STRONA ZDROWIA

SANATORIA DLA REUMATYKÓW

JAK PRZEBIEGA ANDROPAUZA U MĘŻCZYZN? str. 11-12

Nr ISSN 1230-9192
Nr indeksu 350680

www.expressbydgoski.pl

Nr 251 (11439) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Express BYDGOSKI

37 lat

Środa, 28.10.2026

Ekopomidory i bioogórki bez grzechu. Wartość rynku żywności ekologicznej w Polsce przekracza 2,14 mld zł. Kontrole potwierdziły, że konsumenci mogą być pewni produktów, które kupują **Str. 2**

Nie wszystkie wdowy dostaną „trzynastkę" i „czternastkę". „Dlaczego zostałam pozbawiona »trzynastki«? Dlaczego jestem gorsza od innych?" **Str. 3**

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Transport publiczny

Linia kolejowa Bydgoszcz – Toruń zamiast tramwaju?

Nowa linia kolejowa między Bydgoszczą a Toruniem miałaby przebiegać północnym brzegiem Wisły i obsługiwać osiedla w gminie Zławieś Wielka **Str. 3**

Z naszych stron

Jaki pomysł na parkowanie na osiedlu Leśnym?

Od wtorku, 27 października – z inicjatywy Rady Osiedla Leśne – rozpoczęły się konsultacje społeczne w sprawie zasad organizacji parkowania **Str. 4**

XXIV Bydgoszcz Jazz Festival – Międzynarodowy Festiwal Jazzowy potrwa od 27 października do 11 listopada. Na koncerty zaprasza Stowarzyszenie Artystyczne Eljazz. To gratka dla miłośników tego rodzaju muzyki. Bydgoszcz co roku staje się jazzową stolicą Polski **Str. 5**

Inwestycje

Nowy budynek Centralnego Laboratorium Badania Wody i Ścieków MWiK otwarty



FOT. DARIUSZ BLOCH

Jarosław Więcławski

We wtorek (27 października) Miejskie Wodociągi i Kanalizacja w Bydgoszczy oficjalnie otworzyły nowy budynek Centralnego Laboratorium Badania Wody i Ścieków przy ul. Koronowskiej 96. Dwukondygnacyjny obiekt o powierzchni użytkowej 1185,07 mkw. zaprojektowano z myślą o wysokich wymaganiach współczesnej analityki laboratoryjnej. MWiK przekazuje, że w 2025 r. przeanalizowano 16 409 próbek i wykonano 120 568 oznaczeń laboratoryjnych. Wartość inwestycji to ok. 27,34 mln zł netto. **Str. 4**

Uwaga! Oszuści

Fałszywy marynarz wyłudził pół miliona

Opr. Jakub Kisiel

66-letnia mieszkanka Bydgoszczy padła ofiarą oszusta podszywającego się pod marynarza. Mężczyzna przez wiele miesięcy budował z nią relację w internecie, a następnie przekonał kobietę do przekazywania pieniędzy. W efekcie straciła blisko pół miliona złotych.

Historia tej znajomości rozpoczęła się już w grudniu 2025 roku. Z mieszkanką Bydgoszczy za pośrednictwem komunikatora w mediach społecznościowych skontaktowała się osoba podająca się za marynarza. Przez kolejne tygodnie rozmówca zdobywał jej zaufanie, aż w końcu poprosił o wsparcie finansowe.

Bydgoszczanka wysyłała paczki z gotówką

66-latka uwierzyła w przedstawiane przez mężczyznę historie, a pod koniec stycznia 2026 roku nadała pierwszą paczkę z gotówką.

Znajdowało się w niej 126 tysięcy złotych. Oszust na tym jednak nie zakończył swoich próśb, zapewniając kobietę, że po powrocie do Polski zwróci wszystkie pieniądze.

Od stycznia do października 2026 roku mieszkanka Bydgoszczy wysłała łącznie dziewięć przesyłek zawierających gotówkę. W sumie przekazała oszustowi niemal pół miliona złotych.

Kobieta dopiero po pewnym czasie zorientowała się, że padła ofiarą oszustwa. W piątek, 23 października, zgłosiła sprawę bydgoskim policjantom, którzy prowadzą w tej sprawie postępowanie.

Policja apeluje o ostrożność w internecie

– Nie wysyłajmy gotówki ani nie róbmy przelewów na prośbę osób, których tożsamości nie potwierdziliśmy – przypomina młodszy aspirant Jakub Skrzypek z Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy.

Funkcjonariusze przypominają o zachowaniu szczególnej ostrożności podczas kontaktów z osobami poznanymi w internecie. Oszuści niezmiennie żerują na empatii i łatwowierności seniorów.

Przestępcy często przez długi czas budują relacje i zdobywają zaufanie swoich ofiar. Policja apeluje, by nie przekazywać pieniędzy ani nie wysyłać gotówki osobom, których tożsamość nie została zweryfikowana.

W przypadku podejrzenia oszustwa warto zachować korespondencję oraz potwierdzenia przekazania środków i poinformować o sprawie policję.

REKLAMA 0011602326

JUTRO
dodatek specjalny
a w nim:
EKOLOGICZNA GMINA
Ranking eko gmin Wywiady z ekspertami Eko porady



eprasa.pl f415e9827d

W CZWARTEK W EXPRESSIE

Po stronie seniora: Kto może starać się o zasiłek pogrzebowy z ZUS po śmierci bliskiej osoby?

28.10.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Anastazja, Tadeusz i Ksymena
64 dnio do końca roku, Światowy Dzień Animacji

EXPRESS BYDGOSKI

Redaktor naczelna
Alicja Polewska
Z-cy redaktor naczelnej
Justyna Wojciechowska-Narloch
Lucyna Talaśka-Klich
Jakub Stykowski
Wydawca dnia
Robert Borzyszkowski

www.express.bydgoski.pl

Polska Press
Makroregion Wielkopolska Kujawsko-Pomorskie
Redakcja ul. Zamoyskiego 2,
85-063 Bydgoszcz, tel. 52 32 63 100
redakcja@express.bydgoski.pl
Prezes Makroregionu
Marek Ciesielski
Dyrektor reklamy
Agnieszka Perlińska
Dyrektor marketingu
Katarzyna Jabłońska
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz,
ul. Grunwaldzka 229

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Robert Feluś
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

Komentarz



Tadeusz Płatek: Jechałem autem elektrycznym. Już nic nie będzie takie samo

publicysta

Na początek kilka uwag dla ludzi aktualnie poszukujących samochodów. Zrobiłem tour po prawie wszystkich markach oferowanych w Krakowie. Opiszę jednym słowem poziom obsługi. Audi - super. BMW - super. Cupra - miło. Ford- super. Hyundai - miło, choć bezowocnie. Kia - bardzo miło. Mercedes - brak zainteresowania. Nissan - beznadzieja. Opel - super. Volvo - beznadzieja. Porsche - brak wychowania.

Być może to jest wszystko zaplanowane, wyreżyserowane, może to taka strategia marketingowa, ale w salonach samochodowych wyczuwa się, ogólnie, totalny luz. Zupełnie, jakby „niechiński" przemysł motoryzacyjny miał się wyśmienicie, a nie balansował na krawędzi przepaści. Przedstawiano mi często oferty tak absurdalne, że nawet sami sprzedający nie mogli w nie uwierzyć. Byłem natomiast zaskoczony, że tak łatwo można się przejechać. Wystarczy poprosić o kluczyki, wypełnić kartkę papieru i tyle (w jednym salonie nawet nic nie musiałem podpisywać, po prostu wsiadłem, pojechałem i grzecznie wróciłem).

Niestety, w końcu dostałem w łapy elektryka. Nie chodzi nawet o moc, bo miałem już okazję jeździć furami powyżej 500 koni. Nie o napęd, ciszę, wszystkie te kosmiczne i dyskusyjne zresztą udogodnienia. Jadąc tym elektro-potworem, który z lekkością piórka płynął nad asfaltem zupełnie, jakby te jego tłuste dwie i pół tony istniały w jakimś innym wymiarze; prowadząc go jednym palcem obwodnicą, ukazał mi się bezsens dotychczasowej motoryzacji.

Bezsens kopcącego silnika, bezsens kapiącego oleju, bezsens tysięcy części, które muszą się zepsuć. Nic już nie będzie takie samo. Spalinowe motory już mi nie brzmią. ©℗

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Express Bydgoski"

tel. 52 511 94 64
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.expressbydgoski.pl

POGODA

Środa
12°C/1°C

Czwartek
13°C/9°C

KONTORLE

Ekopomidory i bioogórki bez grzechu

Agnieszka Romanowicz

Wartość rynku żywności ekologicznej w Polsce przekracza 2,14 mld zł. Decydują konsumenci, a oni coraz częściej wybierają zdrowie, jakość i środowisko. Kontrole potwierdziły, że mogą być pewni produktów, które kupują.

- Prawie połowa (47,3 proc) producentów i dystrybutorów produktów ekologicznych ocenia sytuację finansową swojej działalności jako dobrą lub bardzo dobrą - informuje Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

W 2025 r. działało w Polsce 25875 producentów ekologicznych, co oznacza wzrost o 4,4 proc. w porównaniu z 2024 r. Kujawsko-Pomorskie ma przedostatni wynik w Polsce - 478 producentów. Najwięcej jest ich w województwach: podlaskim, warmińsko-mazurskim i zachodniopomorskim. Równolegle przybywa ekologicznych użytków rolnych. W 2025 r. ich powierzchnia wynosiła 757 094,9 ha, o 9,5 proc. więcej wobec roku 2024. Województwo kujawsko-pomorskie zajęło pod tym względem dziesiąte miejsce (14 580,80 ha).

Wśród upraw ekologicznych od kilku lat największy udział mają zboża, rośliny okopowe i przemysłowe. W produkcji zwierzęcej dominuje chów drobiu. - Najczęściej kupowane produkty to: nabiał, jaja, warzywa i owoce i przetwory zbożowe - podaje ministerstwo rolnictwa. - Największa dostępność dotyczy: warzyw i ziemniaków, owoców, miodu i olejów. Dobre wyniki mają też makarony, mąka, kasze i płatki, a także produkty mleczne jak jogurty, masło i sery. Większy rozwój obserwuje się w kategoriach podstawowych, podczas gdy produkty gotowe, przetwory mięsne i pieczywo wciąż mają miejsce na poprawę w dostępności - podpowiada resort rolnictwa.

Czy produkty ekologiczne mogą być zafałszowane?



FOT. FOT.ARCHIWUM PP

Najczęściej kupowane produkty ekologiczne to: nabiał, jaja, warzywa i owoce oraz przetwory zbożowe

Mocno utrudniają to przepisy, zgodnie z którymi, produkt ekologiczny:

- powstał z ekologicznych i naturalnych składników,
- nie zawiera sztucznych dodatków ani polepszaczy,
- jest kontrolowany na każdym etapie produkcji, przygotowywania i dystrybucji,
- powstał z poszanowaniem dla środowiska i dobrostanu zwierząt,
- spełnia restrykcyjne warunki dotyczące metody produkcji, przetwarzania, transportu i przechowywania.

Inspekcja Jakości Handlowej Artykułów Rolno-Spożywczych sprawdziła czy faktycznie tak jest. Inspektorzy zaopatrzyli się w 32 sklepach we wszystkich województwach, w tym wielkopowierzchniowych oraz specjalizujących się w sprzedaży tzw. zdrowej żywności. Produkty pochodziły głównie z Polski, ale także z Hiszpanii, Włoch, Brazylii, Peru, Dominikany, Kolumbii, Grecji, Niderlandów oraz Niemiec. Pod lupę trafiły m. in. jabłka, cytryny, marchew, cebula, maliny, kapusta, pomidory, ogórki, truskawki, banany oraz awokado.

- Badania nie wykazały nieprawidłowości - informuje IJHARS. ©℗

KALENDARIUM BYDGOSKIE 21 PAŹDZIERNIKA

Nowy związek zawodowy przeprowadził pierwszy strajk ostrzegawczy

1457: miał miejsce trzeci pobyt w tym samym roku w Bydgoszczy króla Kazimierza Jagiellończyka. Tym razem monarcha przybył w związku z koncentracją w rejonie miasta wojsk polskich mających odbić z rąk krzyżackich Malbork. Jednak w związku ze zdobyciem przez Krzyżaków Chełmna, plany militarne musiały zostać zmienione. Król z Bydgoszczy skierował się 8 listopada do Gniezna.
1886: powstałe 8 lat wcześniej bydgoskie Towarzystwo Historyczne rozpoczęło działalność odczytową. Pierwszy wykład o bydgoskich księgach ławniczych znajdujących się w archiwum miejskim wygłosił Erich Schmidt, historyk i nauczyciel.
1928: Sejm RP uchwalił przyjęcie wniosku sejmowej komisji administracyjnej o przyłączenie Bydgoszczy i powiatów: bydgoskiego, inowrocławskiego, szubińskiego i wyrzyskiego do województwa pomorskiego ze stolicą w Toruniu.
1935: zakończono budowę stanu surowego kościoła pw. św. Wincentego a Paulo na Bielawkach.
1944: w Bydgoszczy zawiązał się oddział łączności radiowej Armii Krajowej kierowany przez Leszka Białego ps. „Jakub". Należeli do niego Henryk Jankowski i Anatol Jegliński, którzy utrzymywali ścisłą łączność z działającą w Borach Tucholskich grupą wywiadowczą Kazimierza Waluka ps. „Żelazny".
1981: w południe, między godzinami 12-13 na skutek narastających napięć społeczno-politycznych, odbył się godzinny strajk ostrzegawczy koordynowany przez nowo powstały związek zawodowy „Solidarność". Wzięła w nim udział zdecydowana większość bydgoskich zakładów pracy. Tylko w nielicznych posłuchano wezwań „starych" związków, aby nie brać udziału w „politycznym" strajku.©℗ **KB**

eprasa.pl f415e9827d

TRANSPORT PUBLICZNY

Linia kolejowa Bydgoszcz - Toruń zamiast tramwaju?

Adam Willma

Nowa linia kolejowa między Bydgoszczą a Toruniem miałaby przebiegać północnym brzegiem Wisły i obsługiwać planowane osiedla w gminie Zławieś Wielka. Samorząd województwa stawia na kolej zamiast tramwaju metropolitalnego i przygotowuje się do ekspertyzy, która ma wskazać możliwe przebiegi torów.

Połączenie szynowe na prawym brzegu Wisły rozważano pierwotnie jako tramwaj łączący sieci Bydgoszczy i Torunia lub jako nową linię kolejową. Według Urzędu Marszałkowskiego ekspertyza zlecona w 2025 r. wskazała na większe uzasadnienie dla kolei. „Pociąg porusza się szybciej, a linia kolejowa może stać się częścią całego regionalnego systemu połączeń kolejowych" - wyjaśnia urząd.

Z nowych torów mogłyby korzystać również pociągi kursujące dalej niż między obiema stolicami województwa. Samorząd zwraca też uwagę na organizację przewozów. Uruchomienie tramwaju wymagałoby współpracy co najmniej trzech podmiotów, w tym obu miast zarządzających swoimi sieciami.

Urząd nie zamierza jednak definitywnie porzucić koncepcji tramwajowej: „Na tym etapie ogół działań koncentruje się na idei linii kolejowej".

Toruń Północny-Strzyżawa

W założeniach wzięto pod uwagę dwa miejsca połączenia z istniejącą siecią: rejon dworca Toruń Północny oraz linię nr 209 w okolicach Strzyżawy, na wschód od Mostu Fordońskiego. Dalej pociągi korzystałyby z obecnych torów prowadzących do Bydgoszczy, ale dokładny przebieg nowego odcinka ma dopiero zostać opracowany. Przewidziano jednak dwa warianty: linię dla pociągów konwencjonalnych oraz trasę umożliwiającą także ruch pociągów dużych prędkości. Dla każdego mają powstać po dwie propozycje, różniące się przebiegiem co najmniej w połowie.

Eksperci powinni również wskazać lokalizacje przystanków. Kolej ma obsługiwać miejscowości i planowane osiedla pomiędzy miastami, a przy przystankach miałyby rozwijać się lokalne centra usługowe.

Przyszły wykonawca ekspertyzy ma zaproponować rozwiązania o „najmniejszej skali kolizji przestrzennej" i opisać konieczność ewentualnych wyburzeń i wykupów. Dopiero propozycje tras pozwolą ocenić, gdzie tory mogłyby wejść na zabudowane tereny.

Nowa kolej ma służyć także projektowi „Dobre Miasto", nad którym wspólne działania prowadzą samorząd województwa i gmina Zławieś Wielka. Wstępnie wskazany obszar obejmuje około 44,3 km kw. i jest obecnie w większości użytkowany rolniczo. Założenia przewidują zabudowę dla co najmniej kilkunastu tysięcy nowych mieszkańców, usługi publiczne i komercyjne oraz tereny produkcji i przetwórstwa.

Zagospodarowanie ma być skoordynowane, a kolej stanowić jego oś transportową. W dokumentacji rozwój terenów między Bydgoszczą a Toruniem określono jako równorzędny cel nowego połączenia, obok obsługi podróży między miastami.

Połączenie z CMK Północ

Rozważane jest też wykorzystanie nowej trasy do zapewnienia Bydgoszczy



FOT. DARIUSZ BLOCH

Szybka linia kolejowa z Fordonu do Torunia? Urząd Marszałkowski robi coraz bardziej konkretne przymiarki

dostępu do CMK Północ. Samorząd odwołuje się do przedstawionej w czerwcu 2026 koncepcji Zintegrowanej Sieci Kolejowej, przewidującej przebieg magistrali przez Toruń. Dla wariantu uwzględniającego Koleje Dużych Prędkości zapisano w założeniach „prędkość podróżną co najmniej 250 km/h" (wymaganie do przeanalizowania, a nie zatwierdzony parametr przyszłej inwestycji).

Alternatywą jest wykorzystanie istniejącej linii nr 18 przez Solec Kujawski. Porównanie obu rozwiązań jako sposobów połączenia Bydgoszczy z CMK Północ przewiduje szerszy zakres ekspertyzy, opublikowany w lipcu. Obejmuje on także analizę układu kolejowego w Toruniu i jego sąsiedztwie, oszacowanie kosztów realizacji oraz wskazanie najważniejszych zagrożeń środowiskowych. Jak dotąd w BIP Urzędu Marszałkowskiego opublikowano dwa ogłoszenia dotyczące szacowania kosztów opracowania koncepcji przebiegu linii. Urząd potwierdza, że sprawdza wyceny zakresu poszerzonego i zawężonego. Jeżeli koszty będą możliwe do zaakceptowania, może zapaść decyzja o zleceniu ekspertyzy. Kiedy może powstać kolej Bydgoszcz–Toruń? W dokumentach nie podano terminu ewentualnego rozpoczęcia budowy. - Jest zdecydowanie zbyt wcześnie, żeby mówić o harmonogramie - odpowiada rzeczniczka Urzędu Beata Krzemińska. Na razie nie wiadomo też jakie byłyby źródła finansowania. ©℗

PIENIĄDZE

Nie wszystkie wdowy dostaną trzynastkę i czternastkę

Małgorzata Stempinska

Czytelniczka jest wdową po prokuratorze. Nie dostaje emerytury, a tzw. uposażenie rodzinne. - W czym jestem gorsza od innych wdów, że nie dostaję ani trzynastki, ani czternastki? - pyta.

Pani Anna z Bydgoszczy opowiada: - Mam uposażenie rodzinne po mężu. Mój świętej pamięci małżonek był prokuratorem i po śmierci w stanie spoczynku, bez statusu emeryt. Nie należy mi się ani trzynasta, ani czternasta emerytura. Uważam, że to niesprawiedliwe. Rozumiem, że nie dostanę „czternastki", bo przekraczam dochód. Uposażenie po mężu rzeczywiście dostaję wysokie. Jednak dlaczego zostałam pozbawiona trzynastki? Nie ma pojęcia, dlaczego jestem gorsza od innych wdów. Czy takie są przepisy?

Ustawa jasno określa dla kogo trzynasta emerytura

Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego, odpowiada, że prawo do trzynastej emerytury mają osoby, które na dzień 31 marca danego roku mają prawo do wypłaty jednego ze świadczeń wymienionych w ustawie.

Należą do nich:

- emerytura (w tym emerytura pomostowa, okresowa emerytura kapitałowa oraz emerytura częściowa),
- renta z tytułu niezdolności do pracy (w tym renta dla inwalidów wojennych i wojskowych oraz renta wypadkowa),
- renta szkoleniowa,
- renta socjalna,
- renta rodzinna (w tym renta rodzinna po inwalidzie wojennym lub wojskowym oraz renta rodzinna wypadkowa),
- rodzicielskie świadczenie uzupełniające,
- świadczenie pieniężne dla cywilnych niewidomych ofiar działań wojennych,
- nauczycielskie świadczenie kompensacyjne,
- świadczenie i zasiłek przedemerytalny.

- Uposażenie rodzinne po zmarłym prokuratorze w stanie spoczynku nie zostało wymienione w ustawowym katalogu świadczeń uprawniających do dodatkowego rocznego świadczenia pieniężnego, czyli do trzynastej emerytury. Nie jest ono również świadczeniem wypłacanym przez ZUS, lecz przez właściwą jednostkę prokuratury - wyjaśnia Krystyna Michałek.



FOT. FREEPIK.COM /ZDJĘCIE ILUSTRACYJNE

By dostać „czternastkę", emerytura nie mogła przekraczać 2900 zł brutto

„Czternastka" zależna od dochodów

Z kolei czternasta emerytura, w przeciwieństwie do trzynastej emerytury, nie trafia do wszystkich emerytów i rencistów. Jest uzależniona od dochodu. We wrześniu i na początku października ZUS wypłacił „czternastki" tym wszystkim, którzy mieli do nich prawo. Pełne świadczenie należało się osobom, których emerytura nie przekracza 2900 zł brutto. Po przekroczeniu tego limitu obowiązywała zasada „złotówka za złotówkę", co oznacza, że dodatkowe świadczenie było odpowiednio pomniejszane.

Czternasta emerytura jest powiązana z wysokością emerytury minimalnej. Według obecnych prognoz w 2027 roku może ona wynieść około 2047 zł brutto, czyli około 1617 zł „na rękę". Oznacza to, że właśnie taką kwotę mogliby otrzymać seniorzy uprawnieni do pełnej czternastki.

Wskaźnik waloryzacji świadczeń w 2027 roku poznamy najpóźniej w połowie marca. Wtedy będzie też znana wysokość najniższych gwarantowanych emerytur i rent, a tym samym wysokość „czternastki". Będzie też wiadomo, czy wspomniany już próg 2900 zł brutto zostanie utrzymany również w 2027 roku.

Przypomnijmy, że w tym roku w województwie kujawsko-pomorskim czternastą emeryturę z ZUS otrzymało ponad 361,2 tys. osób, a łączna kwota wypłat przekroczyła 539 mln zł. ©℗

KRÓTKO

997

Z Wisły wyłowiono ciało zaginionego Piotra z okolic Chełmna

Tożsamość ciała wyłowionego z Wisły na wysokości Grudziądza została potwierdzona. Przyczyna śmierci na razie nie jest znana.

We wtorek, 27 października, przed g. 10 strażacy z Grudziądza przyjęli zgłoszenie o zwłokach w Wiśle, za Cytadelą.

- Ciało znalazł wędkarz - potwierdza st. asp. Łukasz Kowalczyk z Komendy Miejskiej Policji w Grudziądzu.

Po południu udało się ustalić tożsamość znalezionego mężczyzny. Jak się okazało jest to 18-latek z miejscowości Klamry pod Chełmnem, zaginiony dwa tygodnie temu.

Młody mężczyzna uczył się i przebywał w Grudziądzu. Wokół ostatnich jego chwil w ostatnim czasie narosło wiele domysłów. Na razie jednak przyczyna śmierci nie jest ustalona.

- Ciało zostało zabezpieczone do sekcji zwłok, którą zaplanowano na czwartek - mówi prokurator Magdalena Chodyna, z Grudziądza.

Na chwilę obecną nic nie wskazuje, by do zgonu Piotra miały przyczynić się „osoby trzecie", ale jak podkreślają służby będzie prowadzone śledztwo, które rozwieje wątpliwości.

W poszukiwania Piotra zaangażowanych było mnóstwo osób.

AP

eprasa.pl f415e9827d

Bydgoszcz

KONTROWERSJE

Jaki pomysł na parkowanie na osiedlu Leśnym? Wypowiedz się, mieszkańcu!

Adam Szczęśniak

Od wtorku, 27 października - z inicjatywy Rady Osiedla Leśne - rozpoczęły się konsultacje społeczne w sprawie zasad organizacji parkowania i ewentualnego wprowadzenia Strefy Płatnego Parkowania (SPP) na terenie osiedla.

Swoją opinię będzie można wyrazić do 27 listopada. To pomysł Rady Osiedla, który w pierwszej kolejności poddany zostanie konsultacjom społecznym. Najprościej będzie wypełnić formularz elektroniczny na stronie: www.bydgoszcz.pl/lesne. Pomysł mogą ocenić wszyscy mieszkańcy Bydgoszczy, ze szczególnym uwzględnieniem mieszkańców Leśnego.

Inicjatywa samorządu ma rozwiązać problem ograniczonej liczby miejsc parkingowych, które są wykorzystywane nie tylko przez mieszkańców. Wzorem jest rozwiązanie, które wprowadzono już na osiedlach Bielawy i Okol. Tam, z inicjatywy RO, od ubiegłego roku funkcjonuje rozszerzona Strefa Płatnego Parkowania.

Wprowadzenie SPP wiąże się z rozwiązaniami skierowanymi do mieszkańców. Na jej obszarze są uprawnieni do zakupu abonamentów w preferencyjnej cenie. Rozwiązało to problem braku miejsc na wielu osiedlowych ulicach, które wcześniej wykorzystywane były jako darmowe parkingi.

Zalety dla mieszkańców:

- większa rotacja i mniej pojazdów parkujących na ulicach,
- łatwiejsze znajdowanie miejsc do parkowania,
- dokładnie oznaczone miejsca parkingowe z uwzględnieniem potrzeb pieszych.

Wady dla mieszkańców:

- konieczność wyrobienia i ponoszenia kosztu opłaty abonamentowej (20 zł miesięcznie).

Inicjatorzy wniosku podkreślają, że na terenie Leśnego i w sąsiedztwie jest wielu instytucji i obiektów generujących znaczny ruch samochodowy. Wprowadzenie odpowiednich zasad może ograniczyć sytuacje, w których miejsca parkingowe przez wiele godzin zajmowane są przez osoby przyjeżdżające do pracy, szpitala, jednostek wojskowych, obiektów sportowych czy korzystające z komunikacji kolejowej. Dlatego zdecydowali się poddać kwestię sposobu organizacji parkowania na terenie osiedla pod dyskusję i konsultacje z mieszkańcami. Ewentualne wprowadzenie SPP da jednak możliwość ponoszenia mniejszych kosztów mieszkańcom osiedla niż przyjezdnym - ma to zagwarantować system tańszych abonamentów.

Ostateczny kształt ewentualnych zmian będzie zależny m.in. od głosu samych mieszkańców, stąd pomysł na konsultacje. W ich ramach, oprócz ankiety, zorganizowane zostaną spotkania i dyżury na terenie osiedla Leśnego. O terminach i miejscach spotkań poinformuje portal bydgoszcz.pl, ponadto Rada Osiedla Leśne będzie pełnić dyżury w każdy poniedziałek (w godz. 17-19) w swojej siedzibie przy ul. 11 Listopada 15.©℗



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI/ARCHIWUM

Parkowanie w przypadkowych miejsach na Leśnym to tylko jeden z problemów. Generalnie brakuje miejsc dla samych mieszkańców

INWESTYCJE

Nowe laboratorium MWiK za ponad 27 milionów złotych

Jarosław Więcławski

We wtorek, 27 października, Miejskie Wodociągi i Kanalizacja w Bydgoszczy oficjalnie otworzyły nowy budynek Centralnego Laboratorium Badania Wody i Ścieków przy ul. Koronowskiej 96.

