeździć na rowerze dwukołowym
- Osobom Starszym mniej sprawnym ruchowo
- Dzieciom
- Osobom z zachwianiem równowagi

Więcej informacji: www.rowertolek.pl
e-mail: biuro@rowertolek.pl
adres: ul. 3 Maja 2A, 87-850 Choceń k. Włocławka

tel. 54 284 65 40 Emilia | kom. 723 881 675 Michał
kom. 600 790 138 Teofil | kom. 600 467 513 Anna

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą

Seniorzy napędzają rynek turystyczny

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Często uważa się, że podróże, zwłaszcza zagraniczne i egzotyczne, to domena młodych ludzi. Tymczasem nowe badanie obala ten stereotyp.

Polskie internetowe biuro podroży eSky.pl przeanalizowało dane rezerwacyjne swoich klientów i wyciągnęło z nich bardzo ciekawe wnioski dotyczące podróży silversów - turystów po 60. roku życia. Okazuje się, że dojrzali Polacy wcale nie siedzą w domach, ale chętnie podróżują, z roku na rok coraz chętniej. W 2025 roku rezerwacji wyjazdów dokonanych przez osoby 60+ było w eSky.pl aż dwukrotnie więcej niż w poprzednim sezonie!

Okazuje się, że touroperatorzy powinni stawiać także na starszych klientów, a pogląd, że podróżują głównie młodzi, aby poznać świat i zdecydować, co chcą robić w życiu, to mit. Silversi depczą im po piętach:

- Dla wielu seniorów podróżowanie to dziś coś znacznie więcej niż zmiana miejsca. To wyjątkowy moment w życiu, w którym wreszcie jest czas, by spełniać odkładane marzenia, poznawać nowe kultury i przeżywać doświadczenia - mówi Katarzyna Hauton, ekspertka biura eSky.pl. - Widzimy, że dojrzałe podróże to połączenie ciekawości świata, komfortu i autentycznych przeżyć, od spokojnego zwiedzania miast, po odkrywanie lokalnych smaków i codziennego rytmu odwiedzanych miejsc.

Jak i gdzie podróżują silversi?

Dane rezerwacyjne zdradzają zwyczaje turystyczne klientów 60+. Dla ciebie mogą one stanowić wskazówkę, jakiego rodzaju wycieczkę zafundować babci i dziadkowi z okazji ich święta, a dla właścicieli biur podroży podpowiedź, jak stworzyć atrakcyjna ofertę dla silversów.

Kiedy podróżują turyści 60+?

Okazuje się, że silversi w większości bardzo mądrze wybierają terminy swoich wyjazdów. Dominują wycieczki wiosną, jesienią i zimą, a więc poza szczytem sezonu turystycznego w okresie letnich wakacji. 30 proc. rezerwacji starszych klientów przypada na październik, listopad i grudzień. W tym czasie ceny wycieczek po Polsce są już znacznie niższe niż w okresie wakacji, a w popularnych kierunkach zagranicznych panuje idealna pogoda do wypoczynku i zwiedzania: jest ciepło, ale bez upałów.

FOT. GETTY IMAGES

Jakie są naprawdę turystyczne zwyczaje osób powyżej 60. roku życia?

Gdzie wyjeżdżają silversi?

TOP5 najczęściej wybieranych kierunków to według danych eSky.pl:

1. Włochy
2. Malta
3. Hiszpania
4. Grecja
5. Cypr

W jaki sposób podróżują starsi turyści?

Najchętniej w parach, ale ok. 26 proc. rezerwacji to wyjazdy z rodzinami. Dominują pakiety ze śniadaniem w hotelach 3- i 4-gwiazdkowych, co wskazuje, że silversi stawiają na sprawdzone miejsca, cieszące się dobrą opinią, z korzystnym stosunkiem jakości do ceny. Tym samym właśnie klienci 60+ mogą być filarem stabilnego rozwoju biur podróży.

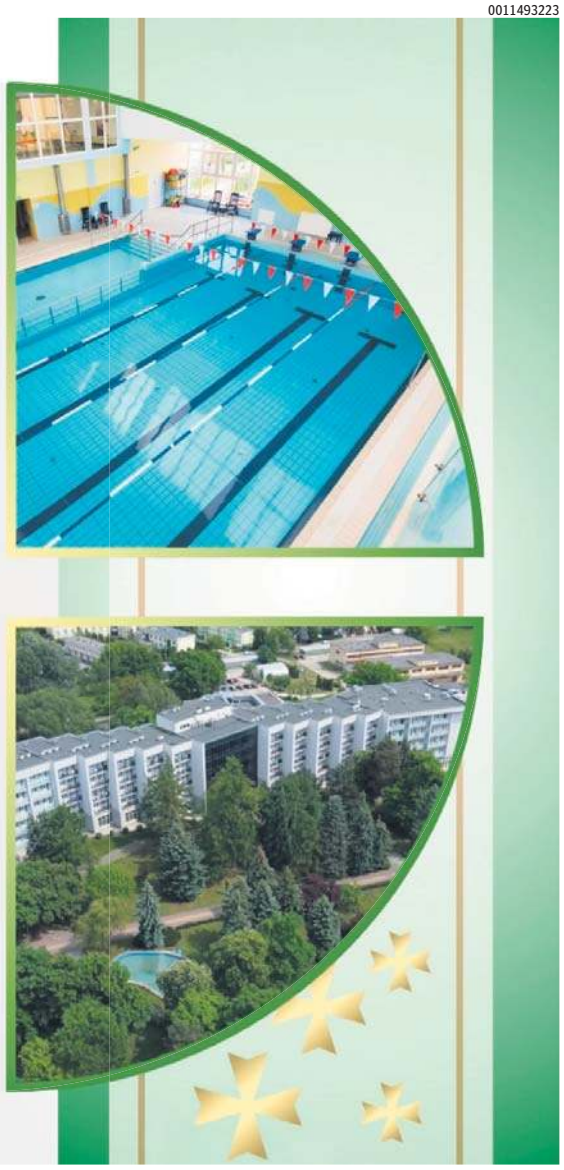
REKLAMA 0011493223

22. Wojskowy Szpital Uzdrowiskowo-Rehabilitacyjny SPZOZ w Ciechocinku

REHABILITACJA, ODPOCZYNEK.
TROSKA O TWOJE ZDROWIE!
W naszych rękach.

Oferujemy
- Rehabilitację
- Pobyty NFZ i komercyjne
- Kompleks basenowy
- Badania diagnostyczne
- Laboratorium

Kontakt
Wojska Polskiego 5
87-720 Ciechocinek
54 283 72 76 lub 72 50
rezerwacje@22wszur.pl
www.22wszur.pl



eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA 0011489315

REKLAMA 0011493219

„Rozwój Kujawsko-Pomorskiej Sieci Dziennych Domów Pomocy" – wsparcie dla lokalnej społeczności

Regionalny Ośrodek Zrównoważonego Rozwoju Sp. z o.o. w partnerstwie z Kujawsko-Pomorską Fundacją Edukacji Ekologicznej i Zrównoważonego Rozwoju, Fundacją WERWA oraz 5 Gminami, tj. Gminą Bartniczka, Gminą Kruszwica, Gminą Łysomice, Gminą Miasta Chełmża i Gminą Gąsawa realizuje projekt pn. „Rozwój Kujawsko-Pomorskiej Sieci Dziennych Domów Pomocy", który ma na celu wsparcie osób niesamodzielnych, w tym osób starszych oraz tych, które potrzebują pomocy w codziennym funkcjonowaniu.

To innowacyjna inicjatywa, która zakłada utworzenie i funkcjonowanie 5 nowych Dziennych Domów Pomocy, oferując kompleksową opiekę i szeroką gamę zajęć dostosowanych do indywidualnych potrzeb podopiecznych.

Projekt jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Funduszy Europejskich dla Kujaw i Pomorza na lata 2021–2027, co gwarantuje realizację działań na najwyższym poziomie oraz dostęp do nowoczesnych usług opiekuńczych.

Dzienny Dom Pomocy (DDP) to miejsce, gdzie osoby starsze i potrzebujące wsparcia znajdą pomoc w codziennych czynnościach, a także m.in. możliwość uczestniczenia w zajęciach terapeutycznych, rehabilitacyjnych oraz wydarzeniach integracyjnych.

W każdej placówce zapewnione będzie m.in.:

- wyżywienie,
- opieka pielęgniarska oraz pomoc wykwalifikowanych opiekunów,
- transport do i z ośrodka,
- zajęcia fizjoterapeutyczne i terapeutyczne,
- możliwość uczestniczenia w wydarzeniach kulturalnych i spotkaniach integracyjnych.

Projekt pn. „Rozwój Kujawsko-Pomorskiej Sieci Dziennych Domów Pomocy" to odpowiedź na rosnące potrzeby społeczne. Dzięki wsparciu unijnemu, budżetowi państwa i wkładowi własnemu realizatorów, projekt niesie realne wsparcie dla tych, którzy go najbardziej potrzebują, budując jednocześnie sieć solidarności w regionie.

Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego

eprasa.pl c7f496ed67

Czytanie wydłuża życie nawet o 20 proc.!

Strona Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Czytanie to nie tylko sposób na relaks - to jedna z najprostszych, a jednocześnie najbardziej skutecznych inwestycji w zdrowie psychiczne, poznawcze i emocjonalne.

Podczas lektury nasz mózg pracuje na wysokich obrotach: tworzy skojarzenia, analizuje treść, uruchamia wyobraźnię, a nawet ćwiczy pamięć roboczą. Regularny kontakt z tekstem działa jak trening mentalny, który z biegiem czasu może poprawiać koncentrację, umiejętność logicznego myślenia czy zdolność zapamiętywania.

Co więcej, długofalowe badania pokazują, że osoby, które zachowują nawyk czytania w dorosłości, mogą dłużej cieszyć się dobrą sprawnością umysłową. Lektura działa więc jak tarcza ochronna przed naturalnym spadkiem funkcji poznawczych.

FOT. GETTY IMAGES
Osoby, które czytają, dłużej cieszą się sprawnością umysłową

Czytanie pomaga nam żyć dłużej

Jedno z ciekawszych badań dotyczących czytania na przeprowadzili lekarze z Yale School of Public Health. Zaprosili do niego ponad 3,6 tys. osób po 50. roku życia, obserwując ich nawyki związane z lekturą przez ponad dekadę. Uczestników podzielono na trzy kategorie: nieczytających, tych, którzy sięgali po książki sporadycznie, oraz osoby spędzające z lekturą kilka godzin tygodniowo.

Analiza, trwająca aż 12 lat, pokazała wyraźną zależność: ci, którzy każdego dnia poświęcali choć 30 minut na czytanie, mieli zauważalnie mniejsze ryzyko zgonu w porównaniu z osobami stroniącymi od książek. Różnica była znacząca - szansa na dłuższe życie była w tej grupie aż o 20 proc. wyższa. Wniosek? Nawet krótki czas z książką może działać jak inwestycja we własne zdrowie.

Lektura łagodzi stres

Kilka minut z książką potrafi uspokoić bardziej niż oglądanie serialu czy przeglądanie telefonu. Wciągająca historia przenosi nas w inny świat, pozwalając na chwilę oderwać się od codziennych obowiązków i problemów. Psychologowie zauważają, że czytanie:

- obniża poziom napięcia,
- pomaga regulować emocje,
- wycisza przed snem.

To świetne narzędzie szczególnie dla osób, które czują, że ich dzień jest przepełniony obowiązkami i gonitwą myśli.

Książki rozwijają empatię i pogłębiają zrozumienie innych

Literatura, a zwłaszcza beletrystyka, pozwala wczuć się w losy bohaterów, spojrzeć na świat ich oczami i zrozumieć motywy ich działań. Taki „emocjonalny trening" przekłada się później na realne relacje: łatwiej nam interpretować zachowania innych ludzi, rozpoznawać ich potrzeby i nawiązywać bliższe więzi. Czytanie może budować kompetencje społeczne równie skutecznie jak rozmowy.

Książki poszerzają też horyzonty i pomagają rozwijać pasje. Każda lektura to okazja do odkrycia czegoś nowego - nawet jeśli jest to tylko drobna ciekawostka, nieznana wcześniej perspektywa czy inspiracja do zmiany nawyków. Książki pozwalają eksplorować różne dziedziny bez wychodzenia z domu: od historii i psychologii po kuchnie świata, biografie czy naukę.

Regularne czytanie:

- rozwija słownictwo,
- uczy formułowania myśli,
- pobudza kreatywność,
- ułatwia rozwijanie własnych zainteresowań.

Czytanie to cyfrowy detoks

Czas spędzony z książką daje odpoczynek oczom zmęczonym ekranem i pozwala mózgowi na doświadczenie spokojniejszej formy rozrywki. To także sposób na świadome wyłączenie się z ciągłego natłoku powiadomień i informacji.

