

Piłka nożna. Zakończyły się rozgrywki Betclit 3. Statystycznie goście byli lepsi od gospodarzy **str. 16**



FOT. DARIUSZ BLOCH

Niektórym osobom herbata może zaszkodzić. Kto powinien jej unikać? **str. 10-11**

STRONA
ZDROWIA

Express

BYDGOSKI

Środa
10.12.2025

Nr 286 (11173)
Rok XXXVI

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

KONTROWERSJE PASAŻER MOŻE ZŁOŻYĆ SKARGĘ ALBO WNIOSEK

Biletomat nie działa? Tysiące wezwań do zapłaty

Wojciech Mąka
wojciech.maka@polskappress.pl

Czasami znowu nie można zapłacić kartą. To „przejściowe trudności” – twierdzi bydgoski ratusz. Co zrobić, kiedy terminal nie działa?

Awaria kasownika w autobusie lub tramwaju nie zwalnia pasażera z obowiązku posiadania ważnego biletu.

Jak często zdarzają się przejściowe trudności z funkcjonowaniem terminali płatniczych?

– Stan urządzeń OPS (Open Payment System) jest monitorowany zarówno przez Mennicę Polską S.A., która jest właścicielem kanału dystrybucji, jak i przez pracowników ZD-MiKP. Urządzenia są nowe, więc są

w bardzo dobrym stanie technicznym, jednak zdarzają się losowe awarie. Niejednokrotnie ma to związek z utratą łączności z siecią GSM lub zmiennym poziomem transmisji, na który nie mamy wpływu, ponieważ korzystamy z ogólnodostępnych sieci transmisji. Nie prowadzimy ewidencji takich awarii, ponieważ występują one losowo, a problem znika po poprawie parametrów transmisji przesyłu danych w innej lokalizacji pojazdu, który cały czas się przemieszcza. Wszystkie awarie związane z koniecznością ingerencji serwisu zgłaszane są na bieżąco do właściciela urządzeń, który dokonuje ich naprawy. Szczegółowe dane na ten temat posiada właściciel urządzeń, czyli Mennica Polska S.A. – stwierdza Katarzyna Muszyńska,

rzecznik Zarządu Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy.

Ilu pasażerów na gapę zatrzymano w ostatnim czasie? Jak informuje ZD-MiKP, od początku roku do listopada wystawiono 4700 wezwań do zapłaty.

Pasażer nie jest pozostawiony sam sobie. Jeżeli nie mógł kupić biletu i została na niego nałożona opłata dodatkowa, wówczas może złożyć reklamację.

W Bydgoszczy bilet za przejazd można również opłacić za pomocą jednej z pięciu aplikacji mobilnych. Wystarczy pobrać ze sklepu (Google Play; App Store) bezpłatną aplikację: Mint Mobile Bydgoszcz (operator Mennica Polska), zBiletem (operator Infospread Polska Sp. z o.o.), SkyCash, Jakdojadę lub MPay. ©©

Budowa S10.

Są nowe informacje o „ekspresówce” na odcinku Bydgoszcz – Toruń **str. 3**



FOT. GDDKA

Mieszkańcy

Fordonu boją się, że powstanie kolejny market **str. 4**

Nr ISSN 1230-9192

Nr indeksu 350680



PRAWO I PIENIĄDZE

Będzie lawina pozwów za słupy?



FOT. MARCIN BIELECKI

Wyrok Trybunału Konstytucyjnego otwiera drogę do wysokich odszkodowań dla właścicieli gruntów z urządzeniami przesyłowymi. Orzeczenie TK może mieć wpływ na miliony nieruchomości. Sprawdzamy, jakie kwoty wchodzić w grę **str. 2**

Biegli ustalają, jak doszło do tragicznej śmierci na bydgoskich działkach

Ciało 65-latka znaleziono w spalonej altance na działkach ROD przy Łochowskiej w Bydgoszczy. Policja bada przyczyny tragedii. **Związek działkowców podkreśla, że ogródki nie są miejscem do przebywania na nich przez cały rok str. 3**

Koniec ferm futrzarskich. Mają czas do 2033 r. To efekt ustawy podpisanej przez prezydenta RP **str. 7**

Jest kluczowa zgoda Komisji Europejskiej. Budowa elektrowni jądrowej będzie mogła ruszyć **str. 9**



FOT. DARIUSZ BLOCH

Bezpieczeństwo ze Świętym Mikołajem

Prawie 1,5 tysiąca dzieci z całego województwa kujawsko-pomorskiego wzięło udział we wtorek, 9 grudnia, w świątecznej akcji profilaktycznej „Bezpieczeństwo ze Świętym Mikołajem”, która odbyła się w hali sportowo-widowskiej Immobile Łuczniczka w Bydgoszczy – str. 4

Jutro w „Expressie” Pod paragrafem

● W maju 1945 r. Brytyjczycy internowali w Austrii Kozaków dońskich, którzy w czasie wojny walczyli z komunistami Tity, a następnie wydali ich Stalinowi

Łukasz Żygadło
publicysta



WETOMAT?

Prezydent sięga po weto - i to w tempie, którego nie pamiętają nawet najstarsi sejmowi urzędnicy. Rekord za rekordem, a każda kolejna ustawa cofnięta do nadawcy wywołuje ten sam scenariusz: rząd oskarża o paraliż, prezydent odpowiada o „obronie standardów”, a opinia publiczna śledzi polityczny ping-pong z rosnącym zdumieniem.

Formalnie weto jest jednym z najważniejszych narzędzi głowy państwa. Z założenia ma chronić przed błędami legislacyjnymi, pośpiechem czy sporem o konstytucję. Jednak kiedy zamienia się w polityczną serię niczym z automatu, łątwo odnieść wrażenie, że zamiast tarczy jest kijem w szprychy. Rząd rozkłada ręce - kolejne reformy stają w miejscu, a kalendarz prac zaczyna przypominać ruchome piaski. Czas ucieka, napięcie rośnie, a wyborcy słyszą tylko: „ustawa zatrzymana... kolejna zatrzymana... i jeszcze jedna”.

Paradoks polega na tym, że o ile weto może spowolnić państwo, to przy okazji przyspiesza coś zupełnie innego: zainteresowanie Polaków polityką. Każde zawetowanie ustawy trafia na nagłówki, portale, a nierzadko - na pierwsze strony gazet. Ludzie, którzy dotąd omijali doniesienia z Sejmu, nagle zaczynają pytać: „co tam znów się dzieje?”, „kto ma rację?”, „dlaczego to takie ważne?”. Polityka, zwykle uznawana za odległą, staje się codziennym tematem rozmów w pracy i przy kolacji.

Czy więc prezydenckie veto szkodzi czy pomaga? Odpowiedź nie jest czarno-biała. Z jednej strony - zatrzymuje ustawy i wprowadza legislacyjny korek. Z drugiej - wymusza debatę, odsłania kulisy procesu tworzenia prawa i pokazuje, że rządzenie to nie sprint, lecz skomplikowana gra sił.

Może właśnie dlatego tegoroczny maraton wet okaże się lekcją obywatelską, jakiej dawno nie mieliśmy: polityka, choć pełna spień, dotyczy bezpośrednio każdego z nas. A skoro tak, to warto patrzeć na ręce wszystkim - niezależnie od tego, kto akurat trzyma długopis.

Kluczowy wyrok Trybunału Konstytucyjnego. Będzie lawina pozwów za słupy na gruntach?

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

Wyrok Trybunału Konstytucyjnego otwiera drogę do wysokich odszkodowań dla właścicieli gruntów z urządzeniami przesyłowymi. Sprawdzamy, jakie kwoty wchodzi w grę.

Do tej pory właściciele nieruchomości, przez które przebiegały linie energetyczne i rurociągi, od wielu lat przegrywali w sądach. Przedsiębiorstwa zarządzające siecią powoływały się na zasiedzenie służebności, odpowiadającej swej treści służebności przesyłu.

Przywileje dla firm energetycznych

A skoro zasiedzenie służebności, to właścicielom nie należało się wynagrodzenie ani odszkodowanie.

- Kontrowersyjne przepisy uprzywilejowały przedsiębiorstwa energetyczne, wodociągi, gestorów sieci - twierdzi bydgoski adwokat Rafał Przybyszewski. - Dziś mamy sprawiedliwe naprawienie zaległości sprzed lat. Kiedy 3 sierpnia 2008 roku wprowadzono przepisy o służebności przesyłu, nie uregulowano statusu tych instalacji, które zostały wybudowane wcześniej. 2 grudnia Trybunał Konstytucyjny stwierdził jednoznacznie, że nie można zasiedzieć służebności przesyłu. Tworzenie nowych praw rzeczowych przez analogię i interpretację



Orzeczenie TK może mieć wpływ na miliony nieruchomości z urządzeniami przesyłowymi, jak m.in. słupy energetyczne

narusza konstytucyjnie chronione prawo własności właściciela gruntu. TK wskazał, że ograniczenie prawa własności musi wynikać z ustawy, analogia nie może tworzyć nowych obciążeń na cudzym gruncie.

Pytanie do Trybunału z Grudnia

- Orzeczenie Trybunału spowoduje, że tysiące właścicieli obciążonych nieruchomości wystąpi do sądów o wynagrodzenie za ustanowienie służebności w kolejnych latach. Mają szansę również na zasądzenie odszkodowania za bezumowne korzystanie z gruntów, nawet do 6 lat wstecz. Wysokość roszczeń będzie ustalana indywidualnie, ale w przypadku słupów energetycznych można liczyć na wypłatę od kilku do nawet kilkunastu

tysięcy złotych - uważa adwokat z Bydgoszczy.

Czyli właściciele nieruchomości, na których znajdują urządzenia przesyłowe, mogą żądać od firm przesyłowych ustanowienia służebności przesyłu za wynagrodzeniem czy też wynagrodzenia za dotychczasowe bezumowne korzystanie z gruntu. Po odszkodowaniu mogą zgłosić się właściciele nawet 20 mln działek.

Co ciekawe, podstawą rozstrzygnięcia Trybunału Konstytucyjnego było pytanie prawne zadane przez Sąd Rejonowy w Grudziądzu w 2016 r. Jak czytamy na gazetaprawna.pl, wówczas to po raz kolejny doszło do regularnie rozgrywanego się w Polsce sporu między właścicielem gruntu a spółką energetyczną. Przedsiębiorstwo wnioskowało o stwierdzenie, że doszło do za-

siedzenia przez nie służebności przesyłu przez teren należący do wskazanego we wniosku właściciela. Argumentowało, że linia energetyczna przebiega przez działkę od lat 70. XX w., a zatem upłynęło już wystarczająco wiele lat, by orzec zasiedzenie.

Inaczej uważali właściciele gruntu. Według nich nie można mówić o zasiedzeniu służebności przesyłu, bo ta nigdy nie istniała.

„Jeszcze przed wprowadzeniem do polskiego systemu prawnego instytucji służebności przesyłu, to jest przed 3 sierpnia 2008 roku, nastąpiło wykreowanie nowego prawa nieznanego w krajowym porządku prawnym - służebności gruntowej o treści służebności przesyłu, które mógł wprowadzić jedynie ustawodawca. Taka interpretacja jest niezgodna z konstytucją” - gazetaprawna.pl cytując uzasadnienie do postanowienia grudziądzkiego sądu kierującego pytanie do TK.

Wyrok Trybunału będzie miał wpływ na miliony nieruchomości. Może zakończyć wieloletni spór o służebność przesyłu i otworzyć właścicielom drogę do realnych pieniędzy albo utrzymać aktualną, niejednorodną i często niesprawiedliwą praktykę. Właśnie dlatego właściciele działek powinni monitorować sprawę, a w wielu przypadkach przygotować się do podjęcia działań prawnych, zanim przedsiębiorstwa przesyłowe zareagują po wyroku. ©©

POGODA W BYDGOSZCZY

Środa

11°C
9°C



Wiatr
zach.
18 km/h
Ciśnienie
1016 hPa
Biomet
niekorzystny

Czwartek

10°C
9°C



Piątek

8°C
5°C



Dziś imieniny obchodzą Bogdan, Daniel, Julia, Maria

KALENDARIUM BYDGOSKIE

10 grudnia
86 lat temu w Bydgoszczy uczczono sojusz niemiecko-sowiecki

1686: bydgoscy bernardyni zapoczątkowali tradycję przenoszenia w uroczystej procesji domku loretańskiego z fary do kaplicy loretańskiej przy kościele bernardynów. Zwyczaj ten połączony z wybuchami petard i wystrzałami armatnimi kultywowano aż do rozbiorów.
1784: w Bydgoszczy nastąpiła uroczysta inauguracja

działalności loży masonskiej „Janus na Wschodzie” o charakterze narodowościowy wyłącznie niemieckim, z siedzibą przy ul. Mostowej. Łoża zamknięta została w 1938 r.
1918: podczas posiedzenia Polskiej Rady Ludowej na miasto Bydgoszcz i Przedmieścia zobowiązano zarząd do podjęcia rozmów z władzami niemieckimi w celu przewrócenia nauki języka polskiego w szkołach. Pojawił się on tam od stycznia 1919 r.
1784: w Bydgoszczy nastąpiła uroczysta inauguracja

1933: otwarcie przy ul. Hetmańskiej w Bydgoszczy toru łyżwiarskiego należącego do klubu „Polonia”. Dziś teren ten jest zabudowany.
1939: podczas okupacji w Teatrze Miejskim w Bydgoszczy odbył się wieczór teatralno-muzyczny z udziałem orkiestry radiowej z Gdańska dla uczczenia sojuszu niemiecko-sowieckiego. W programie znalazły się pieśni i melodie znad Wołgi oraz występ Miszy Ignatiewa, który tańczył i grał na bałajce.

1959: zator lodowy na Brdzie zagroził zmiążdżeniem pojemników Centrali Rybnej, w których hodowano karpie na świąteczne stoły. Ryby udało się uratować.
1965: na Poczcie Głównej w Bydgoszczy wprowadzone zostało „okienko uczciwości”. Wyłożono w nim kartki pocztowe oraz druki, za które należność trzeba było wrzucić do stojącej obok skarbonki. Z eksperymentu zrezygnowano już po tygodniu z uwagi na nieuczciwość klientów. ©© **KB**

Krystalizują się etapy trasy S10 na zachód od Bydgoszczy. Najpierw Nakło-Wyrzysk

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Trasa ekspresowa S10 przebiega Kujawsko-Pomorskie. Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad wybiera właśnie wykonawców, którzy wybudują część na zachód od Bydgoszczy. Jest też ważna informacja dotycząca „Dzięsiatki”, która pobiegnie wzdłuż Torunia.

Szczegółowe informacje dotyczące realizacji strategicznie ważnej nie tylko dla Kujaw i Pomorza trasy ekspresowej zostały przedstawione na konferencji w Nakle. Spotkanie odbyło się we wtorek 9 grudnia w Liceum Ogólnokształcącym im. Bolesława Krzywoustego w Nakle.

- Droga ekspresowa S10 łączy Szczecin z Warszawą. Ten, kto jeździ na trasie Bydgoszcz - Toruń, widzi, że w 70 procentach jest ona już w budowie - zaczął Michał Sztybel, wojewoda kujawsko-pomorski. - Na czwartym odcinku, wzdłuż Torunia uzyskaliśmy uzgodnienie projektu przez Regionalną Dyрекję Ochrony Środowiska. Myślę, że na początku roku, do wiosny zostanie wydany tak zwany czwarty ZRID i prace budowlane będą już w pełni trwać.

Podzielili na dwa odcinki

To nie koniec informacji o S10. Odcinek od Bydgoszczy do Wyrzyska, podzielony na dwie części, czyli z Bydgoszczy do Nakła



FOT. GDDKiA

W całym województwie kujawsko-pomorskim budowana trasa S10 została podzielona na 8 zadań. Prace trwają na trzech z czterech odcinkach między Bydgoszczą a Toruniem. Przetargi wyłonią wykonawców prac w kierunku Nakła

i z Nakła do Wyrzyska, liczący około 40 km, również będzie budowany.

- Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad na jeden z tych odcinków od Nakła do Wyrzyska ogłosiła już przetarg, a w ciągu kilku dni zostanie ogłoszony na część od Bydgoszczy do Nakła - wyjaśniał wojewoda, druga najważniejsza inwestycja w województwie.

Będzie to, jak podkreśla wojewoda, druga najważniejsza inwestycja w województwie.

- Droga ekspresowa S10 od Szczecina do Warszawy będzie miała blisko 400 km - wyliczał z kolei Sebastian Borowiak, dyrektor oddziału GDDKiA w Bydgoszczy. - W województwie zachodniopomorskim z 11 zadań 7 jest w realizacji i ma pozwolenia na budowę. W województwie wielkopolskim są 3 kluczowe zadania, z tego 2 w realizacji. W Kujawsko-Pomorskim mamy wszystkich zadań 8, z czego 4 w realizacji.

W konferencji prasowej uczestniczyli również Krzysztof Błoński, starosta nakielski, Jarosław Okonek, burmistrz Mroczy,

Sławomir Napierała, burmistrz Nakła nad Notecią, Mariusz Piotrowski, burmistrz Szubina, a także Maciej Boliński, członek zarządu powiatu nakielskiego i Michał Piszczek, wójt Sadek.

