

Siatkówka. CUK Anioły na ekranie.
Powstał serial o siatkarzach **str. 16**



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Dieta wegetariańska ma więcej zalet, niż się spodziewasz.
Spróbujesz? str. 10-11

STRONA
ZDROWIA

NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

Środa
14.01.2026

Nr 10 (16904)
Rok LIX

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

KONTROWERSJE SPRZEDAŻ UŁATWI ROZBUDOWĘ KAMPUSU

UMK bez legendarnej „harmonijki”?

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Jest chętny do kupienia „harmonijki”, jednego z budynków Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w centrum Torunia.

O możliwości sprzedaży legendarnego budynku uniwersyteckiego poinformował rektor UMK profesor Andrzej Tretyn podczas tradycyjnego uczelnianego spotkania noworocznego.

- To informacja dotąd nieujawniana, mogąca zasadniczo wpłynąć na sytuację naszego uniwersytetu. Znalazł się bardzo poważny chętny

do nabycia „harmonijki” - mówił rektor UMK.

Modernistyczny budynek przy Fosie Staromiejskiej został wzniesiony w połowie lat trzydziestych XX wieku, na potrzeby Starostwa Krajowego Pomorskiego i Komunalnej Kasy Oszczędności. „Harmonijką” nazwano go z powodu charakterystycznego wyglądu.

Po II wojnie światowej budynek przekazano uniwersytetowi. Stał się Collegium Minus UMK. Przez lata, do 1999 roku i przeprowadzki do nowego obiektu w kampusie na Bielanach, funkcjonował w nim Wydział Prawa i Administracji. Obecnie zaj-

muje go Wydział Filozofii i Nauk Społecznych.

Od 2008 roku „harmonijka” znajduje się w rejestrze zabytków. Od lat UMK poszukuje kupca na ten budynek.

- Jeśli transakcja dojdzie do skutku i pozyskamy środki ze sprzedaży „harmonijki”, to przystąpimy do rozbudowy Collegium Humanisticum na Bielanach. To będzie około stumilionowa inwestycja - stwierdził profesor Andrzej Tretyn.

Kim jest potencjalny nabywca „harmonijki”? Ta informacja nie została ujawniona. Wiadomo, że rozmowy z nim są zaawansowane. ©
Więcej piszemy na stronie 5



W najbliższych latach znajdująca się przy Fosie Staromiejskiej „harmonijka” być może zmieni właściciela. Jest chętny do kupienia jej od Uniwersytetu Mikołaja Kopernika

Tomasz Citkowski, ratownik medyczny:
Ta aplikacja może uratować życie **str. 2**

200 osób niepełnosprawnych z miasta i powiatu zapisało się na wielki bal w Toruniu **str. 7**

Co dalej z promem Flisak? Polski Rejestr Statków odpowiada **str. 12**

Nr ISSN 0137-9259

Nr indeksu 350370



FOT. NADESLANE

Postrzelony dziennikarz nie widzi na jedno oko, a sprawa snajpera została umorzona str. 3

Plac wciąż stoi pusty, a ludzie chcieliby tu parkować auta

Przy ul. Waryńskiego, przy wejściu na cmentarz, stoi pusty od dawna plac. Czy parking przy cmentarzu przy ulicy Waryńskiego powstanie w ramach budżetu obywatelskiego? To sugeruje prezydent **str. 4**

Retro. O francuskim generale, który uciekł z Grudziądza i dramacie naszych żołnierzy **str. 6**

Wybory przewodniczącej Polski 2050 zostały unieważnione. Powód: kłopoty techniczne **str. 8**

Jutro w „Nowościach” Pod paragrafem

● W serialu „Peaky Blinders” Tommy Shelby i jego ludzie przypominają gangsterów ery prohibicji. Niewiele ma to jednak wspólnego z faktami

Marek Mazurkiewicz
publicysta



GROŹNY JEST NIE TYLKO PUTIN

Polityczny Nowy Rok zaczął się z przytupem - i ponownie w roli głównej występuje amerykański przywódca. W spektakularnej operacji służby specjalne USA, przy wsparciu wojska, pojmaly i przewiozły do Nowego Jorku prezydenta Wenezueli Nicolása Maduro.

Demokratyczny świat jest zgodny, że koniec ery Maduro może być dla wielu Wenezuelczyków wybawieniem. Jego polityka nie tylko doprowadziła kraj do ruiny, ale także spowodowała masowy exodus. Według danych Wysokiego Komisarza ONZ ds. Uchodźców od 2014 r. kraj opuściło aż 7,9 mln osób. Dla porównania UNHCR podaje, że liczba uchodźców ukraińskich wynosi obecnie około 5,9 mln.

Zachwyt nad sprawnością amerykańskich służb oraz częściowe zadowolenie z faktu, że z areny międzynarodowej usunięto niebezpiecznego i skorumpowanego dyktatora, miesza się z niepokojem co do sposobu działania Donalda Trumpa. Przysłowiową łyżką dziegciu jest to, że Amerykanie zrealizowali swój plan obalenia dyktatury Maduro „bez trybu”, czyli bez zgody społeczności międzynarodowej, na czele z Radą Bezpieczeństwa ONZ. Nie był to również odwet za wrogię działania Wenezueli.

Tylko nieliczni europejscy przywódcy zdecydowali się otwarcie skrytykować akcję w Caracas. Najostrzej wybrzmiały słowa premiera Hiszpanii Pedro Sáncheza, który potępił łamanie prawa międzynarodowego przez USA.

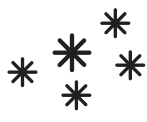
Ten brak trybu powinien niepokoić, ale być także sygnałem, że Unia Europejska jedynie jako wspólnota przetrwa globalne przetasowania. Wenezuelski precedens oznacza, że prawo międzynarodowe przestaje być tarczą chroniącą słabszych, a zachowuje moc wyłącznie wtedy, gdy leży w interesie najsilniejszych.

Przykład Wenezueli powinien otrzeźwić polskich polityków uchodzących za fanów Trumpa. Jeśli bowiem zacznie on wciągać w życie zapowiedzi przejścia Grenlandii, wbrew woli jej mieszkańców i suwerennej Danii, rozsądzi NATO od środka i stanie się dla nas takim samym zagrożeniem jak Putin. ©©

POGODA W TORUNIU

Środa

3°C
-7°C



Wiatr
płd., 22 km/h
Ciśnienie
1012 hPa
Zachmurzenie
do 90 proc. nieba

Czwartek

1°C
-3°C



Piątek

1°C
0°C



Dzisiaj imieniny obchodzą Feliks, Hilary, Nina i Mściwój

Ta aplikacja może uratować życie

Agnieszka Domanowska
PAP

Rozmowa z Tomaszem Citkowskim, ratownikiem medycznym, autorem aplikacji Info Ratunek, która w nagłych sytuacjach przekazuje kluczowe dane służbom i pomaga wezwać pomoc.

Przez 15 lat pracy widział pan setki interwencji. Co było impulsem do stworzenia aplikacji Info Ratunek?

To nie był jeden moment, raczej proces. Każda interwencja zostawiała w głowie pytanie: czy mogłem działać szybciej, skuteczniej? Przyjeżdżamy do pacjenta i często nie mamy podstawowych informacji: jakie mają choroby przewlekłe?, jakie biorą leki?, jakie mają alergię? Pacjent bywa w stanie zagrożenia życia, ma duszność, jest zdezorientowany lub sparaliżowany bólem. Rodzina zaś często nie jest w stanie nic powiedzieć, nie ma pojęcia, gdzie znajduje się dokumentacja medyczna lub ma skąpą wiedzę na temat chorób, alergii czy przyjmowanych przez pacjenta leków. A my musimy działać natychmiast. Pomyślałem: każdy nosi telefon, więc dlaczego nie wykorzystać go do przekazywania danych, które mogą uratować życie?

Czyli Info Ratunek powstał z potrzeby skrócenia dramatycznych pierwszych minut? Myślę, że tak. To narzędzie stworzone na moment kryzysu zdrowia pacjenta. Wystarczy aparat telefoniczny pacjenta i uzupełnione dane w aplikacji, by ratownik w kilka sekund uzyskał kluczowe informacje. Nie trzeba czekać, aż znajdzie się karta informacyjna ze szpitala, nie trzeba dopytywać chorego. Te pierwsze minuty są decydujące - każda uproszczona procedura zwiększa szanse przeżycia. A pamiętajmy, że często zabieramy pacjentów z ulicy i nie każdy ma przy sobie potrzebne informacje.

Jakie informacje są najważniejsze z punktu widzenia ratownika?
Najważniejsze są te dane, które pozwalają połączyć objawy choroby z wywiadem i obecnym stanem pacjenta, by działać natychmiast i skutecznie, bez tracenia cennych sekund

na dopytywanie pacjenta. To wszystko pozwala jak najszybciej wdrożyć odpowiednie procedury medyczne i leczenie. Przede wszystkim chodzi o wywiad chorobowy - szybka diagnoza pozwala przewidzieć możliwe komplikacje i dostosować postępowanie. Kolejna kluczowa rzecz to przyjmowane leki i dawki, bo niektóre z nich mogą wchodzić w interakcje z lekami podawanymi w nagłych przypadkach, ale też źle zażywane mogą dawać konkretne objawy choroby. Alergie również mają ogromne znaczenie - reakcja anafilaktyczna może rozwinąć się w kilka minut, a znajomość alergii pozwala natychmiast zastosować właściwe leki. W aplikacji jest odpowiednie miejsce, w którym możemy zostawić informacje, gdzie znajdują się leki ratujące życie i jak je podać jeszcze przed przyjazdem Zespołu Ratownictwa Medycznego w sytuacji np. wstrząsu anafilaktycznego czy hipoglikemii. Dzięki tym informacjom nawet osoby postronne, które nie mają wykształcenia medycznego, mogą udzielić skutecznej pomocy, zanim przyjedzie karetka. To ogromna różnica, bo w nagłych przypadkach - takich jak wstrząs anafilaktyczny, zawał serca, udar mózgu czy zatrzymanie krążenia - każda minuta decyduje o życiu i zdrowiu pacjenta.

Czy Info Ratunek sprawdza się także przy nagłych zdarzeniach, takich jak zawał czy udar?

Tak. Przy zawale pacjent często ma duszność, silny ból oraz lęk o własne życie. Każda rozmowa to dodatkowy wysiłek. Jeśli mamy informacje w telefonie, nie musimy zadawać wielu pytań. Podobnie przy udarze, gdy pacjent może mieć zaburzenia mowy lub świadomości. Aplikacja Info Ratunek „mówi” za niego: zgromadzone karty informacyjne z poszczególnych oddziałów, wszystko chronologicznie posegregowane, wyniki badań, stosowane leki i dawki, dziennik pomiarów parametrów życiowych czy zapisane niepokojące objawy - wszystko to pozwala ratownikowi działać natychmiast. A nawet gdy pacjent nie jest w stanie rozmawiać z powodu dysfunkcji mowy czy rurki tracheotomijnej, przez aplikację można wy-



Tomasz Citowski:
Wystarczy telefon pacjenta i uzupełnione dane w aplikacji, by ratownik w kilka sekund uzyskał kluczowe informacje

śląć SMS SOS z opisem stanu zdrowia, a lokalizacja i dane pacjenta są uzupełniane automatycznie.

Aplikacja wspiera też rodziny i opiekunów?

Tak, aplikacja jest ogromnym wsparciem dla rodzin i opiekunów osób chorych. Umożliwia wprowadzenie danych bliskich, dzięki czemu w sytuacjach kryzysowych ratownicy mają dostęp do kontaktów do najważniejszych osób, które mogą udzielić dodatkowych informacji lub wspomóc w opiece. Możemy także dodać osoby do informowania o stanie zdrowia - ta informacja trafia dalej do dokumentacji w szpitalu i rodzina może bez przeszkód uzyskać informację, co dalej dzieje się z pacjentem. Można również szczegółowo wprowadzić listy leków, ich dawkowanie i harmonogram przyjmowania - to niezwykle istotne w przypadku osób starszych, przewlekle chorych lub tych, które mają trudności z pamięcią. Dodatkowo aplikacja pozwala gromadzić wyniki badań ze zdjęciami oraz ustawiać przypomnienia o wizytach lekarskich w kalendarzu wizyt Info Ratunek. Dzięki temu opiekunowie nie muszą stale pilnować papierowych kartotek ani martwić się o pominięcie ważnej informacji - wszystko jest dostępne w jednym miejscu, bezpośrednio na telefonie. Dla rodzin oznacza to realne odciążenie i poczucie spokoju, że w nagłej sytuacji mogą działać szybko i skutecznie. To rozwiązanie, które łączy komfort opiekunów z bezpieczeń-

stwem osób potrzebujących pomocy.

Jednym z kluczowych elementów jest moduł lokalizacji. Jak działa w praktyce?

W nagłych sytuacjach liczy się nie tylko adres, ale konkretne współrzędne miejsca zdarzenia. Jeśli ktoś zasłabnie w lesie, w drodze czy w mieście, którego topografii nie znamy, aplikacja pozwala precyzyjnie określić miejsce - najbliższy adres lub dane GPS, długość i szerokość geograficzną. Wystarczy podać dane z aplikacji dyspozytorowi medycznemu przy wzywaniu pomocy. To realnie skraca czas dotarcia pomocy i zwiększa szanse przeżycia.

Info Ratunek uczy również pierwszej pomocy.

Tak, każdy może zostać ratownikiem, a udzielanie pomocy jest też naszym prawnym obowiązkiem. Aplikacja poprowadzi użytkownika krok po kroku w stanach nagłego zagrożenia życia, opisując objawy np. udaru, zawału czy zatrzymania krążenia, ale też dając instrukcje, co robić i czego unikać. Bardzo ważną funkcją aplikacji jest również wskazanie najbliższego AED (automatycznego defibrylatora zewnętrznego) w okolicy. W Polsce dochodzi do ponad 40 tysięcy zatrzymań krążenia rocznie, a szybkie użycie defibrylatora AED zwiększa szanse przeżycia z 5 do nawet 70 proc. W aplikacji znajduje się mapa najbliższego AED z nawigacją dojazdu. Jeśli chodzi o Białystok, mamy dość sporo AED, ale poza aglomeracją jest ich niewiele w promieniu kilkudziesięciu kilometrów. Będę pracować nad tym, by zwiększać dostępność urządzeń ratujących życie w zatrzymaniu krążenia, tym bardziej że dojazd karetki może trwać nawet kilkanaście minut, a samo urządzenie jest zawsze dostępne i bardzo proste w obsłudze. By ułatwić udzielanie pomocy, zastosowano moduły głosowe, tak by ręce mogły działać, a oczy szukać objawów i skupiać się na bezpieczeństwie. W stresie łatwo popełnić błąd. Aplikacja porządkuje działania i pozwala komuś przetrwać do przyjazdu służb ratunkowych. To edukacja praktyczna, realne wskazówki i wsparcie w nagłych sytuacjach. ©©

Postrzelony dziennikarz nie widzi na jedno oko, a sprawa snajpera została umorzona

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

„Nowości” ujawniły, że umorzono dochodzenie w sprawie snajpera, który strzelał do motocyklistów. Postrzelony dziennikarz Marcin Lewicki uważa, że początkowo pokpięto sprawę.

Strzały do jadących lub zatrzymujących się na światłach motocyklistów tajemniczy snajper oddawał w rejonie ulic: Warszawskiej, Traugutta i Bulwar Filadelfijski w Toruniu. Strzelano w lipcu i sierpniu ub.r. Najcięższe obrażenia odniósł Marcin Lewicki, dziennikarz portalu O2.pl z Torunia. Został ranny śrutem w lewe oko.

Wiele wskazuje na to, że strzały oddawane były z okien kamienicy przy ul. Warszawskiej. Policjanci w sierpniu tam dotarli. Do dziś jednak nie ma pewności, czy nie mogli jednak tego zrobić szybciej.

Jak przekazała „Nowościom” 8 stycznia br. asp. Dominika Bocian, rzeczniczka toruńskiej policji, postępowanie w tej

sprawie prowadzone przez funkcjonariuszy pod nadzorem Prokuratury Rejonowej Toruń Centrum Zachód zostało umorzone. Kryminalnym i śledczym nie udało się ustalić sprawcy.