Nowy, dwukondygnacyjny budynek o powierzchni użytkowej 1185,07 mkw. zaprojektowano z myślą o wysokich wymaganiach współczesnej analityki laboratoryjnej. Znajdują się w nim 3 specjalistyczne obszary badań, wyposażone w zaawansowaną aparaturę analityczną.

Funkcjonalne rozmieszczenie pomieszczeń i wyposażenia ma usprawnić organizację pracy, umożliwić efektywne prowadzenie analiz oraz zapewnić warunki do dalszego rozwoju metod badawczych.

– Nowe laboratorium to nie tylko większa i nowocześniejsza przestrzeń. To przede wszystkim inwestycja w precyzję, efektywność i możliwości prowadzenia coraz bardziej zaawansowanych badań – informuje MWiK.

W ramach inwestycji przewidziano również remont starszego budynku i jego połączenie z nowym obiektem. W zakres zadania wchodzi również powstanie ciągów pieszo-komunikacyjnych, nowe nasadzenia oraz założenie łąk kwietnych.

Nowoczesna przestrzeń

Centralne Laboratorium Badania Wody i Ścieków odgrywa kluczową rolę w codziennej działalności spółki. Jego pracownicy kontrolują jakość wody dostarczanej mieszkańcom, badają ścieki, osady oraz wody opadowe i roztopowe. Spółka przekazuje, że w 2025 r. przeanalizowano 16 409 próbek i wykonano 120 568 oznaczeń laboratoryjnych.

Inwestycja ma nie tylko zwiększyć potencjał badawczy spółki, ale przede wszystkim przygotować ją na wyzwania przyszłości.

Związane jest to z nową unijną dyrektywą dotyczącą oczyszczania ścieków komunalnych, wyznaczającą kierunek zmian w całej branży. Przewidywane jest stopniowe wdrażanie bardziej zaawansowanych procesów oczyszczania oraz rozszerzanie monitoringu mikrozanieczyszczeń.

Pierwsze etapy nowych wymagań dotyczących oczyszczania czwartego stopnia przypadają na lata 30. XXI wieku.

– Coraz większego znaczenia nabierają analizy umożliwiające wykrywanie nawet śladowych ilości substancji farmaceutycznych, mikroplastiku oraz innych zanieczyszczeń. Rozwój metod badania nanoplastiku stanowi kolejne wyzwanie dla współczesnej analityki. W Bydgoszczy na te zmiany nie czekamy. Już dziś tworzymy zaplecze technologiczne i badawcze z myślą o standardach przyszłości – zapewnia MWiK.



FOT. DARIUSZ BLOCH

Wartość inwestycji to ok. 27,34 mln zł netto. Wykonawcą jest Przedsiębiorstwo Wielobranżowe „LECH" Sp. z o.o. z Bydgoszczy



FOT. DARIUSZ BLOCH

Oficjalne otwarcie nowego obiektu odbyło się z udziałem pracowników laboratorium, które rocznie bada ponad 16 tysięcy próbek

Więcej możliwości

Jak podkreśla miejska spółka, nowe laboratorium nie oznacza, że wcześniej bydgoska woda wymagała poprawy pod względem bezpieczeństwa. Jej jakość wciąż była systematycznie kontrolowana zgodnie z obowiązującymi wymaganiami. Inwestycja jest z kolei wejściem w kolejny etap rozwoju MWiK.

Wartość inwestycji to ok. 27,34 mln zł netto. Wykonawcą przedsięwzięcia jest Przedsiębiorstwo Wielobranżowe „LECH" Sp. z o.o. z Bydgoszczy. Umowę na realizację zadania podpisano 3 kwietnia 2025 roku.

eprasa.pl f415e9827d

KULTURA

Rozpoczął się Bydgoszcz Jazz Festival 2026

Paweł Kaniak

XXIV Bydgoszcz Jazz Festival - Międzynarodowy Festiwal Jazzowy potrwa od 27 października do 11 listopada. Na koncerty zaprasza Stowarzyszenie Artystyczne Eljazz.

Bydgoszcz Jazz Festival realizowany jest od 2002 roku. - To nie tylko seria koncertów. To żywy organizm kultury, który co roku przyciąga wybitnych artystów, młode talenty oraz publiczność spragnioną autentycznych muzycznych doświadczeń. Program festiwalu budowany jest tak, aby integrować różne grupy wiekowe i społeczne – od młodzieży i studentów, po seniorów i gości z zagranicy - informują organizatorzy.

Bydgoszcz Jazz Festival to gratka dla miłośników tego rodzaju muzyki. Bydgoszcz co roku staje się jazzową stolicą Polski, do której zjeżdżają gwiazdy z kraju i zagranicy. Festiwal kontynuuje tradycje imprez jazzowych z lat 70. XX wieku, organizowanych w Bydgoszczy.

Uzupełnieniem koncertów są wydarzenia towarzyszące: jam sessions, warsztaty, wystawy, prelekcje, wykłady oraz projekcje filmowe.

Wczoraj wieczorem miał miejsce koncert inaguracyjny w Akademii Muzycznej. Wystąpili w nim: Emma Smith & Eliasz Orchestra „Tribute to Ella Fitzgerald". Emma Smith - vocal, Józef Eliasz - drums, leader, conductor, Katarzyna Stroińska Sierant - piano, Jakub Szynal - trumpet - STOART, Bartłomiej Halicki - trombone - STOART, Szymon Łukowski - saxophone - STOART, Adam Wendt - saxophone - STOART, Antoni Olszewski - double bass, Piotr Olszewski - guitar



FOT. DARIUSZ BLOCH / ARCHIWUM

Józef Eliasz prowadzi Stowarzyszenie Artystyczne Eljazz w Bydgoszczy. Jest kierownikiem artystycznym Międzynarodowego Festiwalu Jazzowego

Bydgoszcz Jazz Festival 2026 program

● 30.10.2026, Centrum Artystyczne Eljazz, BITWA JAZZOWA: Bach Jazz Collective. Bartłomiej Halicki - trombone, Kamil Miszewski - drums, Witold Janiak - Hammond organ. Bilety od 80 zł.

● 30.10.2026, Centrum Artystyczne Eljazz, BITWA JAZZOWA: Pilichowski Band. Wojciech Pilichowski - bass, Kacper Kaczyński - guitar, Łukasz Rudkiewicz - keyboard instrumens, Patryk Czyżewski - drums. Bilety od 120 zł.

● 01.11.2026, Kinoteatr Adria, ZADUSZKI JAZZOWE / IKONY POLSKIEGO JAZZU. Adam Makowicz - piano, Krzysztof Medyna - saxophone. Bilety od 120 zł.

● 01.11.2026, Kinoteatr Adria, Krystyna Stańko Sextet. Krystyna Stańko - śpiew, Dominik Bukowski - wibrafon, kalimba, Marcin Wądołowski - gitary, Szymon Łukowski - saksofony, klarnet, flet, Paul Rutschka - gitara basowa, Mikołaj Stańko - perkusja. Bilety od 120 zł.

● 09.11.2026, Opera Nova, GWIAZDY ŚWIATOWEGO JAZZU, Emmet Cohen Trio. Emmet Cohen - Piano, Tivon Pennicott - Tenor Saxophone, Benny Benack III - Trumpet, Joe Ranieri - Bass, Joe Farnsworth - Drums. Bilety od 120 zł.

● 01.10.2026 - 30.11.2026 – IMPREZY TOWARZYSZĄCE (Jam Session, Literatura, Sztuki Wizualne). W każdy wtorek odbywać się będą otwarte Mainstream Jazz Jam Session – spotkania poświęcone klasycznemu i współczesnemu mainstreamowi jazzowemu. Czwartki należeć będą do miłośników tradycji jazzu. Retro Jazz Jam Session to wieczory inspirowane klasycznym swingiem, dixielandem i początkiem historii jazzu. W piątki - cykl Małe Formy Muzyczne, podczas którego prezentowane będą kameralne koncerty jazzowe, często kończące się wspólnym jam session i otwartą muzyczną improwizacją. Szczegóły na stronie Festiwalu.

Bilety na koncerty do kupienia na stronie internetowej bydgoszczjazzfestival.com.pl/bilety Wstęp na imprezy towarzyszące, odbywające się w Centrum Artystycznym Eljazz oraz w Bibliotece Głównej UKW, jest wolny.©℗

MATERIAŁ INFORMACYJNY STENA RECYCLING 0011604140

Twój stary telefon to mała kopalnia złota. Polskie firmy pokazują że odpady mogą dostać drugie życie

Czy wiesz, że z jednej tony zużytych telefonów komórkowych można odzyskać nawet 340 gramów złota, 3,5 kilograma srebra i ponad 100 kilogramów miedzi? To właśnie dlatego eksperci coraz częściej mówią o urban mining, czyli „miejskim górnictwie". Zamiast szukać nowych złóż głęboko pod ziemią, coraz częściej cenne surowce odzyskiwane są z urządzeń, które od lat leżą w naszych szufladach.

Jeszcze do niedawna stary telefon, zużyta kurtka czy plastikowa butelka kończyły swój żywot na wysypisku. Dziś coraz częściej dostają drugie życie. Plastikowe opakowania zamieniają się w granulat do produkcji nowych przedmiotów, metal ze starych puszek czy sprzętu AGD trafia do ponownego przetopienia, a zużyte laptopy i telefony stają się źródłem cennej miedzi, kobaltu i metali rzadkich. Nawet tekstylia mogą wrócić do obiegu jako nowe tkaniny. Tak właśnie działa gospodarka obiegu zamkniętego. Jej idea jest prosta - zamiast produkować, zużywać i wyrzucać, warto projektować produkty tak, aby można było je naprawiać, odnawiać, wypożyczać lub ponownie wykorzystać. Dzięki temu mniej surowców trafia na wysypiska, a więcej pozostaje w obiegu, przynosząc korzyści zarówno środowisku, jak i gospodarce.

„Mądre wykorzystywanie materiałów z drugiego obiegu po prostu się opłaca. Zamiast ciągle kupować i wyrzucać, powoli na nowo uczymy się naprawiać sprzęt, jak również odzyskiwać cenne surowce. Dla firm to szansa na ogromne oszczędności, a dla nas wszystkich – prosty sposób na dbanie o planetę", podkreśla Aleksandra Surdykowska, Head of Marketing, Communications & ESG w Stena Recycling.

Według danych Eurostatu tylko około 12 proc. materiałów wykorzystywanych w Unii Europejskiej pochodzi dziś z recyklingu. Oznacza to, że aż 88 proc. nadal stanowią nowe zasoby wydobywane z natury, mimo że wiele z nich moglibyśmy odzyskać z produktów już znajdujących się w obiegu.

Mniej marnowania, więcej w portfelu

Co ciekawe, firmy coraz częściej wdrażają rozwiązania cyrkularne nie tylko z myślą o środowisku. Raport „Skalowalność rozwiązań gospodarki obiegu zamkniętego w polskich firmach" (badanie przeprowadzone wśród 328 przedsiębiorstw) pokazuje, że dla 166 z nich najważniejszą motywacją są... oszczędności. Z kolei 114 firm stawia na ograniczanie liczby wykorzystywanych materiałów już na etapie projektowania produktów, a 110 koncentruje się na zwiększaniu wydajności procesów i zmniejszaniu materiałochłonności. To pokazuje, że gospodarka obiegu zamkniętego coraz częściej staje się po prostu dobrym sposobem na prowadzenie biznesu.

Drugie życie rzeczy w praktyce

Takie rozwiązania od dziewięciu lat promuje konkurs Stena Circular Economy Award - Lider Gospodarki Obiegu Zamkniętego, który pokazuje, że gospodarka cyrkularna nie jest teorią, lecz praktyką. W zakończonej IX edycji konkursu, spośród blisko 80 zgłoszeń, nagrodzono projekty, które pokazują, jak pomysłowość łączy się z dbałością o środowisko:

◆ używany sprzęt sportowy: firma Decathlon zdobyła tytuł Lidera za rozwijanie naprawy sprzętu sportowego, jego wypożyczanie oraz odkup i sprzedaż produktów z drugiej ręki,

◆ drugie życie sprzętów biurowych: start-up Rebench wygrał w swojej kategorii za rozwiązanie, które wspiera firmy w wydłużeniu cyklu życia wyposażenia biurowego. Dzięki cyfrowej inwentaryzacji, renowacji oraz redystrybucji, sprzęty mogą być ponownie wykorzystane,



◆ odzysk wody w domu: student Mateusz Rembowski zdobył główną nagrodę za projekt „Aqua-Loop" - innowacyjny system ponownego wykorzystania wody w gospodarstwie domowym.

Wśród wyróżnionych znalazły się też znicze i lampiony wykonane z ziemi (TerraLight), pomysł na kubki produkowane z fusów po kawie (Julia Agata Czyż) oraz kosmetyki wykorzystujące wytłoki z winogron (Marcelina Reminger), kompostowalne wkłady absorpcyjne (Enverde) oraz przyjazne środowisku polityki sieci handlowych (Żabka Polska).

Choć jeszcze kilka lat temu gospodarka obiegu zamkniętego kojarzyła się głównie z recyklingiem, dziś oznacza znacznie więcej - mądre projektowanie produktów, oszczędniejsze gospodarowanie zasobami i szukanie wartości tam, gdzie kiedyś widzieliśmy wyłącznie odpady. Sukces tegorocznych laureatów pokazuje, że takie podejście staje się w Polsce nowym standardem. Niebawem jubileuszowa, X edycja konkursu Stena Circular Economy Award, do której będą mogły zgłaszać się przedsiębiorstwa, start-upy i studenci rozwijający rozwiązania dla gospodarki obiegu zamkniętego.

To tylko część pomysłów pokazujących, jak w praktyce działa gospodarka obiegu zamkniętego. Opisy wszystkich nagrodzonych projektów w IX edycjach konkursu Stena Circular Economy Award - Lider Gospodarki Obiegu Zamkniętego dostępne są pod adresem:

www.stenarecycling.com/pl/o-nas/stena-circular-economy-award

eprasa.pl f415e9827d

PRZESTĘPCZOŚĆ

Policyjny nalot na Błoniu. W mieszkaniu 25-latki znaleziono 350 g narkotyków

Opr. Jakub Kisiel

Policjanci z bydgoskiej komendy miejskiej zabezpieczyli ponad 350 gramów narkotyków należących do 25-latki. Kobieta usłyszała już zarzut posiadania znacznej ilości środków odurzających, a sprawą zajmuje się prokuratura.



FOT. KMP W BYDGOSZCZY

W toku przeszukania w mieszkaniu 25-letniej kobiety w Bydgoszczy zabezpieczono 350 gramów narkotyków, 2 tys. złotych w gotówce oraz dwa telefony komórkowe.

Funkcjonariusze z Wydziału do Walki z Przestępczością Narkotykową i Pseudokibiców Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy ustalili, że mieszkanka osiedla Błonie może przechowywać w swoim mieszkaniu znaczne ilości narkotyków. W związku z tym, policjanci udali się pod wytypowany adres, aby zweryfikować zdobyte informacje.

Podczas czynności przeprowadzonych w mieszkaniu 25-letniej kobiety mundurowi znaleźli blisko 100 gramów MDMA oraz ponad 250 gramów marihuany.

Wstępne badania wykonane przy użyciu narkotestera potwierdziły rodzaj zabezpieczonych substancji. Policjanci przejęli także dwa telefony komórkowe oraz 2 tysiące złotych w gotówce, które stanowią materiał dowodowy w sprawie.

W toku przeszukania w mieszkaniu 25-letniej kobiety w Bydgoszczy zabezpieczono 350 gramów narkotyków, 2 tys. złotych w gotówce oraz dwa telefony komórkowe.

Na podstawie zgromadzonych dowodów 25-latce przedstawiono zarzut posiadania znacznej ilości narkotyków.

Decyzją prokuratora wobec kobiety zastosowano środek zapobiegawczy w postaci policyjnego dozoru.

Zgodnie z przepisami ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii, za posiadanie znacznej ilości środków odurzających i substancji psychoaktywnych kobiecie grozi teraz kara do 10 lat pozbawienia wolności.

OBRONNOŚĆ

AI, przemysł i bezpieczeństwo. Kongres Klastrów Polskich

Opr. Maciej Czerniak

Sztuczna inteligencja już wpływa na gospodarkę, ale trzeba ją zaprząc do rozwoju konkretnych gałęzi przemysłu. Takie zagadnienie, między innymi będzie dyskutowane na jednym z największych biznesowych wydarzeń w Polsce, które odbędzie się w Bydgoszczy w dniach 28-30 października.



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

W kampusie Akademii Muzycznej odbędzie się jedno z najważniejszych wydarzeń w tym roku, poświęconych biznesowi i gospodarce

Bezpieczeństwo, przemysł, cyfryzacja i współpraca to najważniejsze zagadnienia rozpoczynającego się 28 października w bydgoskiej Akademii Muzycznej dwunastej edycji Kongresu Klastrów Polskich.

W otwarciu i panelach dyskusyjnych trzydniowego wydarzenia, którego partnerem strategicznym jest samorząd województwa, wezmą udział marszałek Piotr Całbecki i wicemarszałek województwa Zbigniew Ostrowski. W inauguracji uczestniczyć będzie także wicepremier i minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski.

- Kongres jest bardzo ważnym, ciekawym i nobilitującym nasz region wydarzeniem. Cieszę się, że w Bydgoszczy możemy gościć prezesów i przedstawicieli kluczowych gałęzi gospodarki w kraju. To dla nas wielki zaszczyt. Nie może was tutaj zabraknąć! – zaprasza marszałek Piotr Całbecki.

Celem organizowanego przez Związek Pracodawców Klastry Polskie kongresu jest tworzenie przestrzeni do dialogu i wymiany doświadczeń dla przedsiębiorców, przedstawicieli administracji, nauki i instytucji otoczenia biznesu.

W trakcie paneli dyskusyjnych poruszone zostaną zagadnienia z zakresu przemysłu obronnego, bezpieczeństwa cyfrowego, innowacji, logistyki i gospodarki naszego regionu.

Współorganizatorem wydarzenia jest obchodzący jubileusz 20-lecia działalności Bydgoski Klaster Przemysłowy „Dolina Narzędziowa", a partnerem merytorycznym Bydgoski Klaster Informatyczny - reprezentujący jeden z najszybciej rozwijających się sektorów gospodarki regionu.

Partnerem Strategicznym Kongresu jest Województwo Kujawsko-Pomorskie. Kongres co roku gości w innym województwie, aby pokazać potencjał regionalny i rolę klastrów w rozwoju gospodarki. Przemysł w Kujawsko-Pomorskiem wyróżnia się - zaznaczają organizatorzy „synergią z silnie rozwiniętym rolnictwem oraz obecnością kluczowych gałęzi o znaczeniu ogólnokrajowym". Ponadto region „słynie z wielobranżowości opartej na strategicznym położeniu i bogatej bazie surowcowej".

Udział w kongresie jest bezpłatny. Formularz zgłoszeniowy znajduje się na stronie internetowej organizatora - Związek Pracodawców Klastry Polskie.©℗

ŚRODOWISKO

Finał kampanii „Kręci nas recykling". Posadzili 6 tys. drzewek w Nadleśnictwie Żołędowo

Małgorzata Pieczyńska

Aż sześć tysięcy drzewek posadzili w sobotę (24 października) uczestnicy społecznej akcji sadzenia lasu w Nadleśnictwie Żołędowo - taki był finał V edycji ogólnopolskiej kampanii „Kręci nas recykling".



FOT. MATERIAŁY FUNDACJI ZIELONE JUTRO

W sadzeniu lasu w Nadleśnictwie Żołędowo wzięło udział ponad 200 osób. W sumie podczas akcji posadzono 6 tys. drzewek iglastych

Sadzenie lasu, które zorganizowali Nadleśnictwo Żołędowo i Fundacja Zielone Jutro z Bydgoszczy, odbyło się pod czujnym okiem nadleśniczego Jakuba Siedleckiego i jego zastępcy Adama Markiewicza. W sobotę nie tylko pogoda dopisała, ale także frekwencja. W sadzeniu lasu wzięło udział ponad 200 osób, w tym także rodziny z dziećmi.

- Frekwencja była na medal i przeszła nasze najśmielsze oczekiwania - mówi Kamil Łęczycki, wolontariusz Fundacji Zielone Jutro. - W sadzenie lasu zaangażowali się nie tylko leśnicy, ale także mieszkańcy Bydgoszczy i okolic, społecznicy, organizatorzy kampanii „Kręci nas recykling", czyli Oponeo.pl i jej koordynator Dominik Dobrowolski, który specjalnie przyjechał na finał do Żołędowa.

W sumie podczas akcji posadzono 6 tys. drzewek iglastych, głównie świerki.

- Teren był dość trudny, bo gliniasty i trzeba było mieć trochę siły, by wykopać dołek i posadzić drzewko - mówi Kamil Łęczycki. - Na szczęście dwa dni wcześniej popadało i natura sama przygotowała nam grunt. Mamy nadzieję, że w przyszłości wyrośnie tu piękny las.

Przed pracą każdy mógł się posilić i skosztować pyszne pączki. Natomiast po akcji sadzenia drzewek nie zabrakło, jak zawsze, integracji. Na finał kampanii „Kręci nas recykling" dla uczestników przygotowano ognisko z kiełbaskami. Była też zupa gulaszowa. Chętni mogli również wziąć udział w konkursie sportowym i konkursach przyrodniczych z nagrodami. Sporo radości sprawiła uczestnikom wizyta w Nadleśnictwie Żołędowo przedstawicieli Fundacji Ostatnia Przystań, którzy przybyli wraz ze swoimi podopiecznymi, czyli pieskami.

Przypomnijmy, że organizatorami kampanii „Kręci nas recykling" byli Oponeo.pl i ekolog Dominik Dobrowolski, natomiast partnerem strategicznym Grupa Recykl S.A. Tegoroczna kampania przeprowadzona została między 21 marca a 22 kwietnia br. W tym czasie w całym kraju łącznie zainicjowanych zostało ponad 100 akcji sprzątania terenów zielonych. Wzięło w nich udział 3747 osób.

W tegorocznej edycji dzięki zaangażowaniu lokalnych społeczności, w tym także mieszkańców Bydgoszczy i okolic, udało się zebrać 851 sztuk zużytych opon, które leżały porzucone w lasach, parkach, rzekach czy w przestrzeni miejskiej. Ponadto zebrano prawie 55 ton odpadów.©℗

eprasa.pl f415e9827d

PROCES

Dramat wbitych w ścianę małżonków. Będą apelacje

Małgorzata Oberlan

11 lat za kratami - taki wyrok usłyszał w sierpniu Paweł W., który celowo wjechał samochodem w Martę i Filipa Szymczuków pod klubem Interpadel w Toruniu. Ustaliłam, że szykują się apelacje wszystkich stron.



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Do dramatu pod klubem Interpadel przy ul. Kociewskiej w Toruniu doszło w majową noc 2025 roku

Do dramatu pod klubem Interpadel przy Kociewskiej w Toruniu doszło w majową noc 2025 r. Odbywała się tutaj impreza klubowa, w której uczestniczyli także małżonkowie Marta i Filip Szymczukowie, lekarka i przedsiębiorca, rodzice małych bliźniaczek.

Bawił się tu także Paweł W. Podczas imprezy doszło jednak do konfliktowych sytuacji. Finał był taki, że pod koniec imprezy, w nocy, pijany Paweł W. wsiadł za kierownicę swojego samochodu i celowo wjechał nim w małżonków. Wbił ich dosłownie w ścianę budynku. Oboje odnieśli bardzo ciężkie obrażenia, do dziś nie wrócili do zdrowia i sprawności, a ich całe spokojne życie legło w gruzach.

- To nie było usiłowanie zabójstwa - uznał Sąd Okręgowy w Toruniu w sierpniu br., ogłaszając wyrok. Złagodził kwalifikację prawną przestępstwa i skazał Pawła W. na karę łączną 11 lat więzienia. Jak ustaliłam, ten wyrok sprawy na pewno nie kończy.

Za spowodowanie obrażeń u małżonków, pijaną jazdę, uszkodzenie mienia klubowego i inne czyny z krytycznej nocy Sąd Okręgowy w Toruniu nieprawomocnie skazał Pawła W. na 11 lat za kratami, zarządzając, że karę odbyć ma w systemie terapeutycznym, bo jest uzależniony od alkoholu i mediów społecznościowych. Poza tym sąd wymierzył oskarżonemu pięcioletni zakaz zbliżania się do pokrzywdzonych i pięcioletni zakaz prowadzenia pojazdów.

Jak już pisałam, taki wyrok był niekwestionowanym sukcesem obrony. - Jesteśmy wraz z moim klientem usatysfakcjonowani zmianą kwalifikacji. Mój klient od początku tej sprawy podkreślał, że nie miał zamiaru zabić kogokolwiek. Żałował tego, co się wydarzyło - komentował na gorąco adwokat Piotr Domański.

Zupełnie inaczej przyjęli wyrok pokrzywdzeni małżonkowie i śledczy. Trudno im zaakceptować złagodzenie kwalifikacji prawnej czynu i wynikający z tego wymiar kary. - Prokurator w mowie końcowej domagał się łącznej kary 19 lat pozbawienia wolności. Za samo usiłowanie zabójstwa dwóch osób: 18 lat. Wnosił też o częściowe zadośćuczynienie w kwocie 100tys. zł na rzecz pokrzywdzonego Filipa Sz. i 150 tys. zł na przecz pokrzywdzonej Marty Sz., obowiązek naprawienia szkody (42019,18 zł) oraz zakaz kontaktowania się z pokrzywdzonymi i zbliżania się do nich na okres 10 lat - mówi sędzia Andrzej Walenta, rzecznik Sądu Okręgowego.

Prawnik pokrzywdzonych małżonków, którzy w procesie mieli status oskarżycieli posiłkowych, żądał 18 lat więzienia za usiłowanie zabójstwa, a co do pozostałych czynów i kary łącznej decyzję pozostawił do uznania sądu.

Największą motywację do zaskarżenia wyroku mają zatem oskarżyciele. Ale wnioski o sporządzenie na piśmie uzasadnienia wyroku Sądu Okręgowego złożyli wszyscy: pełnomocnik oskarżycieli posiłkowych, prokurator, a także obrońca oskarżonego.

- Pisemne, obszerne i szczegółowe uzasadnienie jest jeszcze w trakcie sporządzania. W terminie czternastu dni od dnia doręczenia odpisu wyroku wraz z owym uzasadnieniem przysługuje apelacja do Sądu Apelacyjnego w Gdańsku - informuje sędzia Andrzej Walenta.

Prokuratura czeka. - Decyzja co do wywiedzenia ewentualnej apelacji, jak i jej zakresu zapadnie ostatecznie po zapoznaniu się z jego uzasadnieniem - informuje Izabela Oliver, rzeczniczka toruńskiej prokuratury.

A dlaczego zwycięska w procesie toruńskim obrona Piotra W. też planuje odwołanie? - My także planujemy apelację, bo jesteśmy usatysfakcjonowani faktem złagodzenia kwalifikacji prawnej zarzucanego czynu, ale nie - wymiarem kary. Apelując, będziemy wnosili o jej złagodzenie, czyli krótszy okres pozbawienia wolności - mówi mi adwokat Piotr Domański.