Trasa ominie ogródki działkowe

Na spotkaniu poruszono również temat kontrowersji, co do przebiegu nowej przeprawy przez Wisłę w ciągu trasy S10 we Włocławku. Najwięcej pozytywnych opinii zebrał wariant omijający ogródki działkowe „Zofika” i „Tajemniczy Ogród”, ale trasa proponowana przez GDD-

KiA jest inna. Głos mieszkańców zyskał aprobatę Krzysztofa Kukuckiego, prezydenta Włocławka.

- Ten wariant, który w konsultacjach zbierał najwięcej pozytywnych opinii, jest wykluczony z jednego powodu - do sprawy odniósł się Michał Sztybel. - Zakładał budowę wiaduktu i ogromnego mostu w sąsiedztwie zakładów Anwil. Z przyczyn obronnych dwóch tak ważnych strategicznie obiektów w tak bliskiej odległości od siebie nie może być. To jest konsultowane i na ten temat są prowadzone rozmowy z wojskiem. Z powodów obronnych nierozsądne byłoby lokowanie obiektów, które jednym strzałem mogłyby zostać uszkodzone.

Wojewoda podkreślił: - Wiaduktu w sąsiedztwie Anwila była najgorszym z możliwych pomysłów.

Dyrektor Borowiak: - Odbyły się dwa spotkania informacyjne dla tych, którzy mieli ochotę w takim spotkaniu uczestniczyć. Spotkaliśmy się też z działkowcami z i tłumaczyliśmy, z czego wynika taka sytuacja.

Jak podkreślał szef GDDKiA w Kujawsko-Pomorskiem, brano

Droga ekspresowa S10 od Szczecina do Warszawy będzie miała blisko 400 km. W Kujawsko-Pomorskiem składa się z 8 zadań.

pod uwagę cztery warianty i „one są teraz w obiegu”. - Dopiero komisja ds. oceny inwestycji przy generalnym dyrektorze GDDKiA wskaże wariant, który będzie do realizacji - zaznaczył, że w jego opinii punkt widzenia mieszkańców, choć dla nich zadowalający, nie oznacza dobrego rozwiązania, jeśli chodzi o względy bezpieczeństwa.

Przemyślany przebieg

Podkreślił sąsiedztwo zakładów Anwil, która są uznawane za obiekty „wysokiego ryzyka” i o konieczności zamknięcia przebiegającej tam drogi krajowej nr 91 w razie nagłego zdarzenia dotyczącego funkcjonowania zakładu: - Drogę ekspresową mielibyśmy w podobny sposób zamknąć.

- Drogi ekspresowe ma znaczenie strategiczne i muszą uwzględniać interes 38 mln mieszkańców kraju - mówił Michał Sztybel. - W naszym województwie mieszkają 2 mln mieszkańców. Każdy głos jest słuchany i analizowany, ale nadchodzi moment decyzji. Gdybyśmy działali na zasadzie liberum veto, to proszę mi wierzyć, nie dojechalibyśmy dzisiaj do Nakła. Patrząc z punktu widzenia bezpieczeństwa i mówię wyraźnie, że wariant proponowany przez prezydenta miasta Włocławka nie jest najlepszy z punktu widzenia bezpieczeństwa naszego kraju jako całego. Anwil ma znaczenie nie tylko dla Włocławka.

©P

Śmierć na działkach. Biegły ustali teraz, jak doszło do tragedii

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Ciało 65-latką znaleziono w spalonej altance na działkach ROD przy Łochowskiej w Bydgoszczy. Związek działkowców podkreśla, że ogródki nie są miejscem do przebywania przez cały rok.

Pogorzelsko na terenie ogródków działkowych ROD przy ulicy Łochowskiej będzie zbadane przez biegłego specjalistę w dziedzinie pożarnictwa.

- W tej sprawie trwa postępowanie prowadzone pod nadzorem prokuratury - mówi nadkom. Lidia Kowalska z Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy. Jak dodaje, ekspertyza biegłego będzie kluczowa dla określenia, co było przyczyną pożaru.

Przypomnijmy, że do zdarzenia doszło w niedzielny poranek 7 grudnia. Na miejsce skierowano cztery zastępy straży po-

żarnej. - Pierwsze zastępy, które pojawiły się na miejscu zastały bardzo rozprzestrzeniony pożar. Płonął cały budynek, więc trudno mówić o przyczynie. Pożar udało się opanować w kilkanaście minut, ale cała akcja trwała ponad 3 godziny. Działania były skupione na gaszeniu płonącego domu. Nie było zagrożenia na sąsiadujące posesje - informował mł. bryg. mgr inż. Karol Smarz z KM PSP w Bydgoszczy.

Strażacy znaleźli wewnątrz domu ciało jednej osoby. Mimo szybkiej interwencji i sprawnie przeprowadzonego dogaszania, życia poszkodowanego nie udało się uratować.

Nadkom. Kowalska, pytana o wstępne ustalenia w sprawie, między innymi o to, czy do pożaru mogło dojść z powodu korzystania przez mężczyznę z jakiegoś systemu dogrzewania się, nie komentuje sprawy, powtarzając, że ma to ustalić biegły.

Nie jest jednak tajemnicą, że na ogródkach rekreacyjnych ROD działkowcy mieszkają przez cały rok. Co jest niezgodne ze statutem i wewnętrznymi regulacjami Polskiego Związku Działkowców oraz regulaminami poszczególnych ogródków

zrzeszonych w organizacji. - Nie mamy dokładnych szacunków. Prezesi poszczególnych ogródków oczywiście informują nas o tym, że na danych działkach ktoś mieszka. Są to jednak tylko odosobnione przypadki - mówi Leszek Studziński, prezes



FOT. PSP BYDGOSZCZ

Ciało 65-letniego mężczyzny znaleziono w spalonej altance na działkach ROD przy ulicy Łochowskiej

okręgu PZD w Bydgoszczy. - Problem dotyczy głównie ogródków w mieście, bo osoby mieszkające na ich terenie, mają blisko, choćby do sklepów spożywczych, czy składów budowlanych.

Prezes okręgu PZD w Bydgoszczy podkreśla jednak: - Altana to nie jest miejsce do mieszkania. Oczywiście inaczej jest w sezonie, latem, kiedy jest ciepło. Jesienią do poszczególnych działek nie jest doprowadzana woda, instalacja jest zamykana, by uniknąć uszkodzeń spowodowanych przez mróz. Działki to nie jest miejsce do zamieszkania całorocznego.

Bywają jednak sytuacje, że to nie właściciele poszczególnych działek decydują się spędzić zimę w altanie, a robią to, n osoby w kryzysie bezdomności. Wyszukują działki opuszczone, zaniebane, porzucone i zamieszkują w nich. W związku ze spadkami temperatur, byd-

gosczy policjanci prowadzą kontrole miejsc, w których mogą przebywać osoby bezdomne lub potrzebujące wsparcia. - Podczas takich kontroli funkcjonariusze informują napotkane osoby w kryzysie bezdomności o możliwości uzyskania pomocy oraz wskazują adresy instytucji i organizacji, które oferują wsparcie. Patrole zwracają również szczególną uwagę na osoby będące pod wpływem alkoholu, ponieważ to one są najbardziej narażone na wychłodzenie organizmu - informują policjanci.

Policja apeluje także do mieszkańców, by reagowali na sytuacje mogące zagrażać życiu osób samotnych czy bezradnych. Wystarczy powiadomić służby, dzwoniąc pod numer alarmowy 112. Informacje można przekazywać również anonimowo za pomocą Krajowej Mapy Zagrożeń Bezpieczeństwa. ©P

Bydgoszcz

Bezpieczeństwo ze Świętym Mikołajem - wspólna akcja świąteczna Caritas i policji

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

Prawie 1,5 tys. dzieci z całego województwa kujawsko-pomorskiego wzięło udział we wtorek, 9 grudnia, w świątecznej akcji, która odbyła się w hali sportowo-widowiskowej Immobile Łuczniczka.

Na tę wyjątkową imprezę z ważnym przesłaniem już po raz 15 zaprosili wspólnie Caritas Diecezji Bydgoskiej i Komenda Wojewódzka Policji w Bydgoszczy. Akcja adresowana była do dzieci z klas IV-VI szkół podstawowych, ośrodków szkolno-wychowawczych czy domów dziecka.

- Jak co roku kujawsko-pomorscy policjanci przygotowali przedstawienie profilaktyczne na temat bezpieczeństwa w ruchu drogowym, a także bezpieczeństwa w internecie - mówi nadkom. Przemysław Słomski z Zespołu Prasowego Komendanta Wojewódzkiego Policji w Bydgoszczy. - Dla dzieci to była nauka poprzez zabawę. W tak atrakcyjny sposób funkcjonariusze zwrócili ich uwagę na zagrożenia, jakie czyhają na najmłodszych w sieci czy na drogach. Było też, m.in. o tak popularnych obecnie hulajnogach.

Sporą atrakcją był dla dzieci policyjny pokaz zatrzymania groźnych przestępców przy użyciu psów służbowych. Nie

zabrakło też wizyty Świętego Mikołaja, któremu towarzyszyły maskotki Polfinek i Serce Caritasu, oraz upominków dla dzieci.

Imprezę uświetniły występy artystyczne. Dla najmłodszych zaśpiewał kapitan Krystian Piesik z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Bydgoszczy - znany jako „Rozśpiewany strażak”. Ponadto przed publicznością zaprezentował się także Zespół Tańca Współczesnego BRAX z Pałacu Młodzieży w Bydgoszczy prowadzony przez Beatę Rewolińską.

Na koniec wszystkie dzieci zostały zaproszone do wspólnej zabawy. Na płycie hali wzięły udział w zumbie pod okiem instruktorki Aleksandry Włodarczyk.

- Akcja „Bezpieczeństwo ze Świętym Mikołajem” na stałe wpisała się już do naszego kalendarza. Można powiedzieć, że to już tradycja - mówi ks. prałat Wojciech Przybyła, dyrektor Caritas Diecezji Bydgoskiej. - W czasach, gdy dzieci spędzają mnóstwo czasu przed komputerem, chcemy uzmysłowić im, by w internecie zachowały ostrożność. Jednocześnie zależało nam, by przypomnieć im, jak bezpiecznie poruszać się po drodze, jak być na niej widocznym. W tej kwestii edukacji nigdy nie jest za wiele. ©©



W czasie wydarzenia „Bezpieczeństwo ze Świętym Mikołajem” zainaugurowana została akcja Caritas pod hasłem „Wigilijne Dzieło Pomocy Dzieciom”

Mieszkańcy Fordonu boją się, że powstanie kolejny market

Wojciech Mąka
wojciech.maka@polskapress.pl

W Fordonie na terenach rekreacyjnych ma pojawić się zabudowa rodzinna i market. Część mieszkańców jest jednak temu przeciwna.

Napisał do nas Czytelnik: „W ostatnich miesiącach dokonano zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu w dzielnicy Fordon - fragmentu przestrzeni dotychczas postrzeganej przez mieszkańców jako rekreacyjna, a przeznaczanej nawet na park lub miejsce piknikowe. Zmiana ta otwiera drogę pod budowę marketu - a w dokumentach planistycznych pojawił się wniosek o realizację sklepu Castorama. Dodatkowo - według dostępnych informacji - inwestycja została już uwzględniona w planach finansowych miasta na przyszły rok, co wskazuje, że temat jest traktowany jak przesądzone. Wobec takiej sytuacji nasuwa się pytanie: czy obywatele Fordonu mieli rzeczywisty wpływ na tę decyzję, czy zmiany są przemycane bez rzetelnej debaty? Wrażenie jest takie, jakby przedstawiciele władz miasta chcieli postawić sprawę załatwioną, zanim mieszkańcy zdążą zareagować”.

W części poświęconej terenowi przy ul. Orłąt Lwowskich mieszkańcy Fordonu mogli zgłosić uwagi do planu zagospodarowania. Według jego aktualnych



Jedna z imprez odbywających się na placu przy Orłąt Lwowskich w Fordonie

zapisów, część położona bliżej ul. Wyzwolenia stanowi rezerwę pod ewentualne przeniesienie Targowiska Tatrzańskiego, a część przy Pelplińskiej - obszar pod realizację obiektu usługowego - kina, galerii handlowej, domu kultury, itd. Wcześniej firma TUP planowała tam bu-

- Mieszkańcy chcą, żeby ten teren pełnił funkcję rekreacyjną - mówi radny Bydgoskiej Prawicy Wojciech Bielawa.

dowę centrum kulturalno-rozrywkowego z salami kinowymi, lecz - pomimo powołania wraz z Urzędem Miasta spółki Kino-Centrum Fordon - plany te nie doczekały się realizacji. Uznano, że to nie jest opłacalne.

Przy skrzyżowaniu Pelplińska/Orłąt Lwowskich funkcjonuje niezagospodarowany teren zwany polem piknikowym. Lokują się tu cyrki, lunaparki, odbywają się festyny. Po Fordonie krąży jednak wieść, że wobec tego miejskiego terenu pojawiły się roszczenia spadkobierców. Wniosek do planu ogólnego skieroowała sieć marketów budowl-

nych Castorama. Wnosi o „określenie terenu jako strefy handlu wielkopowierzchniowego o podstawowym profilu funkcjonalnym teren handlu wielkopowierzchniowego, jednak bez określania szczegółowego programu i rodzajów zabudowy dla tego terenu”.

Według sieci, wniosek uwzględnia dotychczasowe przeznaczenie terenu w MPZP; przekazuje ona, że jednocześnie przyjęcie zgodnych z wnioskiem wskaźników jest warunkiem budowy na tym terenie wielkopowierzchniowego obiektu handlowego z usługami towarzyszącymi „co jest korzystne z powodów społecznych (dostępność handlu usług) gospodarczych”. Wprost stwierdzono, że miasto powinno sprzedać ten grunt, bo przyniesie to dochód.

Przeciwnego zdania byli inni zgłaszający wnioski, którzy zaznaczali, że teren przy Pelplińskiej, Orłąt i Wyzwolenia powinien być terenem zieleni rekreacyjnej.

- Czy jest plan sprzedaży tych działek w przyszłym roku? - zapytał prezydenta Bydgoszczy radny Wojciech Bielawa.

- Jeżeli wpisujemy do budżetu kwotę ze sprzedaży działek, to nie jest zapisane, która to jest działka. Akurat na Orłąt Lwowskich obowiązuje plan zagospodarowania, który nakłada określone obowiązki: drogi, zieleni, centra handlowe - odpowiedział prezydent Rafał Bruski. ©©

Diecezja bydgoska żegna prałata Józefa Pietrasa

Paweł Kaniak
pawel.kaniak@polskapress.pl

Biuro prasowe diecezji bydgoskiej poinformowało o śmierci emerytowanego ks. prałata Józefa Pietrasa.

Ks. Józef Pietras urodził się 30 lipca 1950 r. w Białogardzie. Święcenia kapłańskie przyjął 15 czerwca 1975 r. w Koszalinie. Jako wikariusz posługiwał w parafiach: św. Jakuba Apostoła w Człuchowie, św. Maksymiliana Kolbego w Ślupsku. Pełnił

urząd proboszcza we wspólnotach parafialnych: św. Franciszka z Asyżu w Wytownie (1985-1993), Świętej Trójcy w Wałczu (1993-1997), Matki Bożej Różańcowej w Sławoborzu (1997-1999), św. Anny w Krąjence (1999-2010) oraz Chrystusa Króla w Bydgoszczy (2010-2024). Był kanonikiem Kolegiackiej Kapituły Piłskiej oraz prałatem. Pełnił urzędy dziekana i wicedziekana, prefekta bursy i dyrektora administracyjnego w koszalińskim seminarium. Posługiwał jako moderator Domo-



Zmarł ksiądz prałat Józef Pietras

wego Kościoła i asystent Akcji Katolickiej.

Jutro w kościele parafialnym Chrystusa Króla w Bydgoszczy o godz. 11.30 odbędzie się różaniec, a o godz. 12.00 msza św. pod przewodnictwem bp. Krzysztofa Włodarczyka. W piątek, 12 grudnia w kościele Najświętszego Serca Pana Jezusa w Białogardzie o godz. 11.30 różaniec a, a o godz. 12.00 msza św. pogrzebowa pod przewodnictwem biskupa Edwarda Dajczaka z odprowadzeniem na miejscowy cmentarz. ©©

AKCJA CHARYTATYWNA



Dekorowanie choinki będzie nadzorował sam św. Mikołaj

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

Wspólne zdobienie choinki, spotkanie ze Świętym Mikołajem, kolędy, występy artystyczne i poczęstunek - 13 grudnia na Rynku w Starym Fordonie odbędzie się „Wigilia pod gołym niebem”.

Na wydarzenie zapraszają Fundacja Synagoga w Fordonie-Dom Kultury oraz Stowarzyszenie Miłośników Starego Fordonu. Projekt jest współfinansowany przez Urząd Miasta Bydgoszczy.

- Wigilia na fordońskim Rynku na stałe wpisała się już do kalendarza. Organizowana jest po raz jedenasty - mówi Damian Rączka z Fundacji Synagoga w Fordonie-Dom Kultury. - Istotą tego spotkania jest integracja mieszkańców. „Wigilia pod gołym niebem” towarzyszyć będzie jarmark starofordonski. Stoiska z rękodziełem będą czynne już od godz. 9.