Jak zacząć czytać więcej?

- Zacznij od 15-20 minut dziennie - łatwiej utrzymać krótki rytuał niż rzucić się na kilka godzin.
- Trzymaj książkę w miejscu, które często mijasz: przy łóżku, na kanapie, w torebce.
- Czytaj to, co naprawdę cię interesuje, nie to, co powinno się czytać lub wypada.
- Wybieraj wygodny format - papier, e-book, audiobook. Każdy liczy się tak samo.

AUTOREKLAMA 0011502775

Polecamy →

strona zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA

0011498834

MATERIAŁ INFORMACYJNY ENEI OPERATORA

0011491998

Przyszłość systemu energetycznego i nowoczesne rozwiązania dla samorządów. Wkrótce kolejna edycja konferencji EnergINN

26.02.2026
#Dystrybucja #Enea Operator

Już 25 i 26 marca Poznań stanie się stolicą debaty o przyszłości polskiej energetyki, wyzwaniach cyberbezpieczeństwa oraz roli nowoczesnych samorządów w procesie transformacji. Enea Operator we współpracy z Wielkopolskim Urzędem Wojewódzkim w Poznaniu organizuje kolejną edycję konferencji EnergINN. W tym roku wydarzenie nosi nazwę: #N3XT_EnergINN, a odbędzie się w ramach szczytu EnergyON Summit, organizowanego przez Międzynarodowe Targi Poznańskie.

Konferencja została objęta patronatem honorowym Wojewody Wielkopolskiej Agaty Sobczyk. Dzięki współpracy z Wielkopolskim Urzędem Wojewódzkim w Poznaniu wydarzenie łączy perspektywę strategicznych inwestycji państwowych z potrzebami lokalnych społeczności.

Dwudniowy program konferencji koncentruje się na dwóch filarach: transformacji systemu i bezpieczeństwie sieci elektroenergetycznej oraz nowoczesnych technologiach dla samorządów.

Energetyka w procesie zmian i cyfrowe tarcze

Pierwszy dzień konferencji (25 marca) będzie poświęcony fundamentom polskiej transformacji energetycznej oraz bezpieczeństwu infrastruktury krytycznej. Podczas panelu „Transformacja energetyczna w toku" z udziałem przedstawicieli PSE i największych spółek dystrybucyjnych wybrzmi jasny przekaż: polska branża energetyczna nie jest już na początku drogi, lecz w samym centrum zaawansowanego procesu inwestycyjnego. Program obejmuje również kluczowe zagadnienia bezpieczeństwa. Eksperci omówią integralność systemów informatycznych jako fundamentu stabilnych dostaw energii w dobie współczesnych konfliktów hybrydowych.

– *Żyjemy w czasie dynamicznej przebudowy rynku energii. Transformacja energetyczna nie jest już jedynie kierunkiem strategicznym. Stała się realnym procesem, który wpływa na funkcjonowanie przedsiębiorstw, samorządów, przemysłu oraz każdego z nas jako odbiorców energii. Rosnący udział odnawialnych źródeł, rozwój magazynowania energii, cyfryzacja oraz zmieniające się regulacje prawne wymagają od operatorów systemów dystrybucyjnych zupełnie nowego podejścia do zarządzania siecią. I o tym będziemy rozmawiać podczas #N3XT_EnergINN* – powiedział **Marek Szymankiewicz, prezes Enei Operator.**

B2G, czyli nowoczesne technologie dla samorządów

Drugi dzień (26 marca) został w całości zaprojektowany z myślą o jednostkach samorządu terytorialnego. W formule Business-to-Government (B2G) przedstawiciele urzędów poznają narzędzia wspierające cyfryzację oraz efektywność energetyczną gmin.

– *Rola samorządu ewoluuje w stronę aktywnego kreatora nowoczesnych usług publicznych. Cieszę się, że jako współorganizator #N3XT_EnergINN możemy dostarczyć wielkopolskim włodarzom konkretne, gotowe do wdrożenia narzędzia: od nowoczesnej edukacji po technologie chroniące klimat. To tutaj nauka i biznes spotykają się z potrzebami obywatela* – podkreśliła **Agata Sobczyk, Wojewoda Wielkopolska.**

Udział w konferencji #N3XT_EnergINN jest bezpłatny. Ze względu na dużą wagę merytoryczną oraz ograniczoną liczbę miejsc organizatorzy wymagają wcześniejszej rejestracji. Formularz zgłoszeniowy jest dostępny pod linkiem: https://energyon.exposupport.pl/enea-operator-register

Szczegółowy program znajduje się na oficjalnej stronie EnergyON Summit: https://energyon-summit.pl/pl/aktualnosci/konferencja-n3xt_energinn-2026/

eprasa.pl c7f496ed67

REKLAMA

0011486483

eprasa.pl c7f496ed67

Dziesiątki osób zatrzymane po proteście. W tym... „Statua Wolności”

Adam Kielar
Los Angeles

Dziesiątki osób zostały zatrzymane w Los Angeles po manifestacji „No Kings", sprzeciwiającej się polityce administracji Donalda Trumpa i kierunkowi, w jakim zmierzają USA.

Jak pisze „LA Times”, ponad 70 osób zostało aresztowanych przez służby po demonstracji „No Kings” („Przeciwko królom”), która miała miejsce w Los Angeles. Wśród nich była kobieta, przebrana za... Statuę Wolności. Starcia z policją miały miejsce przed miejskim aresztem. Według władz tłum zgromadził się tam, gdy wcześniejsza manifestacja już się kończyła, po czym zignorował wezwania do rozejścia się.

Policja użyła gazu łzawiącego i gumowych kul. Ponadto, funkcjonariusze na koniach zaatakowali pałkami małe grupki protestujących.

Służby twierdzą, że użycie siły było odpowiedzią na ataki na policjantów. Bill Essayli, pierwszy asystent prokuratora krajowego USA, napisał na X, że wszyscy napastnicy zostaną znalezieni i aresztowani.

„Agenci federalni zaczęli aresztować tych, którzy atakowali nasz personel koło sądu w Los Angeles. Do tych, którzy rzucali w naszych funkcjonariuszy betonowymi blokami, mamy was na wideo. Znajdziemy was i aresztujemy. Zostaliście ostrzeżeni” - czytamy we wpisie.

Organizatorzy protestów „No Kings” twierdzą, że w 50 amerykańskich stanach na ich manifestacjach pojawiły się „miliony osób”. Uczestnicy sprzeciwiali się polityce administracji Donalda Trumpa oraz temu, w jakim kierunku zmierzają Stany Zjednoczone.

FOT. JILL CONNELLY/AP/EAST NEWS

Policja aresztowała protestującą kobietę przebraną za Statuę Wolności po sobotnim wiecu „No Kings”

Amerykańskie bazy w Afryce narażone na ataki odwetowe

Grzegorz Kuczyński
Waszyngton

Wojna z Iranem toczy się już ponad miesiąc i nie widać jej końca. Jednym z niewątpliwych zmartwień USA jest bezpieczeństwo ich obywateli, a także instalacji wojskowych i placówek dyplomatycznych zagrożonych odwetem Teheranu.

22 marca Departament Stanu USA wydał globalny alert, w którym wezwał Amerykanów przebywających za granicą do zachowania „podwyższonej czujności”. „Obiekty dyplomatyczne USA, w tym poza Bliskim Wschodem, stały się celem ataków” - ostrzegł departament. „Grupy wspierające Iran mogą atakować inne interesy USA za granicą lub miejsca związane ze Stanami Zjednoczonymi i/lub Amerykanami na całym świecie”.

Takie ostrzeżenia są rzadkością: w ciągu ostatniej dekady to dopiero szósty raz, kiedy USA je wydały, i piąty związany z sytuacją bezpieczeństwa na Bliskim Wschodzie.

Jak realne jest zagrożenie na kontynencie afrykańskim? Zapytany przez portal The Africa Report, Departament Stanu USA odmówił podania szczegółów dotyczących „konkretnych środków bezpieczeństwa”, stwierdzając jedynie, że „nieustannie ocenia zagrożenia” i „w razie potrzeby nieustannie dostosowuje postawę swoich misji”.;

FOT. AFRICOM

Amerykańscy żołnierze regularnie prowadzą ćwiczenia i operacje wojskowe w Afryce

Niemniej jednak kilka sygnałów wskazuje na skalę obaw USA. Już 4 marca, niecały tydzień po rozpoczęciu ataków na Teheran 28 lutego, ambasada USA w Abudży ostrzegła przed „wysokim ryzykiem demonstracji (...) z powodu trwającego konfliktu z Iranem”. Od 1 marca, dzień po ogłoszeniu śmierci ajatollaha Alego Chameneiego, tysiące protestujących z Islamskiego Ruchu w Nigerii, proirańskiej grupy szyickiej, wyszły na ulice w kilku miastach na północy Nigerii.

Kraj ten jest jednym z kluczowych punktów strategii Teheranu na kontynencie, gdzie reżim zbudował potężną sieć zwolenników. „Biorąc pod uwagę reakcje Iranu, w tym ataki na sąsiadów i wsparcie dla Hezbollahu”, możliwe było, że „pewna forma odwetu ze strony tych grup może być skierowana przeciwko obiektom amerykańskim i izraelskim” - powiedział źródło z amerykańskich służb bezpieczeństwa w Afryce Zachodniej.

Jeśli w Afryce Zachodniej istnieją zagrożenia, to są one jeszcze większe w Rogu Afryki, który znajduje się na pierwszej linii frontu regionalizacji konfliktu między Stanami Zjednoczonymi i Izraelem z jednej strony a Iranem z drugiej.

Chociaż Waszyngton z oczywistych powodów zachowuje znaczną dyskrecję w kwestii rozmieszczenia swoich żołnierzy i zasobów wojskowych w regionie, jedno jest pewne: Dżibuti stanowi kluczowy element obecności wojskowej USA w tym regionie.

Stany Zjednoczone utrzymują jedną ze swoich głównych baz w pobliżu strefy działań wojennych, Camp Lemonnier, co może sprawić, że Dżibuti - będące już siedzibą wielu innych zagranicznych baz wojskowych - stanie się potencjalnym celem dla Iranu lub jego sojuszników, w szczególności sprzymierzonych z nim Huti.

10 marca ambasada USA w Dżibuti wydała ostrzeżenie dla swoich obywateli przebywających w tym kraju. Departament Stanu USA ogłosił również, że zmniejszył liczbę pracowników ambasady. Ryzyko jest tym bardziej realne, że Teheran wielokrotnie dawał jasno do zrozumienia, że zamierza przenieść konflikt wszędzie tam, gdzie Iran lub jego sojusznicy mogą uderzyć.

Wielki Tydzień pod znakiem strajków na lotniskach

oprac. Anna Nagel
Madryt

Na 12 lotniskach Hiszpanii rozpoczął się w poniedziałek zapowiadany strajk pracowników obsługi naziemnej. Protest na tle płacowym może zakłócić tysiące lotów w czasie Wielkiego Tygodnia.

Strajk, który pierwotnie miał się rozpocząć 27 marca, został ogłoszony przez związki zawodowe CCOO, UGT i USO i dotyczy ponad 3 tys. pracowników firmy Groundforce, która odpowiada za obsługę naziemną na ważnych lotniskach w kraju, w tym w Madrycie, Barcelonie, Maladze, Walencji, Bilbao i na Wyspach Kanaryjskich.

Jak poinformowały związki, przyczyną protestu jest „nieprzestrzeganie przez kierownictwo przedsiębiorstwa zobowiązań płacowych zawartych w układzie zbiorowym”.

W okresie Wielkiego Tygodnia strajki zapowiedzieli również pracownicy innych firm obsługujących lotniska, w tym Menzies, Azul Handling, Outsmart Assistance oraz Totseriman. W związku z protestami resort transportu wydał decyzję w sprawie usług minimalnych na lotniskach.

Strajk pracowników firmy Groundforce ma charakter częściowy; będzie odbywał się w poniedziałki, środy i piątki w trzech przedziałach czasowych, tj. w godz. 5-7, 11-17 oraz 22-24. W związku ze strajkiem przewiduje się opóźnienia lotów.

- Jeśli w najbliższych dniach nie dojdzie do porozumienia, nie wykluczamy przedłużenia strajku na weekendy do końca roku - ostrzegli związkowcy.

PAP

Zełenski: jesteśmy gotowi wstrzymać walki na Wielkanoc, ale nie za cenę niepodległości

oprac. Anna Nagel
Kijów

Ukraina gotowa jest wstrzymać walki z Rosją na Wielkanoc, jednak nie za cenę godności i niepodległości - oświadczył w poniedziałek prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski.