Jak dodaje sędzia Andrzej Walenta, obrońca i Paweł W. w mowie końcowej procesu wnosili o jak najniższy wymiar kary. ©℗

ŚLEDZTWO

Trener z Anglii osiedlił się w Polsce. Prokuratura sprawdza, kto go zastrasza

Małgorzata Oberlan

Prokuratura w Toruniu wszczęła śledztwo w sprawie uporczywego nękania Anglika Edwarda H. i jego żony Małgorzaty w podtoruńskiej Złotorii. Mieli być atakowani w internecie, filmowani i zastraszani przez osoby z lokalnej społeczności. Zamaskowani i uzbrojeni mężczyźni mieli grozić im śmiercią.



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Śledztwo w sprawie uporczywego nękania Anglika i jego żony w Złotorii wszczęła Prokuratura Rejonowa Toruń Wschód

- Śledztwo dotyczy uporczywego nękania Edwarda H. i Małgorzaty D. dokonanego w okresie od grudnia 2025 do 18 września 2026 roku w Złotorii poprzez zamieszczanie wpisów na portalach społecznościowych dotyczących pokrzywdzonych, w których zawierano fałszywe oskarżenia na temat ingerowania w lokalne sprawy, pomówienia, groźby opuszczenia osiedla i spowodowania postępowania karnego, jak również komentarzy dotyczących życia prywatnego pokrzywdzonych. A ponadto: obserwowania, nagrywania, robienia zdjęć i filmików na posesji, podjeżdżania pod dom, uniemożliwiania swobodnego przejazdu, wyzywania słowami powszechnie uznanymi za obelżywe oraz inicjowania interwencji policji - wyjaśnia Izabela Oliver, rzeczniczka toruńskiej prokuratury.

Cała sprawa jest szokująca. Dotyczy trenera z Anglii i jego żony Polki, którzy osiedlili się pod Toruniem. Przynajmniej część lokalnej społeczności nie przyjęła ich przyjaźnie.

Bulwersująca historię w połowie sierpnia br. ujawnił i opisał dziennikarz Sportowych Faktów na portalu Wirtualnej Polski. Pokrzywdzony obcokrajowiec związany jest ze środowiskiem sportowym właśnie. Edward H. z Anglii przez lata pracował jako trener przygotowania fizycznego w piewszoligowych klubach piłkarskich i współpracował z gwiazdami światowego futbolu. Wspólnie z żoną Małgorzatą przeprowadził się do Polski. Kupili dom w Złotorii pod Toruniem - w rodzinnych stronach kobiety. Szybko okazało się, że nie wszystkim nowy sąsiad się spodobał. - Jedna osoba powiedziała mi, że nie chce widzieć tu obcokrajowców. Słyszałem hasła, że skoro jestem w Polsce, powinienem mówić po polsku, że Polska jest tylko dla Polaków. To jest rasizm. Zamontowali kamery nagrywające to, co robimy w ogrodzie - mówił portalowi WP trener w sierpniu br.

Doprowadzili do likwidacji nielegalnego wysypiska w okolicy, a także zamontowania progu zwalniającego na ulicy. To wywołało wściekłość kilku osób, które miały zacząć nękać H.

Głównym zarzewiem konfliktu jednak, jak się wydaje, stało się zbytnie i niepotrzebne (zdaniem jego przeciwników) angażowanie się Anglika w sprawy lokalne. Edward wraz z żoną oczyścili pobocze drogi, przy której stoi ich dom. Doprowadzili do likwidacji nielegalnego wysypiska w okolicy, a także zamontowania progu zwalniającego na ulicy. - To wywołało wściekłość kilku osób, które miały zacząć nękać H. Do działania przeciwko Anglikowi szczególnie motywował jeden z mieszkańców, powiązany z firmą mieszczącą się w pobliżu. „Niech w Złotorii zawita z powrotem normalność, przyjazne spojrzenia, miła atmosfera" - pisał w mediach społecznościowych, szukając poparcia dla swoich działań - relacjonuje Łukasz Kuczera, dziennikarz Wirtualnej Polski.

Do eskalacji konfliktu doszło w sierpniu. Pod posesję małżeństwa przyjechali zamaskowani motocykliści, którzy rozpylili gaz pieprzowy. Potem zaatakowali również sąsiadów; interweniowała policja i pogotowie. Kilka godzin później przed domem Anglika i Polki pojawili się zamaskowani mężczyźni, uzbrojeni w noże i gaz pieprzowy. Mieli grozić im śmiercią. Przerażeni małżonkowie wezwali policję, której udało się zatrzymać trzech napastników. Wobec jednego prokuratura zastosowała dozór policji.

Jesienią sprawa przybrała poważny obrót - prokuratura zdecydowała się wszcząć śledztwo w sprawie uporczywego nękania Anglika i jego żony. ©℗

eprasa.pl f415e9827d

SEZON GRZEWCZY

Pan kominiarz zadba o bezpieczeństwo. Ile kosztuje obowiązkowe czyszczenie?

Karolina Rokitnicka

Czyszczenie komina to obowiązek prawny i kluczowy element bezpieczeństwa każdego domu ogrzewanego paliwem stałym, gazem lub olejem. Regularne usuwanie sadzy i osadów chroni przed pożarem, zaczadzeniem oraz kosztownymi awariami instalacji grzewczej.



FOT. KATARZYNA PROKUSKA

Czyszczenie komina to obowiązek, ale przede wszystkim inwestycja w bezpieczeństwo. Regularne usuwanie sadzy chroni przed pożarem, zaczadzeniem i odmową wypłaty odszkodowania. Warto wiedzieć, jak robić to dobrze, kiedy można czyścić samodzielnie, a kiedy skorzystać z pomocy

Sprawdziliśmy, jakie są ceny i terminy dla domów jednorodzinnych w zakładach kominiarskich u progu sezonu grzewczego 2026/27 w Kujawsko-Pomorskiem.

Sadza i smoła gromadzące się w przewodach kominowych są łatwopalne. W przypadku zapłonu osiągają temperaturę przekraczającą 1000 °C. Stwarza to poważne zagrożenie pożarowe dla całego budynku.

Pożary sadzy należą do najczęstszych przyczyn pożarów domów w Polsce. Można tego uniknąć, regularnie czyszcząc kominy. Poprawia to ciąg kominowy, zmniejsza ryzyko cofania spalin, obniża zużycie paliwa oraz chroni konstrukcję komina przed pęknięciami i przegrzaniem.

Czyszczenie komina jest obowiązkowe. Wynika to z §34 Rozporządzenia MSWiA z 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków.

Za niestosowanie się do obowiązku grozi mandat do 500 zł. W postępowaniu sądowym kara może wzrosnąć nawet do 5000 zł.

Ile razy w roku trzeba czyścić komin?

Przepisy określają minimalną częstotliwość usuwania zanieczyszczeń:

- Przewody dymowe (paliwo stałe: drewno, węgiel, pellet) - cztery razy w roku (co kwartał);
- Przewody spalinowe (gaz, olej) - dwa razy w roku;
- Przewody wentylacyjne - jeden raz w roku.

Kto może czyścić komin?

W domu jednorodzinnym komin można czyścić samodzielnie (zgodnie z §34 ust. 3). W blokach, kamienicach, budynkach wielorodzinnych - czyszczenie musi wykonać czeladnik lub mistrz kominiarski.

Należy pamiętać, że czyszczenie nie jest tym samym co kontrola okresowa - to dwie odrębne czynności. Czyszczenie komina nie zastępuje rocznego przeglądu kominiarskiego, który musi wykonać mistrz kominiarski i wpisać do systemu Centralnej Ewidencji Emisyjności Budynków.

Czy można samemu czyścić komin?

W domach jednorodzinnych jest to możliwe. Jednak warto, by przy okazji przeglądu ocenił to specjalista.

- Czyszczenie można wykonywać we własnym zakresie, zachowując bezpieczeństwo, ale raz w roku powinien to robić specjalista. Zwykle takiego potwierdzenia oczekują ubezpieczyciele. Czyszczenie zwiększa bezpieczeństwo, minimalizuje ilość sadzy czy ryzyko zapalenia się. Są preparaty do czyszczenia, w formie proszków czy płynów, ale „cudów" nie ma - środek się wypala i może powodować negatywne konsekwencje - słyszymy w Zakładzie Usług Kominiarsko-Budowlanych Kom-Bud w Grudziądzu.

W blokach, kamienicach, budynkach wielorodzinnych - czyszczenie musi wykonać czeladnik lub mistrz kominiarski.

PAR. 34 UST. 3

Ile kosztuje czyszczenie jednego komina?

Specjaliści zwykle czyszczenie robią przy przeglądzie. - Robię usługi kompleksowo - przegląd standardowy wraz z czyszczeniem kosztuje 150-200 zł. Przy większych odległościach cena wzrasta i waha się między 200 a 250 zł. Często sąsiedzi zamawiają wspólnie usługę, by było szybciej i taniej. Prościej i taniej jest także, gdy zamawiamy czyszczenie profilaktycznie, na czas i gdy przewody kominowe nie są zapchane. Czyszczenie w domu jednorodzinnym można wykonywać samodzielnie z częstotliwością określoną w przepisach prawa, uzależnioną od stosowanego rodzaju opału. Na rynku jest sporo chemicznych preparatów polecanych do czyszczenia kominów i usuwania sadzy. Nie zastąpią one czyszczenia mechanicznego. Z pewnością osuszają, co jest ważne kiedy mamy do czynienia z substancjami smolistymi - mówi Piotr Kosmela z Brodnicy.

W Inowrocławiu kompleksowa usługa kosztuje około 300-350 zł.

- To nie tylko ustawowy obowiązek, ale przede wszystkim bezpieczeństwo. Czyścić można samodzielnie, ale przy okazji przeglądu, specjalista powinien to skontrolować. Nie jestem zwolennikiem stosowania chemicznych preparatów czyszczących - słyszymy w Zakładzie Kominiarskim Krokos w Inowrocławiu.

Niestety, wiele osób wzywa kominiarza dopiero wtedy gdy jest problem, nie pali się w piecu czy komin jest zapchany i potrzebna jest interwencja.

PRZEMYSŁAW KOŚMICKI
Brodnica

Można także skorzystać z usługi samego czyszczenia. - Czyszczenie proste to wydatek 50 zł. Niestety, wiele osób wzywa kominiarza dopiero wtedy gdy jest problem, nie pali się w piecu czy komin jest zapchany i potrzebna jest interwencja. Wtedy zwykle usługa jest droższa. Cena jest uzależniona od godzin pracy, ilości sadzy. Wynosi to około 200 zł. Jeśli chodzi o kominki używane wyłącznie okazjonalnie, dla klimatu, nie jako źródło głównego ogrzewania, to po prostu warto je sprawdzić przed sezonem i po sezonie - zaznacza Przemysław Kośmicki z Brodnicy.

Eksperci radzą jak zwiększyć bezpieczeństwo.

- By zwiększyć swoje bezpieczeństwo, bezwzględnie należy stosować się do zaleceń producenta, zachowywać temperaturę na piecu i stosować odpowiednie paliwo. W piecach piątej klasy zalecane są wkłady - wyjaśnia Waldemar Zebrowski z Włocławka.

Kominiarze przestrzegają przed odkładaniem czyszczenia kominów. - Nie czekajcie na ostatni moment. Pamiętajcie o regularnym czyszczeniu i przeglądzie technicznym swoich przewodów kominowych oraz urządzeń grzewczych. Robimy, co możemy, ale zimowa aura nie zawsze sprzyja. Zaproście nas zanim spadnie śnieg - przestrzega Zakład Kominiarski Arkadiusz Szubiński z Bydgoszczy.

Średnie ceny kominiarzy w Kujawsko-Pomorskiem to:

50-150 zł - samo czyszczenie;
150-450 zł - przegląd i czyszczenie;
200-700 zł - udrożnienie zatkanego przewodu.

Metody czyszczenia komina

1. Czyszczenie mechaniczne od góry

To najskuteczniejsza metoda, ale konieczne jest wejście na dach i wprowadzenie szczotki kominiarskiej na elastycznych kijach, w wyniku czego sadza spada do wyczystki.

2. Czyszczenie od dołu

Tu nie trzeba wchodzić na dach, więc to bezpieczniejsze czyszczenie, szczególnie dla amatorów. Jest mniej skuteczne przy dużych zabrudzeniach, ale sprawdzi się przy regularnym czyszczeniu.

3. Mechaniczne czyszczenie, obrotowe, na wiertarkę

To nowoczesna metoda wykorzystująca zestaw obrotowy ze szczotką czy łańcuchami. Jest popularna w domach jednorodzinnych i bardzo skuteczna przy kreozocie. Wymaga jednak dużej ostrożności, ponieważ twarda smoła silnie obciąża narzędzie, a zbyt agresywne działanie może uszkodzić wkład kominowy albo nieszczelne spoiny.

4. Preparaty chemiczne

Pełnią funkcję pomocniczą. Nie zastępują mechanicznego czyszczenia. W wyniku spalania mogą osuszać i rozluźniać osady oraz sprawdzać się jako profilaktyka.

Najczęstsze błędy w używaniu kominów

Absolutnie nie czyścimy komina przy gorącym piecu. Częstym błędem jest brak dopływu powietrza (zamknięte nawiewy), spalanie mokrego drewna (wilgotność >20%), używanie śmieci lub malowanego drewna oraz odkładanie czyszczenia „do wiosny". ©℗

eprasa.pl f415e9827d

FOKUS

• **Ponad 60 proc. Polaków** opowiada się za złagodzeniem obowiązujących ograniczeń handlu w niedziele

POLITYKA

Trzy scenariusze dla TK. Jednym z nich jest reset konstytucyjny. Na czym polega?

Czy reset konstytucyjny, czyli zmiana ustawy zasadniczej, która umożliwiłaby wygaszenie kadencji obecnych sędziów i wybór nowych, może rozwiązać spór o TK? Zdania są podzielone

oprac. Alina Mazurska

Sytuacja w Trybunale Konstytucyjnym jest patowa, bo prezes Bogdan Święczkowski nie dopuszcza do orzekania pięciu sędziów, którzy zostali wybrani przez Sejm, ale od których ślubowania nie przyjął prezydent. Oni zaś (a także trójka, którą Karol Nawrocki zaprzysiągł) uważają, że są pełnoprawnymi sędziami i domagają się od prezesa Święczkowskiego zwołania Zgromadzenia Ogólnego sędziów TK ze swoim udziałem.

Jakie są możliwe scenariusze dalszego rozwoju wydarzeń wokół TK?

Pierwszy zakłada stopniowe uspokojenie sytuacji. Byłoby to możliwe, gdyby np. prezydent przyjął ślubowanie od sędziów, którzy złożyli je dotychczas jedynie przed Sejmem, a Bogdan Święczkowski zwołał Zgromadzenie Ogólne Sędziów TK i podporządkował się jego rozstrzygnięciom. Zdaniem polityków i komentatorów taki scenariusz jest jednak mało realny.

Najbardziej prawdopodobny jest scenariusz siłowy, o którym powiedział pragnący zachować anonimowość poseł KO. Przyznał, że chodzi o doprowadzenie do zwołania Zgromadzenia Ogólnego z udziałem wszystkich sędziów wybranych przez Sejm, odsunięcia Bogdana Święczkowskiego od kierowania TK i rozpoczęcia orzekania przez nowych sędziów, także tych, którzy złożyli ślubowanie jedynie przed Sejmem. Wówczas orzeczenia Trybunału zaczęłyby być publikowane, co – zdaniem posła – pozwoliłoby uznać, że sytuacja w TK została uzdrowiona. Jak przekonuje, fakt, że orzeczeń tych nie uznawałby np. prezydent, „nie miałby większego znaczenia".



FOT. ADAM JANKOWSKI

Sytuacja w Trybunale Konstytucyjnym jest patowa. Prezes Bogdan Święczkowski sam nie może nic zrobić

Trzeci scenariusz to proponowany przez niektórych prawników oraz polityków tzw. reset konstytucyjny.

Jedną z koncepcji takiego resetu przedstawił niedawno ekspert Fundacji Batorego dr Tomasz Zalasiński, wskazując na jej przewagę nad scenariuszami stopniowego przekształcania TK oraz siłowego przejęcia Trybunału. Pierwszy z nich jest, jego zdaniem, nierealny ze względu na zwłokę Sejmu w wyborze sędziów TK po 2023 r. oraz niekonstytucyjną – w ocenie eksperta – odmowę przyjęcia przez prezydenta ślubowania od pięciu sędziów. Drugi natomiast grozi kwestionowaniem orzeczeń przejętego w ten sposób Trybunału przez europejskie trybunały, a także ponownym siłowym przejęciem TK w razie zwycięstwa obecnej opozycji w wyborach w 2027 r. Zalasiński rekomenduje zatem reset konstytucyjny, zakładający zmianę ustawy zasadniczej, wygaszenie kadencji obecnych sędziów TK i wybór nowych. Zgodnie z jego propozycją sędziów wybierałby nie tylko Sejm, jak obecnie, lecz także Senat i prezydent. Sejm wybierałby siedmiu sędziów, Senat – pięciu, a prezydent – trzech.

Propozycja przewiduje również rozwiązania przejściowe, które miałyby zapobiec jednoczesnemu wyborowi całego składu TK w przyszłości. W tym celu kadencje sędziów wybranych po raz pierwszy na nowych zasadach byłyby zróżnicowane – część trwałaby dziewięć lat, a część pięć. Spośród siedmiu sędziów wybieranych przez Sejm czterech miałoby zostać wybranych na dziewięć lat, a trzech na pięć. W przypadku Senatu trzech sędziów miałoby pełnić funkcję przez pięć lat, a dwóch przez dziewięć. Z kolei spośród trzech sędziów wybieranych przez prezydenta dwóch miałoby otrzymać dziewięcioletnią kadencję, a jeden pięcioletnią.

Autor koncepcji przypomina, że podobne rozwiązanie zastosowano przy wyborze pierwszego składu TK w 1985 r., jeszcze w czasach PRL. Dodaje, że sędziowie, których kadencje zostałyby wygaszone, przeszliby w stan spoczynku z zachowaniem pełni uprawnień socjalnych.

POLITYKA

Na jednej uroczystości będą dwa powołania

oprac. Alina Mazurska

Powołanie Andrzeja Domańskiego na stanowisko wicepremiera oraz powołanie nowego ministra funduszy i polityki regionalnej odbędzie się podczas jednej uroczystości.

Rzecznik prezydenta Rafał Leśkiewicz został zapytany wczoraj w Polsat News, kiedy prezydent wręczy Domańskiemu akt powołania na wicepremiera. – Kiedy pan premier Donald Tusk skieruje do prezydenta wniosek w sprawie kolejnej zmiany w rządzie, wówczas w ramach jednej uroczystości dojdzie do aktu powołania wicepremiera Andrzeja Domańskiego i nowego ministra funduszy i polityki regionalnej zastępującego panią Katarzynę Pełczyńską-Nałęcz (premier zaproponował Agnieszkę Bartol – przyp red.) – powiedział Leśkiewicz.

Zapytany, kiedy może do tego dojść, rzecznik stwierdził, że „to na pewno nie będzie trwało długo". Jak przekazał, teraz „ruch jest po stronie premiera Donalda Tuska". **PAP**

PLAN WSPÓŁPRACY OBRONNEJ

Polska i Wielka Brytania razem o obronności

oprac. Alina Mazurska

Wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz poinformował po spotkaniu ze swoim brytyjskim odpowiednikiem Wesem Streetingiem o podpisaniu 3-letniego Planu Współpracy Obronnej.

Szef MON zwrócił uwagę, że sojusz Polski i Wielkiej Brytanii nigdy nie był silniejszy. – Ten Plan Współpracy pokazuje nasze wspólne zaangażowanie, wspólne ćwiczenia, rozwój zdolności obronnych – powiedział.

Jak przekazał, pierwszym tematem rozmowy z ministrem obrony Wielkiej Brytanii było wsparcie obu krajów dla Ukrainy. Spotkanie dotyczyło też relacji ze Stanami Zjednoczonymi. – Pan sekretarz podczas spotkania w cztery oczy zaproponował bardzo ważne przesłanie – w obliczu różnych formatów, naszych żelaznych sojuszy mamy podobne patrzenie na sojusz ze Stanami Zjednoczonymi. Polska i Wielka Brytania są za umacnianiem tego sojuszu i za budowaniem własnych zdolności. **PAP**

KRÓTKO

Gdańsk

Znęcał się nad psem. Grożą mu trzy lata więzienia

Policjanci z Przymorza zatrzymali 52-latka, który ciągnął psa po ziemi, podnosił go za pomocą smyczy do góry i uderzał nim o ziemię. Jak się okazało, mężczyzna był partnerem właścicielki psa, która nie wiedziała o zdarzeniu. Policjanci otrzymali od właścicielki czworonoga zaświadczenie lekarsko-weterynaryjne, z którego wynikało, że zwierzę jest w dobrej kondycji i ma aktualne szczepienia. Pies został przekazany opiekunce, a 52-latek usłyszał zarzut znęcania się nad zwierzęciem. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności. PAP

Województwo podkarpackie

Policjant aresztowany za kradzieże z włamaniem

43-letni policjant z komisariatu w Boguchwale k. Rzeszowa z 13-letnim stażem służby jest podejrzany o dokonanie i usiłowanie kradzieży z włamaniem do domów jednorodzinnych. Decyzją sądu został aresztowany na trzy miesiące. Policja podała, że mężczyzna został zawieszony; będzie postępowanie dyscyplinarne oraz administracyjne w sprawie zwolnienia go ze służby. PAP

Tatry

Pierwszy stopień zagrożenia lawinowego

W Tatrach przybyło śniegu po ostatnich opadach. Od wysokości 1800 m n.p.m. obowiązuje pierwszy, niski stopień zagrożenia lawinowego. Wczoraj rano na Kasprowym Wierchu pokrywa śnieżna wynosiła 24 cm, a temperatura spadła do minus 4 st. C. W Dolinie Pięciu Stawów Polskich spadło 16 cm śniegu, a na Hali Gąsienicowej jest 14 cm białego puchu. PAP



FOT. RADEK PIETRUSZKA

Rozmowy ws. centrum serwisowego dla baterii Patriot zmierzają do finału. Wiele wskazuje na to, że Polska została wybrana jako partner tego projektu

DONALD TUSK, premier

eprasa.pl f415e9827d

ROSJA – UKRAINA

Zawieszenie broni w okupowanych Ołeszkach. Szansa na pomoc dla ludzi

oprac. Anna Nagel

W nocy z poniedziałku na wtorek o godz. 3 nad ranem (2 czasu polskiego) w okupowanych przez Rosję Ołeszkach w obwodzie chersońskim Ukraina wprowadza zawieszenie broni w celu przeprowadzenia operacji humanitarnej. Potrwa do 1 listopada.

Rosyjskie ministerstwo obrony poinformowało wczoraj, że w związku z rozpoczęciem obowiązywania zawieszenia broni w ukraińskiej miejscowości Ołeszki wstrzymało ataki na Chersoń.

Rzecznik praw człowieka Ukrainy Dmytro Łubinec potwierdził, że strona ukraińska wywiązuje się z ustaleń o zawieszeniu broni na wyznaczonych obszarach okupowanego przez Rosję miasta Ołeszki w obwodzie chersońskim.

Wyjaśnił, że misja humanitarna to wynik działań prowadzonych przez stronę ukraińską wspólnie z rzeczniczką praw człowieka Federacji Rosyjskiej Janą Łantratową oraz za pośrednictwem i przy koordynacji pierwszej damy USA Melanii Trump.

– Będę nadal informował opinię publiczną o rozwoju sytuacji, mając na uwadze przede wszystkim bezpieczeństwo ludności cywilnej w Ołeszkach oraz realizację przyjętych ustaleń – dodał Łubiniec.

W piątek Biały Dom poinformował, że Rosja i Ukraina zgodziły się tymczasowo wstrzymać od 29 października walki w Ołeszkach, by umożliwić dostarczenie tam pomocy humanitarnej i przygotować ewakuację ludności cywilnej. Biały Dom dodał, że doprowadziła do tego pierwsza dama USA Melania Trump.

Według władz w Kijowie sytuacja ludzi, którzy pozostali w Ołeszkach, jest dramatyczna. W mieście bez dostępu do żywności i wody pitnej przebywa około 2 tysięcy osób, w tym 50 dzieci. Ołeszki zostały zalane po zniszczeniu pobliskiej tamy w Nowej Kachowce.

Ołeszki leżą około 4 km od Chersonia na lewym, okupowanym przez Rosję brzegu Dniepru. **PAP**



FOT. EAST NEWS

Do zawieszenia broni doprowadziła pierwsza dama USA Melania Trump

IZRAEL

Kto wygra w wyborach: Netanjahu czy Eisenkot?

Grzegorz Kuczyński

Wczoraj w Izraelu odbyły się wybory parlamentarne. W tych wyborach Izraelczycy głosowali przede wszystkim na osobę, która nie tylko zaproponuje nową strategię bezpieczeństwa, ale także odpowie na wiele pytań, które nagromadziły się w społeczeństwie.



FOT. EAST NEWS

Kto będzie premierem Izraela po wyborach: Benjamin Netanjahu czy Gadi Eisenkot?

O 120 mandatów w Knesecie walczyło 37 partii. Oczekuje się, że jedynie około 11 z nich przekroczy próg wyborczy wynoszący 3,25% i wejdzie do parlamentu, po czym jeden z kandydatów będzie musiał utworzyć zdolną do funkcjonowania koalicję rządzącą. Aby uzyskać większość w parlamencie, partia lub blok musi zdobyć 61 mandatów.

Formalnie premierem może zostać lider dowolnej partii, która przekroczyła próg wyborczy, o ile jest w stanie utworzyć koalicję cieszącą się poparciem większości posłów Knesetu. Niemniej jednak zazwyczaj prawo do podjęcia pierwszej próby utworzenia rządu otrzymuje lider partii, która zdobyła największą liczbę mandatów. Ponadto, w oparciu o określone porozumienia, rozważany może być system rotacji szefa rządu.

Benjamin Netanjahu przystępuje do tych wyborów, stosując sprawdzoną taktykę, która przez dziesięciolecia pomagała mu wygrywać, ale tym razem, zdaniem wielu ekspertów, może to nie wystarczyć. Niedawno stwierdził, że alternatywa jest następująca: albo ponownie prawicowy rząd, albo państwo palestyńskie, które z pewnością powstanie przy każdym innym rządzie.

Głównym rywalem Netanjahu i jego prawicowej koalicji jest lider partii Yashar („Naprzód") Gadi Eisenkot. W koalicję z nim są już gotowe wejść partie o bardzo zróżnicowanych poglądach – prawicowe, lewicowe i centrystyczne – zjednoczone chęcią odsunięcia Netanjahu od władzy.

W opinii wielu osób Eisenkot jest najpoważniejszym przeciwnikiem Netanjahu w ciągu ostatnich dziesięcioleci. Jest centrystą z prawicowymi poglądami w kwestiach bezpieczeństwa i może przejąć tę część tradycyjnego elektoratu Netanjahu, która od dawna pragnęła alternatywy w ramach własnego obozu ideologicznego.

Eisenkot, opowiadający się za pociągnięciem winnych do odpowiedzialności, reformami politycznymi i jednością narodową, ostro krytykuje kierownictwo Netanjahu za jego działania zarówno przed, jak i po ataku Hamasu. Popierając izraelskie operacje wojskowe, twierdzi jednocześnie, że rząd nie ma jasnej strategii działania i wzywa do przeprowadzenia niezależnego śledztwa w sprawie niepowodzeń związanych z atakiem z 7 października 2023 roku, w którym zginęło blisko 1200 osób.