Nie zabraknie, oczywiście wspólnego kolędowania. Na scenie (od godz. 13) planowane są także prezentacje artystyczne fordońskich uczniów i przedszkolaków. Bardzo ważnym punktem tego świątecznego spotkania, będzie o godz. 14 wspólne strojenie choinki. Co roku przyciąga ono mnóstwo mieszkańców.

- Zapraszamy szczególnie rodziny z dziećmi, bo dla najmłodszych to zawsze frajda - mówi Damian Rączka. - Co ważne, dekorowanie świątecz-

nego drzewka odbędzie się tradycyjnie pod okiem samego Świętego Mikołaja, a trzeba wiedzieć, że nasz Święty Mikołaj ma pastorał, bo jest biskupem. Taki wizerunek św. Mikołaja to nawiązanie do patrona parafii, która mieści się przy fordońskim Rynku. Oczywiście, będzie można porozmawiać ze św. Mikołajem i zrobić sobie z nim pamiątkowe zdjęcie. Mamy nadzieję, że pogoda dopisze. Na wszelki wypadek na rozgrzewkę dla dzieci przygotowujemy ciepłe kakao.

O godz. 15 na płycie Rynku rozpocznie się spotkanie mieszkańców z Łukaszem Krupą, zastępcą prezydenta Bydgoszczy, który w imieniu władz miasta złoży fordonianom życzenia świąteczne.

Następnie przy dźwiękach kolęd o godz. 15.30 zaplanowano poczęstunek wigilijny dla mieszkańców. Nie zabraknie oczywiście, między innymi barszczu, ryb, pierogów oraz słodkości.

- Jeśli nie wydamy całego jedzenia, to wesprzemy Centrum Pomocy dla Bezdomnych Mężczyzn przy ul. Fordońskiej i tam zawieziemy posiłki, które zostaną, bo nigdy nie wyrzucamy jedzenia, lecz dzielimy się z potrzebującymi - mówi Damian Rączka.

Jak informują organizatorzy, zarówno jarmark starofordonski, jak i występy artystyczne na scenie potrwać do godz. 18.

Na „Wigilię pod gołym niebem” przyjść może każdy. Wstęp jest wolny. ©

Szwederowo zmienia się, odzyskuje dawny blask

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Narożna kamienica przy Orlej znów w pełnej krasie. Jak w 1899 roku, kiedy powstała. Jej remont jest już na finiszu. Miasto informuje, co jeszcze zmieniło się w ostatnim czasie na Szwederowie.

Zakątek niebezpieczny, brudny, wręcz brzydki. Takie opinie o Szwederowie dzieliło z innym bydgoskim osiedlem, z Londynkiem. W ostatnich latach jednak wiele się zmienia, budynki są odnawiane, znów dostrzegalne stają się detale, które do tej pory pozostawały niewidoczne.

Charakterystyczne skrzyżowania kilku szwederowskich ulic otaczają odnowione elewacje wiekowych budynków. W trakcie prac odtworzono wiele architektonicznych detali. Wcześniej u wlotu Podgórnej dosadzone zostały drzewa i krzewy.

Gzymsy, opaski, naczółki

Ostatnie prace prowadzone są w kamienicy na rogu ul. Orlej i Na Wzgórzu Dąbrowskiego. To piętrowy budynek z nieużytkowym poddaszem pełniący funkcję mieszkalną. Wzniesiono go w 1899 r. Na elewacji zachowały się gzymsy, opaski okienne i naczółki. Charakterystycznym elementem jest też ścięty narożnik z lukowym wejściem do dawnego lokalu usługowego. Na szczycie narożnika



Na Szwederowie odnawiane są kolejne kamienice. Znów dostrzegalne stają się zapomniane detale

wyeksponowano kartusz z rokiem budowy.

Realizowano też prace w narożnej kamienicy przy ul. I. Skorupki 1, która zamyka perspektywę ul. Podgórnej. Wykonano w niej przebudowę przegród zewnętrznych oraz remont elewacji frontowych. Kamienica

Na wlocie ul. Podgórnej dosadzono drzewa i krzewy. Skwer zdobią róże, berberysy, sosny górskie oraz wiąz holenderski.

powstała około 1890 roku na planie zbliżonym do litery L. Składa się z dwóch części: piętrowej, która zamyka perspektywę ul. Podgórnej oraz parterowej od strony ul. I. Skorupki. Parter zaadaptowany został na lokal usługowy.

- Elewacja odzyskała szereg pierwotnych zdobień takich jak gzymsy, naczółki, obramienia otworów okiennych i drzwiowych, konsole pod linią dachu. Budynek utrzymany jest teraz w beżowej kolorystyce. Prace zakończą się w ciągu miesiąca. Kosztują około 280 tysięcy złotych. Inwestorem jest komu-

nalna spółka ADM - wyjaśnia bydgoski ratusz.

Nie tylko kamienice

Wiosną na wlocie ulicy Podgórnej dosadzono drzewa i krzewy. Skwer zdobią róże, berberysy oraz sosny górskie. Zasadzony został również wiąz holenderski. Koszt nasadzeń wyniósł 30 tys. zł. To zadanie wybrali do realizacji mieszkańcy w głosowaniu na Bydgoski Budżet Obywatelski.

Wcześniej ZDMIKP skorygował wlot skrzyżowania i przebudował chodniki co poprawiło bezpieczeństwo pieszych. W ubiegłym roku MWiK wybudowały też na szczycie ulicy Podgórnej zbiornik podziemny, który przechwytuje nadmiar deszczówki. Jest częścią systemu chroniącego tę część Szwederowa i Starego Miasta przed zalewaniem.

Remonty kamienic w centrum prowadzą ich właściciele, ale i działa w tej materii miasto. To nie tylko dotacje konserwatorskie, ale także nakazy remontów, zwolnienia z opłat za zajęcia pasa drogowego pod kawiarnie, konkursy, przebudowy ulic, chodników i mostów.

Przy prezydencie działa też Rada ds. Estetyki, która opiniuje kluczowe projekty i proponuje szereg rozwiązań. Działania i skuteczne interwencje podejmuje również plastyk miasta. Rewitalizację ułatwiają miejscowe plany zagospodarowania przestrzennego. ©

Świąteczny tramwaj od PESY znów kursuje po torach w Bydgoszczy

Jarosław Więclawski
jaroslaw.wieclawski@polskapress.pl

Po bydgoskich torach 5 grudnia zaczął kursować świąteczny tramwaj. Przejechać się specjalnie ozdobionym pojazdem będzie można do 6 stycznia.

Pierwszy świąteczny tramwaj zabrał pasażerów w podróż z Łoskonia.

- W zeszłym roku jako miasto, we współpracy z Zarządem Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej, Miejskimi Zakładami Komunikacyjnymi i zakładami produkcyjnymi PESA, rozpoczęliśmy budowę nowej bydgoskiej tradycji. Tak, aby każdego roku na bydgoskich szynach mniej więcej przez miesiąc, od Mikołajek, do 6 stycznia, pojawił się każdorazowo nowy, inny, świąteczny bydgoski tramwaj - mówi o tramwajowej akcji Łukasz

Krupa, zastępca prezydenta Bydgoszczy.

Pierwszego dnia ozdobionym składem mogli przejechać się pasażerowie linii nr 3. Przez miesiąc tramwaj będzie kursował na różnych trasach. 6 grudnia tramwaj przeniósł się na trasę linii nr 5, a 7 grudnia kursował na trasach linii nr 10 i 11. W kolejnych dniach kursy przewidziano w pojazdach z numerem 2, 4, 8 i 9. Szczegółowy harmonogram można sprawdzać na stronach internetowych Zarządu Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej oraz Miejskich Zakładów Komunikacyjnych.

Pierwszego dnia tegorocznej akcji, w ramach działań promocyjnych hostessy rozdawały mieszkańcom krówki i ulotki informacyjne o bydgoskiej flocie. W ten sposób przypomniano o dokonanych w ostatnich latach zakupach tramwajów z PESY. Ozdobiony Swing

jest jednym z jedenastu tramwajów, które wiosną 2025 roku wyjechały na bydgoskie tory.

- W Bydgoszczy mamy już 75 tramwajów niskopodłogowych. W ruchu jest ich 60. Będziemy zamawiać kolejne tramwaje, aby wskaźnik gotowości był jeszcze większy - mówi Rafał Grzegorzewski, za-



Tramwaj do 6 stycznia będzie kursował na różnych liniach. Tradycję zapoczątkowano w ubiegłym roku

stępcą dyrektora ds. transportu w Zarządzie Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej.

- To, że w rodzinnym mieście jest już tak dużo naszych tramwajów, to, że stały się już elementem nowoczesnej komunikacji miejskiej to dla nas ogromny zaszczyt i radość - uważa Maciej Grześkowiak, dyrektor ds. projektów strategicznych i komunikacji w spółce PESA Bydgoszcz.

- Jedną rzecz, której nauczyłem się od naszych designerów to to, że oni traktują te pojazdy jako część miejskiej architektury. Mówią o nich jako o rzeźbach na torach - dodaje Maciej Grześkowiak.

Ozdobiony tramwaj upiększają okolicznościowe grafiki z akcentami świąt i zimy. Są utrzymane w zielono-błękitnej kolorystyce. Skład zdobią też kolorowe lampki.

- Głównym celem w projekcie było przedstawienie zimo-

wego klimatu, który mamy nadzieję wprowadzimy do przestrzeni miasta. Znajdują się tu w zagadkowy sposób wprowadzone symbole Bydgoszczy, nie będę o wszystkich wspominać, może to będzie ciekawe zadanie dla oglądających, zarówno z zewnątrz, jak i wewnątrz - przyznaje autorka projektu Marta Simon, projektantka z działu designu w spółce PESA.

- Inwestycje taborowe cały czas są realizowane. System transportu tramwajowego to nie tylko tramwaje, ale również torowiska. Spółka w tym zakresie przygotowuje pewne inwestycje, w kontekście zakupu systemu do podbijania torowisk i modernizacji tramwaju technicznego, który ten system będzie zasilal - zapowiada Piotr Bojar, prezes Miejskich Zakładów Komunikacyjnych w Bydgoszczy. ©

Znani dali fanty, licytacja była gorąca
- 25 tysięcy dla bydgoskiego schroniska

Adam Szczęśniak,
Marcin Kozłowski

Schronisko dla zwierząt w Bydgoszczy i OTOZ Animals Oddział Kujawsko-Pomorski tradycyjnie zorganizowali aukcję charytatywną „Znani, bezimiennym zwierzętom”.

Aukcja charytatywna „Znani - bezimiennym zwierzętom” odbyła się w niedzielę w restauracji Adama Sowy przy ul. Mostowej. Licytowano przedmioty podarowane przez znane osoby, artystów, sportowców, firmy i instytucje. Były to obrazy, porcelana, antyki, książki, vouchery, bilety do obiektów kulturalnych, pamiątki.

Aukcja miała charakter otwarty, wystarczyło się zareje-

strować za pomocą odpowiedniego formularza. Sala Waniłowa wypełniła się niemal w całości, chętnych na przeróżne niespodzianki nie brakowało, ceny były podawane podczas licytacji. Największe emocje wzbudziła licytacja książki z autografem Krzysztofa Gawkowskiego, ministra cyfryzacji. Jako, że zwycięzca mógł także zwiedzić kancelarię wicepremiera, książka została kupiona aż za 1500 zł.

Co najbardziej cieszy Izabelę Szolginę, szefową schroniska, łącznie udało się zebrać 25,5 tys. zł.

Aukcja objęta była honorowym patronatem Rafała Bruskiego, prezydenta Bydgoszczy, który przekazał na nią obraz przedstawiający Brdę i Rybi Rynek oraz pióro. ©©



Aukcja charytatywna „Znani - bezimiennym zwierzętom”

Przedsiębiorcy wesprą uczniów szkoły szpitalnej

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

Bydgoski Park Przemysłowo-Technologiczny ponownie zaprosił przedsiębiorców do udziału w akcji do broczynej „Świąteczne uśmiechy” organizowanej na rzecz małych pacjentów - uczniów szkoły szpitalnej w Bydgoszczy. Akcja potrwa do 15 grudnia.

Chodzi o wsparcie na rzecz podopiecznych świetlic, które prowadzone są przez Zespół Szkół nr 33 dla Dzieci i Młodzieży Przewlekłe Chorej w Bydgoszczy, w Wojewódzkim Szpitalu Dziecięcym im. J. Brudzińskiego oraz na oddziałach innych bydgoskich szpitali.

- Pragniemy doposażyć te miejsca w przybory i przedmioty ułatwiające codzienne zajęcia dydaktyczne, terapeutyczne i kreatywne - mówi Agnieszka Kreńska, kierownik ds. marketingu i PR w Bydgoskim Parku Przemysłowo-Technologicznym. - Dzięki hojności bydgoskich firm, ich pracowników oraz



Tak było przed rokiem. Na zdjęciu Katarzyna Tomaszewska-Dobosz (w środku) z BPPT prezentuje kartki z podziękowaniami od uczniów szkoły szpitalnej za otrzymane dary. Na zdjęciu towarzyszą jej (z prawej) Izabela Maciejewska, dyrektor Zespołu Szkół nr 33 dla Dzieci i Młodzieży Przewlekłe Chorej w Bydgoszczy oraz Sylwia Kamieńska, kierownik Zespołu Pozalekcyjnego

osób indywidualnych, co roku udaje się stworzyć przestrzeń pełną kolorów, inspiracji i zabawy - przestrzeń, która pomaga dzieciom choć na chwilę zapomnieć o chorobie.

Jakie artykuły są potrzebne?

Akcja odbywa się po raz dziesiąty. Wcześniej organizowała ją Bydgoska Agencja Rozwoju Regionalnego. W tym roku - po połączeniu miejskich spółek BARR

i BPPT - kontynuowana jest pod szyldem Bydgoskiego Parku Przemysłowo-Technologicznego, mobilizując do działania lokalne przedsiębiorstwa, duże i małe.

- Szkoła szpitalna przygotowała nam listę potrzebnych artykułów, by pomoc nie była przypadkowa, lecz była odpowiednią na konkretne potrzeby. Taką listę marzeń jesteśmy gotowi udo-

stępnić przedsiębiorcom - mówią Agnieszka Kreńska.

W świetlicach szpitalnych przydadzą się, np. artykuły papiernicze i biurowe, bloki, kredki, farby, kolorowanki, mazaki, zestawy kreatywne i edukacyjne, gry planszowe, puzzle, książki.

Tegoroczna edycja „Świątecznych uśmiechów” potrwa do 15 grudnia br. Osoby oraz firmy, które chcą dołączyć do akcji, proszone są o kontakt z pracownikami BPPT w celu zgłoszenia udziału i ustalenia szczegółów przekazania paczek. Można zadzwonić pod numery: tel. +48 885 508 950 - Katarzyna Tomaszewska-Dobosz oraz tel. +48 885 556 798 - Agnieszka Kreńska lub wysłać maila pod adresem: katarzyna.tomaszewska-dobosz@bppt.pl lub agnieszka.krenska@bppt.pl.

Paczki można dostarczyć osobiście lub przesłać kurierem/pocztą pod adresem: Zespół Szkół nr 33 dla Dzieci i Młodzieży Przewlekłe Chorej, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 4, Bydgoszcz (budynk Biblioteki Pedagogicznej). ©©

Mikołajkowy konwój Służby Więziennej z wizytą w bydgoskim szpitalu

Marta Mikołajska
marta.mikolajska@polskapress.pl

To był piękny finał charytatywnej akcji „Razem spełniamy mikołajkowe marzenia”, którą zorganizowali funkcjonariusze Grupy Interwencyjnej Służby Więziennej w Bydgoszczy. Do dzieci - pacjentów szpitala Jurasza - prezenty dotarły w wyjątkowej eskorcie. Przywiezione zostały w konwoju.

Tym razem zamiast czapki służbowej funkcjonariusze GISW założyli czapki św. Mikołajów. Wszystko po to, by wywołać uśmiech na twarzach chorych dzieci.

Prezenty trafiły do pacjentów z Oddziału Psychiatrycznego dla Dzieci i Młodzieży Szpitala Uniwersyteckiego nr 1 im. Jurasza w Bydgoszczy.

Połączyli siły i przygotowali aż 40 okazałych paczek

Zanim to nastąpiło, najpierw z okazji jubileuszu 15-lecia Grup Interwencyjnych Służby Więziennej zorganizowana została mikołajkowa zbiórka środków finansowych pod hasłem „Razem spełniamy mikołajkowe marzenia”. Została ona przeprowadzona w listopadzie br. przez mundurowych podczas ogólnopolskich obchodów jubileuszu 15-lecia GISW, którego organizatorem był Okręgowy Inspektorat Służby Więziennej w Bydgoszczy.

W wyniku połączonych sił mundurowych z GISW oraz gości uczestniczących w jubileuszu zorganizowano wspólną akcję mikołajkową. Za zebrane pieniądze dokonano zakupu upominków. Nie były to przypadkowe prezenty, bo najpierw



Tym razem zamiast czapki służbowej funkcjonariusze Grupy Interwencyjnej Służby Więziennej w Bydgoszczy założyli czapki św. Mikołajów. Wszystko po to, by wywołać uśmiech na twarzach dzieci ze szpitala Jurasza

funkcjonariusze zapytali szpital o to, jakie są potrzeby.