- My popieraliśmy wszystkie formaty zakończenia wojny, jednak pod warunkiem, że nie tracisz godności i niepodległości naszego państwa. (...) I gotowi jesteśmy do wstrzymania ognia na święta wielkanocne - powiedział w czacie z dziennikarzami. - Gotowi jesteśmy do jakichkolwiek kompromisów, prócz kompromisów, które (...) dotyczyłyby naszej godności i suwerenności - dodał Zełenski w drodze powrotnej z krajów Bliskiego Wschodu.

FOT. PAP/EPA/RONALD WITTEK

Zełenski popiera rozejm na czas Wielkanocy

Pytany o doniesienia mediów zachodnich, jakoby Kijów miał przekazać Moskwie propozycję energetycznego rozejmu prezydent Ukrainy odpowiedział, że jego kraj nie atakuje Rosji, lecz odpowiada na jej uderzenia.

- Chcę wszystkim przypomnieć, że my odpowiadamy (na rosyjskie ataki - PAP). Dlaczego o tym przypominam? W ostatnim czasie, po tak silnym światowym kryzysie energetycznym, rzeczywiście otrzymaliśmy od niektórych naszych partnerów sygnały, jak zrobić tak, aby zmniejszyć nasze odpowiedzi w kierunku sektora naftowego, sektora energetycznego Federacji Rosyjskiej. Jeszcze raz podkreślam: jeśli Rosja gotowa jest, aby nie uderzać w ukraińską energetykę, my nie będziemy odpowiadać uderzeniami w jej energetykę - oświadczył.

Zełenski ocenił, że rozmowy pokojowe na linii Ukraina-USA-Rosja mogą być kontynuowane. - Nie uważam, byśmy znajdowali się w impasie. Impas - i co po nim? Mamy poddać się, rozluźnić? Niech Rosja się poddaje, my nie będziemy. Musimy zorganizować trójstronne spotkanie i iść dalej ścieżką dyplomatyczną - oświadczył.

Prezydent Ukrainy w rozmowie z dziennikarzami podsumował także m.in. swoją wizytę na Bliskim Wschodzie. Przypomniał, że odwiedził Arabię Saudyjską, Zjednoczone Emiraty Arabskie, Katar i Jordanię. Ocenił, że porozumienia, które zawarł podczas tej wizyty są „historyczne”.

- Uważam, że to są historyczne porozumienia. Uzgodniliśmy strategiczną współpracę w kierunku miltech (innowacyjnych technologii wojskowych - PAP) i w innych kierunkach. Mówimy o dziesięcioletnich umowach. To jest wzajemna pomoc, bez wątpienia. Interesuje nas także zwalczanie rakiet balistycznych - oświadczył Zełenski. PAP

eprasa.pl c7f496ed67

strefa BIZNESU
strefabiznesu.pl

DOLAR AMERYKAŃSKI 1 USD	EURO 1 EUR	FRANK SZWAJCARSKI 1 CHF	FUNT SZTERLING 1 GBP	JEN 100 JPY
3,72	4,28	4,65	4,93	2,33

DANE WG NBP Z DNIA 30.03.2026, G. 12:00

FINANSE KREDYTOBIORCY MUSZĄ UZBROIĆ SIĘ W CIERPLIWOŚĆ

Marcowa decyzja RPP była przedwczesna

Maciej Badowski
maciej.badowski@polskapress.pl

Globalne napięcia i kryzys w Zatoce Perskiej stawiają pod znakiem zapytania dalsze ruchy stóp procentowych w Polsce.

- Marcowa obniżka była trochę przedwczesna, a gwałtowne zmiany stóp w najbliższym czasie są mało realne - mówi Strefie Biznesu Fryderyk Krawczyk z VIG/C-QUADRAT TFI.

FOT. 123RF

Wzrost niepewności i szansa dla inwestorów

Obecne turbulencje na rynkach finansowych wymuszają ostrożność inwestorów i powodują wzrost niepewności. Fryderyk Krawczyk, ekspert VIG/C-QUADRAT TFI w rozmowie z portalem strefabiznesu.pl podkreśla, że okres długotrwałej, pozytywnej tendencji sentymentu na rynkach powoli się kończy.

- Obecne, niespokojne czasy przekładają się na turbulencje na rynkach finansowych. Pojawia się nerwowość nie tylko, jeżeli chodzi o wycenę aktywów, ale także o działania inwestorów. Kończy się pomału taki okres długotrwałej, pozytywnej tendencji sentymentu na rynkach finansowych - mówi Krawczyk.

Ekspert zaznacza, że wysoka zmienność zawsze wpływa na nastroje klientów i inwestorów, ale jednocześnie stwarza nowe okazje inwestycyjne.

- Każdy kryzys jest oczywiście okazją, szansą do inwestycji, bo mamy bardzo silną, bardzo dynamiczną przecenę aktywów. Czyli ten cały układ, który do tej pory był stabilny, nagle się mocno zdestabilizował. Zmieniły się oczekiwania inflacyjne, inwestorzy nie wiedzą, jak ten konflikt się potoczy, w którym kierunku on będzie podążał - tłumaczy Krawczyk.

- Więc to też widać w wycenach aktywów. Ale oczywiście każdy kryzys narodzi też nowych zwycięzców, nowe szanse, więc wydaje się, że to też jest dobry moment, żeby przebudować swój portfel inwestycyjny, ale i także poszukać nowych okazji inwestycyjnych na rynkach - dodaje.

Dolar zyskuje na znaczeniu

W kontekście globalnych rynków Krawczyk wskazuje, że ostatnia przecena na rynkach dłużnych uatrakcyjnia produkty obligacyjne.

- Widzimy, że ostatnia przecena na rynkach dłużnych bardzo silnie uatrakcyjnia na przykład produkty obligacyjne, produkty dłużne. Oczywiście mamy wzrost oczekiwań inflacyjnych, ale historia pokazuje, że takie szoki podażowe, szoki związane z kryzysami ropy naftowej, one zazwyczaj mają wpływ na inflację, czy też na oczekiwania inflacyjne, krótkoterminowe i zazwyczaj stanowią bardzo dobrą okazję inwestycyjną - wyjaśnia.

Krawczyk zwraca uwagę także na znaczenie dolara w ostatnich tygodniach. - Do tej pory było tak, że te działania administracji amerykańskiej powodowały, że ten dolar się osłabiał. Od jakiegoś czasu ten status takiej waluty rezerwowej był podważany. Ale wbrew pozorom ten kryzys w Zatoce Perskiej spowodował ponowny powrót inwestorów do dolara - wyjaśnia.

- Dolar ponownie się okazał bezpieczną przystanią. Być może z tego powodu, że Amerykanie pokazali, że w dalszym ciągu są potęgą militarną. I tutaj ten pop do dolara był dosyć silny - podkreśla Krawczyk.

Ekspert dodaje, że reakcja rynków akcyjnych była umiarkowana, ponieważ kryzys w głównej mierze dotyczy problemów logistycznych związanych z ropą. - Rynki akcyjne nie boją się inflacji, bo zazwyczaj przychody spółek są indeksowane gdzieś do inflacji - zaznacza.

- To, co najmocniej cierpiało podczas tego kryzysu, to oczywiście rynki dłużne, czyli tak zwane rynki realnej stopy procentowej, ponieważ wzrost stóp procentowych i oczekiwań inflacyjnych powoduje zmianę, do tej, dotychczasowego paradygmatu, niskich stóp procentowych, dalszych obniżek i silnej dezinflacji. To zostało gdzieś zaprzepaszczone w krótkim okresie, więc tutaj też ten ruch był najbardziej brutalny - podkreśla Krawczyk.

Rada Polityki Pieniężnej i wysokość stóp procentowych

Na krajowym rynku inwestorzy obserwują sytuację uważnie, choć reakcje są bardziej dynamiczne niż na rynkach bazowych. - Wydaje mi się, że jesteśmy tak zsynchronizowani w tym, jeżeli chodzi o te aspekty zmian na rynkach czy akcyjnych, czy na rynkach obligacyjnych - mówi.

Krawczyk przy okazji podkreśla, że ostatnie wydarzenia „uwypukliły to, że Polska jest cały czas rynkiem wschodzącym, jeżeli chodzi o klasę aktywów", ponieważ, jak zaznacza, „u nas reakcja była dużo bardziej gwałtowna, w szczególności na rynkach obligacyjnych, gdzie ta przecena była bardzo mocna".

- To było sto punktów bazowych w ciągu kilku dni, bardzo dynamiczny ruch, gdzie rynki bazowe, takie dojrzałe jak rynek niemiecki, amerykański, po prostu reagowały w takiej ograniczonej przestrzeni dwudziestu, dwudziestu pięciu punktów bazowych - tłumaczy Krawczyk.

- Czyli ta dynamika zmian negatywnych dotknęła bardziej te rynki wschodzące, do których cały czas niestety Polska, jako rynek finansowy, może nie gospodarka, ale się zalicza - dodaje.

Ekspert odnosi się też do działań Rady Polityki Pieniężnej i potencjalnych zmian stóp procentowych.

- Patrząc tak akademicko tego typu kryzysy miały wpływ na inflację, chyba tylko krótkoterminowy. Wydaje się, że te działania, które były podejmowane w ostatnim czasie, ta marcowa obniżka była trochę przedwczesna. RPP mogło zaczekać na rozwój wydarzeń na Bliskim Wschodzie. Być może to by trochę stabilizowało rynek - mówi Krawczyk.

Jednocześnie zaznacza, że drastyczne zmiany stóp w najbliższych miesiącach są mało prawdopodobne. - Patrząc z naszej strony wydaje nam się, że na ten moment o dalszych obniżkach trzeba trochę na ten moment zapomnieć - wyjaśnia.

- Rynek będzie pewnie musiał gdzieś się ustabilizować w patrzeniu na rozwój sytuacji na Bliskim Wschodzie, a Rada Polityki Pieniężnej także da sobie trochę więcej czasu, żeby tę sytuację ocenić - mówi.

- Nie widzimy także jakiejś przestrzeni do gwałtownych podwyżek stóp procentowych czy jakiejkolwiek podwyżki stóp procentowych, ponieważ wysokość stopy procentowej nie będzie wpływała na to, czy Cieśnina Ormuz zostanie odblokowana, czy nie zostanie odblokowana. To jest główny problem i ten problem musi być rozwiązany po prostu jakąś dyplomacją czy też rozwiązaniami militarnymi - podkreśla.

Krawczyk dodaje, że ewentualna reakcja stóp procentowych zależałaby wyłącznie od długoterminowego wpływu wyższych cen paliw na inflację i gospodarkę.

- Chyba że te oczekiwania inflacyjne będą podbijane długoterminowo przez te wyższe ceny paliw, które się będą rozlewały na kolejne usługi, szerzej na gospodarkę. No to wtedy prawdopodobnie jakaś reakcja może mieć miejsce, ale uważamy, to jest raczej kwestia kwartałów niż najbliższych miesięcy - podsumowuje Krawczyk. ©℗

O VIG/C-QUADRAT TFI

VIG/C-QUADRAT TFI to polskie towarzystwo funduszy inwestycyjnych działające od 2021 roku, będące wspólnym przedsięwzięciem austriackiej grupy C-Quadrat Investment Group oraz Vienna Insurance Group. Firma specjalizuje się w zarządzaniu aktywami, oferując fundusze dłużne, akcyjne, algorytmiczne oraz zrównoważonego rozwoju, a także produkty emerytalne.

eprasa.pl c7f496ed67

ENERGETYKA TANIEGO WĘGLA JUŻ NIE MA I NIE BĘDZIE

Polska energia utknęła w pułapce

Maciej Badowski
maciej.badowski@polskapress.pl

Wszystkie opowieści o tzw. polskim węglu trzeba wziąć w nawias, bo dziś nie ma już dostępnego i taniego węgla – tłumaczy w rozmowie ze Strefą Biznesu Grzegorz Onichimowski, prezes Polskich Sieci Elektroenergetycznych. Wskazuje też, że system ETS wymaga pilnej reformy, bo podbija ceny energii. Jednocześnie ostrzega przed rosnącymi kosztami morskiej energetyki wiatrowej, które, jego zdaniem, zbliżają się do poziomu atomu i mogą czynić ją nieopłacalną.

Strefa Biznesu: Czy możliwe jest obniżenie cen energii w Polsce, a jeśli tak – jak można to osiągnąć bez zahamowania inwestycji w sektorze?
Grzegorz Onichimowski, prezes Polskich Sieci Elektroenergetycznych: Krótkoterminowo można to zrobić kosztem wyników firm energetycznych. Jednocześnie musimy ciągle mieć z tyłu głowy konieczność inwestowania. Dlatego populistyczny jest punkt widzenia, według którego np. spółki dystrybucyjne mogłyby ograniczyć zwrot z kapitału, by obniżyć swoje taryfy, czyli koszty ponoszone przez odbiorców. Trzeba z tym bardzo uważać, bo cała transformacja opiera się między innymi na inwestycjach w sieci i nie możemy ich porzucić. Jako branża energetyczna musimy dalej inwestować i to mocno.