Według zapewnień rzeczniczki, policjanci badając sprawę „wykonali wszelkie możliwe czynności”. - Wykonali szereg przeszukań, przesłuchiwali świadków, sprawdzali zapisy monitoringu. Uzyskali także opinię biegłego z zakresu broni i balistyki, który jednak nie był w stanie określić dokładnej trajektorii lotu pocisków, a zatem również wskazać miejsca, skąd padały strzały. Niestety, czynności te nie umożliwiły ustalenia sprawcy.

Wobec braku dalszych możliwości dowodowych w tej sprawie dochodzenie zostało zakończone - przekazała nam asp. Dominika Bocian. Zapewniając jednocześnie, że nowe istotne informacje w sprawie zawsze mogą oznaczać podjęcie jej na nowo.

O umorzeniu sprawy dziennikarz Marcin Lewicki dowie-



Marcin Lewicki został ranny w lewe oko. Udało się je uratować, ale wzroku dotąd nie odzyskał

dział się od nas. Już sam ten fakt oficjalnie określił jako sytuację żenującą. Jak odnosi się do pracy policjantów? W dużej mierze krytycznie.

Po publikacji „Nowości” dziennikarz skomentował dość obszernie sytuację w mediach społecznościowych. To jego

przekaz oficjalny. Wyraził również zgodę, by zacytować jego stanowisko na naszych łamach.

-Nie mogę i nie będę wypowiadał się na temat prowadzonych od września działań policji. Obiektywnie: ciężko mi je ocenić. „Po owocach nas poznać” mógłbym rzec, aczkol-

wiek na owoce nadal czekam. Z mniejszą już nadzieją, niestety. I wyjątkowo mnie martwi, że jakiś świr z wiatrówką na wiosnę może wyjąć „pseudogiwere” i zacząć strzelać do ludzi. Chcę zaznaczyć, że tym razem ktoś może zginąć. Miejmy to na uwadze - podkreśla Marcin Lewicki.

Jednocześnie dziennikarz nie kryje, że faktem było początkowe „pokpienie sprawy między 14 i 18 sierpnia”. - Spójrzmy na to chronologicznie. 14 sierpnia doszło do pierwszego postrzału - sprawę zlekceważono. (Według ostatnich informacji rzeczniczki policji strzelano już wcześniej, bo w lipcu - przyp. red.) 15 sierpnia doszło do drugiego postrzału - początkowo sprawę zlekceważono. Policjanci nie powiązali faktów, a w trakcie rozmowy z moją żoną najważniejsze było „co zrobić ze stojącym na chodniku motocyklem”. Nie podjęto natychmiastowych działań, a nawet 18 sierpnia pierwszy „śledczy”, który był u mnie pytał „czy nie uderzył mnie

owad” lub „czy coś nie odpało mi z motocykla”. 18 sierpnia - ostatni postrzał i świr był na tacy. Ale, oczywiście, póki temat nie został napompowany przez dziennikarzy, konkretnych działań nie było. Prokuratura też spała - tak to widzi Marcin Lewicki.

- Ciężko mi z tym, bo nadal na lewe oko nie widzę; czeka mnie jeszcze kilka operacji. A gdzieś chodzi wolny świr, który mi i mojej rodzinie zadał tyle krzywdy - dodaje.

Przypomnijmy, że rany 15 sierpnia ub.r. w oko dziennikarz trafił do Bydgoszczy. Był pacjentem Szpitala Uniwersyteckiego im. A. Jurasza, a konkretnie - Kliniki Chorób Oczu. To tutaj podczas trwającej 10 godzin operacji, uratowano mu lewe oko. Nie oznacza to jednak, jak widać, że odzyskał w nim wzrok. Po okresie leczenia i rekonwalescencji Marcin Lewicki wrócił do pracy. Nie trzeba jednak tłumaczyć, jakim obciążeniem był i jest dla niego nie tylko fakt upośledzenia wzroku, ale i psychiczne konsekwencje całego wypadku. ©

REKLAMA

0011460152

O potrzebie i sile dialogu - w kwietniu XVIII Europejski Kongres Gospodarczy w Katowicach

W terminie 22-24 kwietnia 2026 roku, Katowice ponownie staną się stolicą biznesu za sprawą 18. edycji Europejskiego Kongresu Gospodarczego (European Economic Congress - EEC). Wydarzenie ponownie zgromadzi liderów życia publicznego, biznesu i nauki, by, w kontekście gwałtownie zmieniającej się sytuacji geopolitycznej, odpowiedzieć na kluczowe pytania o podmiotowość Europy, odporność gospodarek, tempo transformacji energetycznej oraz rozwój technologii, które przeobrażają świat. W centrum uwagi znajdują się także kwestie suwerenności przemysłowej, inwestycji w zieloną energię, bezpieczeństwa cyfrowego i kompetencji przyszłości, a więc obszary decydujące o pozycji Polski i całej Unii Europejskiej w nowej globalnej rzeczywistości.

18. edycja kongresu skupi się na najważniejszych procesach kształtujących europejską rzeczywistość: od redefinicji relacji Unii z globalnymi mocarstwami, przez potrzebę wzmacniania suwerenności technologicznej, po inwestycje w energetykę, infrastrukturę i innowacje. Paneliści i panelistki przyjrzą się, jak Europa, pod presją geopolitycznych napięć, transformacji klimatycznej i cyfrowej rewolucji, może utrzymać konkurencyjność, budować bezpieczeństwo i wyznaczać kierunki rozwoju. W centrum dyskusji znajdują się również wyzwania społeczne: rynek pracy przyszłości, migracje, edukacja, jakość życia oraz rola człowie-

ka w gospodarce opartej na danych i technologiach. - Na naszych oczach zmieniają się układ sił, modele współpracy i sposób funkcjonowania gospodarek. Dlatego potrzebujemy dialogu, który pozwoli lepiej zrozumieć dynamikę tych procesów i wypracować rozwiązania adekwatne do nowej rzeczywistości. Z tej potrzeby wyrósł Europejski Kongres Gospodarczy. Edycja, którą teraz budujemy, będzie przestrzenią dyskusji, i określi kierunki działania, kluczowe dla bezpieczeństwa i konkurencyjności Europy - podkreśla **Wojciech Kuśpik**, prezes Grupy PTWP, inicjator i organizator Europejskiego Kongresu Gospodarczego.



Toruń

Rocznica powrotu do wolnej Polski

Patryk Młynek
patryk.mlynek@polskapress.pl

Toruń uczci 106. rocznicę powrotu do wolnej Polski. Władze miasta oraz dowództwo garnizonu przygotowały uroczysty apel, widowiskową defiladę i darmowy koncert.

Wydarzenia te upamiętnią wkroczenie polskich wojsk do miasta w styczniu 1920 roku.

Najważniejsze wydarzenia, w ramach 106. rocznicy powrotu Torunia do wolnej Polski, odbędą się w niedzielę, 18 stycznia 2026 roku. Świętowanie rozpocznie się o godzinie 11 w samym sercu toruńskiej starówki. Mieszkańcy zobaczą widowiskową oprawę wojskową oraz historyczne inscenizacje.

Kluczowe punkty niedzielnego programu to: odtworzenie przemówienia gen. Józefa Hallera z balkonu Ratusza Staromiejskiego, uroczyste podniesienie flagi państwowej i wspólne odśpiewanie hymnu, defilada pododdziałów Wojska Polskiego ulicami miasta, wykonanie Pieśni Reprezentacyjnej przez żołnierzy. Będą także okolicznościowe przemówienia.

Obchody rozpoczną się już w piątek, 16 stycznia. Przedstawiciele miasta i wojska złożą kwiaty w miejscach pamięci. Hołd otrzymają kluczowe postaci historyczne, które budowały polską administrację po latach zaborów.

Delegacje odwiedzą pomnik pierwszego komisarycznego

prezydenta miasta, Ottona Steinhorna (godzina 10.30). Kwiaty pojawią się także pod pomnikami wojewody Stefana Łaszewskiego (godzina 10.40) oraz generała Józefa Hallera (godzina 10.50). To właśnie te osoby odegrały decydującą rolę w przejmowaniu władzy z rąk pruskich.

Finał obchodów nastąpi w poniedziałek, 19 stycznia o godzinie 18. W Auli Uniwersytetu Mikołaja Kopernika wystąpi Orkiestra Wojskowa. Muzykom towarzyszyć będą soliści, w tym Edyta Krzemień i Sasha Onofriichuk. Pełen patriotycznych wzmruszeń koncert poprowadzi Emilia Czeakała.

Wstęp na koncert jest bezpłatny, ale wymaga posiadania zaproszenia. Darmowe wejściówki można odbierać od 15 stycznia od godziny 15. Są one dostępne w Punkcie Informacyjnym Urzędu Miasta Torunia przy Wałach gen. Sikorskiego 8. Jedna osoba może otrzymać tylko dwa bilety.

Przypomnijmy, że 18 stycznia 1920 roku około godziny 15:00 do Torunia weszły jednostki wojska polskiego, realizujące postanowienia traktatu wersalskiego. W rocznicę tych wydarzeń jak co roku w Toruniu odbywają się uroczystości je upamiętniające, w których udział biorą mieszkańcy miasta.

Organizatorami obchodów w tym roku są Prezydent Miasta Torunia Paweł Gulewski oraz Dowódca Garnizonu Toruń płk Paweł Jędryczka.

©©



Toruń uczci powrót do wolnej Polski. Uroczystości zaplanowano na piątek, niedzielę oraz poniedziałek

Plac wciąż stoi pusty, a ludzie chcieliby tu parkować auta

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Plac przy ul. Waryńskiego, przy wejściu na cmentarz, stoi pusty od dawna. Mieszkańcy okolicy chcieliby tutaj miejsc parkingowych. W ich imieniu interpelował radny Jakub Hartwich.

Jak w wielu rejonach Torunia, także w okolicy ulic Waryńskiego, Antczaka, Sobieskiego i sąsiednich głód miejsc parkingowych jest widoczny od lat. Nic zatem dziwnego, że każdy pusty teren budzi zainteresowanie w tym kontekście.

Przed wejściem głównym na cmentarz parafialny - parafii pw. św. Jakuba w Toruniu - przy ulic Waryńskiego, jest taki wolny plac. Tylko jego niewielką część zajmują stanowiska handlujących zniczami i kwiatami - pod samą bramą cmentarza. Pozostały teren jest praktycznie wolny, choć niektórzy i tak już zaczęli tutaj parkować samochody.

Czy nie można by tutaj urządzić parkingu? A przynajmniej utwardzić placu i wyznaczyć choć w jego części miejsc parkingowych z prawdziwego zdarzenia? O to od dawna pytają mieszkańcy okolicy. Temat niedawno poruszył radny miejski Jakub Hartwich (KO), interpelując w tej sprawie u prezydenta miasta.

- Szanowny Panie Prezydencie, zwracam się do Pana z proś-



Na placu przed cmentarzem, wzdłuż ul. Waryńskiego, mieszkańcy chcieliby miejsc parkingowych

bą o budowę parkingu przy Cmentarzu parafialnym pw. Św. Jakuba, wzdłuż ulicy Waryńskiego. Wielu mieszkańców Torunia zwraca się do mnie w sprawie budowy miejsc parkingowych przed wejściem głównym do tego cmentarza. Obecnie jest tu pusty plac, na którym może powstać parking. Proszę o pozytywne rozpatrzenie mojego wniosku - w takich słowach wnioskował radny.

Jakiej odpowiedzi doczekał się ten wniosek?

- Informuję, że zgodnie z ewidencją gruntów, przedmiotowa nieruchomości należy do Skarbu Państwa, a użytkownikiem jest parafia rzymskokatolicka św. Jakuba w Toruniu. W przypadku przejścia nieru-

Czy parking przy cmentarzu przy ulicy Waryńskiego powstanie w ramach budżetu obywatelskiego? To sugeruje prezydent miasta.

chomości przez miasto wymagane byłoby zabezpieczenie środków w budżecie lub zgłoszenie zadania do realizacji w ramach budżetu obywatelskiego - odpowiedział prezydent Paweł Gulewski.

Jak widać, odpowiedź ta tylko kreśli ogólnie sytuację - konkretnej nadziei na realizację pomysłu nie daje. Tu wyjaśnijmy od razu, że tak zwana komunalizacja państwowego gruntu jest możliwa - miasto musiałoby wystąpić z wnioskiem do wojewody i starać się porozumieć co do warunków przejścia terenu. Takie przypadki w Toruniu już się zdarzały, w odniesieniu do różnego typu nieruchomości - nie byłoby to zatem żaden ewenement.

„Nowości” skontaktowały się z księdzem Wojciechem Kiedrowiczem, proboszczem parafii pod wezwaniem św. Jakuba w Toruniu.

- Parafia nic nie ma do tego placu, nie jesteśmy jego zarządcą czy administratorem. Kiedyś już sprawdziłem status tego terenu. Należy on do Skarbu Państwa, a dzierżawę pobiera miasto - przekazał nam ksiądz proboszcz.

Jaki będzie ciąg dalszy tej sprawy? Być może rozwiązaniem byłoby faktycznie - jak wskazuje prezydent miasta - zgłoszenie zadania stworzenia parkingu do realizacji w ramach budżetu obywatelskiego.

Do tematu wrócimy.

©©

Ważne rozmowy o przyszłości Winnicy już w piątek

Patryk Młynek
patryk.mlynek@polskapress.pl

W najbliższy piątek, 16 stycznia 2026 r., toruńscy urzędnicy przedstawią raport z inwentaryzacji przyrodniczej na Winnicy. Spotkanie w Szkole Podstawowej nr 2 w Toruniu pomoże zaplanować przyszłość 32 hektarów nadwiślańskiej zieleni.

Ekspert zbadali teren o powierzchni ponad 32 hektarów. Dokumentacja szczegółowo opisuje lokalne rośliny oraz liczne gatunki zwierząt, które występują na toruńskiej Winnicy.

Specjaliści zidentyfikowali tam cenne siedliska Natura 2000 i wysoko ocenili wartość przyrodniczą całego obszaru. Podczas prac skatalogowano między innymi: dzikie ssaki i ptaki, płazy oraz gady, rzadkie



Winnica to bardzo cenne tereny. Co dalej z nimi będzie?

bezkęgowce i unikalne grupy roślin.

Badanie jest bardzo dokładne. Zawiera nie tylko opisy, ale też mapy i bogatą dokumentację fotograficzną. Te dane posłużą jako fundament do rozmów o tym, jak w przyszłości zagospodarować ten teren.

Prezydent Paweł Gulewski wstrzymał wcześniejsze prace planistyczne w maju 2024 roku. Miasto postawiło na dialog z mieszkańcami, aktywistami i ludźmi biznesu. Teraz Toruń realizuje nową strategię, która podzieliła działania na kilka etapów.

Prezentacja wyników inwentaryzacji odbędzie się w najbliższy piątek, 16 stycznia w godzinach 17-19. Przedstawiciele Wydziału Środowiska i Ekologii oraz autorzy raportu odpowiedzą na pytania mieszkańców. Wiedza z tego opracowania ma wpłynąć na wygląd okolicy mostu gen. Elżbiety Zawackiej.

Jak to wygląda w szczególności? Koniec 2025 roku: zakończenie szczegółowych analiz przyrodniczych toruńskiej Winnicy. W latach 2026-2027: konsultacje społeczne dotyczące nowych koncepcji zagospodarowania terenu. 2028 rok: przygotowanie ostatecznego planu zagospodarowania przestrzennego.

Spotkanie zaplanowano w Szkole Podstawowej nr 2 przy ul. Targowej 17. To kluczowy moment dla osób, które chcą mieć wpływ na ochronę zieleni w swoim mieście.

©©

UMK bez „harmonijki”? Jeśli sprzeda legendarny budynek, będzie rozbudowa w kampusie na Bielanach

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

O możliwości sprzedaży legendarnego budynku uniwersyteckiego poinformował rektor UMK profesor Andrzej Tretyn podczas tradycyjnego uczelnianego spotkania noworocznego.