W kwestiach o największym znaczeniu dla społeczności międzynarodowej, takich jak polityka wobec Iranu, Palestyńczyków czy Libanu, stanowiska głównych rywali są zbliżone. Wszyscy opowiadają się za zakończeniem rządów Hamasu w Strefie Gazy i rozbrojeniem tej organizacji, również przy użyciu siły militarnej.

Polityków łączy także dążenie do osłabienia militarnego Iranu i uniemożliwienia mu zdobycia broni jądrowej. Główni kandydaci sprzeciwiają się również powstaniu niepodległego państwa palestyńskiego.

WOJNA

Prezydent Finlandii i premier Norwegii rozmawiali z Putinem

oprac. Anna Nagel

Wołodymir Zełenski rozmawiał z prezydentem Finlandii i premierem Norwegii po ich telefonie do Putina.

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski poinformował wczoraj, że przeprowadził rozmowę telefoniczną z prezydentem Finlandii Alexandrem Stubbem i premierem Norwegii Jonasem Gahrem Stoere po ich telefonie do przywódcy Rosji Władimira Putina.

„Rozmawiałem z prezydentem Finlandii Alexandrem Stubbem i premierem Norwegii Jonasem Gahrem Stoere w związku z ich dzisiejszą rozmową telefoniczną z rosyjskim przywódcą oraz w ramach kontynuacji naszych dyskusji w Oslo z przedstawicielami Ameryki, Europy i NATO. Jestem wdzięczny za szczegółowe informacje i działania na rzecz wsparcia naszej dyplomacji oraz wspólnych ze wszystkimi partnerami wysiłków pokojowych" – napisał Zełenski w serwisach społecznościowych.

Jak przekazał, Stubb i Store poinformowali go, że jasno powiedzieli Putinowi, że potrzebne są realne kroki na rzecz deeskalacji wobec ukraińskiej energetyki i infrastruktury.

„Omówiliśmy przygotowania do trójstronnego spotkania, zaplanowanego na listopad na szczeblu zespołów – ukraińskiego, amerykańskiego i rosyjskiego. Finlandia i Norwegia, jako kraje graniczące z Rosją, są szczególnie zainteresowane właściwymi i niezawodnymi rozwiązaniami w dziedzinie bezpieczeństwa" – podkreślił Zełenski. **PAP**

KONGO

Wirus ebola nie odpuszcza. Ponad 10 tys. zakażeń

autor autor

Ponad 10 tys. zakażeń wirusem ebola potwierdzono dotychczas w Demokratycznej Republice Konga (DRK). Od początku epidemii odnotowano 4887 zgonów.

Wirus rozprzestrzenił się także poza granice DRK. W Ugandzie odnotowano 20 zakażeń i dwa zgony. W sierpniu Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała kraj za wolny od eboli, ale władze w Kampali utrzymują środki ostrożności i od niedzieli osoby powracające do kraju z DRK są kierowane na 21-dniową kwarantannę. Na początku października Kenia poinformowała o pierwszym przypadku zakażenia wirusem; mężczyzny, który podróżował z DRK przez Ugandę, zmarł w Nairobi. Później władze odnotowały jeszcze osiem zakażeń. W ubiegłym tygodniu Nigeria stała się czwartym państwem afrykańskim, w którym wykryto ebolę.

Niepokój wzbudziło też zakażenie tym niebezpiecznym wirusem, wykryte u żony szwajcarskiego dyplomaty. Kobieta nie podróżowała do DRK; według władz Szwajcarii do zakażenia mogło dojść w Ugandzie. Dyplomata wraz z żoną zostali w poniedziałek przetransportowani do szpitali w Szwajcarii.

WHO uznała obecną, wykrytą w maju falę zakażeń za największą epidemię eboli w historii DRK. Jest ona jednak nadal mniejsza niż epidemia w Afryce Zachodniej z lat 2014-2016, która objęła Gwineę, Liberię i Sierra Leone, powodując ponad 28 tys. zakażeń i przeszło 11 tys. zgonów. **PAP**

eprasa.pl f415e9827d

STRONA ZDROWIA

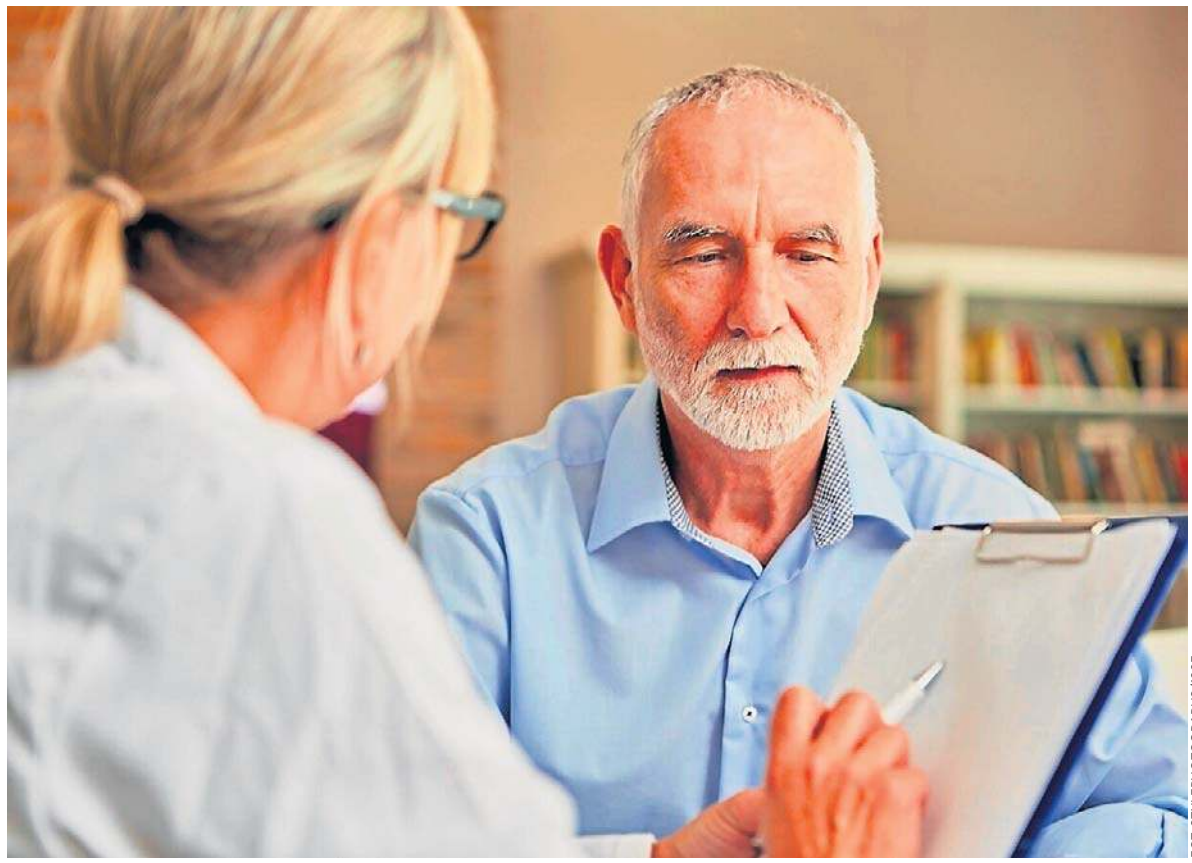
• **Za tydzień:** Pierwsze objawy raka jądra • Tego sanatorium nie trzeba się bać! Urocza miejscowość to wspaniała miejscówka!

MĘŻCZYZNA

Jak przebiega andropauza u mężczyzn? Objawy, wiek występowania i możliwe wyzwania

Andropauza bywa porównywana do menopauzy u kobiet, choć jej podłoże jest inne. U mężczyzn wynika głównie ze stopniowych zmian hormonalnych, podczas gdy u kobiet jest efektem naturalnego procesu biologicznego.

Ewa Zwolak,
Marta Siesicka-Osiak



FOT. STYLEPHOTOGRAPHS/123F

Objawy andropauzy można złagodzić naturalnymi sposobami. Warto również udać się do androloga, który pomoże dobrać odpowiednie leczenie

Andropauza, nazywana również męską menopauzą, jest okresem występującym u mężczyzn powyżej 50. roku życia. Według danych statystycznych dotyczy aż 50 proc. mężczyzn po 50. roku życia. Mimo to w przeciwieństwie do menopauzy znacznie rzadziej mówi się o tym zjawisku, które nadal w naszym społeczeństwie pozostaje tematem tabu.

Jej bezpośrednią przyczyną jest spadek poziomu hormonów, w tym: testosteronu, dihydrotestosteronu, hormonu wzrostu i melatoniny. Przy czym warto podkreślić, że andropauza u mężczyzn często porównywana jest do menopauzy u kobiet. Tymczasem to są zjawiska odmienne, ponieważ klimakterium u kobiet jest procesem biologicznym, związanym z wygaszaniem funkcji jajników, natomiast menopauza u mężczyzn nie jest równoznaczna z utratą płodności i jest ściśle związana z funkcjonowaniem układu endokrynologicznego.

Z tego powodu badacze proponują inne nazwy dla andropauzy, w tym: andropenię, męski psychoendokrynologiczny zespół wieku średniego, wiropauzę, męskie klimakterium, częściowy niedobór androgenów u starzejących się mężczyzn.

Menopauza u kobiet jest procesem biologicznym, pociągającym za sobą określone skutki i występującym u każdej kobiety po 40. roku życia. Natomiast andropauza nie występuje u każdego mężczyzny i jest zależna od wielu czynników zewnętrznych.

Wśród innych przyczyn rozwoju męskiej menopauzy można również wymienić siedzący styl życia, dietę ubogą w witaminy, związki mineralne i błonnik pokarmowy, nadciśnienie tętnicze krwi, wysoki poziom cholesterolu LDL, przebyty zawał serca, przerost gruczołu krokowego.

Klimakterium u mężczyzn związane jest bezpośrednio z zaburzeniami układu hormonalnego, co pociąga za sobą konkretny zespół objawów.

Wśród charakterystycznych objawów andropauzy u mężczyzn można wymienić:

• zwiększenie tkanki tłuszczowej, która pociąga za sobą skutki w postaci zwiększonego ryzyka wystąpienia groźnych powikłań, w tym m.in. ze strony układu krążenia. Przy czym u mężczyzn powyżej 50. roku życia zazwyczaj występuje otyłość typu brzusznego, która jest szczególnie wrażliwa na bodźce hormonalne,

• zmiany emocjonalne, które znacząco wpływają na jakość życia. Męska menopauza związana jest ze spadkiem poziomu androgenów, co oddziałuje na funkcjonowanie układu nerwowego i pojawienie się objawów psychicznych: lęku, nerwowości, rozdrażnienia, zachowań depresyjnych, przewlekłego zmęczenia i upośledzenia pamięci, a nierzadko także spadku samooceny,

• obniżenie popędu seksualnego, co budzi wiele negatywnych emocji, w tym m.in. niechęci, agresji i braku tolerancji,

• zaburzenia rytmu biologicznego, które pociągają za sobą zmiany emocjonalne, osłabienie sprawności intelektualnej, a także problemy z pamięcią i koncentracją.

Podczas męskiej menopauzy mogą pojawić się również takie dolegliwości jak spadek częstotliwości występowania wzwodów porannych, ginekomastia – nadmierne gromadzenie się tkanki tłuszczowej w piersiach, zmniejszenie owłosienia na ciele, zmniejszenie objętości jąder, obniżenie gęstości mineralnej kości, co prowadzi do patologicznych złamań, zmniejszenie masy mięśniowej, uderzenia gorąca.

Andropauza jest zjawiskiem związanym bezpośrednio z funkcjonowaniem układu hormonalnego. Stosunkowo często towarzyszy jej problem nadmiernego wypadania włosów. Jest to tzw. łysienie androgenowe, które objawia się utratą włosów na szczycie głowy i kątach czołowych. Jego przyczyną jest zbyt duża wrażliwość cebulek włosowych na nadmierną produkcję dihydrotestosteronu (DHT).

Leczenie andropauzy podejmuje się jedynie wówczas, gdy zachodzą ku temu przesłanki. Do leczenia hormonalnego można zakwalifikować jedynie osoby, które spełniają określone kryteria hormonalne

Leczenie klimakterium u mężczyzn podejmuje się jedynie wówczas, gdy zachodzą ku temu przesłanki. Do leczenia hormonalnego można zakwalifikować jedynie osoby, które spełniają określone kryteria hormonalne. Terapię należy podjąć wówczas, gdy występują objawy hipogonadyzmu, czyli zaburzenia wzwodu, zespół metaboliczny, osteoporoza, cukrzyca typu 2, przewlekłe zmęczenie, zaburzenia koncentracji znacznie utrudniające codzienne funkcjonowanie, depresja.

Wówczas, gdy istnieje prawdopodobieństwo, że wyżej wymienione choroby związane są z andropauzą, to należy oznaczyć stężenie TT, LH i obliczyć wskaźnik niedoboru testosteronu, a także przeprowadzić badanie urologiczne. Niekiedy konieczne jest również wykonanie biopsji gruczołu krokowego (po konsultacji z urologiem).

Konieczność wdrożenia leczenia andropauzy zachodzi u mężczyzn, u których stężenie testosteronu wynosi < 8 nmol/l (2,3 ng/ml). Rozważyć je można również u mężczyzn, u których stężenie tego hormonu mieści się w granicach 8–12 nmol/l (2,3–3,46 ng/m). Przy czym w tym drugim przypadku zazwyczaj wdraża się leczenie próbne, które trwa ok. 3 miesięcy.

Podstawowe przeciwwskazania do leczenia andropauzy testosteronem to rak gruczołu krokowego, rak piersi, gruczolak stercza, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), zespół bezdechu sennego.

Leczenie testosteronem, przeprowadzane pod kontrolą i z zalecenia lekarza, jest bezpieczne. Jednakże wiąże się z ryzykiem wystąpienia skutków ubocznych, w tym zwłaszcza: nadmiernej tkliwości klatki piersiowej, wzrostu wartości hematokrytu i erytrocytów. Obecnie w Polsce dostępne preparaty z testosteronem do stosowania domięśniowego, doustnego i przezskórnego. Za najbezpieczniejsze uważa się preparaty przezskórne, które są dobrze tolerowane.

Mężczyźni, którzy nie kwalifikują się do hormonalnego leczenia andropauzy, powinni rozważyć stosowanie preparatów bez recepty. Tabletki na męską menopauzę w swoim składzie zazwyczaj mają zioła i substancje mineralno-witaminowe, w tym m.in.:

• olej z siemienia lnianego, który stanowi drogocenne źródło nasyconych kwasów tłuszczowych, które pozytywnie wpływają na stan prostaty,

• witaminę E, która sprzyja regeneracji komórek układu moczowo-płciowego,

• mangan, który sprzyja utrzymywaniu funkcji seksualnych,

• selen, który poprawia ruchliwość plemników,

• ashwagandhę, która znana jest także pod nazwą indyjski żeń-szeń, sprzyja ona utrzymaniu płodności u mężczyzn,

• kurkumę, która ze względu na wysoką zawartość przeciwutleniaczy pozytywnie wpływa na funkcjonowanie męskiego układu płciowego.

eprasa.pl f415e9827d

SANATORIA

Najlepsze sanatoria dla reumatyków. W tych miejscach pozbędziesz się bólu

Jeśli zmagasz się z chorobą reumatyczną i odczuwasz stały dyskomfort, wybranie odpowiedniego sanatorium jest kluczowe

Emil Hoff

Wiele Polek i Polaków zmaga się ze schorzeniami reumatycznymi, takimi jak reumatoidalne zapalenie stawów (czyli tzw. gościec przewlekle postępujący), choroba zwyrodnieniowa, toczeń rumieniowaty, reaktywne i łuszczycowe zapalenie stawów, osteoporoza, ale też dna moczanowa czy zespół cieśni kanału nadgarstka.

Schorzenia reumatyczne cechują się tym, że są wyjątkowo nieprzyjemne: pacjentom doskwierają ból, obrzęki, zwyrodnienia. Co więcej, choroby reumatyczne postępują i w końcu mogą doprowadzić do niepełnosprawności.

Nic więc dziwnego, że pacjenci starają się jak mogą, żeby uzyskać odpowiednią pomoc medyczną. Ważną częścią leczenia chorób reumatycznych może być korzystanie z oferty uzdrowiskowej. Warto zaplanować turnus w uzdrowisku jesienią i zimą, kiedy pobyty na NFZ są tańsze.

Leczenie sanatoryjne chorób reumatycznych może mieć różnorodne formy:

• Hydroterapia i balneoterapia: w postaci kąpieli w wodach mineralnych i solankowych, okładów z borowiny, masaży wodnych.

• Fizykoterapia: zabiegi takie jak krioterapia, elektroterapia, magnetoterapia, laseroterapia i leczenie ultradźwiękami, wykonywane z użyciem specjalistycznego sprzętu i pod nadzorem rehabilitantów, często w specjalnych sanatoryjnych szpitalach reumatologicznych.

• Kinezyterapia: leczenie ruchem w ramach specjalnych treningów, gimnastyki i ćwiczeń w wodzie.

Celem leczenia jest jednak zawsze ten sam: redukcja bólu, zmniejszenie stanów zapalnych i poprawa ruchomości stawów.

Które sanatoria w Polsce mogą pomóc uwolnić cię od nieprzyjemnych dolegliwości reumatycznych? Porównałem 11 sanatoriów reumatologicznych z całej Polski.

W Polsce jest z czego wybierać, jeśli chodzi o sanatoria z profilem reumatologicznym, zajmujące się leczeniem chorób reumatycznych. NFZ podaje łącznie aż 41 miejscowości w górach, nad morzem i na nizinach, w których można leczyć bóle reumatyczne i zwyrodnienia.

By wybrać najlepsze polskie sanatoria dla reumatyków, zawęziłem listę do tych, które rzeczywiście specjalizują się w reumatologii i oferują turnusy na NFZ.

Ale skąd wiadomo, które sanatoria są faktycznie najlepsze? Świetnym sposobem ustalenia, gdzie turnusy są najbardziej wartościowe, jest zapoznanie się z opiniami samych kuracjuszy na temat danego ośrodka. Przewertowałem napisane przez Polki i Polaków recenzje sanatoriów dla reumatyków, opublikowane w Opiniach Google, i na ich podstawie stworzyłem ranking TOP 11 najlepszych ośrodków leczniczych.

Kuracjusze oceniają w swoich recenzjach wszystko: jakość i różnorodność zabiegów, komfort pokoi, jedzenie, poziom obsługi i podejście do pacjenta. Ich opinie to więc genialne źródło rzetelnej wiedzy o tym, jak faktycznie działa i traktuje swoich gości dany ośrodek.

Mój ranking opiera się na punktacji. Im więcej punktów, tym wyższa pozycja w rankingu.

Liczba punktów zależna jest od średniej ocen danego sanatorium dla reumatyków w Google i liczby recenzji napisanych przez kuracjuszy (im więcej recenzji, tym rzetelniejsza średnia ocen).

Ranking najlepszych sanatoriów w Polsce dla osób cierpiących na reumatyzm:

Miejsce 11: Balnea Medical SPA w Inowrocławiu

• Średnia ocen: 4,9
• Liczba recenzji: 85
• Punktacja: 416,5 + 500 = 916,5 pkt



FOT. ELIZA CIEPIELEWSKA

Ważną częścią leczenia chorób reumatycznych może być korzystanie z oferty uzdrowiskowej. Warto zaplanować turnus w uzdrowisku jesienią i zimą, kiedy pobyty na NFZ są tańsze

Miejsce 10: Sanatorium Gracja w Ciechocinku

• Średnia ocen: 3,8
• Liczba recenzji: 389
• Punktacja: 1478,2 – 500 = 978,2 pkt

Miejsce 9: Centrum Rehabilitacji Rolników Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego „Kresowiak" w Horyńcu-Zdroju

• Średnia ocen: 4,5
• Liczba recenzji: 158
• Punktacja: 711 + 500 = 1211 pkt

Miejsce 8: Świerkowy Zdrój Medical SPA Iwonicz-Zdrój

• Średnia ocen: 4,0
• Liczba recenzji: 435
• Punktacja: 1740 – 500 = 1240 pkt

Miejsce 7: Sanatorium Uzdrowiskowe Dedal w Polańczyku

• Średnia ocen: 4,3
• Liczba recenzji: 291
• Punktacja: 1251,3 pkt

Miejsce 6: Centrum Medyczne Karpacz

• Średnia ocen: 4,1
• Liczba recenzji: 357
• Punktacja: 1463,7 pkt

Miejsce 5: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój

Średnia ocen: 4,4
Liczba recenzji: 460
Punktacja: 2024 pkt

Miejsce 4: Sanatorium Uzdrowiskowe Krystynka w Ciechocinku

Średnia ocen: 4,6
Liczba recenzji: 513
Punktacja: 2359,8 + 500 = 2859,8 pkt

Miejsce 3: Uzdrowisko Ustroń, sanatorium Równica

• Średnia ocen: 4,1
• Liczba recenzji: 811
• Punktacja: 3325,1 pkt

Równica ma ogólnie dobre opinie wśród kuracjuszy, co w połączeniu z bardzo dużą liczbą recenzji czyni z niej doskonały wybór na turnus.

Miejsce 2: Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA

• Średnia ocen: 4,6
• Liczba recenzji: 693
• Punktacja: 3187,8 + 500 = 3687,8 pkt

Sanatorium Spółki BiaVita w Augustowie ma bardzo wysoką średnią ocen przy dużej liczbie recenzji w Google. Kuracjusze chętnie dzielą się w swoich recenzjach swoimi wrażeniami i zaletami tego miejsca.

Miejsce 1: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju

• Średnia ocen: 4,2
• Liczba recenzji: 942
• Punktacja: 3956,4 pkt

Sanatorium Włókniarz jest niezwykle popularne (niemal 1000 recenzji w Google!) i cieszy się dobrymi opiniami kuracjuszy. Według moich wyliczeń to najlepsze w Polsce sanatorium dla osób zmagających się z chorobami reumatycznymi.

BADANIA

Te badania wykonasz bez skierowania i opłat

Katarzyna Wąś-Zaniuk

20 października obchodziliśmy Europejski Dzień Seniora. To dobra okazja, by przypomnieć, że osoby starsze mogą korzystać z szeregu bezpłatnych świadczeń zdrowotnych finansowanych przez państwo. Które badania i szczepienia są dostępne dla seniorów za darmo?

• RSV, znany również jako syncytialny wirus oddechowy, stanowi szczególne zagrożenie dla małych dzieci i osób starszych, zwłaszcza tych, które cierpią na choroby przewlekłe, są po przeszczepach, mają wady serca, lub przyjmują leki immunosupresyjne. RSV może wywołać zapalenie płuc, niewydolność serca lub niewydolność oddechową. W naszym kraju dla seniorów dostępne są refundowane szczepienia przeciwko wirusowi RSV. Osoby, które ukończyły 65 lat, mogą otrzymać szczepionki Abrysvo i Arexvy całkowicie za darmo. Z kolei pacjenci w wieku 60-64 lata mają prawo do 50 proc. refundacji, dzięki czemu płacą wyłącznie połowę ceny preparatu. W każdym z tych przypadków konieczne jest uzyskanie recepty na szczepionkę refundowaną.

• Wraz z nadejściem chłodniejszych, jesiennych dni rozpoczyna się sezon zachorowań na grypę. To doskonały moment, by zadbać o swoje bezpieczeństwo i skorzystać ze szczepienia na grypę. Dla seniorów po 65. roku życia taki preparat jest bezpłatny, a samo szczepienie można wykonać zarówno w przychodni POZ, jak i w wielu polskich aptekach. 100 proc. refundacją objęte są preparaty Vaxigrip Tetra i Influvac Tetra.

• Mammografia to proste, nieinwazyjne badanie, które w ramach programu profilaktyki raka piersi przysługuje kobietom w wieku 45-74 lat. Metoda ta cechuje się bardzo wysoką skutecznością w uwidacznianiu mikrozwapnień i drobnych zmian w piersiach o budowie tłuszczowej. Kobiety, które nie miały wcześniej zdiagnozowanej złośliwej zmiany nowotworowej w piersi, mogą zgłosić się na mammografię co 24 miesiące.

• Dzięki kolonoskopii możemy wykryć nie tylko rozwijający się nowotwór, ale również polipy czy zmiany przednowotworowe, które mogą zostać usunięte, zanim jeszcze przekształcą się w raka. To właśnie z tego powodu badanie stanowi podstawę programu badań przesiewowych raka jelita grubego. Bezpłatne badanie w programu profilaktycznego przysługuje osobom w wieku od 50 do 65 lat.

eprasa.pl f415e9827d

PROGRAMOWO

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Krystyna martwi się o Tomka. Daria i Krzysztof zamieszkali razem i obojgu jest dobrze. Jedna z pielęgniarek zgłasza Gośce, że Sara ją okradła. Monitoring nie pozostawia wątpliwości. Gośka zmierza oddać pieniądze za nią, ale coś w niej pęka. Tego dnia ma odbyć się komisja mobbingowa, Rogowski nieopatrznie mówi o tym Krzysztofowi i Darii, którzy nie mieli o tym pojęcia. Na SOR trafia kobieta w 36 tygodniu ciąży, która zemdlała w domu. Wymaga intubacji, jest nieprzytomna. Dochodzi do zatrzymania krążenia, stan pacjentki jest krytyczny. Dr Bursztyn wykonuje cesarskie cięcie. Krzysztof chce porozmawiać z synem, uwierzył w oskarżenia wobec niego. Adrian daje znać matce, że urodził jej się wnuk. Chce spotkać się z Sabiną.

G. 16:55

Gliniarze Śląsk

Polsat

Pod wiaduktem kolejowym został brutalnie zamordowany 16-letni kieszonkowiec. Gutek i Kowalski rozpoczynają śledztwo, które prowadzi ich do rodzinnej szajki złodziei na terenie Chorzowa. Głównym podejrzanym staje się ojciec ofiary – recydywista. Okazuje się jednak, że chłopak prowadził podwójne życie, a jego śmierć może mieć związek z nieudanym skokiem, zemstą i romansem z dziewczyną z bogatego domu. Finał śledztwa przynosi tragiczne konsekwencje. Równolegle Gutek dotrzymuje obietnicy i pomaga Kowalskiemu w polowaniu na Mitręgę. Jednocześnie Gutek próbuje poradzić sobie z narastającym konfliktem z synem Dawidem, który po wyroku sądu wciąż nie potrafi zaakceptować konsekwencji własnych decyzji.