Kiedy realnie możemy zobaczyć trwały spadek cen energii i od czego to zależy?
Realnie może to nastąpić w ciągu czterech-pięciu lat. Wtedy powinniśmy zobaczyć efekty w postaci niższej ceny energii. Są kraje w Europie, którym się to już udało. Klasycznym przykładem jest tutaj Hiszpania. Tam ceny na rynku krótkoterminowym są blisko dwukrotnie niższe niż w Polsce i udało się je obniżyć w stosunkowo krótkim czasie. Jest to możliwe także w przypadku naszego kraju. Potrzeba do tego absolutnie wyjątkowego wysiłku w obszarze odnawialnych źródeł energii, magazynowania i rozwoju sieci. Dzisiaj zbudowanie w Polsce farmy wiatrowej trwa 7–8 lat, w Niemczech 3 lata, a w Stanach Zjednoczonych rok. Jeśli nie przyspieszymy, to będziemy mieli bardzo duży problem.

Jak możemy przyspieszyć rozwój inwestycji energetycznych w Polsce i czy skrócenie czasu realizacji, np. do około 3 lat, jest w naszych warunkach realne?
Uważam, że jest to realne. Przede wszystkim musimy sobie powiedzieć, jakie są nasze priorytety, chociażby w dziedzinie ochrony przyrody. Dzisiaj można zablokować budowę farmy wiatrowej jednym pustym bocianim gniazdem. Nie możemy się zgadzać na totalną wszechwładzę różnych pseudoobrońców przyrody, którzy tak naprawdę zarabiają na tym, a nie próbują chronić środowisko. Musimy wydzielić miejsca, w których możliwa będzie szybka budowa nowych zasobów energetycznych. To już się dzieje – Ministerstwo Klimatu i Środowiska wpisało strefy przyspieszonego rozwoju odnawialnych źródeł energii do projektu nowych przepisów.

Czy same zmiany legislacyjne wystarczą, czy potrzebne są konkretne działania, żeby te przyspieszone strefy rzeczywiście zaczęły działać w praktyce?
Powinniśmy w tych miejscach konsekwentnie trzymać się tego, że procedury niezbędne do budowy będą realizowane wyjątkowo szybko. Bez tego czeka nas ponoszenie kosztów drogich paliw.

Jak w tym kontekście wygląda dziś rola węgla w polskim systemie energetycznym?
Wszystkie opowieści o tak zwanym polskim węglu weźmy w nawias, bo dzisiaj dostępnego i niedrogiego węgla już nie ma i nie będzie. Co roku dopłacamy miliardy złotych do wydobycia. Gdybyśmy nawet chcieli dzisiaj zupełnie przeformułować swoją politykę energetyczną i spróbować eksploatować nowe złoża, to taka operacja trwałaby kilkanaście lat i zakończyłaby się niepowodzeniem, bo zostalibyśmy z podobnymi cenami energii czy paliw. W związku z tym jesteśmy w takim samym położeniu jak cała Europa, czyli importujemy paliwa. A jeśli tak, to musimy dążyć do tego, by sprowadzać ich jak najmniej.

Czy pokładamy zbyt duże nadzieje w energetyce wiatrowej na morzu i czy przy obecnych kosztach może ona być realnie konkurencyjna cenowo?
Gdybyśmy mieli dalej iść w tak wysokie ceny, jak w ostatniej aukcji, to nie warto tego robić. Cena offshore zbliża się do ceny elektrowni jądrowej. Jeśli mam porównać te dwie technologie, to wybiorę źródło dyspozycyjne, a nie źródło,

FOT. 123RF

Wszystkie opowieści o tzw. polskim węglu trzeba wziąć w nawias, bo dziś nie ma już dostępnego i taniego węgla

które jest zależne od pogody. Trzeba też pamiętać o rewolucji w obszarze magazynowania energii. Jeśli mamy tani magazyn energii, to sprawność źródła traci na znaczeniu. Możemy energię wytworzyć bardzo tanio np. z lądowego wiatraka i zapewnić sobie jej dostawę w dłuższym okresie. Oczywiście nie możemy tej energii magazynować tygodniami, ale godzinami jak najbardziej. Nieco lepsze parametry wiatraków morskich tracą przez to na znaczeniu. Trzeba przy tym pamiętać, że być może rozwój bazy przemysłowej związanej z morską energetyką wiatrową doprowadzi do obniżenia kosztów. Na razie jednak widać jedynie ich wzrost.

Co w takim razie powinno odgrywać rolę stabilizatora systemu energetycznego, jeśli nie offshore?
Stabilizatorem systemu będą magazyny energii i do pewnego stopnia źródła konwencjonalne. Musimy dążyć do tego, by tych drugich wykorzystywać jak najmniej i nie zużywać paliw. Ostatnie tygodnie i blokada Cieśniny Ormuz pokazały, jak wrażliwy na kryzysy jest to obszar. Większość zapotrzebowania powinny pokrywać fotowoltaika, wiatr na lądzie oraz wszystkie systemy magazynowania energii i energetyka jądrowa.

Czy SMR-y mogą być sensownym rozwiązaniem uzupełniającym dla polskiego systemu energetycznego?
W przypadku SMR koszt wyprodukowania jednostki energii będzie nieco wyższy niż przy dużych blokach, jednak mogą być one produkowane seryjnie i montowane na miejscu, więc sama budowa będzie znacznie szybsza. To obniża koszty. Również w tym przypadku kluczowe jest przyspieszenie procesów związanych z licencjonowaniem, uzyskiwaniem zgód i pozwoleń. Tylko jeżeli SMR uda się budować szybko będzie to technologia atrakcyjna.

Widać rosnące zainteresowanie prywatnych inwestorów tym obszarem. Co to może oznaczać dla rozwoju energetyki w Polsce?
To, co się dzisiaj dzieje wokół Zatoki Perskiej pokazuje rozchwianie globalnej równowagi. To może być duża szansa dla Polski.

W jakim sensie może to przełożyć się na konkretne inwestycje?
Przykładem mogą być centra danych, które miały być lokowane na Bliskim Wschodzie ze względu na tanią energię ze słońca i względny spokój. Dzisiaj widać, że jest to już nieaktualne i być może Europa stanie się atrakcyjniejszym miejscem do inwestowania.

Europa, żeby przyciągnąć takie inwestycje, musi przede wszystkim zapewnić dostęp do taniej i stabilnej energii elektrycznej.
Cała gospodarka musi się elektryfikować i szukać synergii między różnymi sektorami. Przykładem są samochody elektryczne czy pompy ciepła. Skoro wszystko ma być na prąd to trzeba wykorzystać możliwości wynikające ze specyfiki poszczególnych technologii, by jak najefektywniej zużywać energię elektryczną i spalać jak najmniej drogich paliw. To właśnie tak pojmowana efektywność da nam przewagę i tanią energię.

A jak wyglądałaby i ile kosztowałaby modernizacja sieci energetycznej, gdyby nie rozwijały się odnawialne źródła energii?
To jest pytanie pod tytułem: „gdyby nie wynaleziono samochodu, to czy byśmy musieli budować autostrady?”. Pewnie nie. Ale z punktu widzenia trzech najważniejszych kryteriów, czyli kryterium geopolityki, bezpieczeństwa i fizyki, nie ma lepszej drogi dla gospodarki niż elektryfikacja. Musimy zatem dostarczyć narzędzia do przeprowadzenia elektryfikacji. Nie może być nim nowa elektrownia węglowa. Nawet politycy, którzy opowiadają bajki o węglu jako gwarancie bezpieczeństwa, mają świadomość, że to jest droga donikąd. W Polsce w ostatnich latach próbowano zrobić dwie takie inwestycje i obie skończyły się porażką.

Minister aktywów państwowych podkreśla znaczenie „local content”. Jak PSE podchodzi do tego zagadnienia w praktyce?
Bardzo mocno wspieramy local content. W zamówieniach na dostawy wprowadzamy zapisy premiujące dostawców, którzy prowadzą lokalną produkcję. Tak jest np. w przetargu na dostawy przewodów dla linii najwyższych napięć.

Na początku rozmowy wspomniał pan o inwestycjach. Co obecnie jest najbardziej palącym tematem w tym obszarze?
Na wszystkie inwestycje w energetyce należy patrzeć z punktu widzenia całościowej strategii, którą jest strategia elektryfikacji gospodarki. Nie należy patrzeć na to wycinkowo, tylko zastanawiać się, jak możemy zwielokrotniać nasze korzyści.

Na przykład?
Klasycznym przykładem jest transport i OZE. Apeluję do kolegów z firm energetycznych, żeby przemyśleli, czy wiosną i latem w weekendy nie warto umożliwić ładowania samochodów elektrycznych za darmo. To ograniczy problemy po stronie sieci i bilansowania systemu, a jednocześnie da klientom konkretną korzyść.

No właśnie, ta elektromobilność, wydaje się, że nie rozwija się tak, jak zakładano wcześniej.
Zależy, jak na to spojrzeć. Połowa tuktuków, czyli popularnych w Tajlandii malutkich, tanich taksówek, jest już elektryczna. I przecież ludzie, którzy kupują te elektryczne tuktuki, nie robią tego dla ograniczenia emisji CO_2, bo nic ich to nie obchodzi. Robią to dlatego, że im się to po prostu opłaca.

Jak pokazać zwykłemu Kowalskiemu, że elektromobilność naprawdę mu się opłaca?
Ja myślę, że powoli on już zaczyna się o tym przekonywać. Znajdujemy się w siedzibie PSE w Konstancinie, czyli w tzw. warszawskim obwarzanku. Wielu ludzi mieszka w odległości kilkudziesięciu kilometrów od stolicy i dojeżdża codziennie do centrum samochodem, a mają na dachu fotowoltaikę. Dzięki temu przez ponad pół roku mają darmowe paliwo i właściwie dojeżdżają do pracy za darmo. To jest obszar, w którym fantastycznie poradziły sobie Chiny. One też nie mają gazu i ropy w wystarczających dla nich ilościach. Kiedyś elektryfikowały się w oparciu o węgiel, ale dzisiaj ograniczają jego rolę, jednocześnie co roku zwiększając o kilka procent zapotrzebowanie na energię elektryczną, redukując przy okazji emisje.

Co to wszystko oznacza w praktyce?
To znaczy, że Chiny robią olbrzymi zwrot w kierunku źródeł odnawialnych. W Polsce o tym mówi się bardzo mało. Myślę, że błędna była narracja o konieczności ograniczania emisji. Ona dała populistom tlen do krytykowania transformacji. Trzeba mówić o trzech wspomnianych elementach: o geopolityce, czyli bezpieczeństwie, fizyce, czyli efektywności i ekonomii, czyli o naszych pieniądzach. To się naprawdę opłaca, a przy okazji ogranicza emisje, bo nie da się wyprodukować taniej energii elektrycznej z paliw kopalnych.

Czy ewentualne reformy systemu ETS mogą w tym pomóc?
Uważam, że tak, ale oczywiście nie na zasadzie „odrzucamy ETS jako jedyny kraj w Unii Europejskiej”. Nie możemy tego zrobić, nie wychodząc z Unii Europejskiej.