Kim jest potencjalny nabywca „harmonijki”? Ta informacja nie została ujawniona. Wiadomo, że rozmowy z nim są zaawansowane.

Czy samorząd kupi budynek przy Batorego?

Na tym nie kończą się plany inwestycyjno-remontowe UMK i związane z nimi zmiany organizacyjne. W tym roku rozpoczną się prace w Rektoracie i Bibliotece Głównej, o który już pisaliśmy w „Nowościach”. Dotyczą one termomodernizacji, ale także zmian we wnętrzach tych obiektów.

W planach jest też wyprawa na Uniwersyteckiego Centrum Informatycznego z budynku Collegium Maximum

przy Placu Rapackiego. Trafi do budynku przy ulicy Gagarina, w którym przez lata funkcjonowała uniwersytecka stołówka. Będzie się tu mieścić po sąsiedzku z Wydziałem Teologicznym. Rozpoczęły się już natomiast przenosiny uczelnianej serwerowni z Collegium Maximum do Collegium Humanisticum.

Zwolnione powierzchnie w gmachu przy Placu Rapackiego zajmą Dział Inwestycyjny i Dział Remontowy. Wyprawa na one z budynku przy Gagarina 39. Tu przed laty działała Akademia Przychodnia Lekarska. Wkrótce cały budynek zagospodaruje Instytut Psychologii oraz kognitywistyka.

Aktualne są plany wyprawy Wydziału Nauk o Polityce i Bezpieczeństwie z budynku przy ulicy Batorego. Przenieść się ma do Collegium Humanisticum na Bielanach.

- Chcemy przeprowadzić tę operację do sierpnia przyszłego roku - mówił rektor UMK.

Władze uczelni liczą, że budynek przy Batorego kupi od UMK samorząd Torunia. Obecny na noworocznym spo-

tkaniu prezydent Paweł Gulewski enigmatycznie stwierdził, że trwają „dobre rozmowy” w tej sprawie. Przy okazji dodajmy, że uczestniczyli w nim także marszałek województwa kujawsko-pomorskiego Piotr Calbecki i wicewojewoda kujawsko-pomorski Michał Koniuch.

Innego typu zmiany mają objąć weterynarię. Nowoczesna siedziba dla niej powstała kilka lat temu przy Szosie Bydgoskiej. Funkcjonuje jako Instytut Weterynarii, w ramach Wydziału Nauk Biologicznych i Weterynaryjnych. W 2027 roku miałby się on przekształcić w Wydział Weterynarii. Byłaby to odpowiedź na plany uruchomienia weterynarii przez Politechnikę Bydgoską.

W Collegium Medicum i na radioteleskop

Co do Bydgoszczy, to UMK ma plany inwestycyjne także wobec funkcjonującego w tym mieście Collegium Medicum. Obecnie, w rekordowym tempie, wznoszony jest budynek dla kierunku lekarsko-dentystycznego. W ostatniej rekrutacji cieszył się



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

W najbliższych latach „harmonijka” może zmienić właściciela

on rekordowym zainteresowaniem. Na jedno miejsce na tym kierunku przypadało 32 chętnych.

UMK chce także wznieść czwarty dom studencki w Bydgoszczy w ramach Collegium Medicum. Zabiega o środki na ten cel z programu uruchomionego przez Bank Gospodarstwa Krajowego. Jeśli zostaną przyznane, to koszt budowy akademika będzie w 80 procentach pokryty z tego źródła.

Wracając do toruńskiej części UMK - nie jest zagrożone funkcjonowanie w roku 2026 radioteleskopu RT-4 „Kopernik” w Obser-

watorium Astronomicznym w Piwnicach. To największy tego typu sprzęt w Polsce. Uczelnia ostatecznie otrzymała 632 tysięcy złotych dotacji z Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego. O sprawie zrobiło się głośno jesienią ubiegłego roku, gdy okazało się, że resort nie przekazał dotacji na radioteleskop. Pieniądze znalazły się jednak po licznych interwencjach oraz zapowiedzi premiera Donalda Tuska.

Czy UMK nadal będzie uczelnią badawczą?

Celem władz UMK jest również funkcjonowanie toruń-

skiego uniwersytetu w kolejnych latach jako uczelni badawczej, w ramach programu Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego „Inicjatywa Doskonałości - Uczelnia Badawcza”. Ma on taki status od 2020 roku - jako jedna z dziesięciu uczelni w Polsce. Dzięki temu UMK otrzymuje z budżetu państwa subwencję wyższą o 10 procent, z przeznaczeniem na działania podnoszące jakość badań i kształcenia.

Pierwsza edycja programu zakończy się w tym roku.

- Jako uczelnia badawcza przez sześć lat otrzymaliśmy 220 mln zł dodatkowych środków, które były przeznaczone na projekty i wyjazdy naukowe. Przed nami ocena za ten okres i kolejna edycja. Nie boimy się, jeśli chodzi o ocenę, bo całkiem dobrze wypadliśmy na sympozjum podsumowującym. Wyciągnęliśmy także wnioski z oceny śródkresowej. Zastosowaliśmy wskazane zalecenia. Mamy więc nadzieję, że znajdziemy się wśród laureatów kolejnej edycji programu i UMK nadal będzie uczelnią badawczą - dodał profesor Andrzej Tretyn. ©

REKLAMA

0011460130

22-23.01.2026

4DESIGN DAYS

Międzynarodowe Centrum Kongresowe, Katowice



Najważniejsze wydarzenie dla branży architektury i designu w Polsce

DEBATY | EXPO | NETWORKING

ZAREJESTRUJ SIĘ



www.4dd.pl



O francuskim generale, który uciekł z Grudziądza i dramacie naszych żołnierzy

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

Z okazji zbliżającej się rocznicy wybuchu powstania styczniowego przypominamy, że francuskie miasto Dijon nie powinno kojarzyć się jedynie z musztardą. Szczególnie w Toruniu.

Powstanie, które wybuchło w Moskwie zostało spacyfikowane przez cara, Rosja jednak stoi na progu bankructwa. W całym kraju nadal trwają niepokoje - oto streszczenie nagłówek toruńskich gazet z pierwszych dni stycznia 1906 roku.

Czwartego stycznia, nieco mniejszym drukiem, ale również na pierwszej stronie, „Gazeta Toruńska” opublikowała jeszcze taką informację: „W miejsce hr. Schlieffena, szefa sztabu jeneralnego armii niemieckiej, który z powodu choroby ustępuje, zamianował cesarz jego następcę, hr. Moltkego. Nominację tę przewidywano. Zdolności hr. Moltkego poznał cesarz niemiecki podczas ostatnich manewrów i wtenczas już widziano w nim następcę hr. Schlieffena”.

Pamiętne ucieczki Francuzów z niemieckiej niewoli

Sędziwy autor planu błyskawicznej wojny z Francją odszedł na emeryturę, zastąpił go bratanek twórcy nowoczesnej armii niemieckiej, marszałka Helmutha von Moltke (starszego). Co nam jednak, tu nad Wisłą, do Berlina, zmian na stanowisku szefa sztabu generalnego i wojny z Francją? Sporo, przyszła wojna miała być przecież starciem narodów, Toruń zaś był twierdzą na granicy z Imperium Rosyjskim. I gdy przyszło co do czego, to na polach bitew ginęli żołnierze ze wszystkich zakątków cesarstwa. Tak miało być w przyszłej wojnie, tak było również w 1870 i 1871 roku podczas wojny prusko-francuskiej, której wspomnienia wciąż były nad Wisłą żywe. I tu pora na ciekawostkę, która może zainteresować Czytelników z Grudziądza. Napisano miano- wicie tak:

„W Paryżu umarł generał Saussier, który był przed laty naczelnym wodzem wojska francuskiego - czytamy w tym samym numerze „Gazety”. - Przypominamy to dlatego, że ten słynny Francuz popadł

w niewolę Niemców i odsiadywał fortecę w Grudziądzu, skąd mu się udało uciec do swej ojczyzny”.

Istotnie, w grudniu 1870 roku gen. Félix-Gustave Saussier, który cieszył się w niewoli sporą swobodą, wyszedł z cytadeli do miasta, następnie udał się do Golubia i tam przekroczył granicę. Dotarł do Warszawy i stamtąd do Francji. Jako oficer wysokiej rangi, został potraktowany inaczej, niż uczestnicy toruńskiej wielkiej ucieczki, którzy w czerwcu 1871 roku uciekli z koszar dziś zwanych Raclawickimi i przez Krzywą Wieżę przedostali się do miasta. Większość z 70 Francuzów zaraz złapano, małej grupie udało się jednak przejść za mury, a kilku nawet dotarło do granicy i ją przekroczyło. Cóż z tego jednak, skoro władze rosyjskie przekazały ich Niemcom. Na szczęście długo już nie siedzieli.

„Zostało tu jeszcze 6 chor- rych jeńców francuskich i dwóch turkosów, z których jeden znajduje się w więzieniu karnym, a drugi w śledczym - informowała „Gazeta Toruńska” z połowy lipca 1871 roku. - Książd francuski dziś także odjechał. Liczba jeńców francuskich w Toruniu wynosiła w ogóle 31 oficerów i 2.576 szeregowców. Z tych było 2.418 katolików, 31 ewangelików, 3 żydów i 119 muhametan”.

Pochowano ich na Mokrem, ale fortów nie budowali

Jak widać, legenda o tym, że francuscy jeńcy budowali toruńskie forty, jest tylko legendą. Owszem, fundusze na rozbudowę twierdzy pochodziły z francuskich kontrybucji, jednak jedynymi jeńcami, którzy jeśli tak można powiedzieć - znajdowali się na miejscu podczas budowy fortów byli ci, któ-



Żołnierze 61. pułku piechoty bronią sztandaru pod Dijon. Ilustracja z broszury wydanej z okazji 25-lecia formacji

rzy w 1870 i 1871 roku zmarli. Spoczywali m.in. na cmentarzu na Mokrem, pod koniec XIX wieku niemieccy weterani składali na ich grobach kwiaty. Robili to co prawda w rocznicę zwycięstwa pod Sedanem, jednak z tego co pisały na ten temat gazety wynikało, że nie chodziło tu o triumfalizm.

Stary cmentarz na Mokrem znajdował się przy obecnej ul. Staszica. Tam, gdzie dziś stoją przedwojenne bloki zaprojektowane przez Kazimierza Ulatowskiego.

Dodajmy, że kości jeńców zostały w latach 20. XX wieku przeniesione na Cmentarz Garnizonowy, natomiast prochy dawnych mieszkańców Mokrego co jakiś czas mieszają łyżki pracujących w rejonie ul. Staszica i Podgórznej koparek.

Na skwerze przy Staszica stoi pomnik upamiętniający Solidarność Rolników Indywidualnych, o cmentarzu nikt nie pamięta. Co prawda przy przystanku tramwajowym jest tablica informująca o nekropolii, jednak jej stan wskazuje raczej na całkowite zapomnienie.

Polacy polegli w bitwie pod Dijon

Prądy historii zanosły nas w czasy wojny francusko-pruskiej, a że zbliża się kolejna rocznica wybuchu powstania styczniowego, korzystamy z okazji, aby przypomnieć, że oba wątki spłoty się kiedyś w bardzo - szczególnie dla pochodzących z Torunia Polaków - dramatycznych okolicznościach.

„Wczoraj, jako w rocznicę bitwy pod Dijon wywieszono chorągwie na koszarach pułków piechoty nr 21 i 61 - pisała „Gazeta Toruńska” pod koniec stycznia 1898 roku. - Jak wiadomo, w bitwie tej wojska Garibaldi, walcząc przeciw brygadzie Kettlera, którą dwa pułki toruńskie tworzyły, zadały jej ogromne straty, a nawet pułkowi 61 sztandar odebrały, atoli potem dobrowolnie mu zwróciły. Nazwiska żołnierzy w bitwie poległych umieszczone na tablicach w koszarach, świadczą o tem, że to byli sami Polacy. Polaków też ubito przy sztandarze, gdyż sztandar przechodził szybko z rąk jed-

sto pogrążone we śnie opanować, ale Niemców odparto i w przeciągu dnia z wszystkich pozycji wyparto, zabierając jeńców. Dnia 23 walka była jeszcze upartsza. Niemcy uderzyli na Pouilly, miasto bombardowali granatami, po walce upartej byli odparci na całej linii z znaczną stratą. Najwięcej ucierpiała brygada Riccotti, o godz. 3 z południa była otoczona prawie zupełnie, ale przebiła się z pomocą brygady Bosaka zabrała sztandar pułku pruskiego liniowego 61”.

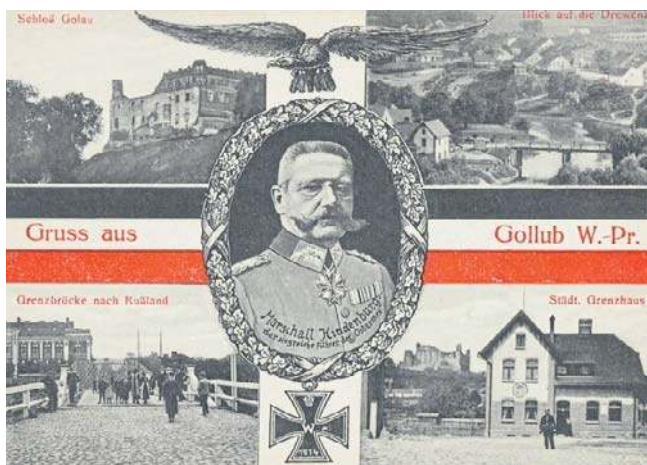
Płaszcz po zabitym w walce trafił do wdowy

Weteran powstania styczniowego w tym starciu poległ. Informacja o jego śmierci pojawiła się w gazetach najpierw jako pogłoska, w kwietniu 1871 roku, korzystając z doniesień krakowskiego „Czasu” „Gazeta Toruńska” wydrukowała potwierdzenie.

„Adwokat Amberny w Genewie, opiekun dzieci po jenerale Bosaku Hauke, w liście nadesłanym do „Czasu” pisze, że wdowa po jenerale Hauke otrzymała pałasz męża swego, który przy nim znaleziono, gdy poległ pod Dijon. Pan Amberny zrobił bowiem o ten pałasz zapytanie u władz wojskowych pruskich i otrzymał pałasz z listem bardzo uprzejmym szefa sztabu Kettlera. Pałasz ten był w posiadaniu podoficera Baermanna z 61. pułku piechoty pruskiej, który go zwrócił bez żadnej trudności, lecz obok tego w imieniu pułku 61. jenerał Kettler upraszał o odszukanie i przesłanie pamiętek pozostałych przy oficerach 61. pułku, Puttkammerze i Zitzewitzu, poległych pod Dijon - pierwszego 23, drugiego 28 stycznia z rąk Garibaldi. Rodziny ich bowiem przywiązują wielką wartość do pamiętek po obu tych oficerach poległych”.

Garibaldi zaczął zbierać wojsko na wieść o klęsce Francuzów pod Sedanem na początku września 1870 roku. Generał Hauke musiał zatem pójść na wojnę znad kołyski syna. Maurycy Józef Hauke przyszedł na świat właśnie w 1870 roku.

Całe dorosłe życie spędził w Cannes, był dyrektorem tamtejszej gazowni. Zmarł w roku 1950. A my o tym wszystkim przypominamy, bo pamięć - szczególnie ta oficjalna - jest wybiórcza i zawodna.



Granica prusko-rosyjska, przez którą uciekł generał



„Kamienie głoszące chwałę”, pomnik z 1915 roku

200 niepełnosprawnych osób z miasta i powiatu zapisało się na wielki bal w Toruniu

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Zbliża się VII Bal Osób z Niepełnosprawnościami. Fundacja Światło przygotowuje się do wyjątkowego wydarzenia, a jego uczestnicy odliczają, przygotowują kreacje i nie mogą się doczekać

Początek roku sprzyja balom i spotkaniom integracyjnym – to czas karnawału, radości i bycia razem. Z tej właśnie potrzeby, a także z myślą o przełamywaniu barier społecznych, Fundacja Światło już po raz siódmy organizuje Bal Osób z Niepełnosprawnościami, który odbędzie się w piątek, 23 stycznia w Międzynarodowym Centrum Spotkań Młodzieży w Toruniu.