G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Hubert w kompletnej tajemnicy przed Pauliną szykuje wypasioną podróż poślubną – oczywiście na możliwości swojego budżetu. Tymczasem Paulinę odwiedza była żona Huberta. Czy to, z czym przychodzi, pokrzyżuje plany nowożeńców? Odpowiedź wcale nie jest jednoznaczna... Z kolei Kacper składa Julce propozycję na wspólny wypad. To, czego nie wie, to że to samo popołudnie zaplanował już dla niej Paweł... Gdy panowie orientują się w sytuacji, żaden z nich nie chce być kulturalnym dżentelmenem i odpuścić. Przeciwnie, zaczyna się „walka kogutów" o pierwszeństwo! Tego Julka jednak ma dość i każe im się wreszcie dogadać. Czy to się uda? Emilka zapewnia Bartka, że cieszy się jego szczęściem. Prawda jest zgoła inna: wciąż nie może się pogodzić z utratą. Gdy Ilona próbuje nawiązać z nią relację, traci cierpliwość i wygarnia rywalce, co o niej myśli.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN

Lew spotyka w szpitalu Grega – Kalski zamierza wykorzystać urlop i... wrócić do pracy! Nalepa nie wytrzymuje... W tym czasie Roztocka jedzie do Eweliny, która wróciła do męża-potwora. Błaga ją, żeby ratowała siebie i córkę! Kobiety nakrywa wracający Greg. Siłą odciąga Weronikę od żony i grozi Roztockiej... śmiercią! Z kolei Judyta spędza kolejną noc z Fabianem – szczęśliwa oznajmia mu, że zarząd telewizji właśnie zatwierdził jej program! Gdy Bradecka idzie pod prysznic, Krawiec widzi w jej telefonie powiadomienie o terminie chemioterapii jej synka. Fabian alarmuje szefa – Judyta nie da rady uciągnąć nowego projektu, bo jej syn ma białaczkę! Gwiazdor jako prowadzącego proponuje siebie – w duecie z... Martą! Kajtek martwi się o sąsiadkę, którą wczoraj napadł „czyściciel" mieszkań – ale obiecał pani Janinie, że nikomu o tym nie powie. Chłopak sprytnie podpytuje rodziców, czy można kupić połowę mieszkania, w którymś ktoś żyje... Jakiś czas później Monika widzi jak sąsiadka przegania jakiegoś mężczyznę – nie wie, że ten zaproponował Janinie odkupienie jej połowy mieszkania za jakieś grosze!



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Gloria z Begerem wciąż ukrywają przed wszystkimi z pracy, że na nowo są parą. Łatwo nie jest... Z kolei Maria jedzie do Krakowa, gdzie spotyka się z dawną koleżanką ze szpitala – pielęgniarką Teresą. Kobieta może jej pomóc w walce z Jakubem Dobrym. Na kolejnym dyżurze pacjentem Julki zostaje młody sprinter – nastolatek, który zemdlał podczas treningu. Gdy chłopiec przechodzi w szpitalu badania, jego serce nagle staje, a jego matka, będąca w zaawansowanej ciąży, traci w dodatku wody płodowe. Gdy doktor Zawada stawia w końcu diagnozę, okazuje się, że medycznej pomocy wymaga także ojciec młodego pacjenta. Tymczasem Blanka wciąż rozpacza po zniknięciu córki, a szalona porywaczka – Zuza – gromadzi pieniądze na ucieczkę z kraju, gotowa do wyjazdu. Mała Nina zaczyna jednak nagle poważnie chorować...

eprasa.pl f415e9827d

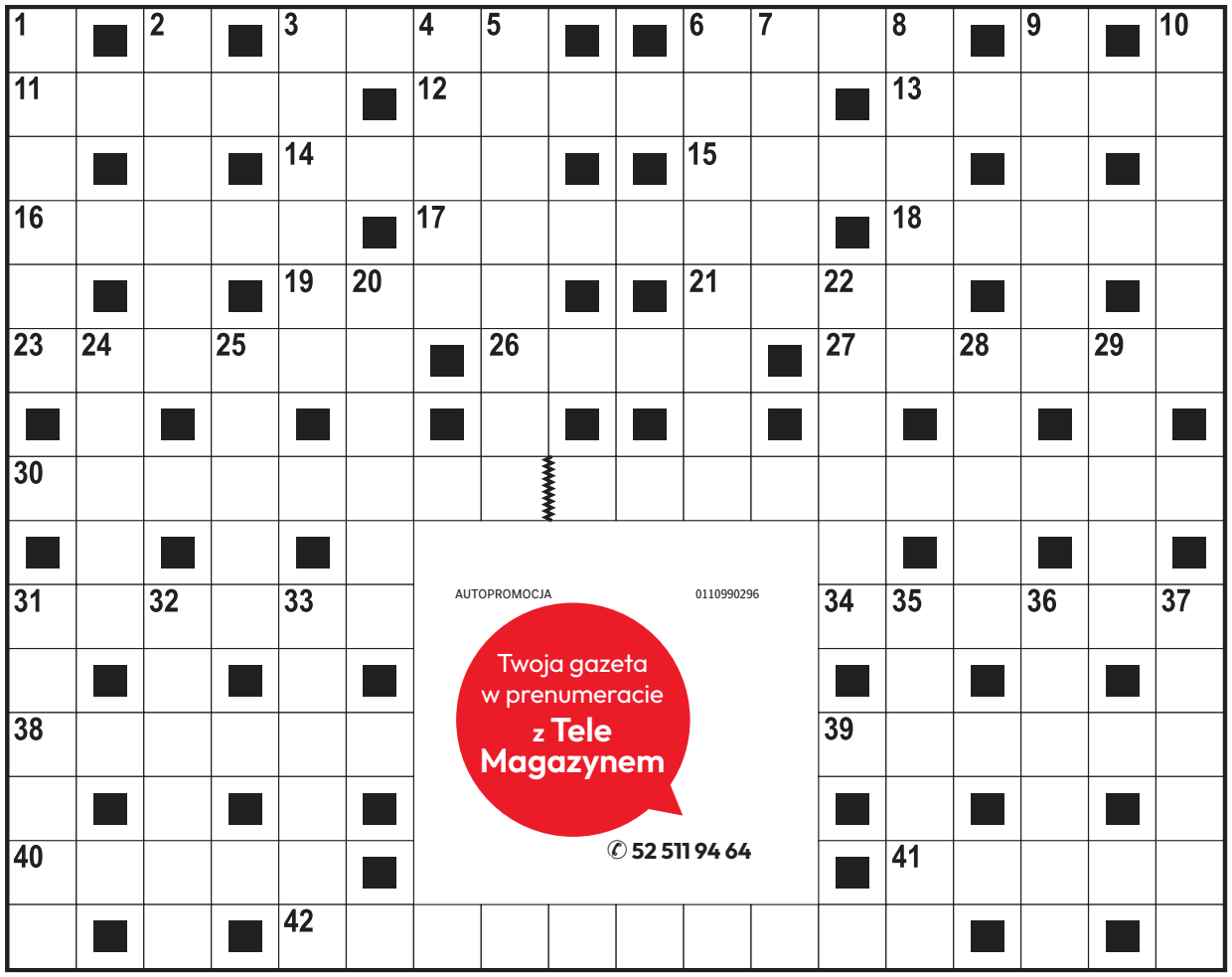
KRZYŻÓWKA NR 167

Poziomo:

3) rysunkowy lub mieszkalny,
6) informacje w komputerze,
11) przemawia pięknym językiem,
12) mocne, ciemne piwo,
13) paraliżuje przed publicznym występem,
14) kobiecy powab i wdzięk,
15) krzykliwy ptak nadmorski,
16) dawna złota moneta wenecka,
17) jednostka administracyjna w Szwajcarii,
18) solenizantka z 25 sierpnia,
19) cieplny lub słoneczny,
21) wojskowy traktat północnoatlantycki,
23) David, aktor z serialu „Kryminalne zagadki Miami”,
26) Salvador, hiszpański malarz, surrealista,
27) Gall, autor „Kroniki polskiej”,
30) prezenterka programu „Nasz nowy dom”,
31) pieszczotliwie o małym burku,
34) Nicole, zagrała główną rolę w filmie „Australia”,
38) tajne sprzysiężenie, zmowa,
39) poręczyciel pożyczki, gwarant,
40) oficerska w polskiej armii,
41) … Cyms, polski piosenkarz i autor tekstów,
42) element elektroniczny z trzema elektrodami.

Pionowo:

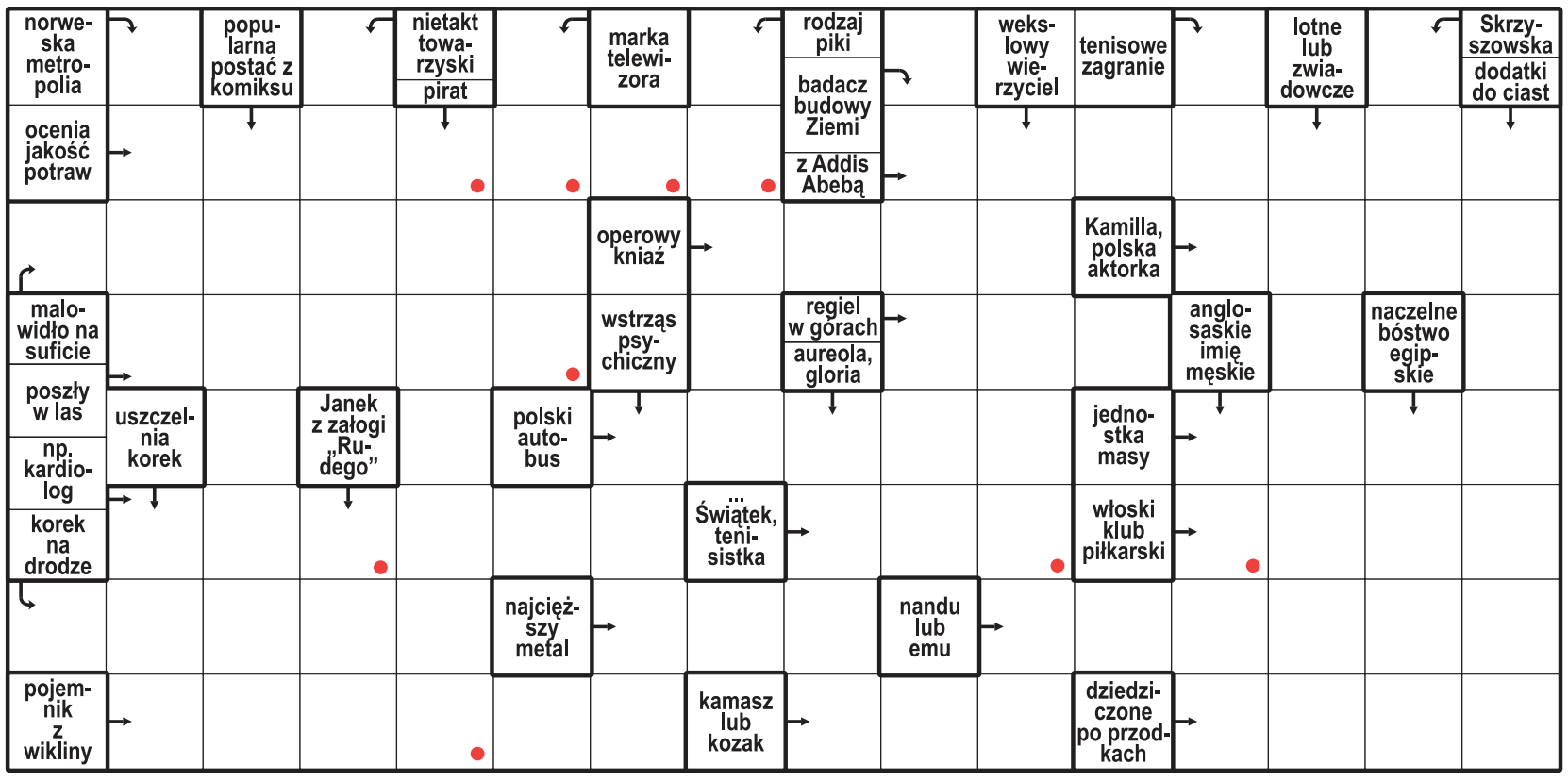
1) mały chłopiec, szkrab,
2) rzadkie imię męskie,
3) przeciwnik Juliusza Cezara,
4) twarda podstawa, fundament,
5) wpleciona w warkoczyk,
6) wiara w złe duchy, diabliczność,
7) scena dla iluzjonisty i klauna,
8) wzorzec jednostki miary,
9) jednostka wojskowa w starożytnym Rzymie,
10) stan odrętwienia, zobojętnienie,
20) zakres działania, dziedzina,
22) pilnik o grubych nacięciach,
24) przyrząd do wykonywania ćwiczeń siłowych,
25) Jan, trener polskiej reprezentacji w piłce nożnej,
28) wyborczy lub elektryczny,
29) niewielka przyczyna pożaru,
31) film w reżyserii Krystyny Jandy,
32) epos Homera o wojnie trojańskiej,
33) ciężka praca, harówka,
35) Jan … Sztaudynger, fraszkopisarz,
36) Karol, śląski działacz narodowy,
37) przyroda oraz zachodzące w niej zjawiska i procesy.



ROZWIĄZANIE NR 166

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: KOSZYKARZ.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, ale nie pod wpływem emocji. Horoskop dzienny mówi, że ktoś miło Cię zaskoczy.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojny dzień sprzyja rozmowom i planom. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji.

Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawa wiadomość i nowe możliwości. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na ludzi.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o odpoczynek i bliskich. Horoskop dzienny zapowiada, że szczera rozmowa rozwieje wątpliwości.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi pamiętać o potrzebach innych ludzi.

Rak (22.06 - 22.07)
Dobra organizacja pomoże Ci osiągnąć cel. Horoskop dzienny na środę mówi, że ucieszy to nie tylko Ciebie.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci do Twoich relacji. Horoskop dzienny podpowiada, by nie bać się wyrażać uczuć.

Panna (23.08 - 22.09)
Odkryjesz coś ważnego. Horoskop na dziś sugeruje nie zdradzać jednak wszystkich swoich planów.

Waga (23.09 - 22.10)
Energia sprzyja przygodom i nowym znajomościom. Horoskop dzienny na środę radzi nie bać się zmian.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by znaleźć też chwilę dla siebie i bliskich.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Uda Ci się zrealizować wszystkie zaplanowane zadania. Horoskop na dziś mówi, że postanowisz to uczcić.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Twoje propozycje będą padać na podatny grunt. Horoskop dzienny na środę zapowiada udany dzień.

eprasa.pl f415e9827d

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Jak można w prosty sposób wspierać zdrowie wątroby?

Czy można samemu przygotować jakiś specyfik?

– Tak. Wodę z goździkami, która może korzystnie wpływać na twoje zdrowie – twierdzi dr Eric Berg, który wśród zalet wody goździkowej wymienia między innymi właśnie oczyszczenie wątroby.

Co konkretnie daje picie wody z goździkami?

Dr Eric Berg wśród zalet wody goździkowej wymienia m.in. obniżenie poziomu cukru we krwi, oczyszczenie wątroby i złagodzenie bólu stawów. – Możesz używać wody goździkowej dla lepszego snu, zdrowia jamy ustnej, zdrowia serca, zdrowia układu odpornościowego i nie tylko – mówi ekspert. – Goździki mają silne właściwości przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze i przeciwwirusowe praktycznie bez skutków ubocznych. Picie wody goździkowej przed snem może pomóc się zrelaksować, odtruć wątrobę i poprawić trawienie. Może być również stosowana w przypadku problemów z układem oddechowym, takich jak zapalenie oskrzeli, śluz w płucach, przeziębienia, kaszel i astma. Ekspert dodaje, że woda goździkowa wspomaga funkcje poznawcze, zdrowie serca i odporność. Przez to, że jest naturalnym środkiem uspokajającym, może być stosowana jako środek ułatwiający zasypianie – i to bez skutków ubocznych, jakie możesz odczuwać po lekach nasennych.

Czy goździki będące przyprawą można traktować jak lekarstwo?

Faktycznie, goździki to niezwykle wszechstronna przyprawa. Chociaż znane są przede wszystkim ze swoich słodkich i aromatycznych właściwości, mają długą historię stosowania w medycynie tradycyjnej. Warto podkreślić, że nie tylko poprawiają smak, ale także oferują liczne korzyści zdrowotne. Są bogate w przeciwutleniacze, mogą pomóc w regulacji poziomu cukru we krwi, zwalczaniu bakterii i wielu innych. Goździki mogą pomagać w kontrolowaniu poziomu cukru we krwi ze względu na zawarte w nich związki, które naśladują insulinę – hormon odpowiedzialny za regulację tego poziomu. Konieczne są jednak dalsze badania w celu potwierdzenia tej potencjalnej korzyści. Ekstrakt z goździków może pomóc w naprawie uszkodzeń wątroby wywołanych przez toksyczny związek tioacetamid – wykazało z kolei badanie przeprowadzone na zwierzętach w 2022 roku. W szczególności eugenol, kluczowy składnik goździków, może być szczególnie dobry dla zdrowia wątroby. Wciąż jednak potrzebne są dalsze badania, aby potwierdzić pozytywny wpływ goździków na zdrowie wątroby u ludzi. Goździki są także źródłem manganu, który jest kluczowy dla tworzenia kości i ogólnego zdrowia kości, jednak i w tym przypadku potrzebne są dalsze badania.

Jak przygotować wodę goździkową?

Aby przygotować wodę goździkową, potrzebujesz 180 ml wody oraz 4-5 goździków. Krok po kroku przygotowanie wody goździkowej wygląda tak: do garnuszka wlej wodę, dodaj goździki i zagotuj to wszystko. Kolejnym krokiem będzie zmniejszenie ognia i gotowanie goździków na wolnym ogniu przez pięć minut pod przykryciem. Przygotowany napar należy odstawić i pozwolić mu ostygnąć przez godzinę. Wodę goździkową pijemy około 30 minut przed snem.

Kto nie może pić goździków?



FOT. GETTY IMAGES

Eksperci podkreślają, że choć goździki mają wiele korzystnych właściwości, to jednak niektóre osoby powinny zachować ostrożność. W przypadku osób z cukrzycą eugenol znajdujący się w goździkach może pomóc obniżyć poziom glukozy we krwi do bezpiecznego poziomu. Jednak nadmierne spożycie goździków może prowadzić do hipoglikemii, która może być niebezpieczna. Warto pamiętać, że wody z goździków nie powinny pić: kobiety w ciąży, osoby z nadciśnieniem, osoby z hipoglikemią, osoby z problemami z krzepliwością krwi. Przed zażyciem wody goździkowej warto skonsultować się z lekarzem, aby upewnić się, że możemy ją pić, zwłaszcza jeśli przyjmujemy leki lub cierpimy na jakąś chorobę.

oprac. Gabriela Fedyk

DROBNE

Zdrowie

LABORATORIA

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

Usługi

MONTAŻOWE

ROLETY ATRAKCYJNE CENY. Producent „GARDA" tel. 504166613

REKLAMA 0011590530

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

AUTOREKLAMA

strona podróży



Piąta strona świata

stronapodrozy.pl

REKLAMA 0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.



Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011603854

WÓJT GMINY BIAŁE BŁOTA

informuje, że dnia 28 października 2026 r. wywiesił do publicznej wiadomości na okres 21 dni w siedzibie Urzędu Gminy Białe Błota przy ul. Szubińskiej 7 i Szubińskiej 57 na tablicy ogłoszeń, stosownie do art. 35 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2026 r. poz. 399 r. ze zm.), wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy na okres do 10 lat na cele warzywniczo-sadownicze.

0011604876

„Niech Cię Bóg wynagrodzi po ziemskim trudzie"

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że w dniu 26 października 2026 r. odeszła od nas
Nasza Kochana Mama, Teściowa, Babcia i Siostra

ś†p

Gilda Papke

lat 77

Ceremonia pogrzebowa poprzedzona mszą świętą odprawiona zostanie w dniu 30.10.2026 r. (piątek) o godzinie 13.30 w kaplicy na cmentarzu parafialnym Bielawki przy ul. Wyszyńskiego w Bydgoszczy.

Pogrążona w smutku
Rodzina

0011604610

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 24 października 2026 r. odeszła od nas
kochana Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia

ś†p

Honorata Biegańska

Lat 97

Pogrzeb poprzedzony Mszą św. odbędzie się w czwartek, 29 października 2026 r., o godz. 12.00 w kaplicy na cmentarzu parafii Św. Wincentego 'a Paulo - Bielawki przy Al. Kard. Stefana Wyszyńskiego 56 w Bydgoszczy.
Pogrążona w smutku
Rodzina

0011604242

Nie umiera ten, kto żyje w pamięci.

Naszej Koleżance

Bożenie Szałkowskiej

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Syna

składają
koleżanki i koledzy z Wydziału Administracji Budowlanej UM Bydgoszcz

0011604941

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 27 października 2026 roku,
przeżywszy 84 lata,
zmarła tragicznie
Nasza Ukochana Żona, Mama i Babcia

ŚP.

Maria Smentek

O dacie i miejscu uroczystości pogrzebowych poinformujemy w terminie późniejszym.

W głębokim smutku pogrążona
Rodzina

eprasa.pl f415e9827d

Sport

Piłka nożna. Ewa Pajor - triumfatorka Ligi Mistrzów i królowa strzelczyń tych rozgrywek z FC Barceloną- druga w plebiscycie Złotej Piłki wśród pań. Trofeum zdobyła Hiszpanka Alexia Putellas, a wśród piłkarzy reprezentant Anglii Harry Kane.

ŻUŻEL

Najlepszy obcokrajowiec w lidze. - Chcę zdobywać kolejne laury z „Aniołami”!

Joachim Przybył

- Przedłużyłem kontrakt w klubie do 2029 roku, więc jestem zdeterminowany, aby zdobywać dla Torunia kolejne medale - zapowiada Robert Lambert, który po raz drugi w karierze został wybrany najlepszym obcokrajowcem PGE Ekstraligi.

Nie miał najwyższej średniej w PGE Ekstralidze, nie zdobywał wielu kompletów, ale kibice w Polsce docenili jego wkład w złoto „Aniołów”, a także wielki triumf w Grand Prix, którzy przypieczętował na polskiej ziemi, właśnie w Toruniu. To właśnie Roberta Lamberta wybrali najlepszym obcokrajowcem w lidze. To jego drugie takie wyróżnienie, poprzedniego Szczakiela w tej kategorii zdobył dwa lata temu.

- Pragnę zdobyć kolejne mistrzostwo świata, co byłoby dla mnie czymś naprawdę wyjątkowym, ale też osiągnąć znacznie więcej z Toruniem. Przedłużyłem kontrakt w klubie do 2029 roku, więc jestem zdeterminowany, aby zdobywać dla Torunia kolejne medale. Muszę po prostu dalej dawać z siebie wszystko, skupić się na najważniejszych rzeczach i zobaczymy, dokąd mnie to zaprowadzi - powiedział Lambert po gali w Warszawie, cytowany przez portal Speedway Ekstraligi.

Wiadomo już, że Robert Lambert stara się o polskie obywatelstwo, co jednak nie oznacza automatycznie, że będzie startował z polską licencją w Speedway Ekstralidze. Całe zamieszanie ma związek z nowym obowiązkiem dla brytyjskich żużlowców, którzy muszę startować w rodzimej lidze, aby dostać zgodę na starty za granicą.

- Coś tam dzieje się za kulisami i kiedy poznam w stu procentach konkretną odpowiedź, to na pewno zwrócę się do mediów - ucina na razie spekulacje sam żużlowiec.

Mistrz świata jednak podkreśla, że nie mógłby liczyć na takie sukcesy bez przeprowadzki do Polski. - Wszystko przychodziło etapami. Przenieśliśmy się do Torunia, zaręczyliśmy się z Julią, wzięliśmy ślub, a teraz czekamy na dziecko. Dziś jestem mistrzem świata. Wszystko układa się świetnie i czuję, że mam stabilizację. Bez niej nie można myśleć o wielkich sukcesach - podkreślił ostatnio w wywiadzie dla brytyjskiego „Speedway Star”.

Oczywiście nie brakuje przy tych okazjach pytań o język polski. Lambert od lat mieszka w Polsce i choć niemal wszystko już w naszym języku rozumie, to mówienie sprawia mu jeszcze duże problemy. - Mam w domu świetną nauczycielkę, więc robię postępy - podkreśla i obiecuje, że w końcu kiedyś udzieli wywiadu w języku polskim.

Robert Lambert niedawno przedłużył kontrakt w Toruniu do 2029 roku. W barwach „Aniołów” startuje od 2021 roku.



FOT. CEZARY KONARSKI

Robert Lambert po raz drugi w swojej karierze został wybrany najlepszym obcokrajowcem polskiej ligi

KOSZYKÓWKA

Jeden punkt zmorą Anwilu. „I tak jestem z nich dumny”

Joachim Przybył

Sześć meczów, w pięciu różnica wynosiła zaledwie punkty, trzy z nich Anwil Włocławek przegrał. - Wierzę, że możemy być wciąż lepsi i pokonać każdy zespół w tej lidze. Mam nadzieję jedynie, że wreszcie w pełnym składzie - mówi Vedran Bosnić.



FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Anwil Włocławek imponuje walecznością i zaangażowaniem

Takiej huśtawki emocji kibice w Hali Mistrzów dawno nie przeżywali. Anwil Włocławek niemal każdy swój mecz rozstrzyga w ostatniej akcji. I to ze zmiennym szczęściem, bo w ten sposób przegrał z Legią w Warszawie, z Zastalem i u siebie z CSU Voluntari w lidze ENBL.

Można tylko zadać sobie pytanie: czy Anwil przegrałby te wszystkie mecze, gdyby zagrał w pełnym składzie. Od początku sezonu brakuje Josiaha Stronga i Jacka Forresta, w jakimś stopniu te luki uzupełnia Deon Edwin, za to w Zielonej Górze kontuzji nabawił się podstawowy środkowy Lennard Freeman.

Trener Vedran Bosnić ma pomysł na ten zespół i już to go odróżnia od niesławnego poprzednika. Anwil w tym sezonie imponuje walecznością, ambicją i zaangażowaniem na parkiecie. Talentu jest w składzie nieco mniej niż w ostatnich sezonach, więc Anwil chce wygrywać zaciętością, fizycznością, pracowitością i dobrym przygotowaniem.

Problem w tym, że całego sezonu nie uda się rozegrać w takim składzie i to na dwóch frontach. Bardzo mocno eksploatowany jest tercet Lecomte - Vanwijn - Hines (wszyscy średnio grubo powyżej 30 minut w każdym meczu), coraz mniej za to gra Mateusz Szlachetka, a prawie wcale Bartosz Łazarski. Jeśli Freeman wypadnie na dłużej, to wzrośnie rola Dawida Słupińskiego, który dotąd także nie cieszył się wielkim zaufaniem szkoleniowca (średnio ledwie 4 minuty w grze).

W tym tygodniu być może treningi z drużyną rozpocznie Jack Forrest, który zmagał się z urazem mięśnia. O Strongu na razie słuch zaginął, wiemy jedynie, że już od kilku tygodni ma problem z plecami. Czekamy także na komunikat medyczny po badania Freemana.

Dla trenera Bosnicia kluczową kwestią jest rozwiązanie problemu końcówek meczów. - Myślę, że niewielu trenerów spotkało się z taką sytuacją w swojej karierze. To wyzwanie dla mnie i całej drużyny i dotyczy nie tylko meczów, ale każdego treningu. To wciąż nowy zespół, to wciąż proces jego tworzenia. Wierzę, że możemy być coraz lepsi i pokonać każdy zespół w tej lidze. Mam nadzieję jedynie, że wreszcie w pełnym składzie - dodaje szkoleniowiec.

- Jesteśmy na dobrej drodze, musimy jedynie w końcówkach zadbać do doszlifowanie kilku elementach. Popełniamy drobne, głupie błędy i wtedy pozwalamy przeciwnikowi poczuć się komfortowo - dodaje Szymon Wójcik.

Kolejny mecz Anwil rozegra już w piątek u siebie ze Stalą Ostrów.

PIŁKA NOŻNA

Czerwona kartka, gol i koniec marzeń o Pucharze Polski

Joachim Przybył

W rozegranym w Świeciu meczu 1/16 Pucharu Polski z Termaliką Nieciecza zadecydował gol w doliczonym czasie gry.

Stawką meczu z Termalicą był awans do najlepszej szesnastki rozgrywek. Mecz zapowiadał się świetnie: rywale to czołowy zespół zaplecza ekstraklasy, Olimpia w ostatnich czterech meczach uzbierała aż 10 punktów. W pierwszej połowie nie brakowało akcji z obu stron, choć więcej z gry mieli gospodarze. Nie potrafili jednak skierować jej do bramki, której strzegł rezerwowy bramkarz Termaliki Eric Topór.