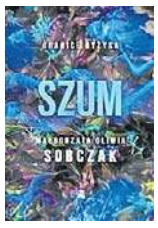
Dlaczego więc reforma systemu ETS jest potrzebna?
ETS dzisiaj trochę zjada własny ogon. Miał on być instrumentem służącym ograniczaniu emisji i wspieraniu elektryfikacji gospodarki, a stał się jej hamulcem, ponieważ za bardzo podwyższył ceny energii. Dzisiaj w Polsce najmocniej odczuwamy skutki systemu ETS, bo mamy dużo elektrowni węglowych, ale kraje, które mają dużo bloków na gaz, też zaczynają mieć nóż na gardle. Moim zdaniem potrzebna jest refleksja w Unii Europejskiej, na jakim poziomie taki system może funkcjonować. Nie może on być tylko elementem gry spekulacyjnej.

eprasa.pl c7f496ed67

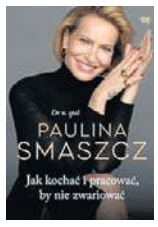
Do poczytania

Małgorzata Oliwia Sobczak „Granice ryzyka. Szrama”
Sopot. Noc. W jednym z domów dochodzi do zagadkowego morderstwa. Życie traci młoda, piękna, pełna życia kobieta. Po paru miesiącach ma miejsce podobna zbrodnia. Sprawę prowadzi charyzmatyczny detektyw Oskar Korda wraz z ekolożką sądową i dziennikarką Grabską. Stopniowo wychodzi na jaw sekretna przeszłość ofiar.
Wyd. W.A.B., Warszawa 2026, 54,99 zł

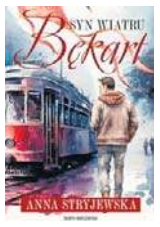
Małgorzata Oliwia Sobczak „Granice ryzyka. Szelest”
Grabska dostaje zlecenie przetestowania mobilnej aplikacji Place to Rest, prowadzącej do nieszablonowych miejsc na mapie Trójmiasta. Dziennikarka w lesie natyka się na ciało zamordowanej młodej kobiety. Dochodzenie prowadzone przez detektywa Kordę łączy sprawy śmierci nastolatki i studentki dziennikarstwa.
Wyd. W.A.B., Warszawa 2026, 54,99 zł



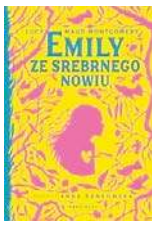
Małgorzata Oliwia Sobczak „Granice ryzyka. Szum”
Listopad 1992 roku, Trójmiasto. Flirtująca przez CB-radio młoda dziewczyna, Adrianna Milewska, zostaje zamordowana w niejasnych okolicznościach. Dwadzieścia siedem lat później miastem wstrząsa zaginięcie kolejnej nastolatki – Liwii Dembskiej, córki prominentnego polityka. Czy te zdarzenia coś łączy?
Wyd. W.A.B., Warszawa 2026, 54,99 zł



Paulina Smaszcz „Jak kochać i pracować, by nie zwariować”
Autorka pisze jak po rozstaniach, kryzysach i utracie zaufania spróbować odbudować więź między kobietą i mężczyzną. Instrukcja obsługi dla wszystkich, którzy chcą odnaleźć balans w chaosie. To szczera i bolesna opowieść o komunikacji, która daje odwagę, by zacząć od nowa. To książka o relacjach w emocjonalnym chaosie.
Wyd. Chmury, Warszawa 2026, 65,00 zł



Anna Stryjewska „Syn Wiatru. Bękart”
Po śmierci bliskich Szymon trafia do domu dziecka, do świata rządzącego się własnymi prawami, gdzie po raz kolejny poznaje smak przyjaźni i rodzącego się uczucia. „Bękart” to historia o chłopcu, który, choć traktowany często przedmiotowo, chłonie każdy gest i każde słowo dorosłych ucząc się dzięki nim, jak przetrwać i jak walczyć o siebie.
Wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2026, 49,90 zł



Lucy Maud Montgomery „Emily ze Srebrnego Nowiu”
Klasyka literatury dziecięcej i młodzieżowej w przekładzie Anny Bańkowskiej – której nowe tłumaczenie zachwyciło czytelników. Po śmierci ojca 10-letnia Emily trafia do Srebrnego Nowiu, domu rodziny zmarłej matki. Surowa ciotka Elizabeth, serdeczna Laura i wujek Jimmy, poeta o wielkim sercu, tworzą świat pełen sprzecznych reguł.
Wyd. Marginesy, Warszawa 2026, 64,90 zł

Aneta Krasińska „Wiosna w Ciechocinku”
W II tomie serii „Cztery pory roku” autorka zaprasza czytelników do skrzącego się kolorami wiosny Ciechocinka, gdzie olbrzymie, nasiąknięte ożywczą solanką tężnie są niemymi świadkami historii, potrafiącymi zgrabnie łączyć ludzi ponad podziałami. Pachnąca wiosną opowieść o poświęceniu na rzecz drugiego człowieka.
Wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2026, 49,90 zł

Artur Górski „Byłem w kolumbijskim więzieniu”
Krwawe porachunki za przyzwoleniem strażników, broń palna w celach, handel narkotykami, wszechobecna korupcja - oto La Picota, jedno z najcięższych więzień świata; zakład karny, do którego trafiają największe „gwiazdy” międzynarodowego podziemia kryminalnego. Autor przybył do tego miejsca, aby spotkać się z osadzonym tu Polakiem.
Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2026, 49,99 zł

Joanna Jax „Nadzieja i tęsknota. Rozstanie”
Po rozbiorze Rzeczpospolitej i porażce insurekcji kościuszkowskiej Miłosz i Aleksandra próbują pogodzić się z utratą ojczyzny i starają się ułożyć sobie życie w rodzinnym domu Miłosza, w Kamieńcu. Siostra Aleksandry usiłuje zaś odzyskać córkę uprowadzoną przez swoją szwagierkę. Gdy jej próby kończą się fiaskiem, zaczyna popadać w obłęd.
Wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2026, 52,90 zł

Sarah Wynn-Williams „Bezwzględni. O władzy, chciwości i upadku ideałów największego portalu społecznościowego”
Sarah przez ponad rok walczyła o pracę w tej firmie. Nie wiedziała jeszcze, co skrywa się za wzniosłymi ideałami jednego z największych gigantów technologicznych na świecie. Osiem lat po odejściu z Facebooka ujawnia całą prawdę o pracy u boku Marka Zuckerberga.
Wyd. Znak JednymSłowem, Kraków 2026, 59,99 zł

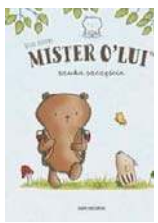
Jane Austen „Duma i uprzedzenie”
Przyszedł czas, by Bennetowie wydali za mąż pięć córek. Niestety, w okolicy trudno o odpowiednich kandydatów na męża. Po sąsiedzku pojawia się nowy dzierżawca. Wydana w 1813 roku najsłynniejsza powieść Jane Austen była rewolucyjnym głosem przeciwko małżeństwom z rozsądku i konwencjom społecznym, które mierzyły wartość kobiety wielkością jej posagu.
Wyd. W.A.B., Warszawa 2026, 59,99 zł

Janina Maschke „Myślę szybciej, czuję mocniej. ADHD - przewodnik dla kobiet”
Dopiero współczesne badania pokazują, że dziewczynki i kobiety też zmagają się z ADHD - często w znacznie cichszej, uwewnętrznionej postaci. W efekcie wiele kobiet funkcjonuje przez lata bez właściwej diagnozy, próbując dopasować się do świata, który nie rozumie ich sposobu działania.
Wyd. Zwierciadło, Warszawa 2026, 59,90 zł

Do poczytania dla dzieci

Sylwia Bekier-Wojciechowska „Julek i dziura w budżecie”
Kiedy w domowym budżecie pojawia się tajemnicza dziura, Julek razem z przyjaciółką Dusią i szczurzycą Ratką ruszają na pełną humoru i przygód misję. Po drodze dowiedzą się, dlaczego czasem mamy więcej, a czasem mniej pieniędzy, jak mądrze planować wydatki, czym są oszczędności i jak odróżniać potrzeby od zachcianek.
Wyd. Zielona Sowa, Warszawa 2026, 30,00 zł

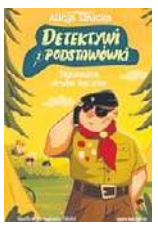
Małgorzata Strękowska-Zaremba „Detektyw Kefirek i pierwszy trup”
Teoś Kefirek to dziesięciolatek, który marzy o karierze detektywa. Gdy nadarza się okazja do przeprowadzenia śledztwa, rusza energicznie do działania. Towarzyszy mu przyjaciel Dominik, a przeszkadzają Młodszy, Bartuś i wścibska Karolina. Chłopcy próbują rozwikłać sprawę włamania do domu sąsiadki.
Wyd. Zielona Sowa, Warszawa 2026, 34,99 zł



Siefert Silke „MISTER O’LUI™ szuka szczęścia”
Mister O’Lui ma ładny domek, kanapki z żółtym serem i marmoladą oraz codzienny kubek ukochanego kakao. Pewnego dnia zapytany o szczęście, popada w zadumę. Zaczyna się zastanawiać, czy naprawdę jest w pełni szczęśliwy. Postanawia poszukać szczęścia! Historia zachęca dzieci do myślenia o szczęściu i relacjach.
Wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2026, 49,90 zł

Maciek Marcisz „Przedszkole przytulanek. Lekcja pocieszania”
Zastanawiasz się czasem, co robią twoje pluszaki, kiedy idziesz do przedszkola? Wyobraź sobie, że istnieje magiczny świat, w którym one też chodzą do przedszkola. Tylko do swojego! To przedszkole przytulanek. Zdobywają tam różne umiejętności potrzebne przytulankom i przeżywają zwariowane przygody!
Wyd. Wilga, Warszawa 2026, 29,99 zł

Kairi Look „Piia Pierniczek i bandyci”
Piia Pierniczek mieszka przy alei Topolowej 5. Jej szczęśliwe dotąd życie staje w na głowie - rodzina dziewczynki wkrótce się powiększy, a Piia zostanie starszą siostrą... trojaczków! Kiedy nowi Pierniczkowie pojawiają się w domu, zaczynają dziać się bardzo dziwne rzeczy. Maczają w tym palce Jack - amator miodu, banda niedźwiedzi i podejrzani sąsiedzi.
Wyd. Widnokrąg, Piaseczno 2026, 46 zł



Alicja Sinicka „Detektywi z podstawówki. Tajemnica druha Bączka”
Kasia, Karol i Wojtek wraz z harcerzami wyjeżdżają na kemping do lasu. Wita ich druh Bączek, dowódca zastępu harcerzy. Detektywi zauważają, że mężczyzna często opuszcza kemping w białej furgonetce twierdząc, że ma do załatwienia ważne sprawy. Na kempingu znika cenny rower elektryczny jednej z harcerek...
Wyd. Znak, Kraków 2026, 69,99 zł

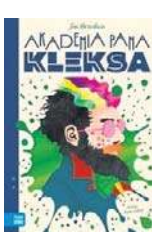
Opr. zbior. „Siostry Niezapominajki. Złoty smok”
Sara gra w turnieju sportowym, Kasjopeja pisze opowiadanie na konkurs, a Lucilla pomaga w schronisku dla zwierząt. I właśnie wtedy orientują się, że z miejskiego parku zniknęła rzeźba smoka, którą uznawały za totem swojego Klubu Trzech Sióstr! Kto ją ukradł? Rozpoczynają śledztwo, które doprowadzi je do ciekawych wniosków.
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 49,99 zł

Christophe Cazenove „Kumpelki. Tom 12. Kumpelki bez granic”
Kiedy rodzice Mélanie przyjmują pod dach rodzinę syryjskich imigrantów do grona kumpelek dołącza Malika, utalentowana nastolatka z Syrii, tęskniąca za ojczyzną, a jednocześnie ciekawa nowego kraju. Malika chce się uczyć od swoich nowych koleżanek, ale bardziej prawdopodobne jest, że będzie odwrotnie!
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 34,99 zł

Olivier Bocquet „Frnck. Tom 10. Wehikuł czasu”
Minęło ponad dziesięć lat, odkąd Franck i jego towarzysze uciekli z prehistorii tuż przed uderzeniem w Ziemię meteorytu. W tym czasie Franck stał się prawdziwą gwiazdą telewizji. Ma tylko jedno pragnienie: wrócić do prehistorii i odnaleźć Kenzę. By to zrobić, trzeba ukraść wehikuł czasu, który buduje firma Timelapse!
Wyd. Egmont, Warszawa 2026, 34,99 zł

Rich Penelope „Psie historie. Prawdziwe opowieści o bohaterskich psach”
Wyjątkowy zbiór prawdziwych opowieści o psiej odwadze, lojalności i inteligencji. Na kartach tej książki poznasz 30 psów z całego świata – czasami niezwykle utalentowanych, kiedy indziej dzielnych bądź sprytnych. Wszystkie mają do opowiedzenia naprawdę niesamowite historie.
Wyd. Zielona Sowa, Warszawa 2026, 40,00 zł

Marta Krzemińska „Hela i pierogi”
Czy Hela jest kosmitką? Nie! Jest neuroatypowa. Hela musi „coś” zrobić z pierogami, których nie dała rady zjeść. Nie może ich tak po prostu zostawić na talerzu. Jej siostra Amelka mówiła, że na pewno tyle nie zje. Nie chce od niej usłyszeć: „A nie mówiłam?”. Najważniejsze to mieć dobry plan. I nie działać pod wpływem nagłego impulsu...
Wyd. Zielona Sowa, Warszawa 2026, 30,00 zł



Jan Brzechwa „Akademia Pana Kleksa”
To jedna z najpopularniejszych polskich powieści dla dzieci i młodzieży. Piękne wydanie w twardej oprawie sprawi, że czytelnicy w każdym wieku z przyjemnością sięgną po lekturę, a nowoczesne ilustracje umilą czytanie i pomogą wyobraźni przenieść się do świata fascynujących historii. W tej akademii żyje się jak w bajce!
Wyd. Zielona Sowa, Warszawa 2026, 44,99 zł

eprasa.pl c7f496ed67

Usługi

MONTAŻOWE

ROLETY ATRAKCYJNE CENY.
Producent „GARDA" tel. 52/372-04-04

PORZĄDKOWE

PRANIE kanap, dywanów 722056240

REKLAMA 0011486120

Zieleń Miejska
Zakład Pogrzebowy
UL. CZARTORYSKIEGO 13
24h / 7 - 52 324 99 99
WŁASNE KREMATORIUM

0011503369

Panu Rafałowi Bruskiemu
Prezydentowi Miasta Bydgoszczy

wyrazy głębokiego współczucia oraz wsparcia i otuchy
z powodu śmierci

Ś † P

Taty

składają
członkowie Rady Nadzorczej
Bydgoskiego Towarzystwa
Budownictwa Społecznego Sp. z o.o.