Wydarzenie skierowane jest do osób z niepełnosprawnościami z Torunia oraz całego powiatu toruńskiego. Jego główną ideą jest dobra zabawa, ale także motywowanie uczestników do wyjścia z domu, przełamywania izolacji i budowania relacji społecznych. Organizatorzy chcą pokazać, że osoby z niepełnosprawnościami mają takie same potrzeby jak inni: chcą tańczyć, śmiać się i być częścią wspólnoty.



FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

Fundacja Światło od dawna przygotowuje się do kolejnego balu karnawałowego

torzy chcą pokazać, że osoby z niepełnosprawnościami mają takie same potrzeby jak inni: chcą tańczyć, śmiać się i być częścią wspólnoty.

– Już w październiku zaczyna się odliczanie do balu. Uczestnicy pytają, czekają, chcą się bawić. Nie mogą się doczekać także przygotowań.

Szczególnie kobiety, które szykują kreacje i czekają, aż będą tańczyć, śpiewać, bawić się – wspomina Janina Mirończuk, prezes Fundacji Światło. – Za-

pisy już zamknęliśmy. Jesteśmy w szoku, że w tak krótkim czasie zapisało się do nas aż 200 osób! To pokazuje, że osoby z niepełnosprawnościami także mają potrzeby, by się bawić, by zawierać znajomości i czerpać rozrywkę. Naszym celem jest wzmacnianie świadomości o tym, że to są tacy ludzie jak my.

Więcej niż zwykła impreza Na uczestników czekać będzie prawdziwa balowa atmosfera. Nie zabraknie poczęstunku, konkursów oraz drobnych upominków. W poprzednich edycjach wydarzenie gromadziło około 200 uczestników, którzy przybywali wraz z opiekunami, by wspólnie świętować i nawiązywać nowe znajomości. Bal od lat cieszy się także wsparciem lokalnych władz samorządowych. W wydarzeniu regularnie biorą udział przedstawiciele miasta i regionu.

– Kiedy wychodziłam z inicjatywą zorganizowania balu, nie sądziłam, że stanie się on tak ważnym wydarzeniem. A już od pierwszej edycji stara-

liśmy się dać podopiecznym więcej niż zwykłą imprezę. Dlatego też postanowiliśmy rozpocząć w Dworze Artusa, w najpiękniejszej sali w Toruniu. Ze względu na bariery architektoniczne bal przenieśliśmy do Centrum Spotkań Młodzieży. Tam jest ich mniej – opowiada Janina Mirończuk.

Dla Fundacji Światło każda kolejna edycja balu to nie tylko organizacyjne wyzwanie, ale przede wszystkim źródło motywacji do dalszej pracy na rzecz osób z niepełnosprawnościami, wspierania ich w procesie usamodzielniania i pełniejszego korzystania z życia. Spotkaniu co roku towarzyszą wzruszenia, słowa wdzięczności oraz podkreślenie roli opiekunów i wszystkich osób zaangażowanych w codzienną pomoc podopiecznym fundacji.

Lista zapisów aktualnie jest zamknięta. Zgłoszenia można jednak wysłać na listę rezerwową. Być może miejsce się zwolni. Wystarczy napisać wiadomość mailową na adres fundacja@swiatlo.org. ©

TV TORUŃ

ŚRODA, 14 STYCZANIA

- 10:00 Aktualności Toruńskie
- 10:20 Pogoda dla Torunia
- 10:25 Rozmowa dnia
- 10:45 Serwis sportowy
- 10:50 Festiwal Sztuka Natury 2025
- 11:00 ZUS bliżej Ciebie (3)
- 11:20 Sportowe podsumowanie roku - maj
- 11:40 Ćwiczenia relaksacyjne - Ewa Kędzierska (2)
- 12:00 Powtórka programu
- 14:00 Oferty TV Toruń
- 16:00 Entr'acte (5)
- 16:57 dni sportu
- 17:15 Magazyn Samorządowy (7)
- 17:45 Aktualności Toruńskie
- 18:05 Pogoda dla Torunia
- 18:10 Rozmowa dnia
- 18:25 Serwis sportowy
- 18:30 Bulwar sztuki - styczeń**
- 19:10 Sportowe podsumowanie roku - maj
- 19:30 Ich dom, ich świat
- 19:40 ZUS bliżej Ciebie (3)
- 20:00 Aktualności Toruńskie
- 20:20 Pogoda dla Torunia
- 20:25 Rozmowa dnia
- 20:40 Serwis sportowy
- 20:45 Festiwal Sztuka Natury 2025
- 21:00 7 dni sportu
- 21:20 Ludzie nauki Kujaw i Pomorza - Tadeusz Reichstein
- 21:45 Aktualności Toruńskie
- 22:05 Pogoda dla Torunia
- 22:10 Rozmowa dnia
- 22:25 Serwis sportowy
- 22:30 Bulwar sztuki - styczeń**



Premierowy „Bulwar sztuki” na małym ekranie

„Bulwar sztuki” zaczynamy od opowieści historyka Michała Targowskiego o losach zakonu krzyżackiego i Torunia przed hołdem pruskim w 1525 roku. Zajrzemy na wystawę „Bizuteria artystyczna” do CSW i na ekspozycję o twórczości Franciszka Fuchsa - znakomitego operatora i fotografa do Wozowni. W Historii Jednego Obrazu, tym razem, historyk sztuki Łukasz Wudarski

przedstawi dzieło niemieckiego ekspresjonisty Augusta Macke - „Port w Duisburgu”. W Bibliotece natomiast gościem będzie Hubert Czachowski.

Program TV Toruń dostępny jest w sieciach kablowych TVK Toruń, Multimedia Polska, Vectra Toruń oraz na stronie tvtorun.pl.

INFORMATOR

WAŻNE TELEFONY

| | |
|------------------------|--------------------|
| Policja | 997 lub 112 |
| Straż Pożarna | 998 lub 112 |
| Pogotowie Ratunkowe | 999 lub 112 |
| Straż Miejska | 986 |
| Pogotowie Energetyczne | 991 |
| Pogotowie Wod.-Kan. | 994 |

SZPITALY

Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera w Toruniu:
Szpital Wielospecjalistyczny,
 ul. św. Józefa 53
 - Szpitalny Oddział Ratunkowy, tel. 56 679 51 12;
 - rejestracja punktu przyjęć planowanych, tel. 56 679 31 28;
 - izba przyjęć położnicza, tel. 56 679 31 35;
 - izba przyjęć zakaźna, tel. 56 679 55 47;
 - izba przyjęć psychiatryczna, tel. 56 679 57 44;

Centrum Zdrowia Psychicznego
 - punkty zgłoszeniowo-koordynacyjne, tel. 56 679 58 11, 56 679 58 62, 56 679 57 01

Szpital Specjalistyczny dla Dzieci i Dorosłych, ul. Konstytucji 3 Maja 42
 - izba przyjęć, tel. 56 679 45 85
 - nocna i świąteczna opieka zdrowotna, rejestracja, tel. 56 679 40 40

Regionalne Centrum Stomatologii,
 ul. Konstytucji 3 Maja 42
 - rejestracja, tel. 56 679 47 02, 56 679 47 03
Stacja Pogotowia Ratunkowego,

ul. Grudziądzka 47, tel. 56 56 623 35 48
Specjalistyczny Szpital Miejski
 ul. Batorego 17, tel. 56 610 02 09
Specjalistyczny Szpital Matopat,
 ul. Storczykowa 8, tel. 56 659 48 00
Miejska Przychodnia Specjalistyczna,
 ul. Uniwersytecka 17, tel. 56 611 99 00

POLICJA

Komenda Miejska Policji,
 ul. Grudziądzka 17,
 tel. 47 754 28 11
Komisariat Toruń-Śródmieście,
 ul. PCK 2,
 tel. 47 754 24 52
Komisariat Toruń-Rubinkowo,
 ul. Dziewulskiego 1,
 tel. 47 754 25 71
Komisariat Toruń-Podgórz,
 ul. Poznańska 127,
 tel. 47 754 24 71
Komisariat Policji w Dobrzejewicach,
 Dobrzejewice 65,
 tel. 47 754 29 00
Komisariat w Chełmży,
 ul. Sądowa 2,
 tel. 47 754 42 11

NA POMOC

Niebieska linia - pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie:
 tel. 801 120 002
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,
 tel. 116 111,
 poniedziałek - niedziela, godz. 12-02

Telefon zaufania w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie, tel. 56 622 00 00,
 poniedziałek-piątek, godz. 19-21.
Telefon zaufania HIV/AIDS, tel. 801 888 448, 22 692 82 26, poniedziałek-piątek i każda trzecia sobota miesiąca, godz. 9-21.

INFORMACJE

Ośrodek Informacji Turystycznej w Toruniu, ul. Szeroka 43,
 tel. 56 621 09 31, visittorun.com
Informacja kolejowa, tel. 19 757
Intercity: tel. 703 200 200
Przewozy Regionalne, tel. 703 202 020
Arriva, tel. 703 302 333
Infolinia kolejowa dla osób niepełnosprawnych,
 tel. 800 022 222 (stacjonarne),
 tel. 22 47 32 354 (komórkowe).
Arriva Bus, telefoniczny rozkład jazdy,
 tel. 703 302 333
MZK Toruń, rozkład jazdy:
 mzk-torun.pl
 Informacja o rzeczach pozostawionych w autobusach i tramwajach MZK:
 tel. 56 612 18 41

INTERWENCJE

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Toruniu, ul. Przybyszewskiego 3,
 tel. 56 622 48 87,
 telefon interwencyjny: 666 683 377
Ekopatrol Straży Miejskiej,
 tel. 56 62 25 877, tel. alarmowy: 986

KRÓTKO

NOWY SĄCZ

Dziecko mogło być maltretowane

Do Szpitala Specjalistycznego w Nowym Sączu trafiło 20-miesięczne dziecko z obrażeniami mogącymi sugerować, że ktoś się nad nim znęcał. Z informacji, do których dotarł portal miastoNS.pl wynikało, że ma-lutkie dziecko miało liczne urazy, których zakres wzbudził podejrzenia personelu medycznego.

- Potwierdzam te informacje. Stwierdzono szereg obrażeń, w tym uraz czaszki oraz kończyn górnych. W związku z charakterem obrażeń lekarze zgłosili na policję podejrzenie

maltretowania dziecka - powiedziała dla miastoNS.pl Agnieszka Zelek-Rachtan, rzeczniczka prasowa sądeckiego szpitala.

Dziecko, po uzyskaniu niezbędnej pomocy, miało zostać przetransportowane do specjalistycznej placówki - Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Krakowie-Prokocimiu.

Na razie nie wiadomo, na jakim etapie jest sprawa. Zwróci-liśmy się z oficjalnym zapytaniem do Komendy Miejskiej Policji w Nowym Sączu. Czeka-my na odpowiedź.

DYPLOMACJA

Prezydent z wizytą w Londynie



Wtorek był drugim dniem roboczej wizyty Karola Nawrockiego w Wielkiej Brytanii. Około południa prezydent Polski spotkał się w Londynie z premierem Wielkiej Brytanii Keirem Starmerem. Obaj przywódcy wyrazili zadowolenie z silnych relacji, jakie łączą oba kraje.

ZABRZE

Samochód dachował przy torach

Do niebezpiecznego zdarzenia doszło we wtorek (13 stycznia) około godziny 5.35 na drodze krajowej nr 88, czyli Alei Jana Nowaka-Jeziorańskiego w Zabrzu.

- Pojazd po dachowaniu zatrzymał się przy torowisku kolejowym, które biegnie wzdłuż drogi, i zahaczył go nadjeżdżający pociąg osobowy - poinformowały służby.

Kobieta kierująca samochodem w porę opuściła pojazd. Wśród pasażerów pociągu nikt nie został poszkodowany.

Od rana w województwie śląskim sypał śnieg. Jak przekazała śląska policja, warunki na drogach są szczególnie wymagające w godzinach porannych, gdy jest jeszcze ciemno lub panuje półmrok.

ZATRUDNIENIE

W ostatnim dniu lipca 2025 r. pracę w Polsce wykonywało 1106,3 tys. cudzoziemców, tj. o 6,2 proc. więcej niż w lipcu 2024 r. W porównaniu do poprzedniego miesiąca ich liczba zwiększyła się o 0,6 proc. - poinformował Główny Urząd Statystyczny. Z danych wynika też, że najliczniejszą grupą obcokrajowców wykonujących pracę w Polsce byli obywatele Ukrainy. Według stanu na 31 lipca 2025 r. było ich 741 tys.

Wybory przewodniczącej Polski 2050 zostały unieważnione

Adam Kielar
Warszawa

Druga tura wyborów przewodniczącej Polski 2050, w której mierzą się Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz oraz Paulina Hennig-Kłoska, została unieważniona. Jak poinformowało biuro prasowe partii, doszło do tego „z powodów technicznych”.

Głosowanie online na nową szefową partii Polska 2050 rozpoczęło się 12 stycznia o godzinie 16. Członkowie ugrupowania mieli do wyboru dwie kandydatki, które zdobyły najwięcej głosów w pierwszej turze wyborów. Były to: Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz, ministra funduszy i polityki regionalnej, i Paulina Hennig-Kłoska, szefowa resortu klimatu i środowiska. Zdobyły one odpowiednio 277 i 131 głosów.

II tura wyborów, do której dostały się obie przedstawicielki obecnego rządu, miała zakończyć się o godzinie 22, następnie planowano ogłoszenie ostatecznych wyników.

Nie zostały one jednak ujawnione do 23.30. Z partii zaczęły płynąć głosy, że są jakieś problemy techniczne. Początkowo mówiono o publikacji wyników we wtorek (13 stycznia), jednak w nocy biuro prasowe Polski 2050 ogłosiło, że głosowanie zostało unieważnione z przyczyn technicznych.

Szymon Hołownia we wtorek nie wykluczył kandydowania



O funkcję przewodniczącej Polski 2050 ubiegają się Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz (z lewej) i Paulina Hennig-Kłoska (z prawej)

na przewodniczącego Polski 2050, jeśli wybory na szefa partii zostaną powtórzone. Dodał, że w piątek zbierze się Rada Krajowa ugrupowania, która ma zdecydować, czy powtórzone zostaną całe wybory, czy tylko ich druga tura.

Politolog, prof. Maria Winclawska, powiedziała PAP we wtorek, że tak naprawdę nikt nie wie, co się wydarzyło, bo Polska 2050 „nie poinformowała, na czym polegały problemy techniczne”. - Najpierw podanie wyników głosowania było przesuwane, a ostatecznie II tura została unieważniona. Można z uśmiechem zwrócić uwagę, że

„Strefy czystego transportu nie są dobrym rozwiązaniem; nie jestem ich zwolennikiem w takiej odsłonie, jaka jest proponowana

Dariusz Klimczak minister infrastruktury

przewodniczącej. - Może się okazać, że faktycznie napisany program zawierał błędy, ale to podnosi pytania o to, co działo się w I turze. Przecież między drugim i trzecim wynikiem, czyli ministrem Hennig-Kłoski i Joanną Muchy, nie było dużej różnicy. Wówczas też pojawiały się głosy o możliwych problemach technicznych. Trzeba więc postawić pytanie, czy tamte wyniki na pewno były wiarygodne - uważa prof. Winclawska.

Specjalistka od marketingu politycznego oceniła, że bez względu na to, jak zostaną rozstrzygnięte wybory w Polsce 2050, to opcja dołączenia części posłów tej partii do Koalicji Obywatelskiej jest na stole.