Po przerwie częściej już atakowali goście, choć mieli kłopoty, aby trafił piłką w światło bramki. Tym razem to Termalica miała inicjatywę, a Olimpia szukała okazji w kontrach. W 87. minucie sytuacja gospodarzy się skomplikowała, gdy czerwoną kartkę za drugą żółtą zobaczył Bartosz Zbiciak.

W tej sytuacji Olimpia chciała przetrwać do rzutów karnych, ale nie udało się dotrwać nawet do dogrywki. W trzeciej minucie doliczonego czasu gry gospodarze stracili piłkę przed swoim polem karnym, a Iwan Durdow z bliska pokonał Michała Jerke.

Olimpia Grudziądz - Termalica Nieciecza 0:1 (0:0)

Bramka: Igor Durdow (90+3)

Olimpia: Jerke - Brzęk, Stolc, Zbiciak, Abramowicz, Wilak (59. Olejarka), Stec, Frelek, Cichoń, Jastrzembski (72. Jasiak), Siemaszko (72. Bałdyga).

eprasa.pl f415e9827d

extra

tylko dla prenumeratora!

Express BYDGOSKI

październik 2026 Nr 104

LITERATURA

Manuela Gretkowska: Gucci--sruczi to poziom plebsu. Duże pieniądze zaczynają się od miliardów

- Za pieniądze kupi się towar, bilet, helikopter, ale nie klasę czy sens życia. Miliardy nie zasypią dziury w emocjach, a mogą rozpętać zniszczenie – mówi pisarka Manuela Gretkowska

Anita Czupryn



FOT. FILIP ĆWIK/ MAT.PRAS.

Manuela Gretkowska: „Milionerka" pokazuje „pyszną ohydę" elit kulturalnych, medialnych, finansowych. Nie piszę o politycznych

Co Panią tak poruszyło, że napisała „Milionerkę"?

Ilość przeszła w jakość. Nasłuchałam się tylu historii, napatrzyłam na takie rzeczy, że przekroczyło to moją granicę. A że jestem pisarką, nie reportażystką ani malarką, ułożyła mi się w głowie fabuła, która by pokazała, wyjaśniła mi, skąd to całe gówno do nas płynie.

Usłyszałam, że to powieść z kluczem.

Bardzo współczułabym osobom, które rozpoznałyby się w tej książce.

Co pani zobaczyła za drzwiami świata, do którego większość z nas nie ma wstępu?

To, co opisałam w książce. Przepych, ale i okrucieństwo luksusu. Co się dzieje z ludźmi, miłością, gdy znika limit finansowy.

Gdyby ludzie wiedzieli, co naprawdę dzieje się w takich eleganckich, bogatych domach...

Myślę, że się domyślają, ale lepiej udawać niewiedzę. O wiele łatwiej ułożyć sobie świat sztonami: dobrzy, źli, piękni, bogaci. Obserwują ich w pismach i portalach, czekają na potknięcia, bo wiedzą, że ten obraz jest nieprawdziwy. Życzą bogatym i pięknym nie najlepiej, bo musi być sprawiedliwość. Nie może być tak, że ktoś ma wspaniałe życie, szczęście i pieniądze. Stąd radość z czyjejś porażki. Ślub księcia Karola i Diany oglądało 750 mln ludzi, ale jej pogrzeb 2,5 mld i tego rekordu nie pobiło żadne wydarzenie. Tragedia nas kręci. Ona odsłania prawdę kolorowych atrap lepszego świata. Ci, którzy wiedzą, kim są, czego chcą i mają prawdziwe wartości, nie wystawiają się na pokaz. Uważają to za nieeleganckie, niepotrzebne. Starają się zachować swoją intymność, siebie i swoje życie. Nikt nam nie każe być produktem jak celebryci. Ich dzieci, jak napisałam, powinny rodzić się z metką. Dawniej mówiliśmy, że dzieci pracujące w kopalniach są wyzyskiwane, a teraz są wyzyskiwane przez znanych rodziców do pomnażania majątku. Celebryci nie są sławni ze swoich osiągnięć – jak artyści, sportowcy. Jednak władzy pieniądza ulegają niemal wszyscy. Jest ona bezwstydnie wszechobecna. OnlyFans mnie przeraża, pokazując prostytucję bardzo delikatnie: to ekran, klient nie przychodzi, nie zawsze, więc niby nie dzieje się to naprawdę. Ale przenieśliśmy się do życia cyfrowego i to jest bardzo naprawdę. Pieniądze są prawdziwe. Celebrytki z portali plotkarskich, szemrane raperki oswajają młodym dziewczynom Only Fans jako coś normalnego i popłatnego: „Zobacz, można zarobić na swoim ciele". Jeśli to nie prostytucja, to czym to jest? Cyfrowym kurewstwem? Jesteś biedna, nie masz zawodu, ale duże aspiracje podsycane mediami społecznościowymi, albo chcesz zarobić na studia i wyrwać się do lepszego świata, więc łatwo ulec pokusie i stajesz się trybikiem porno produkcji, tej maszyny do przemielenia młodych ciał.

Kim dzisiaj są polskie elity? Ludźmi, którzy coś potrafią, czy którzy coś odziedziczyli?

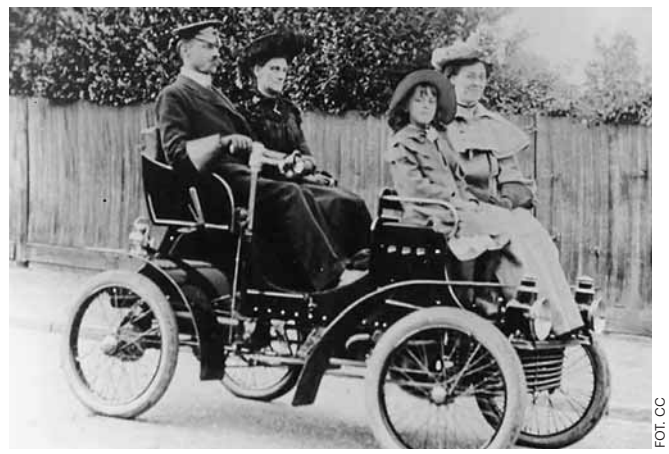
Nie ma jednej elity. „Milionerka" pokazuje „pyszną ohydę" elit kulturalnych, medialnych, finansowych. Nie piszę o politycznych. Te środowiska często się przenikają, ale nie zawsze. To ludzie znani, mający wpływ na nasze życie. Elity finansowe widzimy w „Forbesie": kto jest najbogatszy, od jakiego pułapu. Te elity wykorzystują się albo wspierają z różnych powodów: jedni chcą mieć reklamę, inni chcą na tym zarobić.

Dokończenie na str. 3



FOT. BARBARA GALAS

Gdy walczysz o życie swojego dziecka, nie ma już czasu na lęk. Nie możesz pozwolić sobie na rozpacz Str. 14-15



FOT. CC

123 lata temu w Wielkiej Brytanii wprowadzono ustawowo obowiązek posiadania prawa jazdy Str. 16



FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Był na dnie. Dziś zdobywa medale i pomaga innym w szponach nałogu Str. 13



FOT. HOLOCAUST MEMORIAL MUSEUM, WASZYNGTON

Kaci z obozu Auschwitz-Birkenau wypoczywali w Beskidach Str. 4

eprasa.pl f415e9827d

Wieści o znanych i lubianych

Roksana Węgiel

Budowa domu - sprawdzian wytrzymałości

Młoda piosenkarka dba o swoją przyszłość i rozpoczęła budowę domu. Czekając na sfinalizowanie inwestycji, przeprowadziła się z mężem Kevinem do tymczasowego gniazdka w lesie pod stolicą. Dzięki temu trzyma się z dala od wszelkich problemów związanych z budową przyszłego domu. W rozmowie z Kozaczkiem przyznała, że to była bardzo sensowna decyzja. – Wiedziałam, że budowa domu to są ogromne koszty i wiedzieliśmy, na co się piszemy. Budowa to jest poniekąd taki sprawdzian wytrzymałości, jeśli chodzi o osobowość. Ale ze względu na to, że przenieśliśmy się szybciej pod Warszawę, to nie mamy tej presji i to nam daje dużo więcej takiego spokoju. Nie spinamy się już tak bardzo z tą budową. Na spokojnie, dom się buduje, my się nie kłócimy. Jest wszystko dobrze – podsumowała zadowolona.

Natalia Siwiec

Usuwa upominki bez okazji

W niedawnym wywiadzie z Plejadą celebrytka opowiedziała, co ją najbardziej męczy w codziennym życiu małżeńskim z Mariuszem Raduszewskim. Okazało się, że wyjątkowo irytuje ją to, iż biznesmen zbyt często... sprawia jej drobne upominki bez okazji. – Najczęściej mam pretensje do Mariusza, że on kupuje pierdoły. On cały czas kocha kupować mi prezenty – małe upominki. Ja ich nie znoszę. Z jednej strony to jest słodkie, a z drugiej strony wolałabym ewentualnie jeden konkretny, ale też nie chcę prezentów. Chyba że na urodziny. Już mamy tyle rzeczy, że na razie usuwam je z naszego domu. Nie chcę ich kumulować, a Mariusz lubi codziennie nam coś kupić – pożaliła się serwisowi.

Agnieszka Hyży

Rozmawia i żartuje

Popularna prezenterka w 2014 roku rozwiodła się ze swym pierwszym mężem – Mikołajem Witem. Para wychowuje jednak wspólnie córkę Martę. Z czasem napięcie między byłymi małżonkami opadło. Dlatego niedawno Hyży opublikowała na Instagramie post, w którym napisała: „Dziś mogę powiedzieć coś, co dla wielu osób wciąż brzmi zaskakująco: ja naprawdę lubię swojego byłego męża. I mam poczucie, że to działa w obie strony. Mogłabym przytoczyć dziesiątki sytuacji, kiedy ludzie nie potrafią ukryć zdziwienia, dowiadując się, że jesteśmy byłymi małżonkami. W szkole, w urzędach, w sprawach zawodowych, kiedy mamy coś wspólnie do załatwienia. »Ale jak to? Państwo są po rozwodzie?«. Bo rozmawiamy normalnie. Bo żartujemy. Bo jesteśmy dla siebie mili. Chyba za mili jak na rozwodników" – podsumowała.

Aleksandra Konieczna

Doznała religijnego objawienia

Ceniona aktorka opowiedziała w rozmowie z Plejadą o swej religijnej konwersji. Choć została wychowana w katolickiej rodzinie, niezwykłe wydarzenie sprawiło, że zwróciła się w stronę prawosławia. – Doznałam mistycznego objawienia. Miałam jakieś 33 lata, jechałam prostą drogą do rodzinnego Prudnika. (...) Nagle usłyszałam młody męski głos, który mówił coś w nieznanym mi języku. Kilka razy te słowa do mnie wracały. Aż w końcu zrozumiałam, że jest to starocerkiewna modlitwa – zdradziła. Kilka lat później Konieczna przypadkiem znalazła się w pobliżu warszawskiej cerkwi. Weszła zaciekawiona – i z czasem stała się wierną Kościoła prawosławnego. Dziś regularnie chodzi do cerkwi i obchodzi prawosławne święta.

Julia Wieniawa

Rzuciła rękawicę

W jednym z odcinków „Tańca z Gwiazdami" celebrytka wskoczyła na parkiet z Iwoną Pavlović. Panie dały się ponieść muzyce, energicznie kręcąc biodrami. Niestety, stylizacja Wieniawy najwyraźniej nie była projektowana z myślą o tak dzikich akrobacjach. Ciężar przypiętego do paska mikroportu oraz szalone obroty sprawiły, że krótka spódniczka z frędzlami zaczęła się zsuwać, odsłaniając bieliznę aktorki. Wieniawa kompletnie nie przejęła się jednak tą wpadką i wypaliła do mikrofonu: „Mam nadzieję, że nie zgorszyłam połowy Polski stylizacją". Niedługo po emisji programu wrzuciła na swoje InstaStories kadr z szalonego tańca i podsumowała całe zamieszanie w dowcipny sposób: „Rękawica została rzucona. Majtki prawie też".

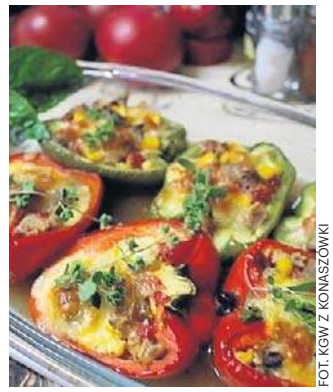
Skolim

Zaprosił na ucztę z okazji trzydziestych urodzin

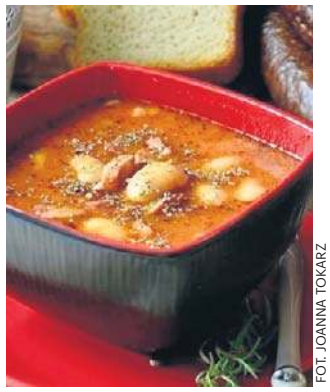
Kilka tygodni temu polski „król latino" wyprawił dla swych fanów imprezę z okazji trzydziestych urodzin w podlaskich Siemiatyczach. Celebryta podjechał na miejsce Mercedesem i wkroczył na scenę po różowym dywanie. Fani zasypali swego idola kolorowymi bukietami kwiatów, laurkami i prezentami, podczas gdy on cierpliwie rozdawał autografy. W powietrzu unosił się ogromny balon, przypominający o okrągłych urodzinach wokalisty. Stoliki w strefie gastronomicznej uginały się pod ciężarem rozdawanych za darmo pączków i grillowanych kiełbasek. Potem na scenę wkroczył burmistrz miasta i obaj panowie wypili zdrowie solenizanta. Wiwatom widzów nie było końca.

©℗

KUCHNIA



FOT. KGW Z KONASZÓWKI



FOT. JOANNA TOKARZ

Papryka faszerowana kurczakiem

Składniki:
4 papryki
300 g piersi z kurczaka
10 dag mozzarelli
100 g żółtego sera
250 g pomidorów
sól, pieprz, 2 ząbki czosnku
pół puszki kukurydzy
olej do smażenia

Pierś kurczaka pokroić w drobną kostkę. Mięso oprószyć solą i krótko obsmażyć na patelni, aby tylko zmieniło kolor. Mozzarellę odsączyć z zalewy i pokroić w drobną kostkę, 4 plasterki zostawić na wierzch. Pomidory i ser żółty również pokroić w kostkę. Jeśli przeszkadzają nam skórki z pomidorów, można je przed pokrojeniem sparzyć i obrać. Usmażonego kurczaka i pokrojone składniki przełożyć do miski i wymieszać, lekko posolić do smaku. Papryki przekroić wzdłuż, wydrążyć nasiona. Połówki papryki nadziać przygotowanym farszem. Na wierzchu ułożyć pokrojoną w paski mozzarellę, którą wcześniej odłożyliśmy. Nadziane papryki ułożyć w naczyniu żaroodpornym. Podlać szklanką wody lub bulionu. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni i zapiekać około 30 min.

Przepis KGW z Konaszówki

Fasolka po bretońsku

Składniki:
500 g fasoli Jaś
50 dag wędzonego boczku
50 dag kiełbasy , 1 puszka pomidorów (400 g), 4 łyżki prażonej cebulki, 2 ząbki czosnku, 4 ziarenka ziela angielskiego, 3 listki laurowe, 150 g przecieru pomidorowego, 1 pełna łyżka mąki, sól, pieprz do smaku, 2 łyżeczki przyprawy do dań z fasoli, 3 łyżki suszonego majeranku

Fasolę namoczyć w zimnej wodzie min. 12 godzin, następnie wybrać nadpsute ziarenka i zalać świeżą wodą (ok. 3 l). Gotować przez min. godzinę na wolnym ogniu. W tym czasie podsmażyć najpierw sam boczek pokrojony w kostkę, a następnie z pokrojoną kiełbasą. Przyrumienione przełożyć do garnka z fasolą, pozostawiając tłuszcz na patelni. Dodać też pomidory z puszki, przecier pomidorowy, czosnek i prażoną cebulkę, doprawić. Gotować do miękkości fasoli jeszcze ok. godzinę. Na wytopionym z boczku i kiełbasy tłuszczu przygotować zasmażkę. Do rozgrzanego tłuszczu dodać mąkę, wymieszać, przełożyć do fasolki, dobrze roztrzepując, zagotować, dodać majeranek.

Przepis Joanny Tokarz, autorki bloga „Kuchnia w czekoladzie"

AUTOPROMOCJA 0010464871

Jesteśmy na **Facebooku**



facebook.com/ExpressBydgoski

Express BYDGOSKI

eprasa.pl f415e9827d

LITERATURA

Dokończenie ze str. 1

Co bogacze robią inaczej, niż wyobrażają sobie ludzie, którzy pieniędzy nie mają?

Robią to samo, tylko na większą skalę. Kiedy pieniędzy brak, marzy się o nich. Mając je, pragnie się władzy, bo władza napędza pieniądze – układy, dojścia, możemy pomnażać majątek. A kiedy już mamy władzę dzięki kasie, chcemy czegoś więcej. Nieśmiertelności na przykład, co widzimy u miliarderów. Nieśmiertelności albo miłości.

Nie wszystko da się kupić i Pani książka też to pokazuje.

Na przykład miłości? Ale wielu wcale jej nie chce. Wielka kasa i władza, a w środku nic, żadnych wartości, uczuć. Zostaje seks i narkotyki, czyli złudzenie szczęścia. Narkotyki napędzają chory seks. Jeśli tych ludzi nie stać na przyjaźń, miłość, uduchowienie czy po prostu przyzwoitość, idą w samozniszczenie, upodlenie siebie i innych. Stąd tyle przemocy w wypasionych willach czy pałacach, słynne „żony Konstancina". A przecież człowiek nie jest maszyną do napędzania chemią, jak samochód benzyną, i do zwierzęcego seksu.

Widziała pani, jak wielkie pieniądze zmieniają człowieka?

Nie śledzę karier ludzi, którzy się dorabiają, więc nie powiem pani, że śledziłam taki proces od pucybuta do milionera, albo znam hodowlę miliardów. Wiem natomiast, że to, co pokazuje się w mediach, często zupełnie mija się z rzeczywistością. Słyszałam wiele plotek o ludziach publicznych. Wydawały mi się absurdalne, nieprawdopodobne. Kiedy potwierdzają się z wielu źródeł, a potem łączy się kropki, przestają być tylko domysłami. Znam prawniczkę prowadzącą sprawy pokrzywdzonych, konstancińskich żon. Są ofiarami nie przemocy, tylko bestialstwa. Majątek do podziału to tylko posypka brokatu na rany. Za pieniądze kupi się towar, bilet, helikopter, ale nie klasę czy sens życia. Miliardy nie zasypią dziury w emocjach, a mogą rozpętać zniszczenie.

Ktoś kiedyś próbował kupić pani przychylność albo talent?

Tak, kilka razy. Kiedy przyjechałam do Polski i wydałam pierwsze książki, złożono mi szczodrą finansowo propozycję, biednej pisarce, bez pensji i nawet małego mieszkania. Pewien facet chciał mi podsuwać tematy, a ja miałam pisać. Był właścicielem mediów, wielkiego czasopisma dla kobiet i wiedział, co się sprzedaje. Być może miał ambicje literackie. Ale kompletnie nie rozumiał twórczości, tego, że ona bierze się ze środka, a nie powstaje na zamówienie, jak reportaż.

Ale była to kusząca propozycja?

Bardzo. Jednak nie potrafiłabym jej przyjąć. Piszę co czuję, to moje przemyślenia, moja wizja świata a nie AI czy sponsor. Na zamówienie można pisać kryminały spod sztancy. Albo laurkę na czyjąś cześć, ale nie prawdziwą poezję. Trudno mi sobie przypomnieć, żeby ktoś napisał za kasę, według wskazówek, coś wartościowego. To idzie ze środka, bo jest nieprzewidywalną twórczością dającą wolność, nie obstalowanym na wymiar rzemiosłem .

Kiedyś mecenasi, królowie zamawiali dzieła u artystów i dziś się zachwycamy ich twórczością.

Mecenasom dedykowało się dzieła. Oczywiście były i nadal są portrety na zamówienie: jestem portrecistką, maluję postać, ktoś za to mi płaci. Nic w tym dziwnego. Natomiast w utworach przemycało się coś pozytywnego o mecenasie. Kiedy Machiavelli pisał o konkretnym księciu, pomysł opisania zjawiska politycznego był autorski, a nie powstał pod czyjeś dyktando. Pod dyktando pisze się wypracowania, nie literaturę. Niedawno zaprosili mnie bardzo zamożni ludzie, milionerzy do swojej letniej posiadłości, wkomponowanej w Suwalszczyznę, stylowo pięknej, bez ostentacji. Chcieli się zrewanżować za to, co piszę, gościną i wpłatą na Patronite, legalnie, z podatkiem. Absolutnie nic w zamian, nawet więcej – prosili o dyskrecję, bez nazwisk. Byłam w szoku. Zarobili krocie na handlu, znawcy włoskiej sztuki, bardzo kulturalni i chcą zachować anonimowość. To był naprawdę zadziwiający mecenat; żeby łatwiej mi było coś napisać, żebym poczuła się doceniona. Natomiast płacenie milionów za dzieła sztuki pod płaszczykiem wspieraniem malarstwa, mecenatu czy wręcz służby publiczno-charytatywnej potrafi być niezwykle opłacalnym biznesem. Opisałam to w książce. Na poziomie wielkich pieniędzy prawie nic nie robi się gratis. Wiem, że byli polscy milionerzy wspierający teatr, np. Kulczyk czy Palikot – teatr Gardzienice. Nie o takim wsparciu mówię. A o sytuacji, kiedy kupuje się wielkie dzieło i zarabia na nim w chwale sponsora, mecenasa kultury, ubijając własny interes, o którym maluczcy tego świata nie mają pojęcia, bo skąd? My widzimy wyłącznie miliony wydane za dzieło sztuki, które wystawiane jest dla dobra publicznego w muzeum. To przypomina trochę międzynarodową pralnię pieniędzy.

Pieniądze pokazują charakter człowieka czy go deformują?

Nie deformują, tylko pokazują w większym formacie. Jeśli ktoś jest skurwysynkiem z braku większych możliwości, to z kasą będzie wielkim, największym pojebem. Ktoś skromny raczej zostanie sobą, nie ufunduje figury Jezuska wielkości Pałacu Kultury. Pieniądze są soczewką zakrzywiającą rzeczywistość, tym, którzy nie widzą czegoś więcej poza materią. Bardzo często kobiety orientują się, co się dzieje, kiedy ich mężowie się dorabiają, licząc coraz więcej dochodów, ale przestając się liczyć z własną żoną. Nie mówię o tych, które weszły w wielkie pieniądze i od razu widzą, co jest grane. Może łudzą się, że okiełznają przemocowca i nie ustawią się w kolejce do bicia. Te które dorabiały się majątku razem z mężami, pomagały im, a potem zostały odsunięte od biznesu, widzą przemianę męża we Frankensteina pozszywanego z waluty, obrotów, obłudy i hipokryzji, jego napędem są używki. Do nich ogranicza się używanie świata takich milionerów. I to nie są bezzębni narkomani. Stać ich na przetaczanie krwi, najlepszą opiekę lekarską i każdą ilość towaru od dealerów.

Bohaterka Pani książki, Zofia, chwilami budzi moje współczucie. Czy przekleństwem bogatych jest niemożność uwierzenia w bezinteresowną miłość?

Bogaty książę szuka Kopciuszka w bajce. W realu zamożni pobierają się między sobą. Jeżeli ktoś jest biedniejszy, ma do zaoferowania coś innego: sławę, tytuł. To zamknięty obieg. Wyobraźmy sobie kogoś z zajebistą willą, samolotem, jachtem. Będzie szukał szczęścia na Tinderze z Kowalskim czy Kowalską? Chyba że jest młodym, słynnym aktorem zaznaczającym od razu, że interesuje go tylko seks. Wiele gwiazd polskiego kina tak robi i znajduje, co chce. Dla milionerów są specjalne agencje. Tak jak wielkie rezydencje sprzedaje się między sobą, w zamkniętym obiegu. Nie ma fortun ani księżniczek w promocji dla ubogich.

W „Milionerce" ojciec Zofii kupuje córce księcia, pałac, miejsce w historii. Kocha ją, ale czego nie umie jej dać?

Dał jej wszystko, co miał. To nie jest rekompensata za coś. On szukając dla niej księcia spełnia własne ambicje, taki szlachetniejszy Wokulski: uarystokratycznić swój majątek, nadać mu sznyt starych pieniędzy, a nie nowych, błyszczących guzików tandety. Bo bardzo często to, co widzimy, jest moim zdaniem wulgarne. Bentleye, samochody za miliony, nieprzytomne bogactwa mogą imponować zwykłym śmiertelnikom. Duże pieniędzy mają własny kod rozpoznawania klasy: buty, zegarki. Stare pieniądze nie świecą po oczach luksusem ani metkami. To styl, jakość, dyskrecja. W krajach protestanckich, gdzie powstał kapitalizm, nie szpanuje się fasadą. Skromność jest cnotą, bogactwo raczej ukryte. A u nas rządzi katolicka fasada. Złote, a skromne, czyli przepych: „Zobaczcie, jaki jestem bogaty!". Na niższym poziomie są to torebki od wielkich projektantów, kreacje pasujące do filmu Disneya o Śpiącej Królewnie, a nie na ulicę czy imprezę charytatywną. Albo przebieranie się za lordów i wyprowadzanie swoich dzieci, jakby były na wybiegu modowym. Gucci - sruczi to poziom plebsu finansowego. Duże pieniądze zaczynają się od miliardów. Miliony są mile widziane na tacę.

W „Milionerce" bezwzględny jest również świat literatury. Kiedy zobaczyła pani, że wielkość pisarza można wyprodukować recenzjami, znajomościami, nagrodami?

Od początku. Jeśli nie ma się wielkich nakładów, czyli dużej ilości czytelników, tylko jest się gdzieś pośrodku, można ustawić swoją pozycję nagrodami. Literatura to nie sport, w którym wiadomo, kto pierwszy przekroczył metę. Tu wszystko jest czyjąś opinią, czyli względne. Zresztą wiele książek to po prostu książki, nie sztuka, nie literatura. Trzeba odróżniać autorów od pisarzy. Celebryta wydający książkę jest autorem. Często kryje się za tym piszący dla niego fachowiec. W prawdziwej literaturze nie ma i nie może być jasnych kryteriów. Dlatego nikt nie udowodni, że jury było stronnicze. Przecież przyznając nagrodę, mogę mieć własne opinie i potrafię ich bronić. Hulaj dusza, piekła nie ma. Np. przypadek Ignacego Karpowicza, nominowanego do Nike. Ileś lat temu okrzyknięty wielkim pisarzem. Zrobił się skandal obyczajowy, w który go wplątano, i następnego dnia Karpowicz pisarz zniknął. Gdzie jego wielka literatura? Wielbiciele się zmyli. Kiedy po latach wszystko ucichło, zaczął powoli wracać. Niestety umarł, jak na pisarza bardzo młodo, w wieku pięćdziesięciu lat. Mógł jeszcze wiele stworzyć. Takie przykłady mamy przed oczami. Nie chcę mówić o znanych mi sprawach, które mogłyby kogoś skompromitować. Nie piszę po to, żeby ranić, tylko rozumieć mechanizmy, opisuję dość klarownie w mojej książce.

Czy bogactwo może uratować świat przed katastrofą?