0011503349

Panu Rafałowi Bruskiemu
Prezydentowi Miasta Bydgoszczy

wyrazy głębokiego współczucia oraz wsparcia i otuchy
z powodu śmierci

Ś † P

Taty

składają
Zarząd oraz pracownicy
Bydgoskiego Towarzystwa
Budownictwa Społecznego Sp. z o.o.

0011503011

„Jak trudno żegnać na zawsze Kogoś,
kto jeszcze mógł być z nami"

Z wielkim smutkiem przyjęliśmy wiadomość
o nagłej śmierci Naszego Kolegi

ś†p

Tomasza Rybki

wieloletniego kierownika pracowni elektrycznej,
doświadczonego fachowca, zawsze życzliwego
i gotowego do pomocy Człowieka Teatru

Łączymy się w smutku z pogrążoną w żałobie

Rodziną,

której składamy
wyrazy szczerego współczucia.

Dyrekcja i Pracownicy
Opery Nova w Bydgoszczy

0011503154

„Ci, których kochamy, nigdy nie odchodzą naprawdę".

Panu

Rafałowi Bruskiemu

Prezydentowi Miasta Bydgoszczy

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci ukochanego

Taty

Składamy najszczersze wyrazy współczucia i słowa wsparcia w tych trudnych chwilach.
Życzymy siły i otuchy, które pozwolą przetrwać czas żałoby.

Przewodnicząca
Rady Miasta Bydgoszczy

Radni Rady Miasta Bydgoszczy

0011502987

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko"

W trudnych chwilach pożegnania

Ukochanego Taty

łączymy się w smutku i żałobie z Panem

Rafałem Bruskim

Prezydentem Bydgoszczy.

Otaczając modlitwą i wspierającą myślą,
przekazujemy

Rodzinie i Bliskim

wyrazy głębokiego współczucia.
Niech pamięć o Zmarłym trwa na zawsze.

Zastępcy Prezydenta Miasta Bydgoszczy
wraz ze współpracownikami z Urzędu Miasta Bydgoszczy

0011502877

„Złote serce miałeś, od życia dużo nie chciałeś,
ale zawsze z czułością o nas dbałeś i tak gorąco nas kochałeś.
Na zawsze pozostaniesz w naszych sercach"

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 27 marca 2026 r. odszedł od nas
Nasz Kochany Mąż, Tata, Teść i Dziadek

ś†p

Jerzy Cemke

lat 83

Ceremonia pogrzebowa wraz z Mszą odbędzie się 1 kwietnia 2026 r. o godzinie 11.30 (różaniec 11.00)
na cmentarzu parafialnym przy ul. Kossaka w Bydgoszczy.

W smutku pogrążona

Rodzina

0011503006

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 29.03.2026 r. zasnęła w Bogu
nasza kochana Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia

ś†p

Anna Pokrątka

lat 95

Pogrzeb wraz z mszą św. żałobną odbędzie się
dnia 1.04.2026 r. o godz. 14.00
na cmentarzu NSPJ przy ul. Ludwikowo.

W smutku pogrążona

Rodzina

0011502841

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że odszedł na wieczny spoczynek
nasz pracownik

Rafał Rębisz

Rodzinie i Bliskim

wyrazy głębokiego współczucia
składają

Zarząd i Pracownicy
Miejskich Zakładów Komunikacyjnych
Spółka z o.o. w Bydgoszczy

eprasa.pl c7f496ed67

Rozumiem, że nie każdy zarabia kokosy, ale żeby tak na wysypisku śmieci mieszkać?

Klaudia El Dursi na Instagramie o swych wrażeniach ze zwiedzania Tajlandii Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Grażyna Szapołowska nie złamała przepisów
Pudelek wyśledził aktorkę, jak wybrała się na zakupy w śródmieściu stolicy. Dystyngowana gwiazda sama musiała sobie poradzić z dźwiganiem pakunków. Dziarskim krokiem wędrowała od sklepu do sklepu i w końcu wróciła do auta, które tym razem zaparkowała zgodnie z przepisami.
To mercedes, który kosztuje ok. 200 tys.

Dominika Gawęda opowiada o rozstaniu
Wokalistka Blue Cafe udzieliła wywiadu Gosia Ohme Podcast i opowiedziała o rozstaniu z Maciejem Szczepanikiem z zespołu Pectus. – Pewnego dnia się obudziłam i stwierdziłam: jesteś nieszczęśliwa, musisz coś z tym zrobić – powiedziała. I dodała: – To była wspólna decyzja i o tyle było nam łatwiej.

Karolina Gilon kocha sprzedawcę warzyw
Prezenterka chętnie udziela się w mediach społecznościowych. Ostatnio odpowiadała w internecie na pytania, które zadawali jej fani. Jedno z nich dotyczyło pracy jej partnera Mateusza Świerczyńskiego.
– Mati zawodowo zajmuje się sprzedawaniem warzyw w firmie, która robi importy, eksporty. Współpracuje z ludźmi, którzy mają swoje uprawy na przykład brokuła, kalafiora i z nimi robi biznesy, chodzi o całe tiry warzyw. Na drugim etacie jest jeszcze super tatą – powiedziała na InstaStories.
(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa

W TELEWIZJI

Sherlock Holmes: Gra cieni
TVN Fabuła, 20:00
Genialny detektyw Sherlock Holmes (Robert Downey Jr.) staje przed trudnym wyzwaniem. Okazuje się, że istnieje człowiek, który dorównuje mu błyskotliwością i bystrością umysłu. Jest nim bezwzględny i przebiegły profesor James Moriarty.

Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka
Kino Polska, 20:00
Kinowy film Jerzego Gruzy, nawiązujący do serialu „Czterdziestolatek". Inżynier Stefan Karwowski (Andrzej Kopiczyński) zostaje wytypowany do programu telewizyjnego i nawiązuje romans z piosenkarką Ireną Orską (Irena Jarocka).

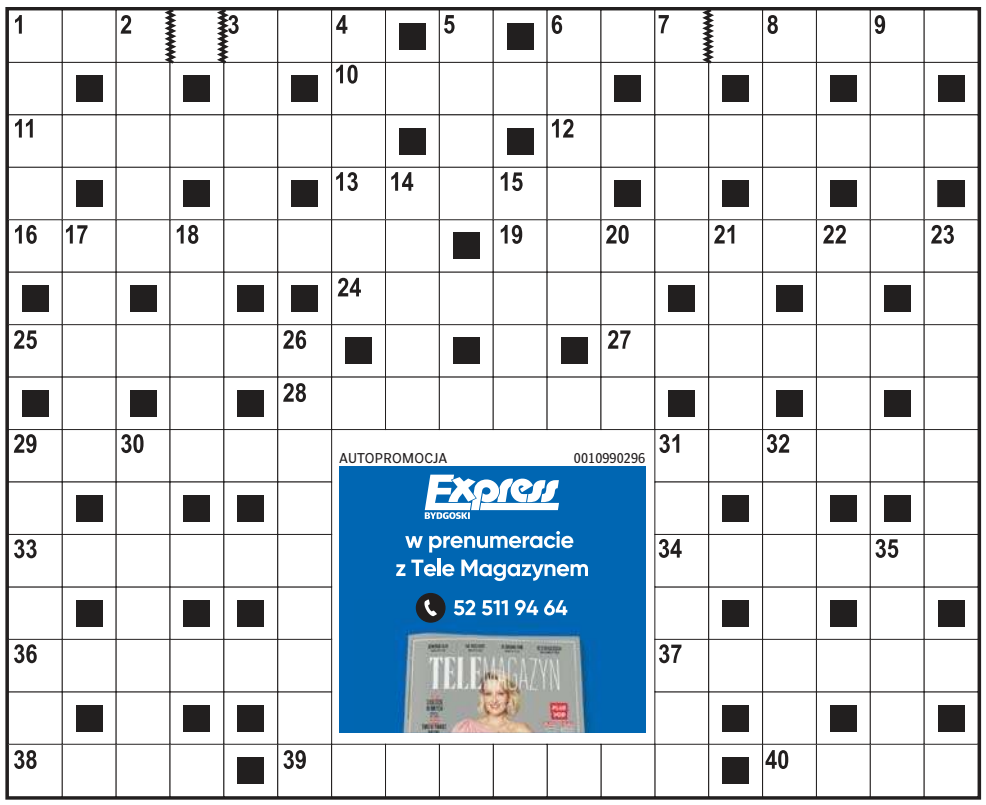
Piłka nożna: Eliminacje Mistrzostw Świata strefy UEFA
TVP 1, 20:35
Polska po wygranym meczu z Albanią, zmierzy się w finale baraży ze Szwecją. Zagrają na stadionie w Solna pod Sztokholmem. To wielki finał, którego stawką jest udział w tegorocznym mundialu.

Bez stałego adresu – Bob Dylan
TVP Kultura, 23:35
Film będący podróżą do początków kariery muzycznej Boba Dylana, legendarnego kompozytora i wykonawcy. Narratorem jest sam muzyk, który otwarcie opowiada, jak doszło do jego sukcesu w 1966 roku.

KRZYŻÓWKA NR 49

Poziomo:
1) bohaterowie czeskiej animacji „Sąsiedzi",
6) film w reżyserii Wojciecha Smarzowskiego,
10) spory ubytek w murze,
11) Józef …, pseudonim Stefana Żeromskiego,
12) zeszyt do robienia zapisków,
13) grecka wyspa kojarzona z Kolosem,
16) miasto z piosenki Ewy Demarczyk,
19) … Karpiel-Bułecka, piosenkarz i muzyk,
24) instrument Carlosa Santany,
25) rasa kaczki z Azji,
27) ostry występ na powierzchni przedmiotu,
28) komplet naczyń stołowych,
29) mieszkaniec kraju z Duszanbe,
31) europejskie księstwo,
33) Herkules, detektyw z książek Agathy Christie,
34) stos desek lub żelastwa,
36) religijna ceremonia, obrzęd,
37) ustawodawcza w gestii Sejmu,
38) jadalny skorupiak morski,
39) lek przeciwzapalny,
40) zbiornik jak dawny czołg.

Pionowo:
1) dramat kryminalny w reżyerii Agnieszki Holland,
2) znak rodowy Indian,
3) rzadko używa mydła,
4) masa serowa z kwaśnego mleka,
5) dawna osada obronna,
6) partner w tańcu,
7) morski głowonóg dostarczający sepii,
8) zespół ośmiu muzyków,
9) krach majątkowy, bankructwo,
14) osiłkowi w żłoby dano,
15) bierze udział w regatach wioślarskich,
17) dzielnica Gdańska z katedrą,
18) umowa o pracę dla aktora,
20) „… ludzi umarłych", nowela Marka Hłaski,
21) tkanka tłuszczowa zwierząt,
22) wyspa jak model Seata,
23) uśpienie przed operacją,
26) pudełko na kosztowności,
29) w ekwipunku strażaka,
30) najmłodsze pokolenie, potomstwo,
31) publiczne zebranie, mityng,
32) uchybienie towarzyskie, faux pas,
35) piąta część kopy.