- Polska 2050 ma poparcie sondażowe od 1 do 1,5 procenta. Z punktu widzenia premiera Donalda Tuska lepszym rozwiązaniem byłoby, aby klub Polska 2050 pozostał klubem spójnym, żeby to z nim można było negocjować. Trudno się jednak dziwić, że na 1,5 roku czy rok przed wyborami politycy tej partii, którzy będą chcieli kontynuować karierę polityczną, będą szukali opcji wyjścia. A pierwszą taką opcją będzie KO i dobre miejsca na ich listach. Drugimi opcjami mogą być PSL, a może i Lewica. W tej chwili podział klubu na dwie lub trzy części byłby niekorzystny dla koalicji rządowej, bo premier musiałby negocjować z kilkoma podmiotami, aby utrzymać stabilną większość - powiedziała prof. Winclawska. PAP

Zbigniew Ziobro i azyl polityczny. Czy były minister faktycznie go ma? Jego pełnomocnik twierdzi, że tak

Adam Kielar
Warszawa

Pełnomocnik Ziobry poinformował, że otrzymał on na Węgrzech azyl polityczny. Sam zainteresowany nie jest w stanie ani pokazać decyzji na piśmie, ani wskazać daty przyznania mu ochrony.

Zbigniew Ziobro był we wtorek (13 stycznia) gościem porannej rozmowy w RMF FM. Prowadzący rozmowę Tomasz Terli-

kowski spytał go, czy ma na piśmie decyzję o tym, że faktycznie przyznano mu azyl polityczny na Węgrzech.

Były minister sprawiedliwości odpowiedział w dość niepewny sposób, że „zapewne taka decyzja jest na piśmie”. - Prosiłem kogoś, by tymi sprawami się zajął, powiem panu, że nie mam jej przy sobie na pewno - przyznał Ziobro. Dopytywany przez dziennikarza polityk powiedział, że „zapewne na 100 procent ma taki dokument”.

- Być może jest w rękach mojego kolegi, któremu powierzyłem te formalne kwestie. To są „czwartorzędne szczegółiki”, nie przywiązuję do tego żadnej wagi, decyzja została podjęta, potwierdziły to władze Węgier - przekonywał.

Nie był też w stanie wskazać konkretnej daty, kiedy ów azyl został mu przyznany.

- To było w drugiej połowie, pod koniec grudnia. Możliwe, że było to 23 grudnia - mówił Zbigniew Ziobro.

Jak przyznał, chciał ogłosić to, że otrzymał azyl polityczny na Węgrzech, w drugą rocznicę „nielegalnego przejścia” prokuratury, która, jego zdaniem, stała się „narzędziem do zamiatania pod dywan korupcji i złodziejstwa ludzi Platformy (Obywatelskiej)”.

Informację o tym, że Zbigniew Ziobro dostał azyl polityczny na Węgrzech, przekazał w poniedziałek 12 stycznia jego pełnomocnik, mec. Bartosz Lewandowski. PAP

Francuscy rolnicy kolejny raz protestują przeciwko umowie UE z Mercosurem

Anna Nagel
Francja

Do Paryża znów przybyli protestujący rolnicy. Kilkaście traktorów dotarło we wtorek rano przed gmach Zgromadzenia Narodowego.

Pierwszy konwój, złożony z 15 ciągników, wjechał do Paryża krótko po godz. 6. Po niedługim czasie dołączyło do niego kilkadziesiąt pojazdów, których przejazd odbył się pod eskortą policji. Po godz. 8 w Paryżu było już 350 traktorów.

Rolnicy zaplanowali przejazd głównymi arteriami i traktory, przy dźwięku klaksonów, dotarły na Pola Elizejskie i pod Łuk Triumfalny. Trasa ta została zatwierdzona przez władze.

Pod Zgromadzeniem Narodowym rolnicy zawiesili banner

z hasłem „Chłopska rewolta wznowiona”.

Wtorkowa demonstracja organizowana jest przez jeden z największych francuskich związków rolniczych - FNSEA. Jego wiceszef Damien Greffin powiedział, że rolnicy protestujący w Paryżu przeciw umowie UE - Mercosur pozostaną tam, dopóki nie uzyskają odpowiedzi na swoje postulaty. Rolnicy żądają, by przyjął ich premier Sebastien Lecornu.

Greffin dodał, że rolnicy będą demonstrować także 20 stycznia przed Parlamentem Europejskim w Strasburgu.

Państwa Unii Europejskiej, przysprzeciwem.in. Francji i Polski, zgodziły się w piątek na zawarcie umowy z państwami Mercosuru: Argentyną, Brazylią, Paragwajem i Urugwajem.

PAP



Pierwszy konwój protestujących rolników wjechał do Paryża po godzinie 6 rano

W Teheranie władze przejmują anteny satelitarne i nagrania z kamer

Karolina Wrońska
Iran

Irańskie władze zaczęły akcję przejmowania w Teheranie anten satelitarnych i nagrań z prywatnych kamer monitoringu, dzięki którym mogą identyfikować uczestników antyrządowych protestów.

Funkcjonariusze sił bezpieczeństwa w niektórych dzielnicach Teheranu podszywali się pod urzędników przedsiębiorstw komunalnych, by wejść do domów - przekazał portal Iran International.

Od 8 stycznia na polecenie rządu w kraju zablokowany jest dostęp do internetu naziemnego. Rząd usiłuje wyszukać i skonfiskować terminale Starlink, umożliwiające omijanie państwowej blokady przez dostęp do internetu satelitarnego. Tego typu urządzenia są w Iranie nielegalne. Przemycane są z Iraku lub drogą morską z Dubaju. Terminale Starlink przekazywały wcześniej do Iranu organizacje pozarządowe, sprowadzali je także komercyjni pośrednicy - podał dziennik „Wall Street Journal”.

Agencja AP poinformowała, że we wtorek międzynarodowe połączenia telefoniczne zostały przynajmniej czasowo i częściowo odblokowane.

Irańska organizacja broniąca praw człowieka HRANA, która działa z USA, ale opiera się na informacjach od sieci aktywistów



Billboard z napisem „Iran jest naszą ojczyzną” w Teheranie. Iran doświadcza ogólnokrajowej przerwy w dostępie do internetu, która rozpoczęła się 8 stycznia

w Iranie, oceniła w poniedziałek wieczorem, że w protestach zginęło dotąd co najmniej 646 osób. Zastrzegła przy tym, że liczba ta dotyczy zweryfikowanych ofiar śmiertelnych. Według HRANA wśród zabitych jest 505 uczestników protestów, w tym dziewięcioro dzieci, a także 133 żołnierzy i funkcjonariuszy, jeden prokurator oraz siedmiu cywilów niebiorących udziału w protestach. Trwa weryfikacja informacji o 579 kolejnych ofiarach śmiertelnych.

Izraelskie media przekazały, że armia jest w stanie gotowości do reakcji na „niespodziewane

scenariusze”. Władze irańskie sądzą, że prezydent USA Donald Trump spełni groźbę zaatakowania Iranu w obronie protestujących - przekazał w poniedziałek publiczny nadawca Kan. Według gazety „Times of Israel” izraelska armia sądzi, że może to doprowadzić do kolejnej

Władze irańskie sądzą, że prezydent USA Donald Trump spełni groźbę zaatakowania Iranu w obronie protestujących

wojny między Izraelem a Iranem.

Katalizatorem obecnej fali protestów stała się zapas kursu krajowej waluty i jednoczesny wzrost inflacji. W ubiegłym roku irański rial stracił prawie połowę wartości w stosunku do dolara (1 dolar kosztował ponad 1,4 mln riali), a inflacja w grudniu przekroczyła 42 proc. Dodatkowo Iran przeżywa kryzys wodny tak poważny, że władze ponownie zaczęły wspominać o konieczności przeniesienia stolicy na tereny bardziej zasobne w wodę. Kraj cierpi też na niedobór energii. PAP

Bezpłatne komiksy trafią do domów trzecioklasistów

Anna Nagel
Finlandia

W Helsinkach kultowe komiksy z serii „Kaczor Donald” będą rozsyłane do domów trzecioklasistów. Celem projektu „Komiksy bramą do czytelnictwa” jest poprawa umiejętności czytania i pisania wśród dzieci i młodzieży.

- Nic dziwnego, że poziom umiejętności czytania i pisania spada, jeśli w ciągu 20 lat czas spędzany przez fińskie dzieci i młodzież na czytaniu zmniejszył się o połowę - powiedziała Minna Torppa, profesor uniwersytetu w Jyväskylä, gdzie prowadzone jest badanie na temat wpływu drukowanych materiałów na rozwój czytelnictwa.

Komiks „Kaczor Donald”, a po fińsku „Aku Ankka”, wyda-

wany od ponad 75 lat, jest uznawany w Finlandii za pozycję kultową. Nakład czasopisma jest obecnie jednak niemal trzykrotnie niższy niż w szczytowym okresie. Jeszcze na początku lat 2000. był na poziomie około 300 tysięcy egzemplarzy.

Według ankiet przeprowadzonych wśród czytelników nawet 40 proc. Finów nauczyło się czytać z pomocą „Kaczora Donalda”, a dla wielu obcokrajowców była to również pomoc w nauce języka fińskiego. Około 80 proc. dzieci przyznaje zaś, że jest to ich ulubiona lektura.

Jak poinformowało miasto Helsinki, w ramach projektu pobudzającego rozwój czytelnictwa w tym roku numery „Kaczora Donalda” zostaną dostarczone bezpłatnie do domów ponad 5,5 tysiąca uczniów klas trzecich.

PAP

Ambasador RP wezwany do rosyjskiego MSZ w sprawie zatrzymania obywatela Rosji

Karolina Wrońska
Rosja

Ambasador RP Krzysztof Krajewski został wezwany do rosyjskiego MSZ. Strona rosyjska przedstawiła mu stanowisko ws. zatrzymania na początku grudnia 2025 r. obywatela Rosji, poszukiwanego w związku z jego działaniami na terytorium Ukrainy.

Rzecznik resortu dyplomacji zaznaczył, że „po stronie polskiej sprawa jest rozpatrywana zgodnie z obowiązującymi procedurami”. Nie sprecyzował, jak wyglądają te procedury; podkreślił, że nie będzie w tej kwestii podawał szczegółów.

„Ambasador Rzeczypospolitej Polskiej został 12 stycznia br. wezwany do Ministerstwa Spraw Zagranicznych Federacji Rosyjskiej. Podczas spotkania strona



Krzysztof Krajewski, ambasador RP w Moskwie

rosyjska przedstawiła swoje stanowisko w sprawie zatrzymania na początku grudnia 2025 roku obywatela Federacji Rosyjskiej, poszukiwanego w związku z jego działaniami na terytorium Ukrainy” - przekazał dziennikarzom rzecznik MSZ Maciej Wewiőr.

Rosyjski resort dyplomacji protestował przeciwko zatrzymaniu w Polsce archeologa Aleksandra B., obywatela Rosji, podejrzewanego przez ukraińskie władze o zniszczenie obiektu dziedzictwa kulturowego na okupowanym Krymie.

Archeolog został zatrzymany w grudniu ub.r. Rosja uznała oskarżenia Ukrainy wobec Aleksandra B. za „absurdalne” i zażądała jego uwolnienia - przekazała we wtorek agencja Reutera.

„Federacja Rosyjska domaga się natychmiastowego uwolnienia obywatela Rosji i odmowy wydania go machinie karnej reżimu w Kijowie, która nie ma nic wspólnego ze sprawiedliwością” - poinformowało w oświadczeniu rosyjskie Ministerstwo Spraw Zagranicznych. Strona rosyjska stwierdziła, że oskarżenia władz ukraińskich są „absurdalne, otwarcie upolitycznione

i mają charakter spekulatywny oraz odnoszą się do jego działalności naukowej w ramach ekspedycji archeologicznej na Krym”.

Sąd w Warszawie przedłużył areszt zatrzymanego do 4 marca, a wniosek o jego ekstradycję na Ukrainę zostanie rozpatrzony 15 stycznia.

Jak przekazała ukraińska prokuratura Aleksander B., nie mając stosownych pozwoleń na prowadzenie prac wykopaliskowych, prowadził je na terenie archeologicznego kompleksu „Starożytno miasto Myrmekjon” w Kerczu na Krymie. Zdaniem strony ukraińskiej miał wówczas zniszczyć kompleks archeologiczny. Straty szacowane są na ponad 201 milionów hrywien.

Po zatrzymaniu przez polskie służby Aleksander B. odmówił składania wyjaśnień i decyzją sądu został aresztowany. PAP

W NUMERZE:**Przemarznięte ręce i stopy? Nie polewaj ich gorącą wodą**

Zima w tym roku pokazuje swoje prawdziwe oblicze. A my... jesteśmy w szoku, bo zapomnieliśmy już, jak to jest,

kiedy termometr wskazuje -10 st. Celsjusza. Pamiętajmy, że niskie temperatury mogą być nie tylko uciążliwe, ale wręcz groźne dla naszego organizmu. Co robić gdy przemarzniemy? Poznaj skuteczne sposoby na szybkie ocieplenie się od środka i od zewnątrz.

ZA TYDZIEŃ:

- Komplet badań – najlepszy prezent dla babci i dziadka z okazji ich święta
- Algorytm podrzuca dzieciom treści zachęcające do samobójstwa! O zagrożeniach, które płyną z sieci



FOT. FREEPIK

Dieta wegetariańska ma więcej zalet, niż się spodziewasz. Spróbujesz?

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Polacy wciąż zjadają więcej mięsa niż wynosi średnia w Europie, jednak ilość ta powoli spada. To wszystko nie tylko za sprawą rosnącej świadomości w społeczeństwie.

Powodów do przejścia na dietę bezmięsną jest wiele - począwszy od kwestii etycznych i związanych z ekologią, a na dbałości o sylwetkę i zdrowie skończywszy. Do zmiany menu zachęca także coraz lepszy dostęp do smacznych i przystępnych cenowo zamienników mięsa.

Zalet jest wiele

Wegitarianizm to dieta bez mięsa, choć różne jego odmiany wyłączają też inne produkty odzwierzęce, takie jak ryby, jaja i/lub mleko wraz z jego przetworami. Warto też w tym miejscu zaznaczyć, że wymierne korzyści dla zdrowia przynosi już samo ograniczenie mięsa (zwłaszcza czerwonego) w codziennej diecie, czyli dieta fleksitariańska. To dobry sposób na stopniową zmianę dotychczasowych nawyków jedzeniowych.

Jadłospis bezmięśny, nazywany też dietą jarską, obfituje w naturalne pokarmy roślinne. Dzięki temu zawiera mniejsze ilości związków prozapalnych, takich jak nadmiar żelaza hemowego, zwierzęce tłuszcze, rozpuszczalne w nich zanieczyszczenia środowiskowe czy zawarte w wędlinach azotany (łatwo przekształcane w azotyny, a następnie w rakotwórcze nitrozaminy). Dostarcza za to więcej ochronnych fitozwiązków, które są przeciwutleniaczami chroniącymi organizm przed niszczącym wpływem wolnych rodników.

Wśród składników o takim właśnie korzystnym działaniu można wymienić roślinne barwniki, związki zapewniające smak i zapach, nienasycone tłuszcze, niektóre witaminy i składniki mineralne, sterole, błonnik i wszelkie bioaktywne fitozwiązki.



FOT. MARCO PUNTI/GETTY IMAGES

Nie trzeba z mięsa rezygnować w ogóle. Wymierne korzyści przynosi już samo ograniczenie mięsa w menu, czyli dieta fleksitariańska

Korzyści zdrowotne ze stosowania diety bezmięsnej:

- Dłuższe życie - osoby stosujące dobrze zbilansowaną dietę wegetariańską żyją średnio o 3,5 roku dłużej niż te jedzące mięso.

- Niższa masa ciała - wegetarianie ważą średnio o 15 proc. mniej niż osoby na diecie z mięsem. To m.in. dlatego, że dieta oparta na roślinach jest sycąca, ma wysoką zawartość błonnika oraz dużą objętość przy małych dawkach kalorii, a przy tym działa przeciwzapalnie.

- Lepsze efekty odchudzania - już samo przejście na dietę wegetariańską powoduje utratę kilogramów - nawet bez ćwiczeń i liczenia kalorii, jak pokazały wyniki analizy 15 badań z „Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics”. Przewidywany ubytek wagi wyniósł aż 10 kilogramów w ciągu 11 miesięcy, i był tym większy, im wyższa była początkowa masa ciała, a także starszy wiek. W porównaniu do kobiet więcej kilogra-

mów zrzucali mężczyźni. Dieta bezmięśna pozwala też schudnąć osobom, które mają zaburzony metabolizm - nawet tym z cukrzycą t. 2. Skutecznie redukuje nie tylko tłuszcz podskórny, ale też ten otaczający tkankę mięśniową, który jest związany z występowaniem insulinooporności. Wegetariańskie menu zwiększa też wrażliwość komórek na insulinę, obniża stężenie glukozy we krwi na czczo oraz usprawnia regulację jego poziomu.