- Okazało się, że przydałyby się świąteczne koce i poduszki, świąteczne skarpety oraz gry i słodycze. W efekcie te wszystkie rzeczy zostały zakupione - mówi mjr Agnieszka Woll-

mann, rzeczniczka prasowa Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Bydgoszczy. - Ostatecznie udało się przygotować aż 40 okazałych paczek z podarunkami dla pacjentów bydgoskiego szpitala. Do upominków został dołą-

czony także list i kartka z życzeniami spokojnych świąt i wytrwałości w walce o zdrowie.

Prezenty pod eskortą bezpiecznie dotarły do szpitala

Prezentów było tak dużo, że wypełniono nimi auto po brzegi.

- Tak przygotowane upominki funkcjonariusze Grupy Interwencyjnej Służby Więziennej w Bydgoszczy ubrani w czapki św. Mikołajów zawieźli do szpitala. Prezenty bezpiecznie dotarły do lecznicy w konwoju, co było także atrakcją dla dzieci - mówi mjr Agnieszka Wollmann.

Jak podkreśla rzeczniczka OISW, tym pięknym gestem funkcjonariusze Służby Więziennej po raz kolejny pokazali, że nie są obojętni na potrzeby innych, a po(moc) ma MOC, kiedy działa się wspólnie. ©©

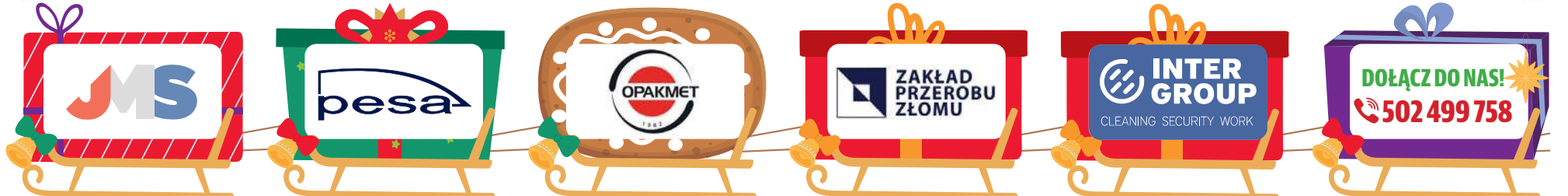
KRÓTKO

ŚLEDZTWO

Na trzy miesiące trafił do tymczasowego aresztu mężczyzna, który w sobotę ukradł w Kruszwicy ciężarówkę z burakami, a po pościgu został zatrzymany dopiero w Bydgoszczy.

30-letni mieszkaniec powiatu mogileńskiego kierował 40-tonowym pojazdem, będąc pod wpływem metaamfetaminy. Oprócz zarzutów dotyczących, m.in., kradzieży i ucieczki przed policją, mężczyzna odpowie również za kolizję spowodowaną z dwoma pojazdami, które uszkodził. Kradzież i pościg mają swój początek w sobotę, przed godz. 19.00 na terenie Kruszwicy. Z terenu jednej z firm został skradziony pojazd ciężarowy z ładunkiem buraków. Następnie ciężarówka odjechała w kierunku powiatu bydgoskiego, gdzie został zatrzymany. **redex**

AKCJA CHARYTATYWNA



0211439632

Koniec ferm futrzarskich. Mają czas do 2033 r.

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Polska wycofuje się z hodowli zwierząt futerkowych.
- Zakaz hodowli zwierząt na futra otwiera drzwi do zakazu hodowli zwierząt na cele spożywcze - ostrzegają rolnicy.

2 grudnia br. prezydent Karol Nawrocki podpisał ustawę zakazującą hodowli zwierząt na futra. Polska została 23. krajem w Europie, który zrezygnował z ferm futrzarskich.

Prezydent wysłuchał hodowców

Karol Nawrocki skomentował swoją decyzję:

- To kierunek, który społeczeństwo wskazuje w zdecydowanej większości. Jednocześnie z uwagą wysłuchaliśmy hodowców. Podczas spotkania w Kancelarii Prezydenta powiedzieli jasno, czego potrzebują, by ta zmiana mogła być zaakceptowana. Te postulaty znajdują się w ustawie.

Przewiduje ona:

● zakaz powstawania nowych ferm od momentu wejścia ustawy w życie,



FOT. GRZEGORZ MEHRING

W Polsce utrzymuje się 57 tysięcy lisów (pospolitych, srebrnych, polarnych), a poza tym norki amerykańskie, szynszyle, jenoty, nutrie, króliki, tchórze, zające szaraki...

● obowiązek wygaszenia ferm futrzarskich najpóźniej do 31 grudnia 2033 r.,

● odszkodowania dla hodowców, przysługujące przez pierwsze 5 lat zakazu,

● odprawy dla pracowników ferm w wysokości 12-miesięcznego wynagrodzenia.

Przepisy zaczną obowiązywać 14 dni po opublikowaniu ustawy w Dzienniku Ustaw.

- Zakaz hodowli zwierząt futerkowych to niebezpieczny precedens, bo otwiera drogę do zakazu hodowli zwierząt na cele spożywcze - ostrzegają hodowcy.

- Bowiem hodowla zwierząt futerkowych nie różni się „okrucieństwem” od analogicznych działów produkcji rolnej - wyjaśnia Związek Przedsiębiorców i Pracodawców.

- Pierwsza linia sprzeciwu wobec antyhodowlanych idei niestety została przerwana -

To wstęp do dalszych zakazów, bo hodowla zwierząt futerkowych nie różni się „okrucieństwem” od analogicznych działów produkcji

wtóruje Oddolny Ogólnopolski Protest Rolników. - To nie jest drobny epizod. To precedens, który będzie przywoływany przy każdej kolejnej próbie ograniczenia lub wygaszania innych sektorów hodowli.

To drapieżniki wielkich przestrzeni

31 stycznia 2024 r. w rejestrze Głównego Inspektoratu Weterynarii widniało 360 ferm, 13 ze statusem działalności zawieszanej. W województwie kujawsko-pomorskim zarejestrowanych jest 13 ferm, w 2020 r. były 24.

W Polsce utrzymuje się lisy (pospolite, srebrne, polarne: 57 tys. zwierząt i 208 ferm), jenoty (prawie 12 tys. zwierząt i 35 ferm), króliki (ponad 204 tys. zwierząt i 107 ferm), norki amerykańskie (ponad 6 mln zwierząt i 354 ferm), nutrie (235 zwierząt i 2 ferm), szynszyle (prawie 111 tys. zwierząt i 132 ferm) i inne (1571 zwierząt: tchórze, lisy płomieniste, lisy niebieskie, norki fermowe, zające szaraki i 7 ferm).

- Zdecydowana większość z nich to drapieżniki wielkich przestrzeni - czytamy w uza-

sadnieniu ustawy. - W przypadku lisów mowa o 300-400 ha. Norki żyją na terenach sąsiadujących z akwenami, przy czym powierzchnia ich bytowania pokrywa się z 1-5 km linii brzegowej.

Zakaz hodowli zwierząt na futro wprowadziły już: Wielka Brytania, Słowenia, Austria, Chorwacja, Serbia, Bośnia i Hercegowina, Północna Macedonia, Holandia, Czechy, Luksemburg, Belgia, Słowacja, Norwegia, Irlandia, Francja, Włochy, Estonia, Malta, Łotwa, Bułgaria, Litwa i Rumunia.

Trwają prace nad wprowadzeniem zakazu hodowli na futra w całej UE oraz zakazem importu futer do krajów członkowskich.

W grudniu 2023 r. Komisja Europejska zleciła Europejskiemu Urzędowi ds. Bezpieczeństwa Żywności przygotowanie opinii naukowej o dobrostanie norek, lisów, jenotów i szynszyli na fermach futrzarskich. Jednocześnie wykazała, że nie zapewniają one zwierzętom odpowiedniego dobrostanu i niemożliwa jest znacząca poprawa warunków ich utrzymania. Dalsze decyzje w tej sprawie KE ma podjąć w marcu 2026 r. ©©

AUTOREKLAMA

0211438974

KARMA WRACA

SOBOTA, 13 grudnia

Plac przed
CH Focus

NIEDZIELA, 14 GRUDNIA

Plac przed
Urzędem Gminy w Osielsku

Przynieś KARME, GRYZAKI, KOCE LUB RĘCZNIKI dla zwierzątek ze schroniska i odbierz świąteczną choinkę lub roślinę.

Od g. 11:00 do wyczerpania zapasów lub do g. 16:00.

NAJMNIEJSZY GEST MA ZNACZENIE!

Szczegóły na expressbydgoski.pl/karmawraca25



Nr zbiórki 2025/4588/OR

Organizator Akcji
EXPRESS BYDGOSKI.PL

Organizator zbiórki



Partnerzy Lokalizacyjni



Partnerzy



Dezinformacja istnieje od zawsze

Urszula Śleszyńska
PAP

Rozmowa z Anną Mierzyńską, analityczką mediów społecznościowych.

Strach, agresja i władza, a czasem również pieniądze, te cztery elementy, składają się na dezinformację. Pisziesz o tym już na początku swojej książki „Efekt niszczący. Jak dezinformacja wpływa na nasze życie”. Skoro znamy już składowe, to poznajmy jeszcze definicję dezinformacji. Czym ona jest?

Dezinformacja ma prostą definicję. To fałszywe informacje, które są rozpowszechniane świadomie i celowo. Każdy element tej definicji ma znaczenie. Czyli po pierwsze to muszą być zawsze fałszywe informacje, zmanipulowane, przekształcone - coś, co jest nieprawdziwe. I zawsze ktoś rozpowszechnia je świadomie i celowo, czyli wie, że to jest nieprawda, a mimo to z jakiegoś powodu ją rozprowadza. Najczęściej chodzi albo o władzę, albo o pieniądze, albo o chęć osiągnięcia swoich własnych, psychologicznych celów, często związanych z agresją czy kontrolą.

Czy dezinformacja może występować tylko w mediach lub w mediach społecznościowych?

Można powiedzieć, że dezinformacja - jako zjawisko - występuje odkąd istnieje człowiek. Ale dziś jest dużo poważniejsze zagrożenie ze względu na szybkość rozpowszechniania się informacji, którą daje internet. Obecnie fałszywe informacje podane w jednym miejscu bardzo szybko rozchodzą się po całej sieci, bo rozpowszechniają je sami użytkownicy internetu. Mogą w ciągu dosłownie kilku godzin dotrzeć do całego świata. To istotne zagrożenie. Ta skala dezinformacji i szybkość jej rozchodzenia się powodują, że my jako odbiorcy nie jesteśmy w stanie zweryfikować docierających do nas informacji, więc często wnioskujemy o ich prawdziwości jedynie na podstawie emocji. Jeżeli jakaś informacja wywoła w nas emocje, dużo szybciej w nią uwierzymy i nie będziemy się zastanawiać, czy to prawda czy fałsz.

Czy to właśnie ten emocjonalny akcent najbardziej nas w dezinformacji przyciąga i interesuje?

Tak, ten emocjonalny element jest bardzo ważny. Dostajemy



Anna Mierzyńska: Mamy zalew przekazów informacyjnych i nie jesteśmy w stanie zweryfikować tego, co do nas dociera

informacje, które wywołują silne emocje, najczęściej te trudne: strach, frustrację, zazdrość, zawiść. Czasem pojawiają się też jakieś pozytywne emocje, coś, z czego się bardzo cieszymy. To one sprawiają, że w naszych mózgach zachodzą silne reakcje, pod wpływem których natychmiast rozpowszechniamy takiego newsa. Nawet nie pomyślimy, żeby go sprawdzić. Bo jeśli coś nas do tego stopnia poruszyło, to musi być prawdziwe, tak? Niestety nie musi. I jeśli w oparciu o emocje nie tylko rozpowszechnimy fałszywe informacje, ale też podejmiemy ważne decyzje albo zmienimy swoje zachowanie, to po jakimś czasie przekonamy się, często boleśnie, że działamy na podstawie fałszywych przesłanek. Wiem, brzmi to mocno teoretycznie. Ale pomyślimy sobie o tym, że oglądamy rolę na Instagramie. I tam ktoś nam mówi, że jeżeli chorujemy na to i na to, to żeby się z tego wyleczyć, musimy kupić właśnie ten konkretny produkt. Kupujemy go wierząc, że jakość naszego życia się poprawi. A potem się okazuje, że ten produkt nam szkodzi, nie

Dziś żyjemy w świecie, w którym wiele źródeł informacji wywołuje nasz strach zupełnie nieadekwatnie do rzeczywistości.

ma żadnych badań tego produktu, uwierziliśmy po prostu w fałszywą obietnicę. Łatwo zobaczyć, jak bardzo taka dezinformacja może nam zaszkodzić. Jeszcze gorzej, gdy w ten sposób zaszkodzimy swoim dzieciom.

Czy nasza podatność na dezinformację bierze się też trochę z tego, że ludzie po pierwsze nie mają czasu, a po drugie nie potrafią zweryfikować informacji?

Tych informacji jest strasznie dużo! Mamy zalew przekazów informacyjnych i nie jesteśmy w stanie zweryfikować tego, co do nas dociera. Nawet osoby wyposażone w wiedzę oraz umiejętności i tak muszą wybierać, co chcą zweryfikować, bo nie zdążą zająć się wszystkimi newsami. Jest na to jednak sposób. Potrzebujemy nauczyć się higieny cyfrowej, a więc wyrobić pewne nawyki, które sprawią, że chociaż nie będziemy zweryfikować każdej informacji, nie będziemy się też łatwo nabierać na kłamstwa.

W jaki sposób to zrobić?

Po pierwsze trzeba sobie uświadamiać, że to, co do nas dociera z sieci, niekoniecznie jest wiarygodne. Po drugie trzeba sobie zrobić zestaw źródeł informacji, którym ufamy. Takich, które są już sprawdzone, znane, wiarygodne dla nas. Zwróćmy uwagę, czy jeśli nasze ulubione medium poda nieprawdziwą informację (co

może się zdarzyć nawet najlepszym), to później ją sprostuje. Tak robią wiarygodne media. Niewiarygodne źródła informacji nie przyznają się do błędów. Wiele źródeł internetowych jest anonimowych albo na przykład influencerzy mówią o tematach, o których nie mają fachowej wiedzy. Czemu mielibyśmy im wierzyć? Lista sprawdzonych, zaufanych źródeł informacji jest więc naprawdę pomocna. Po trzecie, wyrabiamy sobie dobre nawyki. Jeżeli przeglądamy platformy społecznościowe i dociera do nas bardzo emocjonalna informacja, to powinna nam się zapalić czerwona lampka w głowie. Zatrzymajmy się wtedy i dajmy sobie czas, by te emocje opadły. Wystarczy 10 minut przerwy od internetu. Dzięki badaniom neurobiologicznym wiemy, że kiedy doświadczamy silnych emocji, w mózgu, na poziomie biologicznym, odcinany jest dostęp do tej jego części, która odpowiada za krytyczne myślenie. Nie jesteśmy więc w stanie krytycznie ocenić docierających do nas informacji. Dlatego podczas wspomnianej przerwy zrobimy coś, by nasze emocje opadły. Można pójść na spacer, popatrzeć przez okno, pobawić się z dziećmi, poczytać gazetę. I dopiero jak trochę się wewnętrznie uspokoi, możemy wrócić do tej informacji, bo wtedy mózg będzie w stanie znowu myśleć krytycznie. A więc będziemy mogli taką informację realnie ocenić i sprawdzić w zaufanych źródłach. Jeżeli potwierdzają ją wiarygodne media, to się tą informacją przejmujemy. Ale jeżeli nigdzie więcej nie ma potwierdzenia, jeżeli źródło jest nieznane czy anonimowe, to staramy się tym w ogóle nie przejmować.

A co jeżeli ta nieprawdziwa informacja stanie się na tyle atrakcyjna nie tylko dla odbiorców, jak i dla innych mediów, że te również ją powielą, nie sprawdzając jej wiarygodności?

Wiarygodne media, zanim dadzą bardzo atrakcyjną informację, sprawdzają ją. Może się oczywiście zdarzyć w wyjątkowych przypadkach, że emocje tak poniosą również dziennikarza, iż nie sprawdzi, co przekazuje. Ale to są wyjątki. Naprawdę warto mieć nawyk sprawdzania informacji w innych źródłach. Tak samo jak warto mieć świadomość, które medium, nawet jeśli jest znane, buduje swoje zasięgi w internecie w taki

sposób, że np. używa bardzo emocjonalnych nagłówków, które niekoniecznie mają coś wspólnego z tym, co jest napisane w danym artykule. Wtedy warto pamiętać, że informacje z tego medium nie muszą być prawdziwe. Takie krytyczne podejście będzie nas chronić.

Chroni nas też właśnie strach i lęk - to emocje zaprogramowane do tego, żeby nas chronić, ostrzegać przed czymś. Czy jednak w przypadku dezinformacji one nie działają troszkę napędzająco? Jak np. w przypadku wojny, która się toczy za naszą wschodnią granicą?