ROZWIĄZANIE NR 48

K	A	R	A	B	E	L	A	■	■	S	A	M	O	G	R	A	J	
A	■	O	■	O	■	■	N	U	D	A	■	■	L	■	E	■	A	
K	■	U	■	G	U	S	T	■	■	M	O	P	S	■	F	■	M	
T	U	R	K	U	■	S	Y	M	B	O	L	■	T	U	R	Y	N	
U	■	K	■	S	T	A	L	■	■	C	Z	A	R	■	E	■	I	
S	K	E	C	Z	■	K	O	N	C	H	A	■	O	Ś	N	I	K	
■	S	■	E	■	A	■	P	■	■	Ó	■	O	■	W	■	G	■	
W	I	E	K	■	B	I	A	Ł	Y	D	O	M	■	I	K	R	A	
■	A	■	I	■	B							Y	■	S	■	C	■	
D	Ż	O	N	K	A							K	O	T	L	E	T	
E	■	B	■	I	■							■	Ł	■	I	■	O	
B	O	C	Z	E	K							S	T	O	P	E	R	
A	■	O	■	R	■							■	A	■	I	■	W	
T	A	Ś	M	A	■							■	R	Z	E	P	A	
A	■	Ć	■	T	A	N	C	M	I	S	T	R	Z	■	Ń	■	R	

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny radzi uważać jednak na pośpiech w rozmowach i drobne nieporozumienia.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój i konsekwencja przyniosą dobre efekty. Horoskop na dziś mówi, że wieczór będzie sprzyjać odpoczynkowi i bliskim relacjom...
Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię więcej kontaktów niż zwykle. Horoskop dzienny na wtorek radzi wykorzystać okazję do ciekawej rozmowy lub nowego pomysłu.
Byk (20.04 - 20.05)
Emocje będą dziś silniejsze, ale intuicja Cię nie zawiedzie. Horoskop dzienny radzi zadbać o swój komfort i nie przekraczać granic.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja energia będzie przyciągać ludzi i dobre okazje. Horoskop na dziś podpowiada, by działać śmiało, lecz nie ignorować cudzych potrzeb.
Rak (22.06 - 22.07)
To dobry moment na uporządkowanie spraw i planów. Horoskop dzienny na wtorek zapowiada, że mały detal może zmienić bardzo wiele.
Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci tam, gdzie ostatnio było napięcie. Horoskop dzienny wróży, że w uczuciach możliwa miła i ciepła niespodzianka...
Panna (23.08 - 22.09)
Warto zaufać przeczuciu, zwłaszcza w ważnej sprawie. Horoskop na dziś przypomina, że nie wszystko wymaga natychmiastowej reakcji.
Waga (23.09 - 22.10)
Dobry dzień na ruch, podróż lub nową inspirację. Horoskop dzienny na wtorek radzi uważać jedynie, by nie obiecać zbyt wiele.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Praktyczne podejście da Ci przewagę i spokój. Horoskop dzienny zapowiada, że wieczorem znajdziesz chwilę na zasłużony oddech.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Nieoczekiwany zwrot wydarzeń może wyjść Ci na korzyść, ale horoskop na dziś radzi zachować otwartość i odrobinę dystansu.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Twoja wrażliwość pomoże dziś komuś bliskiemu. Horoskop dzienny na wtorek to wskazówka, by jednak zadbać też o własne potrzeby.

Express BYDGOSKI
www.express.bydgoski.pl
Redaktor naczelna **Alicja Polewska**
Prezes Makroregionu **Marek Ciesielski**
Dyrektor biura reklamy oddziału **Agnieszka Perlińska**
Dyrektor marketingu oddziału **Katarzyna Jabłońska**
Redakcja, ul. Zamoyskiego 2, 85-063 Bydgoszcz
tel. 523263100
redakcja@express.bydgoski.pl
Druk Polska Press Oddział Poligrafia
85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229
POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.**
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

eprasa.pl c7f496ed67

Cel na dziś – strzelić jednego gola więcej od Szwedów

Jakub Jabłoński
redakcja#@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Przed Biało-Czerwonymi pozostał już tylko jeden krok do mundialu i jedno zadanie: strzelić o jednego gola więcej od Szwedów i wywalczyć bilet na mundial w USA, Kanadzie i Meksyku.**

Problem w tym, że niewiele jednak wskazuje na zwycięstwo Polski przed spotkaniem, które rozpocznie się dzisiaj o godzinie 20.45 na Strawberry Arenie w Solnie pod Sztokholmem. Szwedzi w niezłym stylu rozstrzygnęli półfinał z Ukrainą i są wyraźnymi faworytami bukmacherów. Na niekorzyść Biało-Czerwonych przemawia także historia bezpośrednich starć (28 meczów: 9 zwycięstw, 4 remisy i aż 15 porażek). Ponadto ostatni triumf ze Szwecją na jej terenie miał miejsce ponad 95 lat temu.

Tyle że to nie jest czas na rozpamiętywanie. Rozczarowujący styl Biało-Czerwonych w meczu z Albanią trzeba jak najszybciej zostawić za sobą. Cel został przecież osiągnięty: po golach Roberta Lewandowskiego i Piotra Zielińskiego reprezentacja Polski awansowała do finału baraży o mistrzostwa świata 2026. Jan Urban wraz ze sztabem musi po prostu szybko wprowadzić korekty personalne i w ustawieniu, przede wszystkich w defensywie, która była naszą najsłabszą formacją w czwartek na PGE Narodowym w Warszawie.

A jeśli już odwoływać się do przeszłości, to najlepiej niespecjalnie odległej. Ostatnim meczem bezpośrednim ze Szwedami było finałowe spotkanie baraży o udział w mistrzostwach świata 2022 w Katarze. Na Stadionie Śląskim w Chorzowie podopieczni ówczesnego selekcjonera Czesława Michniewicza wygrali 2:0 po trafieniach niezawodnego duetu Lewandowski – Zieliński, kontrolując tę rywalizację przez znakomitą większość czasu jej trwania.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Po golach Roberta Lewandowskiego i Piotra Zielińskiego reprezentacja Polski awansowała do finału baraży

W obecnej kadrze na baraże do MŚ 2026 powołanej przez selekcjonera Urbana znalazło się aż jedenastu zawodników, którzy zagrali wówczas w Chorzowie, z czego siedmiu wystąpiło od pierwszej minuty. Po stronie Szwedów nie zagra dziś natomiast kontuzjowany napastnik Liverpoolu Alexander Isak, który w tamtym spotkaniu wystąpił od pierwszej minuty i straszył Wojciecha Szczęsnego.

A to nie jest jedyny problem kadrowy rywali przed kolejnym starciem z Polską – po ostatnim meczu z Ukrainą kadrę opuścił także obrońca Isak Hien, kluczowy gracz drużyny selekcjonera Grahama Pottera. Kłopot gospodarzom mogą wieczorem sprawić także nasi kibice, których grupa będzie wspierać wybrańców trenera Urbana – nawet do 1800 osób, które zajmą miejsca w sektorze gości na Strawberry Arenie mieszczącej maksymalnie 65 tysięcy widzów. Powinni być więc słyszalni i dawać wsparcie naszym zawodnikom. Warto w tym miejscu dodać, że reprezentacyjny obiekt Skandynawów wyposażony jest w hybrydową murawę (połączenie naturalnej i sztucznej trawy), a na prośbę piłkarzy obu reprezentacji dach zostanie otwarty.

Do składu Biało-Czerwonych wraca pauzujący z Albanią za nadmiar żółtych kartek Nicola Zalewski. Bardzo prawdopodobne jest także roszada w defensywie – miejsce Tomasza Kędziory w wyjściowym składzie powinien zająć Przemysław Wiśniewski. Cieszący się dużym zaufaniem selekcjonera reprezentacji Polski stoper Widzewa, który zadebiutował w kadrze przeciwko Holandii, ma lepsze warunki fizyczne od konkurenta i jest szybszy. A ktoś właśnie o takiej charakterystyce byłby najlepszy do powstrzymania rewelacyjnego Viktora Gyokeresa – autora hat-tricka przeciwko Ukrainie.

Z góry wiadomo, że w przypadku awansu reprezentacja Polski rywalizować będzie w grupie z Tunezją, Holandią i Japonią. W mediach pojawiło się już potencjalne miejsce pobytu kadrowiczów w USA – mowa o Teksasie, blisko którego znajduje się Meksyk, gdzie Biało-Czerwoni rozegraliby pierwszy mecz w finałach mistrzostw świata – przeciwko Tunezji.

Co, jeśli się nie powiedzie? Wówczas Lewandowski może zdecydować o zakończeniu reprezentacyjnej kariery, co wiązałoby się z totalną zmianą filozofii gry naszej drużyny narodowej. A być może także z roszadą na stanowisku selekcjonera... Stawka spotkania w Solnie jest zatem ogromna.

Transmisję meczu ze Szwecją przeprowadzi publiczny nadawca w TVP 1 i TVP Sport (a także na stronie tvpsport.pl i w aplikacji mobilnej) od godziny 20.45. Komentują Jacek Laskowski i Robert Podoliński. ©℗

Iga Świątek coraz niżej w światowym rankingu. Wypadła z podium

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

TENIS. **W najnowszym rankingu tenisistek Iga Świątek spadła z trzeciego na czwarte miejsce. Polkę wyprzedziła Amerykanka Coco Gauff. Na prowadzeniu wciąż Aryna Sabalenka.**

Białorusinka w sobotnim finale turnieju WTA 1000 w Miami pokonała w trzech setach Gauff. 28-letnia zawodniczka obroniła tym samym tytuł i skompletowała „Sunshine Double", czyli w jednym sezonie wygrała następujące po sobie imprezy w Indian Wells i w Miami. Amerykanka po raz pierwszy dotarła do finału turnieju na Florydzie, dzięki czemu znacząco powiększyła dorobek punktowy, który pozwolił jej wyprzedzić Świątek. Raszynianka w tym roku spisała się w Miami wyjątkowo słabo, odpadając już w drugiej rundzie. Do Gauff traci jednak w rankingu WTA tylko 15 punktów.

Drugie miejsce utrzymała Kazaszka Jelena Rybakina. Spadek o jedną pozycję odnotowała Magdalena Fręch, która obecnie jest w zestawieniu 38., a Magda Linette spadła z 50. na 57. miejsce. W drugiej setce rankingu znajdują się trzy polskie tenisistki: 132. miejsce zajmuje Katarzyna Kawa, 133. Maja Chwalińska, a 154. Linda Klimovicova.

Najbliższym turniejem, w którym wystąpi Świątek, będą zawody w Stuttgarcie, rozgrywane w dniach od 13 do 19 kwietnia. Będzie to pierwszy w tym roku turniej na nawierzchni ziemnej. Świątek aktualnie pozostaje bez trenera, po tym jak w ubiegłym tygodniu postanowiła zakończyć współpracę z belgijskim szkoleniowcem Wimem Fissette'em.

W rankingu ATP awans zanotowali dwaj najlepsi aktualnie polscy tenisiści – Kamil Majchrzak i Hubert Hurkacz. Pierwszy awansował z 57. na 53. pozycję, drugi z 75. na 72. lokatę. Hurkacz – podobnie jak Świątek – szuka trenera. W ubiegłym tygodniu Wrocławianin rozstał się z chilijskim trenerem Nicolasem Massu. ©℗

FOT. JAKUB PIKULIK

W poniedziałkowym notowaniu rankingu tenisistek Iga Świątek spadła z trzeciego na czwarte miejsce

W polskich skokach idą zmiany. Co z trenerem kadry narodowej?

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. **Rozmawiamy z Rafałem Kotem, członkiem zarządu Polskiego Związku Narciarskiego, byłym fizjoterapeutą reprezentacji i Adama Małysza.**

Sezon 2025/2026 w skokach narciarskich przeszedł do historii. Jaki to był sezon?
Słodko-gorzki. Igrzyska olimpijskie nawet przerosły nasze oczekiwania, modliliśmy się choćby o jeden medal, w który i tak mało kto wierzył, a przywieźliśmy aż trzy. Do plusów należy zaliczyć objawienie sezonu, Kacpra Tomasiaka, który te trzy krążki zdobył. Bardzo dobrze zaprezentował się też w Pucharze Świata. Jak na pierwszy sezon tak młodego skoczka, wszystko, co osiągnął, jest wielkim wyczynem.

Minusy?
To, co się działo przed igrzyskami, mam na myśli mistrzostwa świata w lotach, ale też po igrzyskach. Dokończenie sezonu w Pucharze Świata było bardzo słabe i tutaj nie ma co pudrować rzeczywistości, że było źle. Takie samo zdanie ma zresztą trener Maciej Maciusiak, który wyraźnie powiedział, że poza igrzyskami sezon wypadł poniżej oczekiwań.

Maciusiak pozostanie zatem trenerem reprezentacji Polski?
Mogę przypuszczać, że tak. Sam przyznaje, że wie, gdzie popełniono błędy, gdzie należy szukać poprawy i gdzie pozostajemy z tyłu ze sprzętem czy techniką. Myślę, że otrzyma szansę dalszego poprowadzenia kadry.

Kiedy zapadnie ostateczna decyzja?
Podsumowanie sezonu odbędzie się zaraz po świętach. Wtedy zbierze się zarząd związku. Adam Małysz poczynił też już pierwsze rozmowy podczas zakończenia sezonu w Planicy.

Media spekulują, że w roli doradcy trenera związku może zostać zatrudniony były szkoleniowiec naszej reprezentacji Stefan Horngacher. Rozważacie taką kandydaturę?
Nie wypowiadamy się na ten temat. Jeśli jakieś sprawy są prowadzone, to prowadzi je prezes Małysz i jeśli będzie coś na rzeczy oraz zapadną ustalenia, to on ogłosi je publicznie.

Maciusiak potrzebuje takiego wsparcia?
Prezes musi porozmawiać z trenerem, czy on widzi taką współpracę, skoro odpowiedzialność za wyniki bierze na siebie. Jeżeli będzie taka otwartość na współpracę, zobaczymy, jak to się ułoży. Na razie żadne decyzje nie zapadły.