- Mniejsze zagrożenie cukrzycą typu 2 - wyniki analiz 12 szeroko zakrojonych badań nie pozwalają mieć wątpliwości: im większe spożycie w diecie mięsa, tym wyższe ryzyko rozwoju cukrzycy. Nie dziwi więc, że menu

Osoby stosujące dobrze zbilansowaną dietę wegetariańską żyją średnio o 3,5 roku dłużej, aniżeli osoby jedzące mięso

bezmięśne pomagają chronić się przed tą chorobą. Jak wykazano na łamach „Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Disease” na podstawie danych ponad 15 tys. osób, już samo przejście na dietę wegetariańską istotnie obniża ryzyko rozwoju cukrzycy. Jak z kolei wynika z trwających 20 lat badań, które obejmowały ponad 200 tys. osób, dieta bogata w produkty roślinne, a uboga w zwierzęce, redukuje zagrożenie rozwojem cukrzycy średnio o 20 proc. Jeśli jest zdrowa, spadek ryzyka wynosi aż 34 proc.; ta zawierająca więcej niezdrowych produktów powoduje redukcję tylko o 16 proc. Autorzy badania podkreślają, że korzyści zapewniają już niewielkie zmiany w menu, jak np. zmniejszenie spożycia produktów odzwierzęcych z 5-6 do 4 porcji tygodniowo.

- Niższe ciśnienie krwi - jak wykazała analiza 7 badań klinicznych i 32 obserwacyjnych, przedstawiona na łamach „JAMA Internal Medicine”, dieta bezmięśna pozwala utrzymać

niższe ciśnienie krwi. To skurczowe było u wegetarian niższe średnio o 4,8 mm Hg (w badaniach klinicznych) lub 6,9 mm Hg (w obserwacyjnych), a rozkurczowe spadło odpowiednio o 2,2 oraz 4,7 mm Hg.

- Lepszy lipidogram - dieta wegetariańska pozwala utrzymać niższy poziom cholesterolu całkowitego we krwi, co oznacza niższe zagrożenie m.in. chorobą wieńcową serca. W przeglądzie wyników 50 badań naukowych w piśmie „Nutrition Reviews” czytamy, że w badaniach obserwacyjnych spadek ten wynosił 29,2 mg/dl, a w klinicznych - 12,5 mg/dl. Inne źródła dowodzą z kolei, że dieta jarska obniża też stężenie „złego” cholesterolu LDL.

- Rzadsze choroby serca - już samo zrzucenie 5-10 proc. nadmiernej masy ciała skutkuje poprawą zdrowia karbometabolicznego, np. obniżeniem ryzyka rozwoju chorób serca. Dieta wegetariańska nie tylko odchudza, ale też zmniejsza zagrożenie wieńcową (o 40

proc.), nadciśnieniem (o 34 proc.) i przedwczesną śmiercią wskutek chorób układu krążenia (o 40 proc.). A na dodatek aż u 91 proc. badanych powoduje choć częściowe przywrócenie sprawności krążenia w arteriach objętych miażdżycą - donosi „Progress in Cardiovascular Disease”.

- Mniej nowotworów - jak udowodniono w badaniu przeprowadzonym przez Oxford University, które obejmowało 60 tys. Brytyjczyków i trwało 15 lat, w porównaniu z osobami jedzącymi mięso, u wegetarian nowotwory rozwijały się o 11 proc. rzadziej. Z innych badań wynika ponadto, że rzadsza zapadalność na nowotwory dotyczy zwłaszcza układu trawienia.

Należy jednak pamiętać, że samo wyłączenie mięsa z posiłków nie decyduje o tym, że będą one zdrowe. Jeśli menu składa się z produktów gotowych do jedzenia i żywności przemysłowej, będzie tak samo niekorzystne dla organizmu, jak każda inna „śmięciowa” dieta.

Przemarzłeś? Oto skuteczne sposoby na szybkie ogrzanie wychłodzonego organizmu

Anna Rokicka-Żuk
annarokicka-zuk@polskapress.pl

Zima w tym roku pokazuje swoje mroźne i śnieżne oblicze! Temperaturowe poniżej zera mogą poważnie zaszkodzić zdrowiu. Nagłe ochłodzenie to nie tylko dyskomfort - mróz może prowadzić do odmrożeń, hipotermii i innych groźnych skutków.

Odwykliśmy od mroźnych i śnieżnych zim, a spadek temperatury poniżej zera dla wielu osób jest szokiem. Stosunkowo łagodne zimy sprawiły, że nie pamiętamy już, jak to jest, kiedy termometr wskazuje -15 st. Celsjusza. Tak niskie temperatury nie pozostają obojętne dla naszego organizmu - mogą być nie tylko uciążliwe, ale wręcz groźne dla zdrowia i życia.



Przemarznionych dłoni i stóp nie należy wkładać do gorącej wody

Objawy przemarznięcia to nie tylko uczucie zimna

Gdy organizm nie może ogrzać całego ciała, z czasem zmniejsza dopływ krwi do najbardziej oddalonych części, a także skóry, kierując więcej w stronę korpusu. Ręce, nogi robią się z tego powodu chłodne i łatwiej ulegają odmrożeniom. Gdy to nie wystarczy, ciało zaczyna się trząść, co pozwala generować niewielkie ilości ciepła. Najbardziej intensywne dreszcze pojawiają się przy temperaturze, w której rozwija się hipotermia, czyli wychłodzenie organizmu.

Objawy przemarznięcia świadczą o hipotermii to właśnie trzęsienie się, zmęczenie, dezorientacja, utrata koordynacji. Gdy natomiast ustają, a po-

jawia się niebieskawa skóra, a tym bardziej rozszerzone źrenice, spowolniony puls i oddychanie, świadczy to o głębszej hipotermii i zagrożeniu życia.

Skutki działania mrozu, nazywane stresem związanym z zimnem (cold stress), mogą prowadzić także do uszkodzeń skóry, jakimi są łagodne odmrożyny i odmrożenia. Największe spustoszenie sięjejemna temperatura w połączeniu z wysoką wilgotnością, np. w przypadku przemoczenia butów, rękawiczek, ubrań. Utrata ciepła i ryzyko powikłań są wtedy największe, dlatego zimą należy jak ognia wystrzegać się kontaktu z wodą.

Jak się rozgrzać po przemarznięciu?

W przypadku przemarznięcia w pierwszej kolejności należy zapobiec dalszej utracie ciepła i pomóc ciału się rozgrzać. Mokra odzież powinna być zmieniona na suchą. By poprawić krążenie krwi i wytworzyć nieco ciepła, można też poruszać ramionami jak wiatrak. Należy jednak unikać intensywnej aktywności, ponieważ pocenie zwiększy utratę ciepła z organizmu.

Rozgrzanie się przyspieszy picie ciepłych napojów, które powinny być wolne od kofeiny i alkoholu. Może to być ciepła słaba herbata albo woda, do której można dodać cytrynę. Korzystne może okazać się zjedzenie cukierka, które daje szybki zastrzyk energii.

Wiele osób po powrocie z mrozu w pierwszej kolejności myśli o gorącej kąpiel. Ocieplić się trzeba jednak stopniowo i nie za szybko. Absolutnie za-

kazane jest kontakt skóry z gorącą wodą. Zbyt ciepła kąpiel albo prysznic mogą doprowadzić do zaskórniaka.

Co na przemarznione ręce? Jak rozgrzać dłonie i stopy?

Przemarznione dłonie czy nogi to nie tylko dyskomfort - mogą zwiastować poważne problemy zdrowotne, takie jak odmrożenia czy hipotermię. Szczególną ostrożność należy zachować w przypadku przemarznionych dłoni i stóp lub ich palców. Włożenie rąk pod ciepłą wodę to nie jest dobry pomysł. Zbyt wysoka temperatura wody może spowodować ból i doprowadzić do uszkodzeń skóry, jak i tkanek, np. naczyń krwionośnych i nerwów.

Aby rozgrzać dłonie, nigdy nie wkładaj ich do gorącej ani nawet ciepłej wody. Zaczynaj od chłodnej wody, by dojść do letniej. Możesz też ocieplić je, wkładając w pomieszczeniu rękawiczki lub owijając dłonie wełnianym szalikiem.

Części ciała łatwo ulegające odmrożeniom, a więc także nos, uszy i skóra twarzy, również należy rozgrzewać stopniowo. Aby jednak uniknąć dalszych uszkodzeń skóry, nigdy nie pocieraj ich ani nie masuj. Pod żadnym pozorem nie stosuj też nacierania śniegiem.

Jeśli możliwe jest odmrożenie, np. już na dworze pojawiło się zaczerwienienie skóry, a tym bardziej zmiana koloru skóry na białą lub żółtą, utrata czucia, rąk czy stóp nie należy rozgrzewać, tylko zabezpieczyć do czasu udzielenia pomocy lekarskiej.

Co pić, żeby rozgrzać organizm od środka?

Na czele napojów, po które sięgamy, gdy zamrzniemy i jest nam zimno, jest oczywiście gorąca herbata. Pijemy ją w wersji klasycznej lub zimowej, z dodatkiem korzennych przypraw, imbiru i cytrusów. Tak doprawiona skutecznie pomaga podnieść temperaturę wychłodzonego ciała i może pomóc w zapobiegnięciu przeziębieniu.

Zimą należy także unikać picia zimnych napojów - z lodówki czy podawanych z kostkami lodu, ponieważ w naszych gardłach dochodzi wtedy do obkurczenia naczyń krwionośnych. Sprawia to, że zmniejsza się przepływ krwi, a tym samym spada liczba komórek odpornościowych obecnych w danym obszarze. Otwiera to wirusom i bakteriom drogę do ataku.

Jaka powinna być temperatura w domu?

Nie tylko temperatura na zewnątrz wpływa na nasze zdrowie. Ważne jest także utrzymywanie odpowiedniej temperatury w domu zimą, aby nie narażać organizmu na zbyt duże jej wahania, ale też nie wychładzać pomieszczeń za bardzo. Zbyt wysoka temperatura w domu naraża organizm na przegrzanie, co sprzyja przeziębieniom i odmrożeniom po wyjściu na mróz. Natomiast stałe przebywanie w zbyt niskiej temperaturze może prowadzić do zbyt szybkiego wychłodzenia i skutkować podobnymi konsekwencjami, co przebywanie na mrozie.



Wypróbuj łatwy przepis na syrop z marchewki, wg sprawdzonej receptury naszych babć

Domowy sposób na kaszel dobry dla dzieci i dorosłych. Prosty do zrobienia i zdrowy

Marta Siesicka-Osiak
redakcja@stronazdrowia.pl

mogą pracę układu odpornościowego.

Podstawowym składnikiem tego syropu jest marchewka - to słodkie warzywo wspiera walkę z przeziębieniem i mokrą kaszlem, pomagając usunąć nadmiar wydzieliny z dróg oddechowych.

Przepis na syrop z marchewki z dodatkiem miodu i cytryny bez gotowania

Już nasze babcie doceniały zdrowotne działanie marchewki, sięgając po nią, aby ułatwić odkrztuszanie. Ze względu na naturalne pochodzenie i przyjemny smak, syrop z marchewki jest szczególnie polecany dla małych dzieci.

Składniki

- 1 marchewka,
- sok z połówki cytryny,
- 2 łyżki cukru,
- 1 łyżka płynnego miodu.

Przygotowanie

- Obierz, a następnie zetrzyj marchewkę.
- Umieść warzywo w głębokim naczyniu i zasyp cukrem.
- Polej marchewkę sokiem z połówki cytryny i łyżką miodu.
- Odstaw naczynie na kilka minut. Marchewka znacznie puszczą naturalny sok.
- Zlej powstały syrop, który jest od razu gotowy do spożycia.

Zaleca się przyjmowanie dwóch łyżek syropu dziennie. Szczególną ostrożnością powinno wykazać się przy podawaniu syropu osobom z cukrzycą, uczulonym na którykolwiek składnik i małym dzieciom, które nie mają w pełni rozszerzonej diety.

Marchewka to niezwykle zdrowe warzywo bogate w antyoksydanty, witaminy i składniki mineralne. Ceniona jest przede wszystkim za zawartość beta-karotenu - jedna porcja pokrywa aż 77 proc. dziennego zapotrzebowania na prowitaminę A.

Ponadto zapewnia także od 4 do 7 proc. niezbędnej ilości witamin B1, B2, B5, niacyny, folianów, witaminy E i C oraz powyżej 10 proc. zalecanej dziennej dawki witaminy B6 i witaminy K.

Wśród właściwości syropu z marchwi wymienia się:

Syrop z marchwi dzięki bogactwu przeciwutleniaczy, w tym witaminy C, wykazuje działanie wzmacniające układ odpornościowy.

Działając wykrztuśnie, pomaga usunąć wydzielinę zalegającą w gardle.

Oczyszczając gardło, pomaga łagodzić kaszel.

Syrop można wzbogacić o dodatek cytryny, miodu i/lub imbiru. Spotęgują one jego działanie przeciwzapalne i przeciwbólowe oraz wspo-

WARTO WIEDZIEĆ

Mróz? Nie pij alkoholu!

Zima to czas, kiedy powinniśmy być szczególnie ostrożni, pijąc alkohol. Picie go na mrozie może prowadzić do wielu poważnych konsekwencji. Po pierwsze daje złudne wrażenie, że jest nam po nim cieplej, choć faktycznie prowadzi do utraty ciepła i obniżenia całkowitej temperatury ciała. Ponadto może wpłynąć na prawidłową ocenę sytuacji, co może prowadzić do hipotermii z powodu zbyt lekkiego ubioru czy zbyt długiego przebywania na mrozie.

Co dalej z promem Flisak? PRS odpowiada

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Przebudowane mają zostać nie tylko przyczółki promu Flisak, łączącego drogą wodną na Wiśle Czarnowo z Solcem Kujawskim, ale też sam statek - wynika z informacji Polskiego Rejestru Statków.

Wracamy do tematu modernizacji promu na Wiśle, który od 2023 roku z dużymi przerwami kursował między Solcem Kujawskim a Czarnowem. O planach inwestycyjnych, które umożliwiłyby kursowanie statku również przy niskich stanach wody królowej polskich rzek, informowaliśmy w grudniu.

O tych zamierzeniach mówił, między innymi Przemysław Dąbrowski, dyrektor Zarządu Dróg Wojewódzkich, instytucji, która zarządza promem.

- Są już są przedstawione rysunki, teraz znajdują się w PRS, czyli Polskim Rejestrze Statków - mówił dyrektor ZDW w Bydgoszczy, zaznaczając, że konieczna jest przejrzystość ich i ocena administracyjna. Dopiero potem będzie można przystąpić do realizacji prac.



To zdjęcie archiwalne promu „Flisak”. Od czasu, kiedy został zwodowany, statek rzecznym częściej był tylko przycumowany przy przyczółkach na Wiśle, niż kursował

Za płytko dla promu

To słowa, które wybrzmiały podczas jednej z ostatnich, jesiennych sesji rady sejmiku województwa kujawsko-pomorskiego. Odpowiadał na pytania radnego Jarosława Wenderlicha z Bydgoszczy.

Przypomnijmy, że koncepcja przebudowy przyczółków, a konkretnie ramp, po których pojazdy wjeżdżają na prom powstała już w maju ubiegłego roku. Podpisano nawet umowę z wykonawcą projektu.

- Nasza idea jest taka, by móc pływać nawet do poziomu

130 cm [wody w Wiśle, red.]. Obecnie wody jest poniżej wszelkich poziomów - mówił dyrektor na wrześniowej sesji. Dodał, że poziom Wisły jest tak niski, iż nawet nie można dokonać pomiaru. - Poniżej 110 cm wskaźniki automatyczne przestają mierzyć.