Masz rację, że strach i lęk są po to, żeby nas chronić. Ale one motywują też do tego, żeby coś zrobić. Jeżeli ten strach ma realne podstawy i za jego sprawą robimy coś dla własnej ochrony, wszystko jest ok - tak to powinno działać. Tyle że dziś żyjemy w świecie, w którym wiele źródeł informacji wywołuje nasz strach zupełnie nieadekwatnie do rzeczywistości. Wojna jest tu dobrym przykładem. Teraz już się trochę do niej przyzwyczailiśmy, ale zwłaszcza na początku niektóre osoby wpadały wręcz w stany lękowe pod wpływem dużej ilości informacji o wojnie. Taki lęk może być tak ogromny, że zmotywuje do działania nieadekwatnego do rzeczywistości. Podam przykład. Kilka lat temu robiłam serię wywiadów z osobami, których bliscy uwierzyli w teorie spiskowe. Teorie spiskowe naprawdę potrafią działać niszcząco na ludzi. Rozmawiałam wtedy z bratem pewnego psychiatry, który to psychiatra wierzył w teorie spiskowe. Ten mężczyzna był zdeteminowany, żeby swojego brata naprowadzić na normalną drogę. Wysłał mu więc wiadomość dotyczącą katastrofy, która wydarzyła się w Kosmosie. Jego brat się interesował Kosmosem i powinien bez problemu zauważyć, że wiadomość jest fałszywa, bo dotyczy sytuacji fizycznie niemożliwej.

Chciał go podpuścić.

Dokładnie. Ale ten brat uwierzył w tę informację do tego stopnia, że z partnerką się spakowali i wyruszyli w drogę na północ. Z jakiegoś powodu byli przekonani, że tam będzie bezpieczniej. Porzucili wszystko, wzięli plecaki i ruszyli przed siebie, zupełnie jak w jakiejś głęboko kryzysowej sytuacji. Ten psychiatra nie

był w stanie ocenić informacji krytycznie, zauważyć, że brat go podpuszcza. Strach zmotywował go do konkretnego działania - tyle że nieadekwatnego do rzeczywistości. Dlatego gdy pod wpływem strachów i lęków z internetu reagujemy - np. wydajemy ogromne pieniądze na rzeczy, które nie są nam potrzebne, albo podejmujemy jakieś życiowe decyzje, które okazują się niewłaściwe i za chwilę trzeba będzie ponieść ich konsekwencje - to krzywdzimy siebie, a czasem też swoich bliskich.

Widzę dużo stycznych między dezinformacją a manipulacją...

Słusznie, ponieważ manipulacja jest częścią dezinformacji. Manipulacja też jest niejawnym oddziaływaniem na drugą osobę. Dezinformacja przybiera bowiem różne formy. Może być tak, że ktoś przekazuje nam fałszywą informację i wtedy mamy do czynienia z typowym fake newsem. Ale może być tak, że ktoś manipuluje jakimś faktem, czyli mówi nam np. tylko część prawdy. To się często zdarza w przekazach np. dotyczących szkodliwości szczepień. Choćby kiedy ukazują się nowe badania naukowe, a osoby, które chcą udowodnić szkodliwość szczepień, przekazują tylko fragment tych badań, pomijając resztę ustaleń. To jest manipulacja, ponieważ nie mamy możliwości zobaczenia całości wyników i wyciągnięcia własnych wniosków. Ktoś nam prezentuje tylko fragment, bo chce, żebyśmy na tej podstawie podjęli decyzję, co zrobić.

A czy są jakieś osoby, które są odporne na dezinformację?

Nie ma nikogo odpornego na dezinformację od urodzenia. Dezinformatorzy wykorzystują nasze najbardziej ludzkie cechy, wykorzystują nasze czułości, żeby nas oszukać. Na co dzień jesteśmy raczej ufnymi. Bez podstawowego zaufania społecznego nie byłibyśmy w stanie stworzyć rodzin, wspólnot, państw. Zakładamy więc najczęściej (poza sytuacjami budzącymi niepewność), że druga osoba nie chce nas skrzywdzić. Zdarza się, że przychodzi ktoś, kto wykorzystuje tę fundamentalną ludzką ufność, aby osiągnąć jakiś własny, niejawni cel krzywdząc nas przy tym. To jest największy problem manipulacji, największe zagrożenie.

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

PRZESTĘPCZOŚĆ

Przemyt papierosów w „karetce”

Ponad 105 tys. paczek papierosów bez polskich znaków akcyzowych przejechała straż graniczna w Reszlu (woj. warmińsko-mazurskie). By uniknąć podejrzeń i kontroli, papierosy przewożono dwoma autami wyglądającymi z zewnątrz jak... karetki pogotowia.

Tadeusz Gruchalla z zespołu prasowego Morskiego Oddziału Straży Granicznej powiedział PAP, że oba samochody do przewożenia nielegalnych papierosów były wymalowane jak karetki i miały

zamontowane tzw. koguty. - Ale w środku nie było sprzętów medycznych, tylko nielegalne papierosy - powiedział.

Gdyby papierosy trafiły na rynek, Skarb Państwa straciłby ponad 3 mln zł z tytułu opłat akcyzowych.

Straż graniczna uważa, że za paserstwo celne i akcyzowe odpowiadają zatrzymani w tej sprawie 50-letni mężczyzna i 47-letnia kobieta. Przedstawiono im już zarzuty, za które grozi do 3 lat więzienia. PAP

WARSZAWA

Rząd o kryptowalutach



FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNIAK

Rząd ponownie przyjmie projekt ustawy o kryptowalutach, niezbędny do zapewnienia bezpieczeństwa zarówno inwestorom, jak i państwu polskiemu - zapowiedział we wtorek premier Donald Tusk przed posiedzeniem Rady Ministrów. Szef rządu zwrócił się do prezydenta Karola Nawrockiego o podpisanie ustawy.

GŁÓWNY URZĄD STATYSTYCZNY

Obcokrajowcy na rynku pracy

Liczba cudzoziemców wykonujących w Polsce pracę w końcu czerwca 2025 r. wyniosła 1 099,5 tys. osób, o 6,5 proc. więcej rok do roku - podał GUS. W porównaniu do poprzedniego miesiąca ich liczba wzrosła o 2,9 proc.

Według stanu na 30 czerwca wśród cudzoziemców wykonujących pracę 422,2 tys. osób realizowało wyłącznie

umowy zlecenia i pokrewne. Było to o 7,1 proc. więcej niż w czerwcu 2024 r. i 4,2 proc. więcej niż miesiąc wcześniej.

Najliczniejszą grupą obcokrajowców wykonujących pracę w Polsce byli obywatele Ukrainy. Według stanu na 30 czerwca 2025 r. było ich 735,1 tys., tj. o 5,2 proc. więcej niż w analogicznym miesiącu poprzedniego roku.

INWESTYCJE

Wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski nadał rygor natychmiastowej wykonalności dla decyzji lokalizacyjnej CPK, co otwiera drogę do uzyskania pozwoleń na budowę oraz uruchomiony zostaje proces odszkodowawczy dla przejmowania brakujących działek. Według przyjętego harmonogramu budowa lotniska CPK na terenie gmin Baranów, Wiskitki i Teresin ma rozpocząć się w 2026 roku.

”

Teren, który jest objęty decyzją lokalizacyjną, znajduje się w gminach Teresin, Wiskitki i Baranów

Mariusz Frankowski, wojewoda mazowiecki

Zelenski gotowy do spotkania z Nawrockim. Szczegółów brak

Grzegorz Kuczyński
Warszawa

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski jest gotowy przyjechać na pierwsze spotkanie z prezydentem Karolem Nawrockim do Polski, gdy otrzyma odpowiednie zaproszenie.

W poniedziałek Zełenski, pytany przez dziennikarzy o perspektywy pierwszego spotkania z prezydentem Polski Karolem Nawrockim, odpowiedział, że „z przyjemnością się z nim spotka” i że podczas rozmowy telefonicznej podziękował mu za polską pomoc, zaprosił go do Ukrainy i zaproponował wybranie dogodnego terminu.

Zełenski poinformował, że zaprosił prezydenta Polski Karola Nawrockiego do złożenia wizyty w Ukrainie. Zapewnił też, że sam odwiedzi Polskę, gdy otrzyma zaproszenie od polskiej głowy państwa. Podkreślił, że jest to dla niego ważne i wyraził wdzięczność wobec Polski za pomocy wsparcie.

- Niedawno usłyszałem w mediach, że mnie zaprosił. Cóż, prawdopodobnie, aby przyjechać, potrzebuję daty. I wtedy, jeśli prezydent - oficjalnie, nieoficjalnie, jak chce - zaprosi i proponuje datę, oczywiście przyjadę z oficjalną wizytą do Polski. To dla mnie ważne - powiedział Zełenski.

Po słowach przywódcy Ukrainy szef prezydenckiego



FOT. ADAM JANKOWSKI

Szef kancelarii prezydenta Zbigniew Bogucki przekazał, że Karol Nawrocki liczy na spotkanie z przywódcą Ukrainy

Biura Polityki Międzynarodowej Marcin Przydacz oznajmił, że trwają prace „w kontaktach dyplomatycznych, które są otwarte i aktywne”, nad datą spotkania obu prezydentów w Warszawie.

Do sprawy odniósł się też we wtorkowym wpisie na platformie X szef kancelarii prezydenta Zbigniew Bogucki. „Prezydent RP wyraża nadzieję, że prezydent Zełenski odwiedzi go w Warszawie, aby omówić kwestie, które Polska ma do załatwienia z Ukrainą. Polska - jak podkreśla (prezydent - PAP) - ze

swoich zobowiązań sojusznicych wywiązuje się w pełni” - napisał szef kancelarii prezydenta.

Stwierdził również, że Polsce należy się wdzięczność i szacunek ze strony Ukrainy za wielką pomoc, jaką państwo polskie i Polacy udzielili Ukraincom po rosyjskiej napaści.

„Pan prezydent Nawrocki mówi wprost: »domagam się konsekwentnie symetrii w relacjach między Polską a Ukrainą«. Jak podkreśla, jeśli przeanalizujemy setki tysięcy donacji - od pomocy humanitarnej, przez sprzęt wojskowy

i amunicję - widać ogromny wysiłek narodu polskiego, który pozostaje stałym, niezmiennym i strategicznym wsparciem dla Ukrainy” - wskazał Bogucki.

Dodał, że prezydent liczy na to, że „Zełenski uszanuje ten wysiłek Polaków, otworzy się na pewne sugestie państwa polskiego i wyrazi wdzięczność wobec polskich żołnierzy, polskich obywateli i państwa polskiego w zakresie strategicznego wsparcia Ukrainy”.

Bogucki przypomniał też stanowisko Karola Nawrockiego, że wsparcie Ukrainy pozostaje tym, co Polskę i Ukrainę łączy w sposób fundamentalny.

We wrześniu i październiku ze strony ukraińskiej pojawiły się sygnały, że strona ukraińska przygotowuje spotkanie prezydentów i może ono odbyć się w najbliższych tygodniach, jednak nic więcej się nie wydarzyło.

17 listopada w wywiadzie dla „Do Rzeczy” prezydent Nawrocki mówił, że zaprasza prezydenta Wołodymyra Zełenskiego do Polski. - Mam nadzieję, że będzie moim gościem w Warszawie. Zapraszam prezydenta Zełenskiego, aby spotkał się z Ukraincami, którzy są w Polsce, podziękował Polakom i aby przywiózł dobre informacje w sprawie ekshumacji na Wołyniu, na które czekamy - dodał. PAP

Jest kluczowa zgoda Komisji Europejskiej. Budowa elektrowni jądrowej będzie mogła ruszyć już niebawem

Oprac. Anna Nagel
Warszawa

Donald Tusk poinformował, że Komisja Europejska wyraziła zgodę na pomoc publiczną na budowę elektrowni jądrowej w Polsce. Szef rządu dodał, że pierwsze prace będą mogły ruszyć już w grudniu.

- Trwają jeszcze drobne formalności, ale za chwilę będzie oficjalne potwierdzenie, że Komisja Europejska wyraża zgodę

na pomoc publiczną na budowę elektrowni jądrowej w Polsce - poinformował przed wtorkowym posiedzeniem rządu premier Donald Tusk. Jak dodał, budowa „będzie mogła ruszyć z kopyta, i to jeszcze w grudniu”. Zadeklarował, że zabezpieczono środki finansowe w całości, czyli kwotę 60 mld zł. - Już w grudniu, czyli jeszcze w tym roku, pierwsze 4,6 mld zł w papierach skarbowych (...) trafi już do zainteresowanego podmiotu. To zna-

czy budowa rusza - zaznaczył premier.

Odnosząc się do zgody KE, Tusk stwierdził, że było to „warunek absolutnie niezbędny i wcale nie taki łatwy do uzyskania”. - Rzeczywiście będziemy mogli tę budowę rozpocząć z odpowiednim impetem, tak żeby prąd z pierwszej elektrowni jądrowej w Polsce popłynął możliwie szybko - powiedział.

Należąca w 100 proc. do Skarbu Państwa spółka PEJ jest inwestorem i przyszłym

operatorem powstającej na Pomorzu pierwszej elektrowni jądrowej w ramach Programu Polskiej Energetyki Jądrowej. Elektrownia w lokalizacji Lubiatowo-Kopalino ma mieć trzy bloki w technologii AP1000 Westinghouse.

Wykonawcą będzie konsorcjum Westinghouse-Bechtel. Wylanie tzw. pierwszego betonu jądrowego planowane jest na 2028 r., rozpoczęcie komercyjnej pracy pierwszego bloku ma nastąpić w 2036 r. PAP

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE: Popularne i zdrowe!

Choć sama myśl o wejściu do lodowatej wody potrafi wywołać dreszcze, morsowanie może okazać się nie tylko wyjątkowym przeżyciem, ale także źródłem licznych ko-

rzyści zdrowotnych. Warto spróbować - zwłaszcza zimą, gdy warunki do tej aktywności są idealne. Sprawdź, czy morsowanie rzeczywiście jest zdrowe, jak bezpiecznie rozpocząć swoją przygodę oraz kto powinien z niego zrezygnować.

ZA TYDZIEŃ:

- Niedoceniana ryba, którą uwielbiają Polacy. Ma mało rtęci i więcej omega-3 niż orzechy włoskie
- Tak zamroziś pierogi na Wigilię oraz nadmiar świątecznego jedzenia



FOT. TIMOLINA/FREEPIK.COM

Tym osobom herbata może zaszkodzić. Kto powinien jej unikać?

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Herbata jest jednym z najzdrowszych napojów na świecie, a także najpopularniejszym zaraz po czystej wodzie. Nie każdy może jednak korzystać z jej cennych właściwości.

Regularne picie herbaty jest zalecane niemal każdemu, bo napój ten zmniejsza ryzyko rozwoju schorzeń przewlekłych, w tym chorób serca, cukrzycy, zapalenia stawów i nowotworów. Są jednak osoby, które herbaty pić nie powinny, a także muszą unikać określonych rodzajów lub bardzo ograniczać jej spożycie. Wynika to z obecności silnie działających bioaktywnych związków, które w pewnych sytuacjach mogą nie być korzystne.

Polifenole z herbaty są związkami antyoksydacyjnymi o działaniu przeciwzapalnym i ochronnym. Herbata zawiera stymulującą teinę, wyciszającą teaninę (herbata zielona) czy teofilinę o właściwościach rozkurczowych.

Picie herbaty bywa polecane po posiłku, np. śniadaniu, ale zwłaszcza po tym większym, czyli obiedzie. Często też służy do popijania posiłków. Tymczasem jest to nawyk bardzo niezalecany, bo ma niekorzystny wpływ na jakość diety. Związki zawarte we wszystkich rodzajach herbaty, a zwłaszcza w tej czarnej, wiążą niezbędne składniki mineralne, uniemożliwiając ich wchłanianie. Dotyczy to nie tylko żelaza, ale także innych ważnych pierwiastków, m.in. takich jak cynk, magnez czy w mniejszym stopniu wapń. Zmniejsza też przyswajalność kluczowych dla zdrowia aminokwasów zawartych w białkach. Herbatą nie należy więc popijać jedzenia, tylko zrobić sobie co najmniej 30 minut przerwy lub nawet więcej, jeśli posiłek był obfity.

Herbata nie powinno się także pić na noc - nie tylko dlatego, że ma właściwości moczopędne. Choć ma delikatne działanie stymulujące, trwa ono znacznie dłużej niż w przypadku kawy.

Herbata jest zdrowa, gdy wypija się ją w ilościach 3-5 szklanek



FOT. LIGHTFIELDSTUDIOS/123RF

Picie herbaty jest zdrowe, ale nie dla każdego. Skutki uboczne bywają dotkliwe!

dziennie, niezależnie od rodzaju. Im jest mocniejsza, tym ilość powinna być mniejsza. Przy sięganiu po ten napój należy pamiętać, że nie jest jedynym źródłem kofeiny.

Kto nie powinien pić herbaty?

● Dzieci.

Ze względu na zawartość kofeiny herbaty nie należy podawać dzieciom poniżej 12. roku życia. Nastolatki w wieku 12-18 lat nie powinny przyjmować więcej niż 100 mg dziennie, co odpowiada porcji ok. 1 litra napoju.

● Chorzy na anemię.

Herbata przyjmowana podczas i po posiłkach zawiera taniny, które wiążą żelazo i ograniczają jego wchłanianie. Obserwowano, że może zmniejszać poziom magazynu tego pierwiastka, czyli ferrytyny, bez wpływu na inne formy we krwi,

które są rutynowo badane. Chorzy na anemię z niedoboru żelaza, również przyjmujący ten składnik, powinni maksymalnie ograniczyć spożycie herbaty. Dotyczy to także kobiet ciężarnych z niskim poziomem żelaza w organizmie.