Moim zdaniem bogactwo pcha świat do klęski. U nas kapitalizm jest słowem świętym, przecież się dorabiamy. Jakieś dzieci z Konfederacji, kompletnie nierozumiejące historii, nazywają lewactwem ludzi sprzeciwiających się wyzyskowi i niszczeniu świata przez kapitalizm. Kapitalizm to nieograniczona chciwość, zerwanie z solidarnością społeczną. O tym jest bajka o Midasie. Wszystko można kupić, sprzedać, spieniężyć, czyli zamienić w złoto, cały świat i umrzeć z głodu. Widzimy trzymanie większości na poziomie niewolników, wykorzystywanie finansowe, umowy śmieciowe, kreowanie potrzeb nie do zaspokojenia i pieniędzy nie do ogarnięcia. To nie ma limitów. Te pieniądze powodują dewastację środowiska, bo zgodnie z kapitalizmem trzeba produkować jeszcze więcej. „Drill, baby, drill", jak powiedział Trump. Zamiast odnawialnej energii – paliwa kopalne. Będziemy niszczyć świat, zatruwać, produkować obrzydliwe żarcie powodujące choroby. Pieniądze produkują chciwość nie do ograniczenia. Obłęd. To, co wymyśla Konfederacja, żeby służba zdrowia była prywatna, jest dla mnie skazywaniem ludzi na śmierć. Kopiowaniem amerykańskiego systemu, który się nie sprawdził. Ale młodzi mężczyźni w garniturkach, konfederaci dorobili się i nie dadzą się okradać podatkom. A potem jest podział społeczeństwa na biednych i bogatych, strzeżone osiedla, przestępczość, ludzie zabijający się na ulicach z powodu biedy. Jeśli nie popierasz takiego programu wyborczego, jesteś lewakiem, czyli kimś mówiącym o wartościach chrześcijańskich, sprawiedliwości społecznej. Problem, że polska Konfa jest chrześcijańska jak 90% narodu, ale to nie problem, im chciwość bez granic i Jezus sklejają się w hasła wyborcze, jak każda nielogiczna głupota.

Na końcu zaznacza pani, że książka powstała bez użycia AI.

Jest organiczna w stu procentach.©℗

eprasa.pl f415e9827d

HISTORIA

Kaci z obozu Auschwitz-Birkenau wypoczywali w Beskidach

Ośrodek wczasowy dla nazistów wybudowali więźniowie obozów koncentracyjnych. Podczas gdy tysiące ludzi żyło i umierało w dramatycznych warunkach, oni wypoczywali w Międzybrodziu. Zdjęcia jednego z esesmanów (po wojnie sądzonego za swoją działalność) odnaleziono w zbiorach US Holocaust Memorial Muzeum w Waszyngtonie

Grzegorz Olma



ZE ZBIORÓW HOLOCAUST MEMORIAL MUSEUM W WASZYNGTONIE

Do Międzybrodzia przejeżdżały też kobiety należące SS-Helferinne, personelu pomocniczego SS

Pierwsi esesmani z załogi nowo powstałego obozu Auschwitz zaczęli przyjeżdżać nad Jezioro Międzybrodzkie na przełomie lata i jesieni 1940 roku. Zatrzymywali się w Porąbce w pensjonacie „Sole-Tal" (Dolina Soły). Spędzali tu weekendy organizując często zakrapiane alkoholem imprezy. Do Międzybrodzia mieli blisko. Raptem 30 kilometrów. Prostą, wygodną drogę z Oświęcimia w Beskid Mały pod Czupel i Kotelnicę można było wtedy pokonać w niespełna godzinę. Trasa biegła przez Bielany, Kęty, Kobiernice i Porąbkę. A na miejscu cisza, spokój, bajeczna zieleń, bezmiar jeziora Międzybrodzkiego i rwąca Soła.

W ciągu blisko pięciu lat funkcjonowania obozu KL Auschwitz służyło w nim około 8200 esesmanów i 200 nadzorczyń SS. Jak wiele z nich bawiło w Międzybrodziu dziś trudno oszacować.

- Nie wiemy w jakich okolicznościach doszło do podjęcia decyzji o zbudowaniu w Międzybrodziu domu wypoczynkowego dla potrzeb członków załogi KL Auschwitz. Można jedynie przypuszczać, że ówczesny komendant Rudolf Höss widział w nim sposób na rozwiązanie problemu zagospodarowania czasu wolnego dla tych esesmanów, korzystających z przepustek i krótkich urlopów, których rodziny mieszkały zbyt daleko , aby mogli oni zdążyć dojechać na miejsce i wrócić i przed wyznaczonym terminem – pisze Piotr Setkiewicz, historyk związany z Państwowym Muzeum Auschwitz-Birkenau w Oświęcimiu.

Na zboczu Kotelnicy z widokiem na jezioro

Prace u podnóża Kotelnicy w Międzybrodziu Bialskim ruszyły pod koniec 1940 roku, Więźniowie, których zatrudniono do budowy ośrodka tworzyli komando zewnętrzne Porombka. Praca była wyjątkowo ciężka. Ukształtowanie terenu sprawiało, że cały materiał budowlany trzeba było wnosić 300 metrów pod górę z pobliskiego kamieniołomu, a prace ziemne wykonywać w skalistym, twardym gruncie.

Oficjalnie ośrodek został otarty 21 kwietnia 1941 roku i nosił nazwę SS-Hütte Soletal. Mówiono też Sola Hütte. Z zachowanej dokumentacji wynika, że mogło w nim przebywać jednorazowo około 30 osób. Obiekt dysponował własną kuchnią i kantyną, w której można było zaopatrywać się w różne drobiazgi. Pensjonat był zbudowany w stylu alpejskim z widokiem na góry oraz jezioro. W budynku znajdowały się pokoje sypialne oraz duża sala, w której odbywały się uczty i tańce. Budynek stał na kamiennej podmurówce. Górna jego była wykonana z desek i ocieplona igliwiem, mchem oraz torfem. Przed ośrodkiem znajdował się wyłożony deskami podłużny taras.

Weekend w górach, albo kilkudniowy urlop w nagrodę

- Wedle wytycznych komendanta w tygodniu mogli w nim przebywać esesmani z batalionu wartowniczego, zaś w weekendy esesmani ze sztabu komendantury. Wymiana „turnusów" miała następować o godzinie 4 w poniedziałek rano i w sobotę o 14 – relacjonował w Zeszytach Oświęcimskich Piotr Sakiewicz.

Wyjazdy były organizowane grupowo. W obozie w Oświęcimiu był podstawiony autokar, który odwoził ludzi do Międzybrodzia.

- W obozie można było tam dostać również skierowanie na wypoczynek, można było zapisać się na taki wyjazd. Były ogłoszenia kiedy, do kiedy i u kogo można się zapisać – opowiada w dr Agnieszka Kita, zastępca kierownika Archiwum Muzeum, w podkaście o czasie wolnym esesmanów z obozu koncentracyjnego.

Z czasem, jak pisze Sakiewicz, Międzybrodzie Bialskie stało się ulubioną miejscowością wypoczynkową dla esesmanów, którzy poza swoim ośrodkiem wypoczynkowym zatrzymywali się także na prywatnych kwaterach we wsi. Wiosną 1942 roku po wysiedleniu okolicznych kilkuset polskich mieszkańców i sprowadzeniu w ich miejsce volksdeutschów, wioska stała się bardziej „niemiecka", a goście z KL Auschwitz czuli się tu swojsko. Urlopowiczów obsługiwali na miejscu więźniowie. Kobiety dbały o porządek i kuchnię. Mężczyźni o bieżące utrzymanie placówki.

Jak wynika z zachowanych dokumentów chętnych na wyjazd nie brakowało, często było ich więcej niż miejsc w autobusach, a nierzadko tworzono listę rezerwową, z której w ostatniej chwili udało się złapać na wyjazd.

Pod koniec wojny Sola Hütte nieco zmienił profil swego działania. Stał się ośrodkiem dla rekonwalescentów (domem dla ozdrowieńców), choć wczasowiczów w mundurach też nie brakowało. Niektórzy z nich trafiali tu „w nagrodę" za służbę wartowniczą, podczas której zabijali więźniów próbujących zbiec z obozu.



ZE ZBIORÓW HOLOCAUST MEMORIAL MUSEUM W WASZYNGTONIE

Budynek przypominał górskie schronisko. Usytuowany na zboczu, stał na kamiennej podmurówce

Fotografie prawdy autorstwa kata z Auschwitz

O tym jak wyglądał wypoczynek esesmanów w Beskidzie Małym mówią zachowane fotografie. Wykonał je w 1944 Karl Höcker, adiutantów ówczesnego komendanta KL Auschwitz-Birkenau. Autor zdjęć, przed wojną urzędnik bankowy, w Republice Federalnej Niemiec otrzymał dwa wyroki. Łącznie skazano go na 11 lat więzienia. Obie kary dotyczyły jego aktywności w czasie wojny. W jednym z procesów oświęcimskich skazany został na 7 lat pozbawienia wolności za pomocnictwo w zabójstwie 1000 ludzi. W innym procesie za udział w gazowaniu Żydów w Majdanku usłyszał 4-letni wyrok.

Podczas wizyt w Międzybrodziu towarzyszył komendantowi obozu Richardowi Bearowi, a także najwyższym rangom oficerom i największym obozowym zbrodniarzom w tym naczelnemu lekarzowi Josefowi Mengele czy szefowi krematoriów Otto Mollowi. Ich także uwiecznił na „sielskich" fotografiach. Na zdjęciach wykonanych przez Höckera uchwycono wakacyjną codzienność. Wypoczynek na leżakach, męskie rozmowy przy papierosach, w luźnych, nieformalnych okolicznościach. Na jednym ze zdjęć dostrzec można akordeonistę i radość otaczających go wypoczywających osób, na innym esesmanki jedzące zebrane w lesie jagody. Ponad 20 takich fotografii wykonanych w Międzybrodziu znalazło się w albumie Karla Höckera, który w 2007 roku trafił z anonimowych rąk do amerykańskiego Holocaust Memorial Museum w Waszyngtonie. Wtedy pokazano je po raz pierwszy.

Powojenna historia Sola Hütte

Ośrodek wypoczynkowy dla esesmanów przetrwał do pierwszych lat XXI wieku. W czasach PRL-u jego właścicielem stały się Zakłady Chemiczne w Oświęcimiu, te same, których tereny graniczyły z obozowym płotem i w których podczas wojny pracowali więźniowie KL Auschwitz. Wypoczywali tu pewnie nieświadomi przeszłości tego miejsca robotnicy.

Dwadzieścia lat temu nieruchomość trafiła w ręce prywatnego inwestora. Po dawnych zabudowaniach pozostało niewiele śladów. Jednym jest niewielki budynek, zwany willą Hessa. Miał w niej zatrzymywać się komendant obozu Rudolf Höss. Inne to ukryte w zboczach Kotelnice schrony, zarastające i zapadające się z upływem czasu.

Korzystałem z tekstu Piotra Sakiewicza: Aussenkommando SS-Sola Hütte. Zeszyty Oświecimskie nr 25 oraz podkastu dr Agnieszki Kity, zastępca kierownika Archiwum Państwowego Muzeum Auschwitz-Birkenau w Oświęcimiu.

eprasa.pl f415e9827d

KRZYŻÓWKI

DODATEK DLA PRENUMERATORÓW

PAŹDZIERNIK 2026 r.

Express BYDGOSKI

w przenośni o stałym zagrożeniu
koń dla ciężkiej jazdy
niemy aktor
obraz w cerkwi
umowa o najem statku
nocny motyl
żeglarska pieśń
odmiana ziemniaków
6
cechuje erudytę
pasza dla krasuli
Blanik lub Drogosz
kształcenie się
szybowy wyciąg
świadectwo jakości
sądowe dokumenty
przenosi malarię
schronisko dla wodniaków
wyścigi osad
gaz palny
hinduska taksówka
stołek kuchenny
10
placek na paschę
wynik, efekt
kres, koniec
knucie intrygi
21
zawijany kotlecik
2
kram
placek weselny
9
jednostka masy
27
stolica z Koloseum
określa fazy księżyca
serweta na stole
walet trefl
stos drewna
zasypka kosmetyczna
serwowana w kafejce
roślina jak kraj z Maskatem
hinduska księżniczka
kluski z kapustą
całkowita zagłada
stolica Podhala
ryba śledziowata
wśród Wysp Kanaryjskich
wydrzyk wielki
dalszy plan obrazu
piąte u wozu
skorupiak
figura przestrzenna
8
gorzkie w kościele
słowackie miasto i rzeka
ryba karpiowata
1
oficer w sułtańskiej Turcji
niski głos kobiecy
barwna papuga
babiloński bóg mądrości
gromada sardynek
7
awersja
numer kompozycji
stolica Gwinei
11
wiele, wiele lat
zbaczanie jachtu z kursu
glinowiec
sąsiad Szweda
20
śpiewa w cerkwi
niemieckie auto
loteryjny łup
trzecie danie
udaje innego, kabotyn
kowalny metal
legendarny ojciec Wandy
popis, pokaz
metropolia Ghany
pasie się na hali
piłka poza boiskiem
...egipski
paliwo do lampy
12
utrata wzroku
część karabinu
gra na koniach
24
część twierdzenia
np. Zosia Burska
5
16
szybkie mówienie
otoczony linami
chiński złoty
styl pływacki
efekt pracy górnika
26
wyrób z Tuły
atrybut aktora
posag panny młodej
złota w bajce
beczułka na wino
ojczyzna Edypa
polski port rybacki
drobna ryba, ciernik
3
z damą na obrazie
godność osobista
zdarzenie
tylna część szyi
wojsko
ptaki drapieżne
dyplomata
marka kawy
ukryty w Srebrnym Jeziorze
filmowy goryl
naczelny w stopce
żona wyższego oficera
13
specjał, cymes
roślina oleista
ptak na fladze Gwatemalii
pląs
herb szlachecki
arka
grządka kwiatowa
ryba morska
droga pociągu
15
23
gatunek, jakość
4
szkocki deseń
greckie forum
strona monety
ognista dla Indianina
... Kurosawa
oprawa obrazu
fakt mający skutki prawne
postać w sztuce
elektroda dodatnia
reklamowane ciastka
stolica Jemenu
... Fleming, twórca Bonda
wieczniezielone krzewy
lżejszy od węgla
25
19
wąż dusiciel
14
ułożenie ciała
pokój w chacie
chorobliwy majak
18
1/10 legionu
Elżbieta, piosenkarka
podział-ka na mapie
22
litera greckiego alfabetu
polski pies myśliwski
gaz szlachetny
boczna część kościoła
z tyłu łodzi
wełna królików lub kóz
17

Dostarczamy codziennie do Twojego domu

Zamów prenumeratę

52 511 94 64
od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-15:00

prenumerata.bydgoszcz@polskapress.pl

Express BYDGOSKI
prenumerata.expressbydgoski.pl

SŁOWNIK: ENKI, EPAKTA, GARIG, NITRA, SKUA.

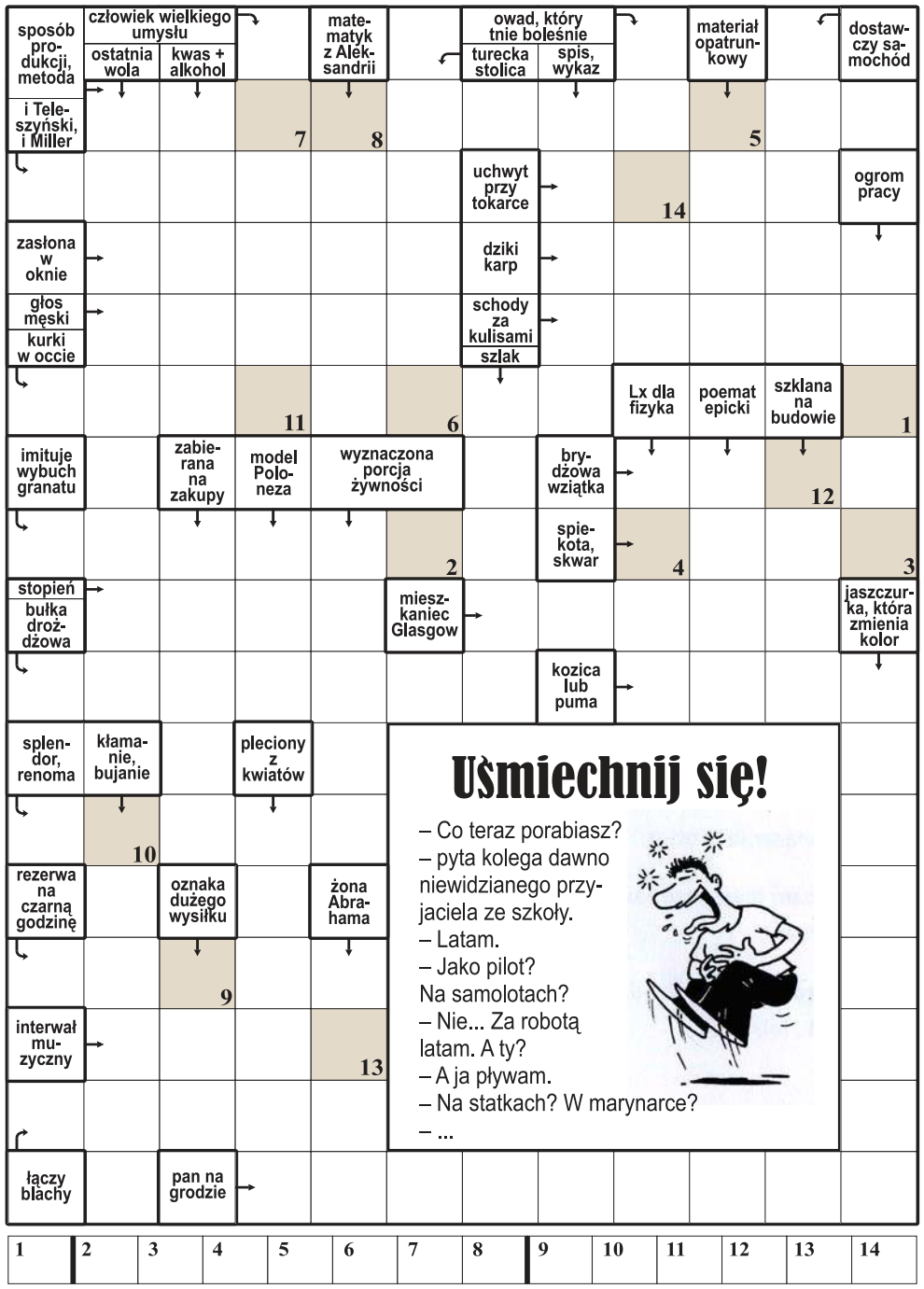
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą rozwiązanie: myśl Leszka Kumora.

ROZWIĄZANIE: MIŁOŚĆ WŁASNA NIE POWSZEDNIEJE.

eprasa.pl f415e9827d

Krzyżówka panoramiczna



Uśmiechnij się!

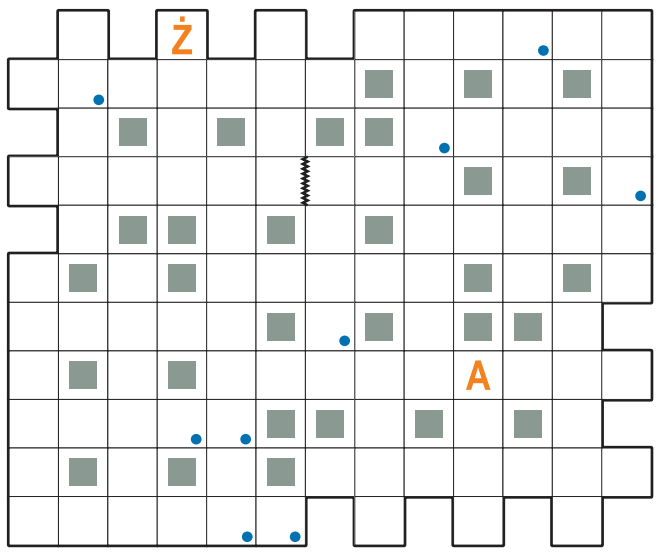
– Co teraz porabiasz? – pyta kolega dawno niewidzianego przyjaciela ze szkoły.
– Latam.
– Jako pilot? Na samolotach?
– Nie... Za robotą latam. A ty?
– A ja pływam.
– Na statkach? W marynarce?
– ...

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 14 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

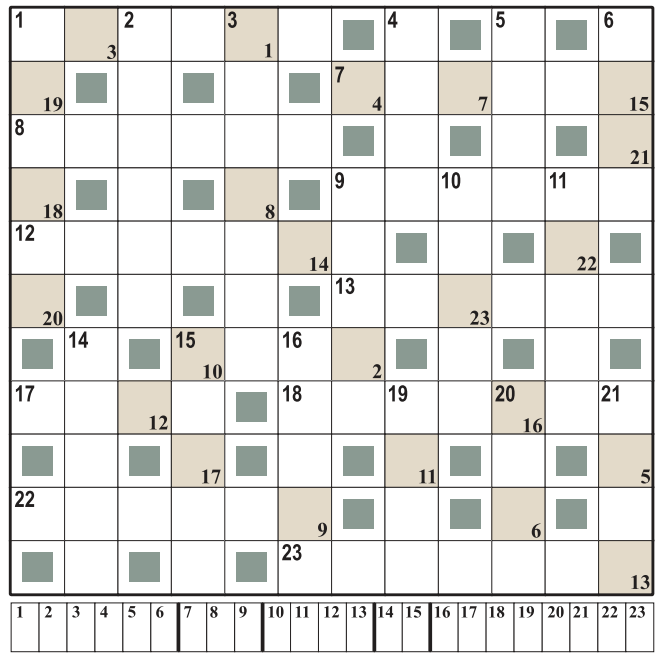
Krzyżówka A-Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.



A) dominuje w powietrzu (4).
B) ... Suflera, zespół rockowy z Lublina (5).
C) ozdobny krzew parkowy (6,3).
D) kosztowności w bankowej skrytce (7).
E) zamek błyskawiczny jak ciastko (5).
F) twarz, oblicze (5).
G) rodzaj, odmiana (7).
H) jazda konna, jeździectwo (6).
I) starożytny gród z eposu Homera (5).
J) doktor z powieści „Ludzie bezdomni” (5).
K) przyrząd wykorzystujący właściwości igły magnetycznej (6).
L) doktor Paweł ..., bohater serialu „Klan” (6).
Ł) niewielki ssak drapieżny (5).
M) mieszkaniec miasta w woj. mazowieckim (9).
N) żołnierz służący w obcym wojsku za pieniądze (8).
O) jednokomórkowe glony (8).
P) ... podłogowe, układane zamiast parkietu (6).
R) czarny lub zielony (5).
S) bogatka lub czubatka (6).
T) dawna stolica Egiptu i miasto boga Amona (4).
U) „... San Francisco”, amerykański serial kryminalny (5).
W) masówka wyborcza (4).
Z) zsypywanie węgla do piwnicy (6).
Ż) król Białowieży (4).

Krzyżówka z hasłem

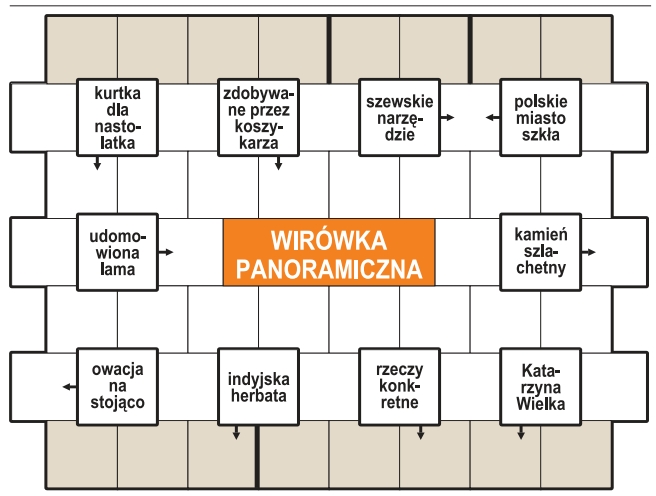


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 23 utworzą rozwiązanie: myśl Tomasza Rybaka.

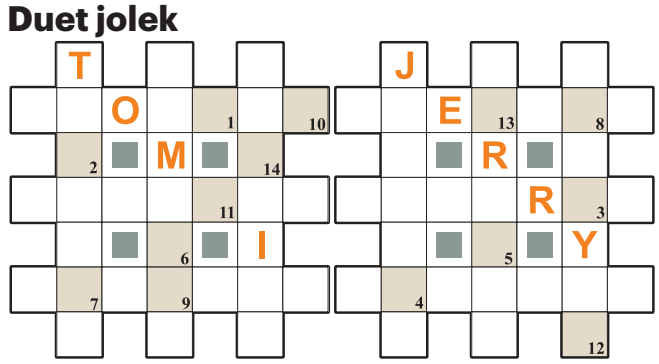
Poziomo:
1) ciasto z rożna,
7) w parze z Gomorą,
8) różanecznik w ogrodzie,
9) muzycy ludowi,
12) opera Moniuszki,
13) rzuca ziarno w glebę,
15) muzyka improwizacyjna,
17) gliniane naczynie,
18) „... i Napoleon”, film,
22) początek potoku,
23) np. Grupa MoCarta.

Pionowo:
1) królewska gra,
2) wiązany pod szyją,
3) lek na malarię,
4) dziesięć kwintali,
5) w królewskiej sypialni,
6) narzędzie murarza,
9) gryczana lub jaglana,
10) oddzielane od ziarna,
11) chińska śliwka,
14) wieczne w etui,
15) konnica, kawaleria,
16) zapada wieczorem,
19) portowa poczekalnia,
20) lina przy żaglu,
21) argument w dyskusji.



Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: myśl Karla Gutzkowa.

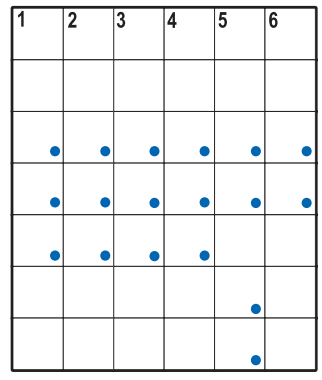
Duet jolek



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 14 utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:`

– pseudonim Żeromskiego
– nauka o teorii literatury
– odmiana jabłoni
– wiedeński dorożkarz
– film Jamesa Camerona
– walczy z czerwonym kurem
– gliniany flet
– dawny rosyjski kilometr
– sąsiadka Gruzinki
– pracownia fotografa
– kraina z Pampeluną
– królestwo lwa

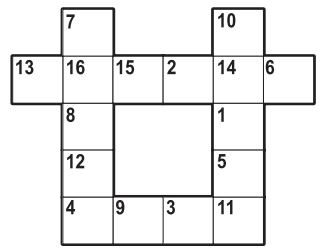
Logogryf



1	2	3	4	5	6

Litery w polach z kropką, czytane kolumnami, utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.
1) pozostaje pod opieką diabetologa,
2) wykwit skórny, krosta,
3) roślina naskalna, np. porost,
4) ojczyzna reggae,
5) profesja Karola Okrasy,
6) monumentalne gobeliny.

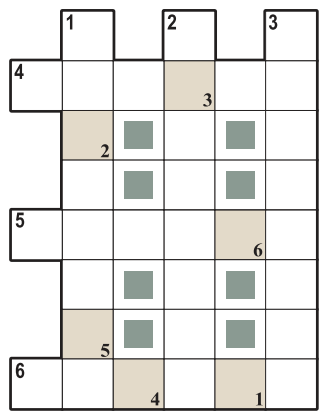
Szyfr



	7			10	
13	16	15	2	14	6
	8			1	
	12			5	
	4	9	3	11	

Litery z pól od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.
Poziomo:
13) trzecia planeta od Słońca,
4) turecka dwukółka.
Pionowo:
7) lampa dwuelektrodowa,
10) jezioro w Afryce, Malawi.