Wciąż czekamy na odpowiedzi z Zarządu Dróg Wojewódzkich i Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na pytania o przyszłość promu. Pytaliśmy o realne perspektywy przebudowy przyczółków, która umożliwi-

łaby korzystanie z przeprawy. Inną rzeczą jest również sam stan ramp, nieużywanych przez większość roku oraz los załogi statku.

Będzie przebudowa promu Tymczasem, jak ustaliliśmy, dokumentacja ramp najazdowych jednostki FLISAK została zatwierdzona przez PRS już w październiku 2025 roku. To informacja uzyskana bezpośrednio w tej instytucji. Przy okazji, dowiadujemy się, że przebudowane mają zostać nie tylko elementy stałej infrastruktury promu (znajdujące

się na nabrzeżach), ale również zmodyfikowany na zostać sam statek.

- PRS sprawuje jedynie nadzór nad przebudową konstrukcji samego promu, tym samym nie mamy pełnej wiedzy na temat całości toczącego się postępowania administracyjnego obejmującego również dostosowanie przyczółków - mówi Wojciech Kozyro, zastępca dyrektora pionu okrętowego i szef Służby Technicznej PRS.

Dodaje jednak: - O kwestie zmiany konstrukcji przyczółków, które są poza zakresem nadzoru PRS należy pytać inwestora ewentualnie inne podmioty sprawujące nadzór nad infrastrukturą brzegową.

Miał łączyć „Kujawy i Pomorze”

„Flisak” zaczął kursować w 2023 roku. O regularności rejsów na Wiśle między Czarnowem a Solcem Kujawskim nie można jednak mówić. Obecnie jest przycumowany w Brdziejściu, poziom wody w królowej polskich rzek w tym roku spadł krytycznie, co fizycznie uniemożliwiało pływanie promu.

To inwestycja samorządu województwa kujawsko-pomorskiego, a jej administrato-

rem jest Zarząd Dróg Wojewódzkich w Bydgoszczy. Pod zarządem ZDW jest zarówno sam prom, jak i prowadząca do przyczółków na obu brzegach rzeki droga wojewódzka nr 249. Trasa łączy bardzo ważne ciągi komunikacyjne województwa kujawsko-pomorskiego: lewo-brzezną DK10 i poprowadzoną wzdłuż prawego brzegu DK10. Najbliższe mosty przez Wisłę znajdują się w bydgoskim Fordonie i w Toruniu.

Problem polega między innymi na tym, że przy niższych stanach wody w Wiśle - nawet takich, które nie uniemożliwiają żeglugi - kąt wjazdu na pokład „Flisaka” jest zbyt duży, by bezpiecznie korzystać z przeprawy.

DW 249 i „Flisak” miały usprawniać komunikację między oboma brzegami, stanowić alternatywę dla kierowców, gdyby doszło do wypadku na jednej z „krajówek” i blokady tejsze.

Inaugurując rejsy pod koniec kwietnia 2023, marszałek województwa Piotr Całbecki powiedział, że dzięki nowej przeprawie promowej znacznie przybliżyły się Kujawy i Pomorze, w tym historyczna ziemia chełmińska.

AUTOPROMOCJA

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

73 m², parter, Rubinkowo II 502141457

Zdrowie

STOMATOLOGIA

NAPRAWA Protez Wyszyńskiego
11A/61 tel. 56 645 45 72

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

BUDOWY i remonty 608-071-593,
Toruń i powiat

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

aktualne
z całej Polski
przetarginasze
komunikaty.pl

REKLAMA

0011456640

„ALPA”

Zakład i Dom Pogrzebowy

Nowa Główna Siedziba:
Toruń: ul. M. C. Skłodowskiej 41
ul. Podgórna 16
ul. Okólna 30

tel. 56/62-226-59

fax 56/66-11-239

CAŁĄ DOBĘ www.alpa.com.pl

- Transport ciała na terenie kraju i Europy;
- Załatwianie formalności pogrzebowych;
- Kremacje, ekshumacje;
- Odzież i dewocjonalia
- Wieńce i wiązanki
- Sprzedaż nagrobków;
- Możliwość wyboru kolorystyki strojów żałobników;
- Z szacunkiem i zaangażowaniem spełniamy ostatnią posługę.

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie
przez Internetowe Biuro Ogłoszeń,
bez wychodzenia z domu

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

AUTOPROMOCJA

0010738838

Zleć
nekrologi,
ogłoszenia
drobne,
życzenia

Biuro ogłoszeń

Nowości Dziennika Toruńskiego:

Toruń, czynne: pn.-pt. 8-16

ul Grudziądzka 46-48, tel. 606 537 137

e-mail: lukasz.kopanski@polskapress.pl

Express
BYDGOSKIGAZETA
pomorskaNOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

Domowe sposoby

Zapalenie krtani trwa około dwóch tygodni. Leczenie polega w głównej mierze na łagodzeniu objawów. Skutecznym sposobem są inhalacje, które można przygotować samemu w domu. Można do nich wykorzystać parę wodną z olejkami eterycznymi lub naparami z ziół.

Inhalacje wykonujemy przy pomocy specjalistycznego sprzętu dostępnego w aptece lub nachylając głowę nad ciepłym (nie gorącym!) naparem - głowa powinna być przykryta ręcznikiem.

Z olejków najlepiej nadadzą się: sosnowy, eukaliptusowy i bergamotowy.

Zioła przeciw zapaleniu krtani to: rumianek i podbiał.



Leczenie zapalenia krtani najczęściej polega na łagodzeniu objawów. Polega na: nawilżeniu powietrza w pomieszczeniu, chronieniu szyi przed przewianiem, oszczędzaniu głosu i wykonywaniu inhalacji.

Zapalenie krtani

▶▶ Przyczyną stanu zapalnego jest przedostanie się zarazków z górnych dróg oddechowych do krtani

Maja Erdmann

Latem zapalenie krtani zdarza się równie często jak zimą, bo za stan zapalny najczęściej odpowiada zakażenie wirusowe, które w początkowej fazie obejmuje wyłącznie błonę śluzową nosa i gardła.

Jak rozpoznać zapalenie krtani? Najczęściej tej dolegliwości towarzyszą: głośny oddech (bywa że jest on świszczący), duszący, suchy kaszel, ból gardła i bezgłos. Tak jak przy innych infekcjach temperatura

ciała wzrasta, a chory czuje się osłabiony.

Poznaj przyczyny

Bezpośrednią przyczyną tego stanu zapalnego jest najczęściej przedostanie się zarazków z górnych dróg oddechowych do krtani. Najczęściej wirusów, rzadziej szczepów bakterii. Zarażeniu sprzyja przede wszystkim suche powietrze i zanieczyszczenia, które się w nim znajdują. Drażnią one błonę śluzową gardła dając miejsce do kolonizacji zarazków. Innym czynnikiem jest nieumiejętne korzystanie z klimatyzacji, czy to w biurze, czy to w sa-

mochodzie. W upalne dni nie powinno się zbyt schładzać pomieszczeń, bo wychodząc z nich na zewnątrz w afrykańskie narażamy się na szok termiczny i upośledzenie działania systemu odpornościowego. Drugą ważną sprawą to systematyczne czyszczenie urządzeń klimatyzacyjnych. Brudne są rezerwuarem bakterii, grzybów i wirusów, które mogą zaatakować śluzówkę gardła i nosa.

Rodzaje zapalenia krtani

Najczęstszą postacią tej choroby jest ostre wirusowe zapalenie krtani. Jego leczenie

polega na nawilżaniu powietrza i przyjmowaniu preparatów łagodzących przebieg choroby.

Nieco inaczej objawia się nagłościone zapalenie krtani. W tym przypadku oprócz uogólnionych objawów występuje również uporczywy ból, zaburzenia połykania, ślinotok i płytki oddech.

W przypadku dzieci już przy pierwszych objawach zapalenia krtani trzeba udać się do lekarza, a nie decydować się domowe metody leczenia. Dlaczego? U dzieci może wystąpić tzw. krup wirusowy, to choroba, która wymaga diagnozy pediatrycznej

i wdrożenia odpowiedniego leczenia.

W przypadku „zwykłego” zapalenia krtani u dorosłych leczenie uzależnione jest od czynnika wywołującego chorobę. Najczęściej wdraża się leczenie objawowe: nawilżanie powietrza w pomieszczeniu, w którym przebywa chory, ochrona szyi przed przewianiem, oszczędzanie głosu i wykonywaniu inhalacji z olejków lub naparów o działaniu nawilżającym i przeciwzapalnym. Przy zapaleniu krtani antybiotyki podaje się rzadko, ponieważ choroba ta zwykle ma podłoże wirusowe.©©

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

AUTOPROMOCJA

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

Środa
jest dla zdrowia

nowosci.com.pl

REKLAMA

0011443507

REZONANS MAGNETYCZNY
7 DNI W TYGODNIU

ODPŁATNIE I W RAMACH UMOWY Z NFZ

OPIS BADANIA W CIĄGU OKOŁO 10 DNI

„**TOMOGRAF**”
ul. Kościuszki 71, Toruń

Rejestracja badań odpłatnych:
601 261 986, 22 276 24 40

rejestracja@tomograf.torun.pl

www.tomograf.torun.pl

REKLAMA 0011456671

PRYWATNA SPECJALISTYCZNA
PRAKTYKA LEKARSKA

**GABINET
PSYCHIATRYCZNY**
ARKADIUSZ SZMAŃDA

87-100 Toruń,
ul. Stefana Srebrnego 1
rejestracja
tel. 56 62 10 811, 516 138 555
wizyty domowe 601 959 392

AUTOREKLAMA

**strefa
EDUKACJI**

Edukacja
w najwyższym stopniu

strefaeducacji.pl

AUTOPROMOCJA

009500638

Strefa Biznesu

**NAJWIĘKSZY
REGIONALIZOWANY
SERWIS GOSPODARCZY
W POLSCE**

- ✓ Sprawdzone informacje gospodarcze ze świata, z Polski i z Twojego regionu
- ✓ Porady dla małych i średnich przedsiębiorstw
- ✓ Baza komunikatów i przetargów



www.strefabiznesu.pl

Klaudia Zwolińska: Wiele zawdzięczam rodzicom

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

KAJAKARSTWO GÓRSKIE. Rozmawiamy z Klaudią Zwolińską, wicemistrzynią olimpijską z Paryża oraz dwukrotną mistrzynią świata w kajakarstwie górskim z 2025 roku.

Została pani wybrana Sportowcem Roku w Polsce w 91. edycji Plebiscytu „Przeglądu Sportowego”. Jakie emocje towarzyszą po odebraniu tej prestiżowej nagrody?

Zupełnie się tego nie spodziewałam. Marzyłam o zajęciu miejsca w pierwszej trójce. Bardzo ciężko pracowałam na ten sukces, rywalizując w zawodach, ale też w ostatnich miesiącach. Wiele razy jeździłam do różnych miejscowości, aby opowiadać ludziom, czym tak naprawdę w naszym sporcie się zajmujemy. Wiadomo, że popularna jest piłka nożna czy tenis, a o kajakach górskich wciąż wiedza nie jest zbyt duża.

Komu chciałaby pani zadedykować nagrodę?

Moim rodzicom. Nie tylko ją, ale wszystkie moje sukcesy, bo wiele im zawdzięczam. Poświęcili mi w życiu bardzo dużo czasu oraz energii. I robią to do dziś. Dla nich wciąż jestem małym dzieckiem. Jestem przekonana, że mój tata załatwił mi wiele głosów, bo wszystkim opowiadał o mnie i się mną chwalił (śmiech).

Jak zamierza pani wykorzystać rosnącą popularność?

Maksymalnie jak się da. Chcę zrobić wszystko, aby moi następcy w kajakarstwie górskim mieli trochę łatwiejszą drogę niż ja, choć jest już trochę lepiej. Kiedyś stawałam na głowie, żeby promować na



FOT. LESZEK SZYMANSKI/PAP

Klaudia Zwolińska, mistrzyni świata w kajakach, została zwyciężczynią w Plebiscycie „Przeglądu Sportowego” na Najlepszego Sportowca Polski 2025 roku podczas Gali Mistrzów Sportu w Warszawie 10 stycznia

szą dyscyplinę, dziś na szczęście nie muszę już prosić się i błagać o zainteresowanie mediów. Ale najpierw muszę ochłonąć, bo wciąż jestem w szoku.

W 2025 roku została pani pierwszą zawodniczką w historii slalomu, która zdobyła trzy indywidualne medale mistrzostw świata na jednej imprezie. To też przypadek, jakich w całym polskim sporcie było niewiele.

Bardzo szanuję te osiągnięcia. Mistrzostwa świata pozwoliły mi zapisać się w historii nie tylko slalomu, ale całego polskiego sportu, a na tym mi bardzo zależało. Wiadomo, że jest jeszcze sporo lekcji do odrobienia, ale takie sukcesy tylko motywują na przyszłość. Oczywiście na kolejne

sezony nastawiam się równie pozytywnie.

Presja w poprzednim roku była większa niż w sezonie olimpijskim, gdy w Paryżu wywalczyła pani srebrny medal?

Zdecydowanie tak. Myślałam, że presji już nie będzie. Ale stało się inaczej, bo sama ją sobie narzuciłam. Gdybym tego nie zrobiła, nie byłabym sobą.

Ostatni czas był dla pani niezwykle intensywny. Pojawiło się zmęczenie?

I to bardzo duży! Szczególnie ostatnie dwa miesiące były bardzo męczące. Po powrocie z mistrzostw świata postawiłam wszystko na promocję naszej dyscypliny. Miałam mnóstwo spotkań z dziećmi i młodzieżą, wyjazdy do Warszawy.

Wszystkim opowiadałam, czym się zajmuję. Nagrywałam mnóstwo filmów. Teksty w stylu: „Cześć, nazywam się Klaudia Zwolińska i trenuję kajakarstwo slalomowe” mówiłam już po nocach.

Był też projekt „Na fali”.

Tak. Chciałam zainspirować młode pokolenie do uprawiania kajakarstwa górskiego. Cieszę się, że miałam taką możliwość, wierzę, że to za procentuje.

Jak będą wyglądać przygotowania do nowego sezonu?

Po Gali Mistrzów Sportu zakładam... klapki na oczy i koncentruję się już tylko na moich przygotowaniach do nowego sezonu. Wkrótce wyjeżdżam do Australii do Penrith. Lubię to miejsce, jest tam dużo Polonii i czuję się zaopiekowana przez rodaków. Poza tym są tam świetne warunki do treningów i będę mogła się skupić tylko na nich. I co ważne, gdy w Australii jest dzień, w Polsce noc i odwrotnie. Przygotowania zarówno do sezonu, jak i igrzysk olimpijskich będą trudne i nie ma się co nastawiać, że pójdzie z górki. Chcę utrzymać pozycję liderki i taki jest plan. Przecież po to rywalizuje się w sporcie, żeby wygrywać i cały czas być na topie.

Jak wygląda plan na najbliższe miesiące?

W 2026 roku rozpoczną się kwalifikacje olimpijskie. Po pierwsze punkty popłynę podczas mistrzostw świata? w Oklahomie, gdzie odbędzie się rywalizacja slalomistów podczas igrzysk olimpijskich w 2028. Poza planami sportowymi mam też dotyczące życia prywatnego i chciałabym je zrealizować. ©©

Czas na półfinały Pucharu Narodów Afryki. Gwiazda Królewskich w roli głównej?

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Gospodarz tegorocznego Pucharu Narodów Afryki - reprezentacja Maroka - pędzi po drugi triumf od 1976 roku. W półfinałowym starciu Lwy Atlasu podejmą Super Orły z Nigerii.

Reprezentacja Maroka w rozgrywanym u siebie Pucharze Narodów Afryki idzie jak burza. Lwy Atlasu pozostają niepokonane i straciły dotąd zaledwie jedną bramkę - w fazie grupowej przeciwko Mali. Co więcej, 26-letni skrzydłowy Brahim Díaz trafił do siatki w każdym kolejnym meczu turnieju. W 1/8 finału jego jedyne trafienie przesądziło o wyeliminowaniu Tanzanii, natomiast w ćwierćfinale napoczął Kamerun już w 26. minucie rywalizacji.