● Osoby nadwrażliwe

Z picia herbaty powinny zrezygnować (albo ją ograniczyć) osoby, u których występują działania niepożądane, takie jak: nudności, ból brzucha, zawroty i ból głowy, biegunka. Nadwrażliwość na teinę, czyli herbacianą kofeinę, wywołuje także objawy takie, jak

Są osoby, które powinny zrezygnować z picia herbaty lub je ograniczyć ze względu na potencjalną szkodliwość i działania niepożądane

szybkie czy nieregularne tętno i zmiany nastroju, w tym nerwowość, dezorientację, roztrzęsienie czy gonić myśli, a także bezsenność.

● Osoby uczulone

Reakcja alergiczna na herbatę występuje rzadko, ale jest jak najbardziej możliwa. Możliwe objawy to m.in. wysypka i opuchlizna, zwłaszcza języka, gardła i twarzy, ciężkie zawroty głowy i/lub problemy z oddychaniem.

● Osoby z aktywnymi chorobami

Duże ilości herbaty nie są polecane przy ostrych chorobach wątroby i jej niewydolności. Nie wskazane może być także jednoczesne przyjmowanie leków, które obciążają ten narząd. To m.in. niektóre leki przeciwzapalne, przeciwdepresyjne czy statyny. Picie herbaty może być niezalecane przy chorobach serca, m.in. arytmii i po niedaw-

ny zawale, przy wrzodach żołądka i refluksie, gdyż może podrażniać błonę śluzową przewodu pokarmowego (zwłaszcza na czczo), a także przy leczeniu jaskry. W przypadku cukrzycy trzeba mieć świadomość, że duże ilości mogą prowadzić do obniżenia poziomu glukozy we krwi i wystąpienia niebezpiecznej hipoglikemii. W przypadku niskiego poziomu wapnia i osteoporozy nadmiar herbaty może utrudniać remineralizację kości.

● Osoby z zaburzeniami krzepliwości krwi

Herbata ma właściwości przeciwzakrzepowe. Sprzyja to m.in. zasinieniom ciała, a w niektórych przypadkach może doprowadzić do niebezpiecznego krwotoku.

● Osoby przyjmujące leki z teofiliną

Teofilina to substancja występująca naturalnie w herbacie,

stosowana leczniczo w stanach przebiegających ze zwężeniem dróg oddechowych. Działa rozkurczowo m.in. w chorobach takich, jak astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc czy stany zapalne oskrzeli z odczynem spastycznym. Spożywanie herbaty podczas leczenia może prowadzić do jej przedawkowania.

● Osoby przyjmujące inne leki

Związki aktywne z herbaty wchodzi w interakcje z wieloma lekami, w tym z niektórymi antybiotykami, środkami hormonalnymi, nasercowymi czy psychiatrycznymi. Nie należy pić jej w początkowym stadium terapii, gdy konieczne jest szybkie zwiększenie jej stężenia we krwi, co pozwala uzyskać efekty terapeutyczne.

Trzeba też zachować odstęp między ich przyjmowaniem a sięganiem po herbatę oraz ograniczyć jej ilość.

Popularne i zdrowe! Morsowanie niesie szereg korzyści zdrowotnych

Agata Siemiaszko
agata.siemiaszko@polskapress.pl

Choć sama myśl o wejściu do lodowatej wody potrafi wywołać dreszcze, morsowanie może okazać się nie tylko wyjątkowym przeżyciem, ale także źródłem licznych korzyści zdrowotnych.

Morsowanie stało się bardzo popularne i coraz więcej osób decyduje się na takie krótkie zimne kąpiele. Warto pamiętać, że do morsowania należy odpowiednio się przygotować. Zanim wejdzie się do lodowatej wody, organizm powinien stopniowo przyzwyczajać się do coraz niższej temperatury, by nie doznał szoku termicznego.

Zażywanie bardzo zimnych kąpieli w otwartych akwenach wodnych, nierzadko w wydrążonych w lodzie przerębłach, to zajęcie praktykowane w grupach, co pomaga przełamać opory i zwiększyć bezpieczeństwo morsowania. Osoby, które lubią właśnie w taki sposób spędzać wolny czas, potocznie nazywane są morsami.

Dlaczego warto morsować?

● **Lepsza odporność organizmu.** Regularne wchodzenie do zimnej wody hartuje organizm i zwiększa tolerancję na zimno, co bezpośrednio przekłada się na wzrost odporności. Podobny efekt można osiągnąć również stosując codzienne zimne prysznice o temperaturze ok. 10 stopni. W przypadku morsowania najlepsze efekty osiąga się przy regularnych cotygodniowych se-



Warto spróbować – zwłaszcza zimą, gdy warunki do tej aktywności są idealne

sjach. Warto pamiętać, że nie powinno się morsować częściej niż co 2 dni, ponieważ organizm potrzebuje regeneracji.

● **Rzadsze infekcje i krótszy czas trwania choroby.** Zwiększenie odporności i zahartowanie organizmu sprawiają, że morsy znacznie rzadziej chorują na różnego rodzaju infekcje wirusowe. Dodatkowo w przypadku choroby zaobserwowano, że jest ona znacznie łżejsza, a czas regeneracji krótszy średnio o 2 dni.

● **Lepszy nastrój.** Morsowanie wywołuje swojego rodzaju szok w organizmie, a także zwiększenie wydzielania adrenaliny, czyli hormonu nazywanego hormonem strachu, ucieczki lub walki. Adrenalina pobudza organizm do działania, dodaje energii i znacząco poprawia nastrój. Rozpoczynając morsowanie, warto zapisać się do tzw. Klubu Morsa, który zrzesza bardzo dużo osób. Wspólne morsowanie stanowi świetną rozrywkę, a obcowanie z innymi ludźmi dodatkowo może poprawiać nastrój.

● **Poprawa kondycji skóry i redukcja cellulitu.** Regularne morsowanie zostawia również pozytywny ślad na skórze. Podczas lodowatych kąpieli dochodzi do zwiększenia pracy serca i usprawnienia krążenia, a tym samym szybszej eliminacji toksyn z organizmu. Dodatkowo zaobserwowano, że regularne morsowanie znacząco redukuje widoczność cellulitu, potocznie nazywanego pomarańczową skórą.

● **Szybsze odchudzanie.** Morsowanie może również wspierać proces odchudzania. Dlaczego? Ponieważ lodowata woda oziębia temperaturę nie tylko tkanek, ale również krwi. Po wyjściu z wody organizm chce jak najszybciej wrócić do prawidłowej temperatury ciała, więc potrzebuje energii, która magazynowana jest m.in. w tkance tłuszczowej. Regularne morsowanie może zatem być jedną z form aktywności fizycznej, która korzystnie wpływa na wygląd sylwetki.

● **Poprawa krążenia.** Przebywanie w lodowatej wodzie powoduje rozszerzenie się naczyń krwionośnych, przyspieszenie akcji serca, a tym samym usprawnienie pracy układu krążenia. Regularne morsowanie zalecane jest osobom ze słabym krążeniem krwi, jednak nie w przypadku przebytego zawału serca lub udaru mózgu. Ten sport chętnie uprawiany jest przez osoby z objawami zimnych dłoni i stóp, ponieważ po takiej sesji poprawia się krążenie również w kończynach.

● **Łagodzenie stanów zapalnych i bólu stawów.** Morsowanie może wspierać również leczenie chorób zapalnych stawów. Zwiększony przepływ krwi przyspiesza eliminację toksyn prozapalnych, a także zwiększa transport składników odżywczych do komórek i tkanek, dzięki czemu dochodzi do ich lepszego odżywienia. Warto jednak wspomnieć, że w przypadku zapalenia stawów morsowanie należy rozpocząć

powoli od zimnych prysznic, ponieważ nagły szok temperatury może tylko nasilić sztywność stawów.

● **Morsowanie to okazja do spotkania ze znajomymi i wspólnego spędzenia czasu na świeżym powietrzu.** A jak wiadomo, zarówno towarzystwo przyjaciół, jak i kontakt z naturą są niezbędne dla naszego zdrowia psychicznego.

Jak zacząć morsować?

Przed rozpoczęciem morsowania trzeba odpowiednio się do niego przygotować. Poniżej przedstawiamy kilka zaleceń, które mogą ułatwić przebywanie w lodowatej wodzie:

● **Morsowanie warto rozpocząć jesienią, np. w październiku lub listopadzie,** ponieważ w jesiennych miesiącach woda jest znacznie cieplejsza niż zimą.

● **Kilka tygodni przed planowanym morsowaniem codziennie warto brać kilkuminutowe zimne prysznice o temperaturze 10 stopni Celsjusza.**

● **W okresie jesiennym chodzić boso po zimnej nawierzchni, np. brzegu plaży – należy dokładnie sprawdzić teren i usunąć ostre przedmioty, aby chodząc boso, nie skaleczyć się.**

● **Dzień przed morsowaniem należy zrezygnować z picia alkoholu, ze względu na właściwości rozrzedzające krew.**

● **Zawsze przed wejściem do zimnej wody należy zrobić kilkuminutową rozgrzewkę.**



Jeśli masz wątpliwości, czy bezpiecznie przyjmujesz preparat, zawsze skonsultuj się z lekarzem

Lekarz radzi: z czym łączyć witaminę D, by działała?

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Niewłaściwe przyjmowanie suplementów diety może być również niebezpieczne, co niedobór witamin, które mają uzupełniać.

Dermatolog dr Jo Ward opublikowała na TikToku pilne ostrzeżenie dla wszystkich, którzy sięgają po suplementy witaminy D bez konsultacji z lekarzem. Choć jest to popularny i często zalecany środek, ekspertka stanowczo radzi, by nigdy nie przyjmować go samodzielnie. Według lekarki, branie samej witaminy D to zły pomysł, ponieważ może zaszkodzić twojemu sercu.

– Większość osób nie wie, że gdy bierze witaminę D, powinna ją połączyć z suplementacją witaminy K2. Jest ona niezbędna, żeby zapobiegać zwężeniu tętnic. Większość suplementów z witaminą D nie zawiera witaminy K2, a powinno – podkreśla dr Jo Ward.

Jak wyjaśnia dr Ward, witamina K2 działa jak strażnik. Zapewnia, że wapń trafia tam, gdzie powinien, czyli do kości, a nie odkłada się w naczyniach krwionośnych. Dlatego poszukuj suplementów, które zawierają obie te witaminy w jednym preparacie.

To prosta zasada, która może mieć ogromne znaczenie dla

twojego zdrowia. Zanim sięgniesz po witaminę D, sprawdź, czy w składzie znajduje się też jej kluczowy partner.

Dr Ward zaleca, aby przyjmować suplement z witaminą D3 i K2 w dawce 2000-4000 IU dziennie. Taka dawka powinna pokryć zapotrzebowanie na witaminę D u większości osób.

– Jeśli masz ciemniejszą skórę, wysokie BMI lub większość czasu spędzasz w pomieszczeniach, będziesz potrzebować wyższej dawki – podkreśla specjalistka.

Lekarka przypomina, że w Wielkiej Brytanii, podobnie jak w Polsce, suplementacja witaminy D jest zalecana od września do maja ze względu na niski indeks promieniowania UVB. Promieniowanie to jest bardzo ważne, ponieważ to właśnie pod jego wpływem w skórze wytwarzana jest witamina D.

– Receptory witaminy D znajdują się w każdej komórce naszego ciała. Układ immunologiczny potrzebuje witaminy D, żeby prawidłowo funkcjonować. Witamina D chroni nas także przed nowotworami, wpływa na działanie hormonów oraz zapewnia długowieczność – dodaje dermatolożka.

Wiedza na temat prawidłowej suplementacji jest kluczowa. Zanim zaczniesz przyjmować jakiegokolwiek preparat, sprawdź, czy robisz to w bezpieczny sposób.



Bierzesz witaminę D na własną rękę? Nie zapomnij o połączeniu jej z suplementem witaminy K2

DROBNE

Zdrowie

LABORATORIA

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

Usługi

INSTALACYJNE

E Elektroawaria 24h 793555537
instalacje pomiary, ekspres, tanio!

MONTAŻOWE

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

PORZĄDKOWE

DIWANY, tapicerki, okna.
Czyszczenie "Kärcher" 697-628-925

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

aktualne
z całej Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

REKLAMA

0011448136

Wójt Gminy Inowrocław
informuje,

że w siedzibie Urzędu Gminy Inowrocław, ul. Królowej Jadwigi 43, 88-100 Inowrocław,
na tablicy ogłoszeń oraz na stronie urzędu: <http://gm-inowroclaw.rbip.mojregion.info>
został podany do publicznej wiadomości wykaz dot. uzyczenia pomieszczeń
dla Gminnej Biblioteki Publicznej w Jaksicach.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Inowrocław,
ul. Królowej Jadwigi 43 lub telefonicznie pod nr (52) 35-55-847.

REKLAMA

0011426216

Firma SPRZEDA

lokal użytkowy w Bydgoszczy
(udział w nieruchomości).

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

Tel. 510 026 836

AUTOPROMOCJA

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

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

0011449207

„Nie umiera ten, kto pozostaje w sercach bliskich”

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że w dniu 8 grudnia
2025 r. odszedł od nas Nasz Kochany
Tata, Teść, Dziadek i Pradziadek

†

Zdzisław Wanecki

lat 93

Ceremonia pogrzebowa poprzedzona mszą świętą
odprawiona zostanie w dniu 12.12.2025 r.(piątek)
o godzinie 10.00 (różaniec 9.30) na cmentarzu
parafialnym przy ul. Kossaka w Bydgoszczy.

Pogrążona
w smutku Rodzina

0011449093

„Życie człowieka jest jak płomień świecy...
Wystarczy podmuch wiatru, żeby je zgasić”

Z ogromnym smutkiem żegnamy naszego Kolegę



Michała Łyczywka

Łącząc się w żałobie i smutku,
Rodzinie i Najbliższym

składamy

wyrazy szczerego współczucia oraz słowa wsparcia.

Koleżanki i Koledzy
z firmy CANPACK

AUTOPROMOCJA

0310733297

Zleć
nekrologi,
ogłoszenia
drobne,
życzenia

Biurowie ogłoszeń Expressu Bydgoskiego:

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

0011449079

Drogiej Koleżance

Romanie Koronce
i Rodzinie

wyrazy głębokiego współczucia oraz słowa otuchy
z powodu śmierci

Siostry

składają

Zarząd oraz Koleżanki i Koledzy
z firmy „Buchalter” Sp. z o.o. oraz PW „ZUMA”

0011449008

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 7 grudnia 2025 r. zasnęła w Bogu
nasza kochana Siostra i Ciocia

†

Zdzisława Pankowska

lat 91

emerytowana nauczycielka
Liceum Ogólnokształcącego nr 1 w Bydgoszczy.

Pogrzeb poprzedzony mszą św. żałobną
odbędzie się 12 grudnia 2025 r. o godz. 11.30
na cmentarzu parafialnym św. Trójcy – Jary.

Pogrążona w smutku
Rodzina

0011449056

„Nie umiera ten, kto pozostaje w sercach bliskich”

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że w dniu 5 grudnia 2025 r.
odeszła od nas Nasza Kochana Mama, Babcia i Przyjaciółka

†

Ewa Rogowska

z domu Osiecka
lat 69

Ceremonia pogrzebowa poprzedzona mszą świętą
odprawiona zostanie w dniu 13.12.2025 r. (sobota)
o godzinie 12.45 (Różaniec 12.15)
na cmentarzu parafialnym Najświętszego Serca Pana Jezusa
przy ul. Rynkowskiej w Bydgoszczy.

Pogrążeni w smutku
Rodzina i Przyjaciele

0011448279

„Nie umiera ten, kto trwa w pamięci żywych”.
ks. Jan Twardowski

Wyrazy głębokiego współczucia
oraz słowa wsparcia i otuchy
dla Joanny Winieckiej
z powodu śmierci

Mamy



składają

Komendant st. bryg. Jacek Antos
wraz z funkcjonariuszami i pracownikami cywilnymi
Szkoły Podoficerskiej PSP w Bydgoszczy.

Zła dieta a zdrowie

Statystyki wykazują, że styl życia, w tym dobór odpowiedniej diety i aktywności fizycznej aż w 54 procentach wpływa na nasz stan zdrowia.

- ▶ Otyłość, wynikająca z niewłaściwego żywienia jest szóstą najczęstszą przyczyną śmierci w krajach uprzemysłowionych.
- ▶ Co roku z powodu nieprawidłowych nawyków żywieniowych na świecie umierają trzy miliony osób.
- ▶ Z raportu Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) wynika, że w ciągu ostatnich 20 lat w Polsce trzykrotnie wzrosła liczba dzieci z nadwagą. Polskie 11-latkę są grubsze niż ich rówieśnicy w Europie i USA.



Nadwaga i otyłość, to nie tylko problem kosmetyczny. To przede wszystkim zagrożenie chorobami, które przy nich współistnieją.

Trudna sztuka zdrowego jedzenia

▶▶ Schudnij pod okiem specjalisty

Maja Erdmann

Każdy to wie i często powtarza sobie, że „zdrowie jest najważniejsze” oraz, że „zdrowie ma się tylko jedno”. Wielu z nas jednak nie potrafi zastosować zdrowego trybu życia w praktyce.