A może warto dać szansę na poprowadzenie pierwszej reprezentacji Wojciechowi Toporowi, trenerowi kadry B, który do minionego sezonu tak świetnie przygotował Kacpra Tomasiaka?
Na ten moment takiej dyskusji nie ma.

W samym sztabie dojdzie do jakichś zmian?
Będziemy o tym rozmawiać. ©℗

eprasa.pl c7f496ed67

SPORT

www.sportowy24.pl

ŻUŻEL
Speedway Grand Prix na antenie Eurosportu
Eurosport wprowadza od początku kwietnia dwa nowe kanały. „Eurosport 3 pokaże wszystkie rundy Speedway Grand Prix" - informuje koncern Warner Bros. Do tej pory rywalizacja o miano najlepszego żużlowca świata transmitowana była przede wszystkim w kanałach kodowanych lub w streamingu, w ostatnim sezonie trzeba było wykupić specjalny pakiet w HBO MAX, tylko polskie rundy były pokazywane w otwartym kanale TTV.

FOT. JAROSŁAW PABIJAN

PIŁKA NOŻNA
Grali rywale Olimpii Grudziądz
W ostatnim meczu 25. kolejki Betclic 2. Ligi Resovia pokonała 3:1 Świt. Spotkanie nie miało wpływu na układ miejsc w czołówce tabeli. Liderem jest Unia (55 pkt.) przed Olimpią (47) i Wartą (45).

Były rekordy i emocje. Świat zobaczył piękne oblicze Pomorza i Kujaw

Joachim Przybył
joachim.przybyl@polskapress.pl

LEKKOATLETYKA. **Podsumowali HMŚ Kujawy Pomorze 26. „Fantastyczne, dopracowane wydarzenie".**

World Athletics ogłosiło Halowe Mistrzostwa Świata Kujawy Pomorze 26 za najlepsze halowe mistrzostwa świata w historii. Nigdy dotąd nie padło na tej imprezie tak wielu wartościowych wyników, pobito jeden rekord świata (drugi został wyrównany), sześć rekordów mistrzostw, 12 najlepszych wyników na świecie, 46 rekordów krajowych i 174 rekordy życiowe. Goście z całego świata chwalili organizację, zaangażowanie kibiców (było ich w hali 20 tysięcy przez trzy dni, wolontariuszy (najmłodszy miał 17 lat, najstarszy 70) oraz uroki Torunia.

- Rekordowy poziom sportowy potwierdził, że Polska jest jednym z centrów światowej lekkiej atletyki – zaznaczył marszałek Piotr Całbecki. - To wydarzenie pokazuje, że Kujawsko-Pomorskie nie tylko potrafi zorganizować wydarzenie sportowe na najwyższym poziomie, ale robi to integrując całe społeczeństwo i inspirując młode pokolenia. Znakomici sportowcy, niesamowici kibice, poprzedzające mistrzostwa sztafety, które dostarczyły ogromnych emocji – to było prawdziwe święto sportu!

- Byłem na wielu imprezach sportowych na całym świecie, widziałem organizację na najwyższym poziomie, ale szczerze mówiąc – nie spodziewałem się, że to właśnie my stworzymy tak fantastyczne, dopracowane w każdym detalu wydarzenie. Udowodniliśmy, że jesteśmy prawdziwą stolicą lekkoatletyki – mówił dyrektor HMŚ Krzysztof Wolsztyński.

HMŚ Kujawy Pomorze 26 miały wypromować region Pomorza i Kujaw. Samorząd województwa liczy, że uda się zwiększyć ruch nie tylko w tych największych centrach turystycznych jak Toruń czy Bydgoszcz.

Ponad 70 nadawców transmitowało zawody w ponad 130 krajach, a platforma streamingowa World Athletics+ zapewniła globalny dostęp do wszystkich sesji. Akredytowanych było 280 dziennikarzy i fotografów, a w mix zonie przeprowadzono 1100 wywiadów. Ekwiwalent reklamowy po HMŚ szacowany jest na ponad 25 mln zł.

- To wydarzenie stanowiło dla nas wspaniałą okazję, aby dotrzeć do gości z całego świata i zaprezentować potencjał turystyczny regionu. W strefie kibica odbyliśmy kilka tysięcy rozmów, prezentując konstelacje dobrych miejsc i zachęcając do odwiedzania lokalnych atrakcji. Wiele osób skorzystało z naszych wskazówek, chętnie zabierało materiały promocyjne i ruszało, aby poznać województwo. Była to doskonała okazja nie tylko do pokazania potencjału regionu, ale też do budowania jego międzynarodowej marki – podsumował Rafał Frąckiewicz, dyrektor biura Kujawsko-Pomorskiej Organizacji Turystycznej. ©℗

FOT. SŁAWOMIR KOWALSKI

Simon Ehammer pobił rekord świata w 7-boju i był zachwycony atmosferą w toruńskiej hali

KRÓTKO

ŻUŻEL
Dwa turniejowe zwycięstwa mistrzów Polski
Robert Lambert najlepszy w Memoriale Rifa Saitgariejewa w Ostrowie Wielkopolskim. W finale rozprawił się z Bradym Kurtzem i Bartoszem Zmarzlikiem! W turnieju o mistrzostwo Niemiec same zwycięstwa Noricka Bloedorna. W Ostrowie Brytyjczyk przegrał w rundzie zasadniczej z Michaelem Jepsenem Jensenem i Damianem Ratajczakiem, ale klasą dla siebie był w decydujących wyścigach turnieju. Najpierw w ostatniej serii, decydującej o miejscach w finale, pokonał na dystansie dwóch najlepszych zawodników Grand Prix 2025, a w finale jeszcze raz dołożył Brady'emu Kurtzowi i Bartoszowi Zmarzlikowi, tym razem prowadząc już od startu do mety, czwarty był Jensen. Z kolei Norick Bloerdorn w świetnym stylu rozpoczął marsz po mistrzostwo swojego kraju. W pierwszym turnieju na torze w Herxheim nowy żużlowiec „Aniołów" był niepokonany, kolejne miejsca na podium zajęli Kevin Woelbert i Erik Riss. Następne finały zaplanowano na: 27 czerwca (Brokstedt), 3 lipca (Guestrow), 22 sierpnia (Berlin), 29 sierpnia (Stralsund), a w nich zapewne już pojedzie najgroźniejszy rywal, Kai Huckenbeck z Abramczyk Polonii Bydgoszcz, którego zabrakło w Herxheim. Pres Toruń ma jeszcze w planach dwa sparingi z Wilkami Krosno (3 kwietnia w Toruniu i 10 kwietnia na wyjeździe), ale żużlowcy odjadą jeszcze kilka innych turniejów. Patryk Dudek będzie rywalizował o Złoty Kask 6 kwietnia w Opolu, z kolei dwa dni wcześniej w finale Mistrzostw Polski Par Klubowych w Gdańsku Pres wystawi Dudka, Mikkela Michelsena i Emila Sajfutdinowa. **JP**

LOTTO
NIEDZIELA, 29.03
Multi Multi, godz. 22.00
4, 5, 15, 17, 18, 26, 27, 37, 39, 43, 47, 50, 51, 53, 63, 67, 68, 69, [74], 80
Kaskada, godz. 22.00
1, 2, 4, 7, 8, 12, 13, 14, 17, 18, 21, 22
Mini Lotto 1, 13, 17, 24, 33
Ekstra Pensja 1, 2, 8, 15, 27 - 4
Ekstra Premia 7, 11, 14, 21, 26 - 2
PONIEDZIAŁEK, 30.03
Multi Multi, godz. 14.00
5, 6, 9, 14, 21, 26, 29, 30, (43), 46, 48, 50, 55, 58, 59, 65, 73, 74, 77, 78
Kaskada, godz. 14.00
2, 3, 4, 9, 11, 14, 17, 18, 19, 21, 22, 24

Walczyli o zwycięstwo i miejsce w składzie

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

ŻUŻEL. **Max Fricke wygrał 37. Kryterium Asów. Najwięcej emocji wzbudzała jednak rywalizacja seniorów Abramczyk Polonii o miejsce w ligowym składzie.**

Australijczyk z Bayersystem GKM już po czterech seriach startów był pewien zwycięstwa w bydgoskiej imprezie. Zawodnik sprawił sobie świetny prezent na 30. urodziny.

- Fajnie jest wygrać w taki dzień. Świetnie się czuję na torze Polonii, gdzie już w tym roku trenowałem. Szkoda, że w ostatnim starcie zabrakło mocy. Mam nadzieję, że to będzie najlepszy sezon w mojej karierze - powiedział zwycięzca po zawodach.

Miejsca na podium uzupełnili Emil Sajfutdinow i Artiom Łaguta. W tle rywalizacji o wygraną w turnieju seniorzy Polonii walczyli o skład na pierwsze mecze w lidze. Prezes Jerzy Kanclerz postanowił, że w ekipie będzie seniora więcej niż miejsc. Kandydują do nich Krzysztof Buczkowski, Szymon Woźniak, Kai Huckencbeck, Tom Brennan i Aleksandr Łoktajew.

- Dla nas kryterium to nie są tylko towarzyskie zawody. Wiadomo, jaka jest sytuacja w klubie i walczymy o skład. Z jednej strony jest to motywujące, ale są też inne aspekty takiej rywalizacji - mówił pierwszy z nich w trakcie imprezy dla TVP Sport.

FOT. JAROSŁAW PABIJAN

Kai Huckenbeck (kask czerwony) jest pewien miejsca w składzie Abramczyk Polonii. Wiele wskazuje, że ktoś z dwójki Tom Brennan (niebieski) i Aleksandr Łoktajew pierwsze ligowe mecze obejrzy z parkingu

Nawet Wiktor Przyjemski (jest jeszcze juniorem i może ponadto pełnić rolę U24), który jest pewien miejsca w składzie wspominał po turnieju o rywalizacji w drużynie. - Mamy zgrany zespół, fajnie dogadujemy się, ale nie jest łatwo, bo walczymy o skład. Z drugiej strony to nas napędza - powiedział.

Jerzy Kanclerz przekonuje jednak, że postawa w kryterium oraz w sparingach nie zadecyduje o tym, który z seniorów nie wystąpi w pierwszych ligowych spotkaniach. - Turniej i sparingi nie będą miały wpływu na ustalenie składu na mecz z Wilkami i co najmniej kolejne dwa. W 3-4 pierwszych kolejkach pojedziemy tym samym składem, którzy wybierze trener. Zmiana zestawienia co mecz nie ma sensu. Dariusz Śledź pod uwagę będzie brał tylko formę i postawę żużlowców na treningach. Wszystko będzie jasne w czwartek, kiedy ogłosimy skład - mówi prezes bydgoskiego klubu.

Z naszych informacji wynika, że spokojni o początek sezonu mogą być spokojni Woźniak i Huckenbeck. Z pozostałej trójki najwyżej stoją notowania „Buczka", który zimą schudł kilka kilogramów i z dobrej strony pokazał się w turniejach. Wiele zatem wskazuje, że początek sezonu mogą stracić Brennan albo Łoktajew.

Dziś (g. 17) w Bydgoszczy i jutro (g. 16) w Grudziądzu Abramczyk Polonia zmierzy się w sparingach z Bayersystem GKM.

Kibole Elany rozrabiali w Świnoujściu

DS
sport@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Interweniowała policja z armatką wodną i gazem, są pierwsi zatrzymani, a klubowi z Torunia grożą wysokie kary.**

Do feralnych wydarzeń doszło około 65 minuty meczu Flota Świnoujście - Elana. Wtedy gospodarze prowadzili 1:0, co nie nie spodobało się chuliganom w sektorze gości. Najpierw jeden, a potem kilkudziesięciu kolejnych wtargnęło na boisko. Próbowali zerwać jedną z flag Floty w sektorze gospodarzy, co od razu wywołało agresję też z drugiej strony. Mecz przerwano na kilkanaście minut, sytuację uspokoiła dopiero interwencja uzbrojonego po zęby oddziału policji.

- Nie chciałbym komentować tych wydarzeń. Zawsze byłem za tym, aby kibicować piłkarzom zgodnie z zasadami fair play i jest mi przykro, gdy pozasportowe akcenty zakłócają sportowe wydarzenie - mówi nam prezes Elany Toruń Bogdan Rozwadowski.

Zaraz po meczu udało się zatrzymać zaledwie dwóch delikwentów z licznej grupy, która wdarła się na boisko. Komenda Policji z Pomorza informuje jednak, że trwają czynności zmierzające do ustalenia tożsamości i udziału pozostałych osób biorących udział w zamieszkach.

O kolejnych sankcjach może teraz zdecydować Polski Związek Piłki Nożnej, niewykluczone jest zamknięcie trybun Stadionu Miejskiego. Za przerwanie meczu przez swoich „kibiców" Elana może również zostać ukarana finansowo. ©℗

eprasa.pl c7f496ed67