Półfinałowi rywale Marokańczyków - reprezentacja Nigerii - również są w gazie. Super Orły wygrały wszystkie dotychczasowe mecze, choć już w fazie grupowej straciły więcej goli - aż

cztery. Podopieczni selekcjonera Erica Chelle'a w kolejnych spotkaniach nie pozostawili jednak żadnych złudzeń rywalom. Zwycięstwa nad Mozambikiem i Algierią, okraszone łącznie sześcioma bramkami, dały im pewny awans do półfinału.

Początek meczu Nigeria - Maroko zaplanowano dziś na godzinę 21.00. Godzinę wcześniej powinien zakończyć się pierwszy półfinał, w którym Senegal zmierzy się z Egiptem. Lwy Terangi, na czele z Sadio Mané, spróbują wykonać przedostatni krok w drodze do końcowego triumfu i wyeliminować Faraonów z Mohamedem Salahem. As Liverpoolu zdobył już cztery bramki w turnieju, a w dwóch ostatnich meczach dwukrotnie „gasił światło” rywalom - z Beninu i Wybrzeża Kości Słoniowej. Senegal z kolei bez większych problemów poradził sobie z Sudanem oraz Mali, które kończyły w dziesiątkę.

Początek spotkania Senegal - Egipt dziś o 18.00. Oba mecze można obejrzeć w płatnym serwisie Megogo. ©©



FOT. PAPIERA

Reprezentacja Maroka, z niesamowitym Brahimem Diazem na czele, pędzi po drugi triumf od 1976 roku

FIFA zatwierdziła transfer Pietuszewskiego. Czy zadebiutuje już dziś?

Damian Świdorski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Oskar Pietuszewski 7 stycznia został piłkarzem FC Porto, ale dopiero przedwczoraj transakcja została zatwierdzona przez FIFA. Wielki transfer 17-latka, nazywanego „polskim Yamalem”, wywołał w Polsce euforię. W Portugalii nie wzbudził takich emocji.

Utalentowany 17-latek trafił do lidera ligi portugalskiej z Jagiellonii Białystok za 10 milio-

nów euro i będzie grać w jednym klubie z Janem Bednarkiem i Jakubem Kiwiorem.

Wydawałoby się - a w każdym razie na to liczyła spora grupa polskich kibiców - że Oskar Pietuszewski szybko zostanie gwiazdeczką Porto.

Polak zacznie od rezerw?

Takie podejście, w rozmowie z PAP, mocno tonuje jednak Maniche - zwycięzca Ligi Mistrzów ze „Smokami” z 2004 roku i były reprezentant Portugalii. Legendarny gracz uważa,

że Oskar Pietuszewski, talent znad Wisły, grę w FC Porto zacznie od rezerw.

Pucharowy hit dla Oskara?

Bo taka jest właśnie polityka FC Porto. Bardzo młody zawodnik trafia zazwyczaj do rezerw, czyli ekipy B, aby mógł się najpierw ograć w nowym otoczeniu, nabrać odpowiedniego doświadczenia i sprawdzić w swojej roli.

Nowy klub będzie więc go najpierw sprawdzał, obserwował jego poczynania w druży-

nie rezerw, analizował, jak radzi sobie z presją i jak adaptuje się do tej nowej piłkarskiej rzeczywistości.

Dzięki występom w rezerwach Oskar Pietuszewski będzie mógł ustabilizować swoją formę i dostosować się do portugalskich realiów. I dopiero z czasem przejdzie do pierwszego zespołu, zdobędzie pierwszoligowe szlify, a jego wartość zacznie rosnąć - zasugerował wicemistrz Europy z 2004 roku.

Tymczasem, jak informuje serwis poświęcony FC Porto,

Mercado Azul, transfer Oskara Pietuszewskiego został zatwierdzony przez FIFA. Oznacza to, że 17-latek z Polski może już trenować z pierwszym zespołem i być może zadebiutować już nawet w środę w hitowym meczu FC Porto z Benficą Lizbona.

To mecz ¼ finału Pucharu Portugalii. W podstawowym składzie w tym spotkaniu powinni wystąpić dwaj inni białoczerwoni: Jan Bednarek, który został wybrany obrońcą grudnia w lidze portugalskiej oraz Jakub Kiwior. Warto dodać, że

dla Bednarka jest to już czwarta taka nagroda z rzędu,

Mecz w TVP

Mecz ¼ finału Pucharu Portugalii FC Porto - Benfica Lizbona rozpocznie się o godz. 21.45. Spotkanie będzie można obejrzeć za darmo w TVP Sport, tvpsport.pl i w aplikacji mobilnej TVP Sport. Mecz skomentuje Dariusz Szpakowski, a wraz z nim były gracz FC Porto Grzegorz Mielcarski, który w barwach Porto rozegrał w latach 1995-1999 41 meczów i strzelił 8 bramek. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

CUK Anioły na ekranie.
Powstał serial o siatkarzachJoachim Przybył
joachim.przybyl@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Takiego oblicza drużyny sportowej jeszcze nie widzieliście - obiecują w klubie. Wkrótce serial „Toruńskie Anioły” o siatkarzach CUK Aniołów może trafić do jednej z telewizji.

Pomysł narodził się w głowie szefa CUK Aniołów Karola Lejmana, gdy oglądał serial „Witam w Wrexham”. To historia Wrexham FC, jednego z najstarszych klubów walijskich, który w 2020 roku kupił wraz z przyjacielem słynny hollywoodzki gwiazdor Ryan Reynolds. Od tego momentu drużyna zaczęła iść w górę.

- Zainspirowała mnie droga sportowego rozwoju tego klubu, nie tylko sportowego, ale także budowanie wielkiej społeczności wokół drużyny. My od początku chcieliśmy być trochę inni, wykorzystywać nasze doświadczenie w zarządzaniu sportem, wprowadzać innowacje w marketingu. Mamy potencjał, mamy Wilfredo i stwierdziliśmy, że to historia, którą warto pokazać - mówi Karol Lejman.

Projekt powierzono toruńskiej firmie Splot Media. Jak podkreślają twórcy, serial nie jest zapisem sportowej drogi drużyny, nie ma tam wiele relacji z meczów, statystyk, tabel. Kamera zagląda wszędzie tam, gdzie na co dzień wstępują kibice. To serial o siatkarzach i sporcie, ale przede wszystkim o ludziach, którzy tworzą toruński zespół.

- Naszym początkowym założeniem było to, aby sport był bardzo głębokim tłem, ale okazało się, że te wszystkie osobiste historie tych ludzi bardzo mocno się ze sportem wiążą i szczególnie w tym właśnie jednym sezonem. Te losy drużyny sprawiły, że łatwiej było opowiedzieć historię ludzi, którzy ją tworzyli - mówi Bartosz Janus, scenarzysta i reżyser serialu.

Tłem sportowym jest sezon 2023/24, w którym CUK Anioły w roli beniaminka I ligi do ostatniego meczu walczyły o utrzymanie. Ale siatkówka w tym serialu to pretekst, aby opowiedzieć historie ludzi z drużyny.

- Co prawda nasz ubiegłoroczny sezon był trochę hollywoodzki w sensie przebiegu i dramaturgii, ale skupiliśmy się na historii poszczególnych ludzi, chcieliśmy wysłuchać co mają do powiedzenia, jakie emocje przeżywali, jakie sytuacje przytrafiły im się w życiu w czasie gry w Toruniu. A to są historie, które czasami wyciskają łzy z oczu. Myślę, że takiego projektu jeszcze w polskim sporcie nie było - mówi Karol Lejman.

I tak Jakub Skadorwa opowie o swojej nietypowej pasji, Łukasz Kalinowski i Łukasz Detmer oprowadzą widzów miejscowości, w którym spędzili dzieciństwo, Mesa opowie o swojej przyjaźni z Wilfredo Leonem i drodze z Kuby do Torunia. Najwięcej emocji budzi jednak odcinek, w którym Łukasz i Karolina Sternik dzielą się z widzami niezwykle osobistą i tragiczną historią ze swojego życia.

- Nie jest łatwo sfilmować osoby, które mają do przekazania tak osobiste uczucia. To ogromny bagaż emocji, także po naszej stronie. To była wielka odwaga z ich strony, a dla nas coś wyjątkowego, że zdecydowali się otworzyć właśnie przed nami. Ten odcinek na pewno był wyjątkowy, trudny, ale też pokazuje, że można wydobyc się nawet z najtrudniejszych sytuacji w życiu - mówi Adrian Łowkajtis ze Splot Media.

Jednym z bohaterów serialu jest Jakub Skadorwa, jedyny siatkarz, który jest z CUK Aniołami od pierwszego meczu cztery lata temu.

- Jak mi nie wyjdzie z siatkówką, to może przeniosę się do aktorstwa - uśmiecha się siatkarz. - Czułem się fajnie przed kamerą. Fajnie było sprawdzić się w takiej roli i to kolejne doświadczenie, które mogłem przeżyć w czasie gry w Toruniu. Było wiele emocji, historia Łukasza porusza wszystkich, oglądałem ten odcinek po raz kolejny i za każdym razem emocje są równie wielkie - dodaje Skadorwa.

Całość to pięć odcinków, każdy po około 20 minut. Wkrótce serial ma być dostępny na jednej z platform telewizyjnych. ©

KOSZYKÓWKA

Trudne zadanie Energi Toruń w Warszawie

Energa Toruń dziś zagra na wyjeździe z Polonią Warszawa (20.00). Stołeczny zespół przegrał po raz ostatni jeszcze przed świętami w Gorzowie, a potem wygrał cztery kolejne spotkania, w tym z Artego Bydgoszcz 89:81. Obie drużyny rywalizują o play off, w tabeli „Katarzynki” są lepsze tylko o jedno zwycięstwo. W pierwszej rundzie Energa wygrała w Arenie Toruń 78:67. Gospodynie do sukcesu poprowadziła Asiana Johnson, autorka 28 punktów.



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

ŻUŻEL

Nic z hitu transferowego Artiom Łaguta przedłużył kontrakt ze Spartą Wrocław do 2028 roku. Był mistrzem świata bardzo interesowały się kluby z Grudziądza i Bydgoszczy w kontekście sezonu 2027.

KRÓTKO



FOT. ARKADIUSZ WOLTASIEWICZ

SIATKÓWKA

Jest duża motywacja, liczymy na punkty

Ważne spotkanie rozegrają dziś siatkarze BKS. Bydgoska drużyna w tym sezonie będzie skupiać się na utrzymaniu w PLS 1. Lidze, a wynik najbliższego spotkania będzie miał duży wpływ na sytuację w dole tabeli. Siatkarze BKS zagrają na wyjeździe z Czarnymi Radom. Obie drużyny są tuż nad strefą spadkową, BKS z dorobkiem 12, a Czarni 19 pkt. Obie będą mocno zmotywowane, by odskoczyć od rywali. Dodatkowo, bydgoszczanie liczą na rewanż. W pierwszej części sezonu z Czarnymi przegrali u siebie 2:3. W czwartek swój mecz rozegrają CUK Anioły. Ich rywalem w Toruniu będzie Lechia Tomaszów Maz. Początek spotkania o godz. 20.00. (m)

TENIS STOŁOWY

Ścinali najmłodszy

9-letni Kacper Świerczyński (KS Nowa Era Toruń) i 11-letnia Amelia Jaskot (Baszta Żnin) zwyciężyli w 3. wojewódzkim turnieju klasyfikacyjnym żaków. Kacper w finale pokonał Oliwiera Ilcewicza (Krajna Sępólno Krajeńskie), a Amelia okazała się lepsza od Leny Synakiewicz (Gwiazda Bydgoszcz). Triumfatorzy będą reprezentować woj. kujawsko-pomorskie w imprezie z cyklu Grand Prix Polski w Krakowie (20-22 luty). (szcz)

LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 12.01

Multi Multi, godz. 22.00

2, 8, 9, 12, 16, 25, 28, [32], 34, 40, 44, 45, 48, 51, 55, 60, 63, 67, 74, 79

Kaskada, godz. 22.00

7, 8, 9, 10, 11, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24

Mini Lotto

3, 11, 14, 25, 26

Ekstra Pensja

4, 10, 18, 20, 34-2

Ekstra Premia

1, 7, 28, 32, 33-1

WTOREK, 13.01

Multi Multi, godz. 14.00

4, 5, 12, 19, 25, 28, 30, 31, 37, 39, 41, 44, 45, 47, 53, 60, 62, [64], 67, 78

Kaskada, godz. 14.00

2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 16, 17, 18, 21, 22

Dwa Asy na otwarciu listy uczestników

Magdalena Zimna
magdalena.zimna@polskapress.pl

ŻUŻEL. Emil Sajfutdinow i Artiom Łaguta otwierają listę startową Kryterium Asów Polskich Lig Żużlowych.

Ten turniej otworzy sezon żużlowy w Bydgoszczy. Zawody zaplanowano na 29 marca, start o godzinie 16.45. Kibice mogą już zacierać ręce, bo szykują się ciekawe zawody. Organizatorzy, tak jak w poprzednich latach, szykują mocną stawkę zawodników.

A pierwsze potwierdzone nazwiska są mocne. - Tasujemy talię... i odkrywamy pierwsze

karty. W Kryterium Asów nie ma słabych rozdań, są tylko mocni gracze - przekazał bydgoski klub.

Bo listę uczestników zawodów otwierają Artiom Łaguta i Emil Sajfutdinow. Obaj to liderzy swoich ekstrakligowych drużyn z Wrocławia i Torunia, czolówi zawodnicy ligi. Są bardzo ambitni, a ich jazda widowiskowa.

Miejscowych kibiców ucieszy zapewne zwłaszcza obecność Sajfutdinowa, który swoją karierę na polskich torach zaczął w bydgoskiej Polonii i w tym klubie przez długi czas startował. - Drodzy kibice, zapraszam was na Kryterium Asów. Będę

obecny i na pewno będzie dobre ściganie - przekazał Emil w mediach społecznościowych.

Kogo jeszcze zobaczymy w Kryterium Asów? Można spodziewać się jeszcze kilku mocnych ekstrakligowych nazwisk. Wśród uczestników z pewnością znajdą się zawodnicy Abramczyk Polonii, w tym zwycięzca z ubiegłego roku, Aleksandr Łoktajew. Dla polonistów będzie to doskonała okazja, by „rozgrzać się” przez inaugurację rozgrywek ligowych.

Metalkas 2. Ekstraliga wystartuje w świąteczny weekend 4-5 kwietnia. Z kolei rozgrywki PGE Ekstraligi rozpoczną się 10-12 kwietnia.



FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

Start Emila Sajfutdinowa na pewno ucieszy bydgoskich (i nie tylko) kibiców

Dwa transfery Olimpii z ekstraklasy

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Bartosz Brzęk i Adam Kardaś z Lechii Gdańsk zostali zawodnikami biało-zielonych z Grudziądza.

Olimpia przygotowania do drugiej części sezonu w Betcliu 2. Lidze wznowiła 7 stycznia. Po rundzie jesiennej zespół zajmuje 4. pozycję w tabeli z dorobkiem 34 pkt. Celem grudziądzan jest wywalczenie co najmniej drugiej lokaty, czyli promocji do wyższej

klasy. Plan minimum zakłada natomiast zajęcie miejsc 3-6, a więc walkę o awans barażach.

W klubie zapadły pierwsze decyzje personalne. Za porozumieniem stron rozwiązana została umowa z Szymonem Krocem, który do zespołu dołączył w zimowym okienku transferowym sezonu 23/24. Od tego czasu napastnik rozegrał w biało-zielonych barwach 57 meczów.

Teraz Olimpia pochwaliła się pozyskaniem - na zasadach transferów definitywnych - dwóch zawodników z grającej

w ekstraklasie Lechii Gdańsk. To 20-letni obrońca Bartosz Brzęk i 22-letni pomocnik Adam Kardaś.

- To młodzi piłkarze, z którymi wiążemy spore nadzieje. Bartek ma już spore doświadczenie ligowe i wywalczył awans z Wieczystą Kraków do Betcliu 1. Ligi. Obaj będą walczyć o miejsce w pierwszym zespole, choć Adam jest po kontuzji i będzie z pewnością potrzebował więcej czasu na doświadczenie optymalnej formy - powiedział Artur Kosznicki, trener Olimpii.