Każdego dnia, stając przed lustrem, tłumaczymy się sami przed sobą, że doba jest za krótka, by zadbać o zdrowie, a przecież mamy jeszcze na to czas. Podajemy różne powody: dziesiątki godzin codziennie spędzonych w pra-

cy, ogrom zajęć w domu, wychowywanie dzieci, a także fakt, że tak naprawdę nigdy przez nikogo w przeszłości nie zostaliśmy nauczeni zdrowego stylu życia. Często nie zdajemy sobie sprawy z tego, że prawidłowy styl naszego życia, zapewni nam siłę i zdrowie, by zadbać o pracę zawodową, a przede wszystkim o rodzinę i najbliższe otoczenie.

Powikłania otyłości

Nadwaga i otyłość, to nie tylko problem kosmetyczny. To przede wszystkim zagrożenie chorobami, które przy tym współistnieją. Są

dolegliwości groźne i często bezpośrednio wynikające z faktu, że człowiek nie przestrzega zdrowej diety i unika wysiłku fizycznego. Dolegliwości są różne, od takich, które życie utrudniają jak zmęczenie, złe samopoczucie czy wzdęcia, po choroby naprawdę groźne jak nadciśnienie tętnicze, nieprawidłowy poziom cholesterolu we krwi, cukrzyca typu 2, a nawet depresja. Z tego właśnie powodu, zarówno w profilaktyce, jak i leczeniu tych chorób należy uwzględnić zmianę nawyków żywieniowych, czyli wprowadzić prostą i zdrową

dieta, indywidualnie dopasowaną do potrzeb organizmu.

Spytaj specjalistę

Aby jednak dieta była skuteczna warto zaciągnąć opinii specjalisty, dietetyka. Nauczony on jak poruszać w trudnej sztuce zdrowego jedzenia. Poza tym łatwiej odchudzać się mając przy sobie osobę, która opracuje cały plan zrzućcia kilogramów i wesprze w tej trudnej walce.

Dietetyk dla zdrowia

Dietetycy zajmują się nie tylko odchudzaniem. Pomagają także osobom, które oprócz

otyłości i nadwagi zmagają się z innymi dolegliwościami, takimi jak nieprawidłowy poziom cholesterolu i glukozy we krwi, nadciśnienie tętnicze, wszelkie dolegliwości ze strony układu pokarmowego.

Dietetyk, to taki specjalista nie tylko od spraw „technicznych”, jak ustalenie diety, ale jest też psychologiem, który dopasuje sposób żywienia do potrzeb pacjenta. Natomiast podczas kolejnych wizyt oceni skutki diety, nastawienie odchudzającego się do proponowanych zmian i w razie potrzeby po prostu wesprze i zdoinguje.©©

REKLAMA 0011442352

REHABILITACJA

TERAPIA KRĘGOSŁUPA KOCIŃSKI

Leczenie schorzeń kręgosłupa i stawów
tel. 52 334 21 41, 601 985 300
www.kocinski-kregoslup.pl

AUTOREKLAMA



Edukacja
w najwyższym stopniu
stronaedukacji.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

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl



Jestem takim typem osoby, która nie lubi robić niepotrzebnych konfliktów w mediach

Viki Gabor w podcaście Żurnalisty Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Anna Lewandowska postawiła na czerwień

Celebrytka pochwaliła się na Instagramie udekorowanym drzewkiem w swym domu w Hiszpanii. W przystrojeniu choinki wzięli udział również jej mąż i córka. Podczas gdy piłkarz odpowiedzialny był za rozwieszenie lampek, mama i córka zajęły się bombkami. W tym roku drzewko u Lewandowskich utrzymane jest w czerwonych kolorach.

Ania Karwan mieszkała na dworcu

Podczas rozmowy z Żurnalistą piosenkarka wyznała, że za młodu była bezdomna. – Mieszkałam kilka miesięcy na Dworcu Centralnym. Miałam wydarzenie takie w życiu, które spowodowało, że za bardzo nie chciałam przyznać się w domu, co się stało, i nie chciałam sprawić kłopotu, a nie miałam dokąd pójść – powiedziała.

Agnieszka Kaczorowska wymieniała się doświadczeniami

Nie milkną echa udziału celebrytki w „Tańcu z gwiazdami”. W wywiadzie dla Wirtualnej Polski Kaczorowska mówiła o swoich relacjach z innymi uczestnikami show. – Na początku było super. Trenowaliśmy z trzema innymi parami w jednym studiu, gadaliśmy, wymienialiśmy się doświadczeniami, pokazywaaliśmy sobie swoje choreografie. I potem zaczęło się tak pomalutku to wszystko zmieniać. Z czasem było trudniej – podsumowała.

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Prawdziwe kłamstwa Polsat, 20:00

Tajny agent (tak tajny, że nie wie o tym nawet rodzina) Tarker (Arnold Schwarzenegger) odkrywa, że jego żona (Jamie Lee Curtis) flirtuje ze sprzedawcą samochodów (Bill Paxton) podającym się za agenta. Usiłując odzyskać Helen, podstępem ściąga ją do hotelu. Spotkanie przerywają terroryści, którzy porywają małżonków.

Jak najdalej stąd

Kino Polska, 20:00
Ojciec Oli (Zofia Stafiej)ginie w wypadku na budowie. Teraz ona musi samotnie wyruszyć do Irlandii, żeby zająć się sprowadzeniem ciała do Polski i wyegzekwować pieniądze z ubezpieczenia. Ta podróż okaże się dla niej lekcją dojrzałości.

Samolot z forsą Polsat Film, 21:00

Zawodowy złodziej mający 40 milionów dolarów długu musi dokonać ostatniego skoku – okraść futurystyczne kasyno powietrzne pełne najbardziej niebezpiecznych przestępców na świecie.

Oficer i szpieg

TVP Historia, 21:10
Oparta na faktach historia Alfreda Dreyfusa, francuskiego oficera żydowskiego pochodzenia, niesłusznie skazanego za zdradę ojczyzny i zesłanego na wygnanie. Roman Polański przedstawia historię XIX-wiecznej afery, którą łatwo można odnieść do współczesności, zdominowanej przez fake newsy i lincze w mediach.

KRZYŻÓWKA NR 190

Poziomo:

- 3) daszek nad paleniskiem,
- 6) George, ukochana Fryderyka Chopina,
- 11) lubi wędrować po świecie,
- 12) Edward, aktor z filmu „Iluzjonista”,
- 13) srebrzystobiały metal, miększy od sodu i potasu
- 14) pospolity chwast polny,
- 15) gruby, pleciony sznur,
- 16) stolica regionu Piemont (Włochy),
- 17) ozdoba męskiej koszuli,
- 18) tylna część stopy,
- 19) pojemnik na odpadki,
- 21) płynie przez województwo małopolskie,
- 23) „... Wallenrod”, powieść Adama Mickiewicza,
- 26) afrykańska owca grzywiasta,
- 27) w powiedzeniu czyni zło dzieja,
- 30) usuwa resztki makijażu,
- 31) włoski lub okupacyjny,
- 34) domena bałaganiarza, nieporządek,
- 38) predyspozycje w jakimś kierunku, uzdolnienie,
- 39) instrument Johna Lennona,
- 40) miasto nad rzeką Ochnią,
- 41) rzecz niezwykła, cudo,
- 42) wykrywa ciekł wodne, różdżkarz.

Pionowo:

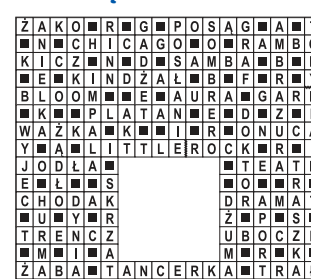
- 1) cumuje przy nabrzeżu,
- 2) święty Patryk dla Irlandii,
- 3) na brzuszku piwosza,
- 4) załącznik do umowy,
- 5) sytuacja bez wyjścia, pułapka,



- 6) pomieszczenie do opalania się,
- 7) imię Lipnickiej, piosenkarki,
- 8) wiekowa, zużyta miotła,
- 9) metalowe koło na beczce,
- 10) cecha bohatera, męstwo,
- 20) manewr pięściarza na ringu,
- 22) amerykański taniec towarzyski,
- 24) potrawa jajeczna z farszem,
- 25) wyznaczona porcja żywności,

- 28) notowane na giełdzie,
- 29) władza po wojskowym zamachu stanu,
- 31) wystawiana w teatrze,
- 32) ruchoma zasłona w oknie,
- 33) starszy od kadeta,
- 35) epos Homera o wojnie trojańskiej,
- 36) mówienie nieprawdy, kłamanie,
- 37) rozmowa dwóch osób.

ROZWIĄZANIE NR 189



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzisiaj ruszysz śmiało na przód. Horoskop dzienny to wyraźna wskazówka, by jak najlepiej wykorzystać te sprzyjające impulsy losu.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój dnia pomoże Ci znaleźć właściwy rytm i uporządkować myśli. Horoskop na dziś zapowiada, że czeka Cię wyjątkowo udany dzień.
Baran (21.03 - 19.04)
Twoja ciekawość otworzy drzwi do nowych inspiracji i spotkań. Horoskop dzienny na środę wróży, że będą to ekscytujące doznania.

Byk (20.04 - 20.05)

Ciepło relacji doda Ci odwagi, by wyrazić swoje pragnienia jasno. Horoskop dzienny mówi, że Twoje relacje z otoczeniem będą bardzo dobre.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Pewność siebie rozświetli dzień, prowadząc Cię ku świeżym pomysłom. Horoskop na dziś mówi, że niektóre z Ci tego pozazdrosczą...
Rak (22.06 - 22.07)
Drobne sukcesy wzmocnią motywację i pozwolą skupić się na detalach. Horoskop dzienny na środę mówi, że dużo uda Ci się osiągnąć.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia wróci, gdy zaufasz intuicji i dasz sobie chwilę ciszy. Horoskop dzienny podpowiada, by nie zapominać o potrzebach innych osób.
Panna (23.08 - 22.09)
Intensywna energia dnia popchnie Cię ku śmiałym decyzjom. Horoskop na dziś zapowiada, że efekty Twoich poczynań będą imponujące.
Waga (23.09 - 22.10)
Optymizm poniesie Cię dalej niż dziś przypuszczasz. Horoskop dzienny na środę mówi, że Twój stan udzieli się innym osobom.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja pomoże Ci zakończyć sprawy, które długo czekały na realizację. Horoskop dzienny zapowiada, że ucieszyś z Twoich bliskich.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Nowe idee zakiełkują w Tobie, zachęcając do twórczych zmian. Horoskop na dziś mówi, że pomysły szybko przejdą do fazy realizacji.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość wskaże Ci drogę do spokoju i głębszego zrozumienia. Horoskop dzienny na środę mówi, że Twoja postawa zjedna Ci ludzi.

Koniec mundialowych emocji dla polskich szczypiornistek

Zbigniew Czyż, DK
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA RĘCZNA. Reprezentacja Polski kobiet na 11. miejscu zakończyła udział w mistrzostwach świata. Polki wygrały cztery mecze, doznały dwóch porażek.

W swoim ostatnim występie na MŚ Białe-Czerwone pokonały reprezentację Austrii 35:30, mimo że do przerwy przegrywały 17:18. Ten mecz decydował o trzecim miejscu w grupie w drugiej fazie turnieju oraz końcowej pozycji na mistrzostwach świata. Polki sklasyfikowane zostały ostatecznie na 11. pozycji, wypełniając tym samym plan minimum nakreślony przed turniejem przez zarząd Związku Piłki Ręcznej w Polsce i jego prezesa Sławomira Szmala. Były znakomity bramkarz reprezentacji tuż przed turniejem, w rozmowie z nami oznajmił, że miejsce od 9.-12. to realny cel na mundial. I ten plan udało się wykonać, choć trzeba przyznać, że nie był wydatnie trudny do zrealizowania.

W pierwszej fazie turnieju rozgrywanego na parkietach w Holandii i Niemczech Polki mierzyły się z dużo niżej notowanymi reprezentacjami Chin i Tunezji, a wygrane z tymi zespołami były obowiązkiem. Polki triumfowały w tych meczach, zwyciężając odpowiednio 36:20 i 29:26.

W drugiej fazie wygrały też z mocno przeciętną z Argentyną 28:25, ale w starciu z potęgami, Francją i Holandią obnażone zostały wszystkie słabości polskiej kadry. Podopieczne norweskiego trenera Arne Senstada przegrały odpowiednio 28:42 oraz 22:33 i to właśnie Holenderki oraz Francuzki awansowały z polskiej grupy do ćwierćfinałów.



FOT. PAP/MARCIN BIELECKI

W swoim ostatnim występie na mistrzostwach świata Polki pokonały Austriaczki 35:30 (17:18)

W ostatnim dla Polek meczu na mundialu z Austrią świetnie zagrała Magda Balsam, która rzuciła w poniedziałek aż 10 goli i została wyróżniona tytułem MVP meczu.

- Za nami trudne spotkanie, zarówno pod kątem fizycznym, jak i psychicznym. Wiedzieliśmy, że musimy wygrać ten mecz, a trudy całego turnieju dawały się już we znaki. Jeśli chodzi o całe mistrzostwa, chcieliśmy być wyżej, ale cztery wygrane to dobry bilans. Przegrałyśmy z dwiema potęgami piłki ręcznej, a z Francją długo grałyśmy jak równy z równym - powiedziała dla strony ZPRP.

11. miejsce naszej reprezentacji w mundialu oznacza poprawę

wyniku kadry sprzed dwóch lat, gdy uplasowała się na 16. miejscu. Przed zespołem oraz sztabem szkoleniowym sporo wniosków do wyciągnięcia, bo w konfrontacji z najlepszymi zespołami świata różnica umiejętności była aż nadto widoczna.

Pytanie, kto poprowadzi polski zespół na przyszłorocznych mistrzostwach Europy, których Polska będzie współgospodarzem? Selekcjoner kadry Arne Senstad nie kryje, że w dalszym ciągu chciałby pracować z Białe-Czerwonymi.

- Wiem, że przed nami jeszcze dużo pracy. Od tych najlepszych dzieli nas jeszcze dystans, ale jesteśmy na dobrej drodze - powiedział w rozmowie z PAP

norweski szkoleniowiec polskiej kadry.

Senstad najbardziej zadowolony jest z faktu, że w drużynie jest dobra atmosfera i zawodniczkom nie brakuje motywacji. Za największy mankament postrzega zbyt dużą liczbę błędów technicznych. Wynika to ze słabszej motoryki i braku doświadczenia wielu szczypiornistek.

Szkoleniowiec podkreślił, że będzie starał się jeszcze bardziej zacieśnić współpracę na linii kadra - zespoły ekstraklasy. Przed mistrzostwami odwiedził kluby z Gniezna, Lublina i Lubina. Chce także pojechać do pozostałych klubów najwyższego szczebla, a także Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Płocku.

- Chcemy mieć większą kontrolę nad tym, co powinniśmy zrobić w przyszłości. Jak już wspominałem, musimy przejść ten proces. Jeszcze więcej pracować, aby być lepszym. Przed nami przyszłoroczne Euro - podsumował Senstad.

Umowa trenera z ZPRP kończy się w grudniu 2026 roku. ©

POLSKA - AUSTRIA 35:30 (17:18)

Polska: Placzek, Zima, Wdowiak - Olek, Kobylirski 9, Janas, Rosiak 2, Drazzyk, Cygan 4, Balsam 10, Głębocka, Pankowska, Nosek 1, Michalak 5, Kochaniak 4, Uścińowicz.

Austria: Ivančok, Mamić - Schlegel 9, Ginthofer, Dramac 1, Kovacs 1, Ivančok-Soltic 7, Spalt, Barnjak, Leitner 2, Sabatnig 2, Pandža, Scheiderbauer, Marksteiner, Stankovic 6, Egger 2.

Pozostałe wyniki: Argentyna - Tunezja 30:29 (17:10), Francja - Holandia 23:26 (13:14).

1. Holandia	5	10	164-113
2. Francja	5	8	166-106
3. Polska	5	6	142-156
4. Argentyna	5	2	120-145
5. Austria	5	2	121-148
6. Tunezja	5	2	121-166

Pary ćwierćfinałowe: Niemcy - Brazylia, Norwegia - Czarnogóra, Dania - Francja, Holandia - Węgry.

Przed hitem w Madrycie w szatni Królewskich jest bardzo gorąca atmosfera

BG, MK, DK
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Dzisiejszy wieczór z Ligą Mistrzów będzie stać pod znakiem szlagierowego starcia Real Madryt - Manchester City. Z polskiego punktu widzenia ciekawie też będzie w Azerbejdżanie.

Zarówno Real Madryt, jak i Manchester City mają po jednej porażce w tej edycji Ligi Mistrzów. W 6. kolejce rozgrywek dwaj giganci europejskiej piłki staną na przeciw siebie w stolicy Hiszpanii. Oba zespoły raczej nie muszą obawiać się o awans do fazy pucharowej rozgrywek, ale z pewnością będą chciały wygrać prestiżowe starcie.

W lepszych nastrojach do tego meczu podejda goście, którzy wygrywają w Anglii mecz za meczem. W kolejki według doniesień hiszpańskich mediów wrze w szatni Królewskich. Trener Xabi Alonso przestał się cieszyć zaufaniem części piłkarzy i jego posada po porażce z Celtą Vigo wisi na włosku.

Polskich kibiców na pewno interesować będzie występ Mateusza Kochalskiego z Karaba-

chu Agdam, który świetnie spisuje się w tym sezonie na arenie międzynarodowej. Zespół z Azerbejdżanu po pięciu spotkaniach ma na swoim koncie 7 punktów i jest na dobrej drodze, by znaleźć się w fazie play-off rozgrywek. Polski bramkarz znakomitymi występami wzbudza ponadto coraz większe zainteresowanie na rynku transferowym. Polaka chciałyby mieć u siebie między innymi włoskie SSC Napoli oraz niemiecka Borussia Dortmund.

Awans do 1/8 finału już dziś może sobie zapewnić Arsenal. Lider Premier League i Ligi Mistrzów zmierzy się na wyjeździe z Club Brugge. Londyńczycy nie powinni mieć kłopotów ze zgarnięciem kompletu punktów.

Program środowych meczów - godz. 18.45:

Villarreal CF - FC Kopenhaga (Canal+ Extra 2), Karabach Agdam - Ajax Amsterdam (Canal+ Extra 3); **godz. 21:** Real Madryt - Manchester City (Canal+ Extra 1, TVP 1, TVP Sport), Club Brugge - Arsenal (Canal+ Extra 2), Borussia Dortmund - FK Bodo/Glimt (Canal+ Extra 3), Bayer Leverkusen - Newcastle United (Canal+ Extra 5), Benfica Lizbona - SSC Napoli (Canal+ Extra 6), Juventus Turyn - Pafos FC (Canal+ Extra 7), Athletic Bilbao - Paris Saint-Germain (Canal+ 360), Multiliga (Canal+ Extra 4).



FOT. PAP/EPA/JAVIER ZORRILLA

„Królewscy” po pięciu kolejkach LM mają 12 punktów, podobnie jak broniące trofeum Paris Saint-Germain

Zawisza Bydgoszcz pozna rywala w ćwierćfinale STS Pucharu Polski

Marcin Kozłowski, JC
marcin.kozlowski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Avia Świdnik, a może Lech Poznań, czy Widzew Łódź? Dziś w samo południe w siedzibie TVP Sport odbędzie się losowanie par 1/4 finału tych prestiżowych rozgrywek.

Trwa piękna przygoda niebiesko-czarnych w rozgrywkach tysiąca drużyn, bo tak nazywana jest rywalizacja o puchar Polski. Najpierw - w pierwszej rundzie STS Pu-

charu Polski - Zawisza pokonał niespodziewanie 2:0 występujący w Betclie 1. Lidze GKS Tychy. Później w 1/16 finału w Bydgoszczy poległ 0:3 GKS Wikielec, który podobnie jak bydgoszczanie gra na III-ligowym poziomie, ale w grupie 1. 4 grudnia w 1/8 finału podopieczni Adriana Stawskiego sprawili sensację i z prestiżowych rozgrywek wyrzucili Wisłę Kraków, która zmierza do ekstraklasy. Zrobili to w wielkim stylu i rozbili „Białą Gwiazdę” na stadionie przy ulicy Gdańskiej 4:1.

Dziś w siedzibie TVP Sport Zawisza pozna ćwierćfinałowego rywala. W stawce jest jeszcze pięć zespołów z elity - GKS Katowice, Górnik Zabrze, Lech Poznań, Raków Częstochowa i Widzew Łódź, II-ligowa Chojniczanka Chojnice i... trzecioligowa Avia Świdnik. Zasady losowania są proste - każdy może trafić na każdego. Obowiązuje jednak przepis, że gospodarzem meczu jest drużyna z niższej klasy, a gdy wpadną na siebie zespoły z tego samego szczebla rozgrywek spotkanie od-

bywa się u pierwszego wylosowanego. Jest zatem wielce prawdopodobne, że w Bydgoszczy będziemy ponownie świadkami kolejnego piłkarskiego święta. Na wyjeździe niebiesko-czarni mogą zagrać bowiem tylko w Świdniku.

W bydgoskim klubie oczekiwani są różni rywale. Trener Stawski i Maciej Kona, kapitan zespołu chcą zagrać z Widzewem Łódź. Michał Cywiński liczy, że los przydzieli jego ekipie Lecha Poznań. Z kolei Marcin Łukaszewski, dyrektor sportowy Zawiszy wolałby

trafić na Chojniczankę. Przypomnijmy, że niebiesko-czarni są w gronie zdobywców Pucharu Polski. 2 maja 2014 roku w finale pokonali po rzutach karnych Zagłębie Lubin. Wówczas grali jednak w ekstraklasie.

Mecze nadchodzącej fazy odbędą się w pierwszych dniach marca 2026 roku. Półfinały zaplanowano na kwiecień, zaś finał tradycyjnie 2 maja na PGE Narodowym w Warszawie. A jest o co grać. Za zdobycie trofeum Polski Związek Piłki Nożnej płaci 5 mln złotych pre-

mii. Zwycięstwo w rozgrywkach gwarantuje ponadto udział w eliminacjach europejskich pucharów.

Legia Warszawa dzięki ostatniej wygranej w Pucharze Polski walczyła o Ligę Europy (ostatecznie wyładowała w Lidze Konferencji). Teraz o fazę ligową LE będzie o wiele łatwiej, bo triumfator Pucharu Polski zacznie rozgrywki nie od I, lecz już od III rundy. Aby awansować do Ligi Konferencji wystarczy wygrać zatem zaledwie jeden dwumecz, ale to na razie przyszłość. ©

SPORT

www.sportowy24.pl

W Betclie 3. Lidze goście lepsi od gospodarzy. Fanów czeka wiosną wiele emocji

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. W weekend zakończyły się rozgrywki Betclie 3. Ligi w 2025 roku. W 19. kolejках sezonu 2025/2026 sporo się wydarzyło, a kujawsko-pomorskie zespoły grały ze zmiennym szczęściem.

Jako ostatnie w 2025 roku na boisko wyszły drużyny Victorii Września i Lecha II Poznań (0:0). Było to 166 spotkanie z 171 zaplanowanych jesienią. Z powodu złych stanów boisk pięć meczów zostało przełożonych na wiosnę - m.in. Elana Toruń - Błękitni Stargard i Tłuchowia Tłuchowo - Zawisza Bydgoszcz.

Piłkarze strzelili dotychczas 484 bramek, czyli 2,91 na mecz. Najwięcej goli padło (licząc pełne kolejki) w 3. i 8. - po 37. Z kolei w 5. rundzie bramkarze zaledwie 17 razy wyjmowali piłki z siatek. Najskuteczniejszym zawodnikiem jest Kamil Jakóbczyk z Lecha II, który zdobył 13 bramek. O dwie mniej ma na koncie Maciej Rożnowski z Elany, a Filip Sosnowski z Wikędu Luzino zaliczył 10 trafień. Lider klasyfikacji snajperów jako jedyny strzelił 4 gole w meczu (Lech II - Wda 6:0). Autorami hat tricków byli z kolei Filip Wilak (Polonia Środa Wielkopolska - Lech II 1:4), Rafał Steczyński (Polonia - Wda 5:1) i Michał Kuskowski (Noteć Czarnków - Wda 3:0).

O nieprzewidywalności ligi świadczy fakt, że dotychczas więcej spotkań wygrali goście niż gospodarze (68:67). 31 me-

czów zakończyło się remisami (w tym 11 razy 0:0). Najwyższe zwycięstwa zanotowano w grach Wikędu - Pogoń II Szczecin 6:0, Lech II - Wda 6:0, Zawisza - Wybrzeże Rewalskie Rewal 5:0 i Pogoń II - Cartusia Kartuzy 5:0.

Na czele stawki są Polonia (39 pkt.) i Zawisza (37 pkt.), czyli zespoły które przed sezonem były wymieniane jako główni faworyci do awansu do Betclie 2. Ligi. Bydgoszczanie świetnie spisywali u siebie (8 wygranych, 2 remisy), ale sporo punktów pogubili na wyjazdach (3 2 3). Punkt mniej (i mecz rozegrany więcej) od niebiesko-czarnych ma rewelacyjny beniaminek z Luzina. Czwarta jest Elana (34 pkt.), która wiosną chce powalczyć o awans, albo co najmniej baraż. Po słabym starcie torunianie zaczęli solidnie punktować (m.in. 9 spotkań bez przegranej - 6 zwycięstw, 3 remisy). Wda zajmuje 10. miejsce (26 pkt.), co z pewnością nie zadowala piłkarzy, trenera i działaczy. Chłuby nie przyniosła zwycięstw, wysokie porażki (0:6 Lechem II, 1:5 z Polonią, 0:4 z Cartusią, czy 2:5 Elaną). Tłuchowia, ostatni przedstawiciel Kujaw i Pomorza w Betclie 3. Lidze jest przedostatnia z dorobkiem zaledwie 15 pkt. Beniaminka z Tłuchowa czeka wiosną ciężka walka o pozostanie.

Rozgrywki wznowione zostaną w weekend 28 lutego - 1 marca 2026 roku.

Statystyki i ciekawostki zostały opracowane na podstawie wyników podawanych przez portal 90minut.pl



W derbach Zawisza - Elana padł remis 1:1. Kibice obu drużyn wierzą, że wiosną ich ulubieńcy powalczą o awans

SPORTY WALKI

Sukcesy fighterów z Wyższej Szkoły Gospodarki

W Warszawie w sambo Mateusz Garbacz zdobył brązowy medal w wadze do 79 kg. Z kolei w Dallas w zawodach judo o Puchar Prezydenta USA „Judo President Cup” Artur Pujso wywalczył piąte miejsce. Ten pierwszy wygrał trzy walki i jedną przegrał, a drugi zwyciężył trzy razy i dwa razy przegrał. Dodajmy, że Pujso wrócił do rywalizacji po rocznej przerwie spowodowanej kontuzją.



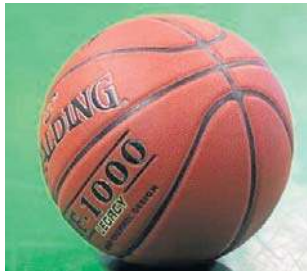
FOT. NADESŁANE

PIĘKA NOŻNA

Remis na koniec kolejki

W ostatnim meczu 18. kolejki PKO BP Ekstraklasy Korona Kielce zremisowała z Wisłą Płock 1:1. Bramki strzelili Kostas Sotiriou (84) i Łukasz Sekulski (13). Wiślacy zostali liderem, a Korona zajmuje 9. miejsce.

KRÓTKO



FOT. ARCHIWUM

KOSZYKÓWKA

Komplet zwycięstw w II lidze

13. kolejka rozgrywek była bardzo udana dla drużyn z regionu. AZS UMK Toruń pokonał Spójnię Vario II Stargard 96:80, a najwięcej punktów dla ekipy trenera Kamila Michalskiego zdobyli: Maciej Kenning 18, Aleksander Griszczuk 15 i Arkadiusz Kobus 12. Kamte Basket 2010 Kruszwica wygrał z Akademią Gortata Gdańsk 119:75, mając najlepszych strzelców w osobach Piotra Robaka (30 pkt.) i Mateusza Stańczyka (21 pkt.). Siódme zwycięstwo w sezonie odniosła Pogoń Mogilno zwyciężając 98:81 AMW Arkę Gdynia. Najskuteczniejszymi zawodnikami naszej ekipy byli Jakub Ulczyński (27 pkt.) i Damian Szczepaniak (19 pkt.). Z kolei - w spotkaniu drużyn z dołu tabeli - TKM Włocławek pokonał 82:76 SMS PZKosz Władysławowo. Najwięcej „oczek” dla drużyny z Kujaw zdobyli: Adam Modrzejewski 24 i Olgierd Kubiak 14. Pozostałe rezultaty 13. kolejki: MKK Gniezno - Trefl II Sopot 81:79, Tarnovia Tarnowo Podgórze - Energa Elbląg 99:66, Sokół Międzybóże - Zak Kozłowski 70:79, BNG Kutno - GAK Port Gdynia 82:70. Liderem tabeli został AZS UMK (23 pkt.). Taki sam dorobek ma MKK. O wyższej pozycji torunian decyduje wygrany bezpośredni mecz. (szcz)

LOTTO
PONIEDZIAŁEK, 8.12

Multi Multi, godz. 22.00
1, 6, 7, 10, 14, 15, 16, 20, 34, 38, (47), 48, 52, 53, 58, 61, 63, 68, 70, 78

Kaskada, godz. 22.00
2, 3, 7, 10, 13, 15, 18, 19, 21, 22, 23, 24

Mini Lotto
4, 9, 17, 32, 40

Ekstra Pensja
2, 7, 22, 23, 34 - 3

Ekstra Premia
2, 12, 20, 22, 35 - 1

WTÓREK, 9.12

Multi Multi, godz. 14.00
4, 8, 9, 11, 14, 33, 34, 35, (36), 37, 39, 43, 49, 50, 53, 63, 64, 68, 72, 73

Kaskada, godz. 14.00
1, 2, 4, 5, 9, 10, 12, 13, 19, 20, 21, 24

Tuba Dei zaprosił do Torunia cały świat

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

LEKKA ATLETYKA. 100 dni przed halowymi mistrzostwami świata wszystko idzie zgodnie z planem.

Punktualnie w samo południe polscy lekkoatleci uderzyli w dzwon Tuba Dei i zaprosili na halowe mistrzostwa świata, która od 20 do 22 marca rozegrane zostaną w Toruniu. To był symboliczny akt gościnności samorządowych władz województwa i miasta wobec mających przyjechać do Torunia oraz na Kujawy i Pomorze sportowców z całego świata.

- Przygotowania wkraczają w końcową fazę. Jesteśmy po trzydniowej wizytacji World Athletics, podczas której zostaliśmy pozytywnie ocenieni. Są obszary, które wymagają wzmożonej pracy, ale z pewnością sprostaćmy wymaganiom, które są nam stawiane - mówił marszałek województwa kujawsko-pomorskiego Piotr Całbecki.

- Bardzo cieszymy się, że halowe mistrzostwa świata przyciągną wielu turystów. Jako miasto jesteśmy gotowi na przyjęcie takiej liczby gości. Dzięki temu lokalne hotele, restauracje i puby będą mogły przygotować strefy kibica, a także zaprosić do wspólnego wspierania polskich lekko-

atletów - podkreślił prezydent Torunia Paweł Gulewski.

- Realizujemy bardzo wiele akcji, które mają sprawić, by młodzi ludzie byli bardziej aktywni i wybierali lekką atletykę. Wielkie imprezy, takie jak halowe mistrzostwa świata Kujawy Pomorze 26 to doskonała okazja, by pokazać polskim kibicom, zwłaszcza tym młodszym, którzy nie mieli jeszcze takiej okazji, piękno naszego sportu - zaznaczył prezes Polskiego Związku Lekkiej Atletyki Sebastian Chmara.

Bilety można kupować poprzez stronę internetową ebiulet.pl. Są dostępne różne pakiety w różnych cenach. ©



Lekkoatleci uruchomili dzwon Tuba Dei, jeden z symboli Torunia

FOT. BIURO PRASOWE HMŚ KUJAWY POMORZE 26

Pałacanki grają mecz za meczem

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Za Metalkasem Pałacem Bydgoszcz mecz z Developresem Rzeszów. A już dziś czeka ŁKS Łódź.

METALKAS PAŁAC BYDGOSZCZ
-DEVELOPRES RZESZÓW 0:3 (20:25, 17:25, 19:25)

Pałac: Łyczakowska 0, Makarewicz 5, Witowska 8, Foucher 8, Nowakowska 4, Pol 2, Jagła (libero), Ziółkowska (libero) - Sobalska 0, Adamczewska 5, Głodzińska 3, Dębowska 4.

Developres: Heyrman 6, Wenerska 6, Piasecka 7, Dorsman 10, Bannister 15, Jasper 9, Szczy-

głowska (libero) - Sieradzka 1, Chmielewska 0, Kubas 0, Pierzchała 0.

To jest mocno wyczerpujące sześć dni dla siatkarek z Bydgoszczy. W tym czasie muszą rozegrać aż trzy spotkania.

Na pierwszy ogień były mistrzyni Polski z Rzeszowa i liderki Tauron Ligi. Tylko momentami pałacanki potrafiły nawiązać walkę z dużo wyżej notowanymi rywalkami. Stąd gładka przegrana w trzech krótkich setach. Całe spotkanie trwało zaledwie 72 minuty bez większych emocji.

Po spotkaniu klub ogłosił, że rozstaje się z grecką przyjmującą Eleną Baką na jej prośbę. Nieoficjalnie dowiedzieliśmy się, że nie zaaklimatyzowała się w Bydgoszczu oraz w zespole i poprosiła o rozwiązanie kontraktu. Obecnie trwają poszukiwania nowej zawodniczki, ale jest to trudne, ponieważ sezon jest w pełni i nie ma klasowych siatkarek na rynku.

Już dziś o godz. 19 pałacanki zagrają na wyjeździe z ŁKS Łódź. To spotkanie zaległe z 2. kolejki, które wtedy zostało odwołane z powodu koronawirusa. ©