Krzyżówka



	1		2		3
4					
5					
6					

Litery w polach ponumerowanych od 1 do 6 utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4, 5, 6) gatunki ptaków.
Pionowo:
1) spódnica + żakiet,
2) fryzjer sprzed lat,
3) ośrodek hodowli arabów.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: W długach pływam; **krzyżówka A-Ż:** parokonka; **krzyżówka z hasłem:** Często dno jest na szczycie; **wirówka panoramiczna:** Takt to rozum serca; **duet jolek:** “Strażnik karate”; **logogryf:** Krzysztof Majchrzak; **szyfr:** “Ambasador nadziei”; **krzyżówka:** kraska.

eprasa.pl f415e9827d

męskie zgromadzenie zakonne / odmiana jabłoni
antyczny pomnik nagrobny
próg w dolinie rzecznej
łożysko rzeki
duże jezioro w Finlandii
wykaz, lista / bagienna mgła
rupiecie / miasto koło Gdyni
majka lekarska
startują w regatach
twórca afiszy
rywal „Bryzy”
słowo honoru
Złote w Warszawie
Ryszard, aktor / rodzaj flauszu
Dioskurowie / ciemne piwo
film Polańskiego
16
5
palma krzaczasta
zespół z Korą
4
część spłaty pożyczki
młodsze od pików
stan w Indiach
rzadki borowiec
barwny na obrazie
namaz / japoński koncern
13
rybki akwariowe
broń lekkiej jazdy
24
iglaste lub liściaste / klub sportowy z Warszawy
diabeł / ser pleśniowy
uroczysty strój profesorów
kozak czerwony
samiec kozicy
urazy, pretensje
dawny statek
miasto nad Wartą
płynie w korycie
soczysty owoc egzotyczny
polski pies myśliwski
ważny w handlu
dawne sesje sądowe
leśny krzew owocowy
25
imię Farrow, aktorki
mąż Penelopy
14
ryba morska, podeszwica
3
operowy kniaź
cząstka materii
dawny fiński grosz
egipski bóg Teb / rywal Canona
6
otoczony linami
gra w rzutki
23
tłuszcz roślinny
15
... Winslet, aktorka / wawrzyn
mocny trunek z ryżu
nie dba o wygody
stolica Rwandy / szara papuga
np. psota – potas
efekt braku zajęcia
oferma, niezdara
pożywka dla bakterii
miara drogich kamieni
zwid, omam
duży, niezgrabny pojazd
wilczy u łakomczucha
ojciec chrzestny
spacerowa ulica
„Nie płacz ...”
zespół trzech muzyków
świętuje 22 kwietnia
12
kraina w Hiszpanii
paryska rzeka
zwiewny szal przy kapeluszu
skoki szaraka
19
20
cecha niektórych gleb
Wielki na niebie
strój hinduski
2
maszyna w tartaku
17
roślina pastewna
zdobi czapkę majora / przewód
7
imię Niemczyka
blachowy łącznik
Indianie Ameryki Północnej
odpowiada w lesie
brazylijski „król” futbolu
Cm dla chemika
stolica Estonii
bałamut, lowelas
uprawia sport walki
arlekinada, heca
winny do potraw
... Potocka, patriotka
robocza część pogłębiarki
Mariusz, polski aktor / kwartalny w firmie
mała ozdóbka, gadżet
młode kadry
sąsiad Kuwejtu / włoskie auto
miasto nad Styrem
26
nogi ptaków grzebiących
27
naczynie na żurek
21
futro z tchórzy
pieszczotliwie o rodzicielce
maść konia
powaŻanie, respekt
9
rzadkie imię kobiece
przepływomierz
8
18
student medycyny
gwiazda opery
angielska owca
miasto koło Lubartowa
informacje na dysku
nad kolanem / trzyma się psiego ogona
młody i tłusty śledź
niewieści wdzięk
z Zielonego Wzgórza
1
waluta Mjanmy
wonny olejek
ogląda, obycie
w siatkarskim teamie
ptak śmieszka
10
szewski stołek
sąsiad Neptuna
22
Clive, brytyjski aktor
może być bez pokrycia
11
medyczny sączek
niemiecka partia
spec od strategii
Jacobs lub Arabika
drążek, tyczka
żywioł biurokraty

Dostarczamy codziennie do Twojego domu
Zamów prenumeratę
52 511 94 64
od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-15:00
prenumerata.bydgoszcz@polskapress.pl
Express Bydgoski
prenumerata.expressbydgoski.pl

SŁOWNIK: AMON, DART, INARI, KIAT, PENNI, SALAT.

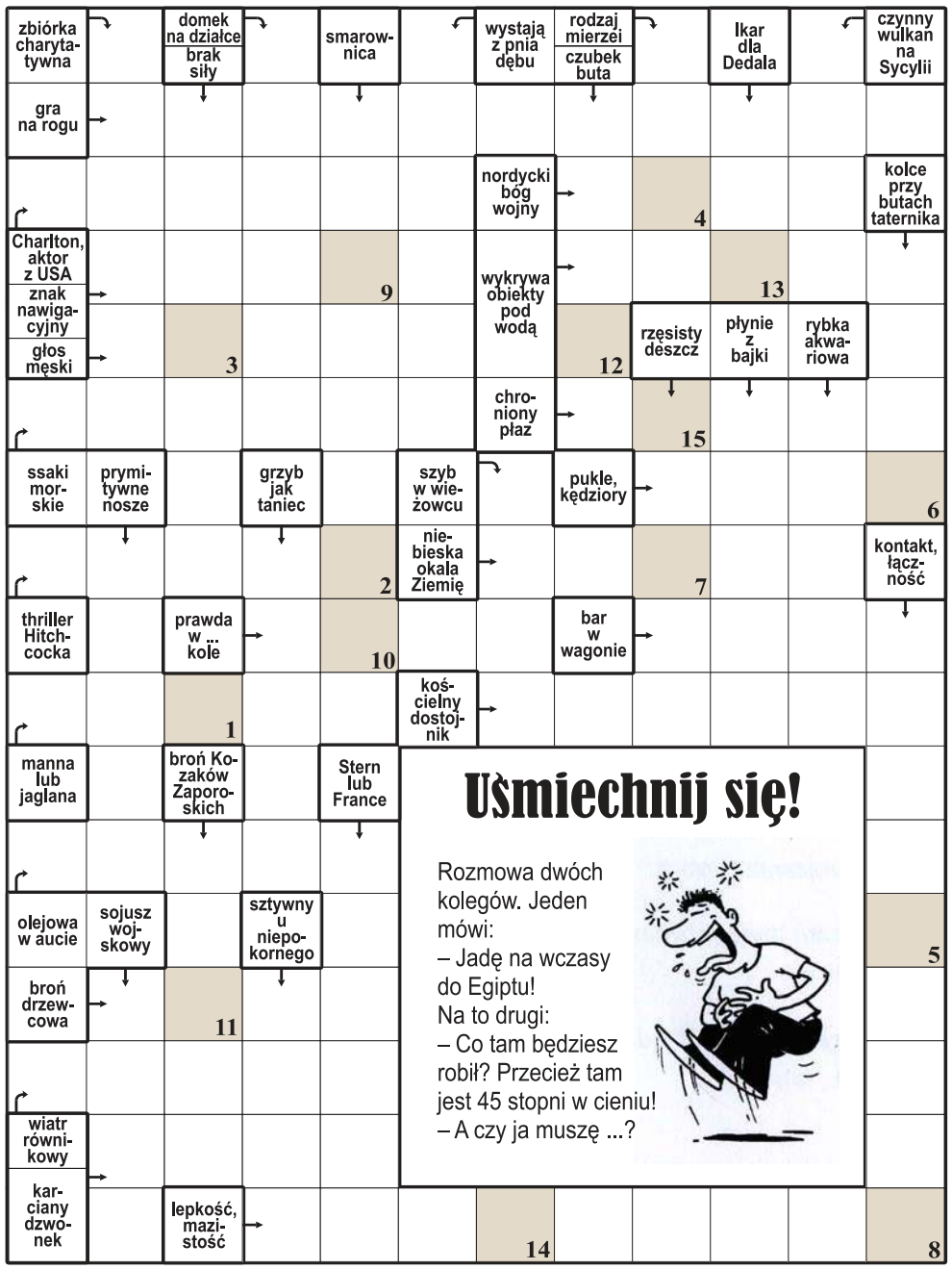
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą rozwiązanie: myśl Honoriusza Balzaka.

ROZWIĄZANIE: DIAMENT NIE ZNA SWOJEJ WARTOŚCI.

eprasa.pl f415e9827d

Krzyżówka panoramiczna



Uśmiechnij się!

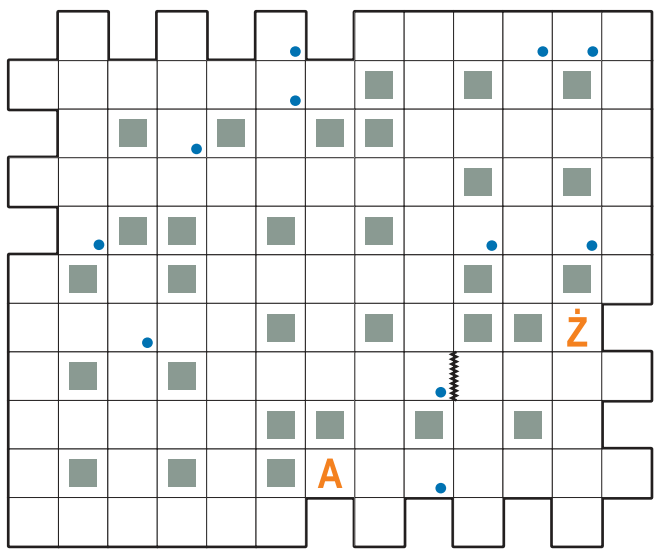
Rozmowa dwóch kolegów. Jeden mówi:
– Jadę na wczasy do Egiptu!
Na to drugi:
– Co tam będziesz robił? Przecież tam jest 45 stopni w cieniu!
– A czy ja muszę ...?

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

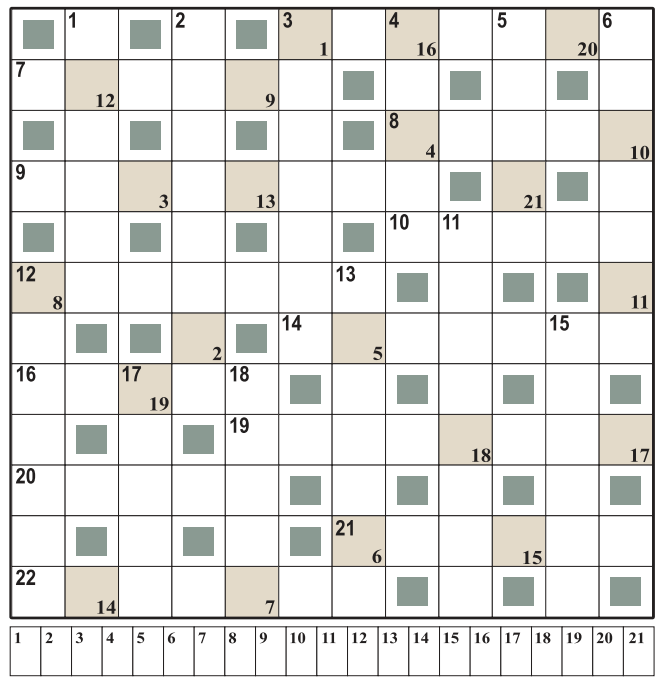
Krzyżówka A-Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) beczułka na wino (7).
B) dawny, skórzany worek na wodę (6).
C) minutowa przerwa w grze na żądanie trenera (4).
D) zużyta, wiekowa miotła (6).
E) wyjaśnianie i komentowanie tekstów biblijnych (8).
F) hiszpańskie święto jak model Forda (6).
G) zimowe legowisko niedźwiedzia (5).
H) urzędnik ogłaszający rozporządzenie króla (6).
I) Julio, hiszpański piosenkarz i kompozytor (8).
J) stopniowa utrata kolorów; płowienie (9).
K) soczysta odmiana gruszy (6).
L) opera Léo Delibes'a (5).
Ł) w dawnych zbrojach szeregi blaszek zachodzących na siebie (5).
M) Tomasz, autor „Czarodziejskiej góry" (4).
N) japoński producent sprzętu fotograficznego (5).
O) często obciągnięta płótnem lub skórą (6).
P) kwit z kasy w samie (7).
R) opust na cenie towaru (5).
S) miejscowość wypoczynkowa w Kaliforni (5,4).
T) nakładany na ścianę (4).
U) włoskie miasto na Nizinie Weneckiej (5).
W) żołnierze Bolesława Chrobrego (4).
Z) Grek z filmu Michaela Cacoyannisa (5).
Ż) zupa na zakwasie (5).



Krzyżówka z hasłem



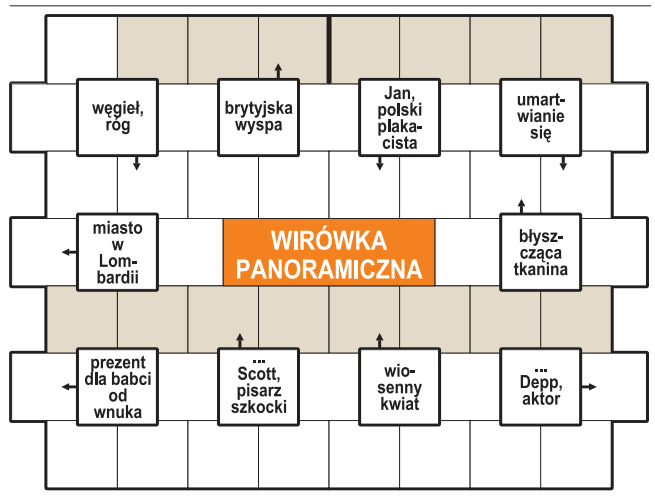
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 21, utworzą rozwiązanie: myśl Urszuli Zybury.

Poziomo:
3) kamienica, blok,
7) ma kłopoty z wymową,
8) Duster lub Sandero,
9) impreza co dwa lata,
10) torbacz na eukaliptusie,
12) malarz lub grafik,
14) obramowanie tarczy herbowej,
16) wafelek do lodów,
19) sportowa rezygnacja,
20) „... pod Grunwaldem",
21) sosna lub świerk,
22) wojskowy bufet.

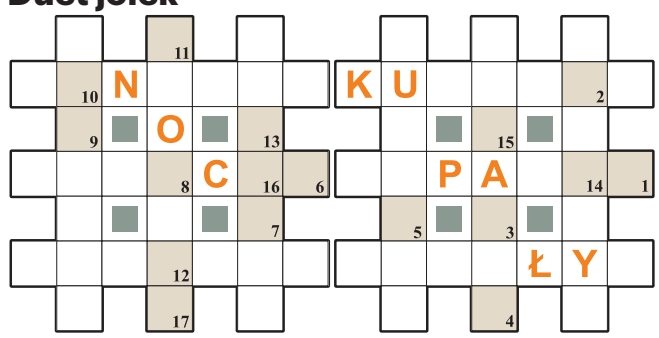
Pionowo:
1) w morzu lub basenie,
2) balet Szymanowskiego,
3) urwis, gagatek,
4) każdy ma swój czubek,
5) społeczeństwo, naród,
6) narzędzie kuchenne,
11) drapieżna ryba morska,
12) najemny robotnik rolny,
13) Sykstyńska w Watykanie,
15) Czarniecki lub Batory,
17) liczman w kasynie,
18) dąsy, grymasy.

WIRÓWKA PANORAMICZNA



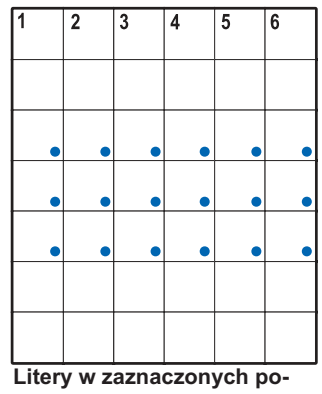
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: myśl Epikura.

Duet jolek



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 utworzą rozwiązanie.
W przypadkowej kolejności:
– dobry znajomy, kompan
– narzędzie kopacza
– inercja, marazm
– elektryczna awaria
– holenderski kwiat
– psotne dziecko
– odmiana jabłoni
– Urszula, piosenkarka jazzowa
– był nim Chiron
– odstępca od wiary
– ryby morskie, flądry
– aktywa finansowe

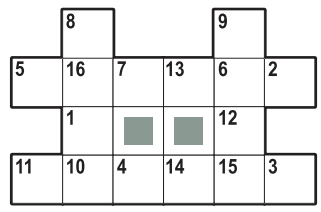
Logogryf



1	2	3	4	5	6
•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•

Litery w zaznaczonych polach, czytane kolumnami, utworzą rozwiązanie: aforyzm.
1) mały solenizant z 29 września,
2) sąsiad Portugalczyka,
3) zrzynek, ścinek,
4) pała w szkole,
5) może być stara (nie tylko melodia),
6) trzy miesiące.

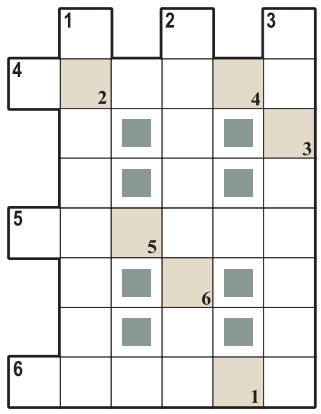
Szyfr



	8			9	
5	16	7	13	6	2
	1			12	
11	10	4	14	15	3

Litery z pól od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: tytuł obrazu.
Poziomo:
5) kuzyn jastrzębia, birkut,
11) Wanda, piosenkarka.
Pionowo:
8) lewy dopływ Dunaju,
9) balzakowski lub dojrzały.

Krzyżówka



1	2	3	4	5	6
4	2			4	
					3
5		5			
			6		
6				1	

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 6, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4, 5, 6) tytuł opery: Straussa, Verdiego, Leoncavalla.
Pionowo:
1) pustelnia, erem,
2) zakład górnika,
3) mieszkańcy dawnego Iranu.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: ...siedzieć w cieniu; **wiatr równikowy:** żyj **nieznawożony; krzyżówka z hasłem:** Biedacy płacą najdrożej; **logogryf:** Fałsz prawdy niewart; **krzyżówka:** "Carmen"; **szyfr:** "Skarbiec wawelski"; **duet jolek:** letnie przesilenie; **krzyżówka A-Ż:** wolontariat.

eprasa.pl f415e9827d

Dostarczamy codziennie do Twojego domu

Zamów prenumeratę

52 511 94 64
od poniedziałku do piątku w godz. 9:00–15:00

prenumerata.bydgoszcz@polskapress.pl

Express Bydgoski

prenumerata.expressbydgoski.pl

amerykański film akcji / tyrania, reżim
kobiecy symbol Francji / mazgaj
stojące lustro
atleci, siłacze
stan w Brazylii
antylopa z Afryki
góry z Narodną
port w Algierii
rodzaj pławy
perski instrument / ocena
pionowa ściana grani
niechciana poczta mailowa
grecki matematyk
po zachodzie słońca
tkanina odcięta pod kątem
wojskowy transporter
przerażający sen
brat Lolka / film Wajdy
buty do biegania
odmiana sałaty
suknia na kolczuzde
afisz teatralny
... von Bismarck / artretyzm
chwast polny / do młodości
rzadkie imię kobiece
roślina pierwiosnkowata
prymitywny ul
przenosi ciężary
słodki w rurce
gody cietrzewi
Han z filmu „Star Wars”
„.... we krwi”
wenecki dostojnik
denne zwierzę morskie
płyn w akumulatorze
naczynie kwestarza
tkanina na płaszcze
drewniany but
chiński złoty
cecha dżentelmena
gromada holenderek
tkanina ścienna
ruchoma część maszyny
obóz wojskowy chana
„Titanic” na dnie oceanu
część rombu
dawna miara długości
parzona w ekspresie
trunkowy mebel / ... Mistrzów
linka wolty-żera
płynie z oka
Emil, pisarz z Francji
płynie przez Olsztyn
... Białoszewski, poeta
miasto Świętego Franciszka
amok, bzik / drapieżny kot
10 przykazań / czasem ogarnia tłum
kwiatostan ostu
płonie w gromnicy
Meg, aktorka z USA
wawelski arras
tajemniczy kuzyn żyrafy
damski szał futrzany
Santor lub Kwiatkowska
instrument Erato
kontroler w fabryce
żona radży
prezydencki sprzeciw
rozjaśnia pole walki
krok do kariery
garncarski surowiec
producent goudy / liturgiczny talerzyk
warzywo na surówki
błąd przy serwisie
wydzielony obszar
papuga popielata
Czesław, kolarz / bulwy kolokazji
kronika kryminalna
świętoszek
gagatek, ladaco
dawny chłop, najemnik
październikowy solenizant
Baruch, filozof z Holandii
część osobowości
żądlący owad
Ada, śpiewaczka koloraturowa / górna część ołtarza
prosta ... najlepsza / wygląd zewnętrzny
część skrawarki
linijka sonetu
... Jusis, piosenkarka
Antonio, aktor
dawny rosyjski kilometr
boży-szcze tłumów / obiekt z Kosmosu
„.... do orzechów”
warstwowe tworzywo
tkanina na letnie sukienki
prawna lub lekarska
dopływ Wisły / część serca
epidemia dżumy
urodziwy młodzieniec
pakt wojskowy / krecia robota
dramat Witkacego
dawny dowódca janczarów
żona proroka Mahometa
porcja wypatroszonej ryby
twarda skała / gruntowna naprawa / jednostka ilości ciepła
uczeń w mundurze
ateński „notes” / algierski port
moment pędu cząstki
rolniczy stan
leśna droga
groźna mina
rodzaj sieci rybackiej
przeszły lub przyszły
odmiana buddyzmu
kraj z Dekanem
model Hondy
grecka wyspa na Morzu Jońskim
ważny port w Jemenie
pled / królestwo lwa
żołnierze Chrobrego
tajny spisek
cztery damy w pokerze
bawół z Celebesu
wiatr równikowy
śląski brydż

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 29, utworzą rozwiązanie: przysłowie niemieckie.

SŁOWNIK: ADEN, DOMANI, OSTRAKA, PANORA, SPIN.

ROZWIĄZANIE: KAŻDY PATRZY PRZEZ WŁASNE OKULARY.

eprasa.pl f415e9827d

Krzyżówka panoramiczna

biały sos do ryb / produkt z tartaku
sztuczne zbiorniki wodne
Pucka lub Gdańska
mały kobierzec
w parze z orłem
kańczug / jednostka masy
wiano panny młodej
dekoder / komplet narzędzi
kanon moralny
pocisk świetlny
ubiór, strój
podwodny radar
kuzyn dyni
pieczenie w przełyku
reżyser filmu „Truman Show”
staropolski napad
środek usypiający
wodnista zupa
skalne drobinki
moneta dla Charona
fason, model
farba wodna / na polu przed siewcą
model Polonеza
zamiłowanie, upodobanie
muzyka ludowa / język zwierzęcia / szeroka ulica
poroże daniela / początek skali
rasowy mruczek
maszyna na stoku narciarskim
jednostka natężenia oświetlenia
deski teatralne
ochrona żarówki
przebieg debaty
wariant, odmiana
zespół 8 muzyków
marka telewizora
zmienność, chimeryczność

Uśmiechnij się!

Rozmowa dwóch kolegów:
– Byłem dzisiaj u okulisty.
– I co ci powiedział?
– Że wzrok mam dobry, ale muszę się ...



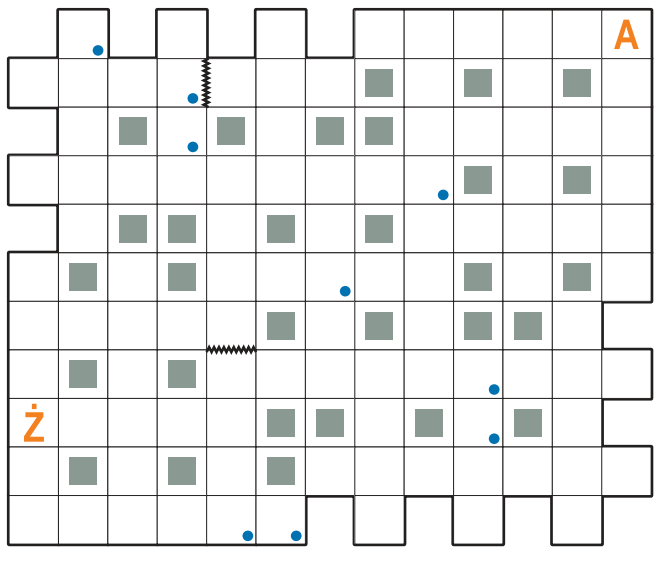
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15, utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

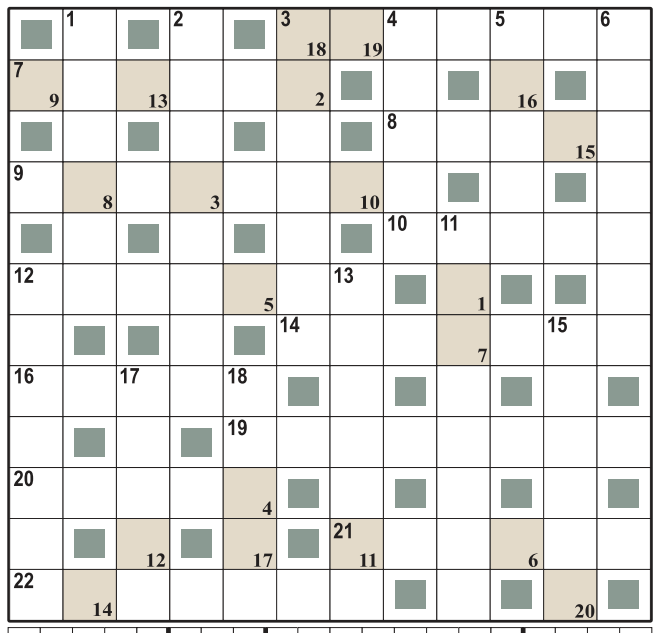
Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) imię Monka, filmowego detektywa (6).
B) uchwalany co roku przez sejm (6).
C) warzywo podobne do ogórka (7).
D) aktywny członek organizacji, partii (8).
E) pisze nowele i powieści (4).
F) powiązana z makiem i pasternakiem (4).
G) uroczyste przyjęcie (4).
H) tłum ludzi, mrowie (5).
I) korzenna przyprawa do piwa (5).
J) film akcji z rolą Keanu Reevesa(4,4).
K) kontrolny odcinek biletu (5).
L) człowiek lichy, bezwartościowy (6).
Ł) europejski kraj z Rygą (5).



M) motyl, szkodnik magazynów zbożowych (5).
N) przepływa przez Łomżę i Ostrołękę (5).
O) ukraiński port nad Morzem Czarnym (6).
P) słowa wyrażające krytykę, reprymenda (9).
R) przyjęcie bez tańców (4).
S) szósty dzień tygodnia (6).
T) zmartwienie, zgryzota (6).
U) ... Bolt, rekordzista świata na dystansie 100 i 200 metrów (5).
W) Piotr, aktor z serialu „Złotopolscy” (9).
Z) film w reżyserii Kingi Dębskiej (4,3).
Ż) dawne oddziały piechoty francuskiej w Algierii (5).

Krzyżówka z hasłem

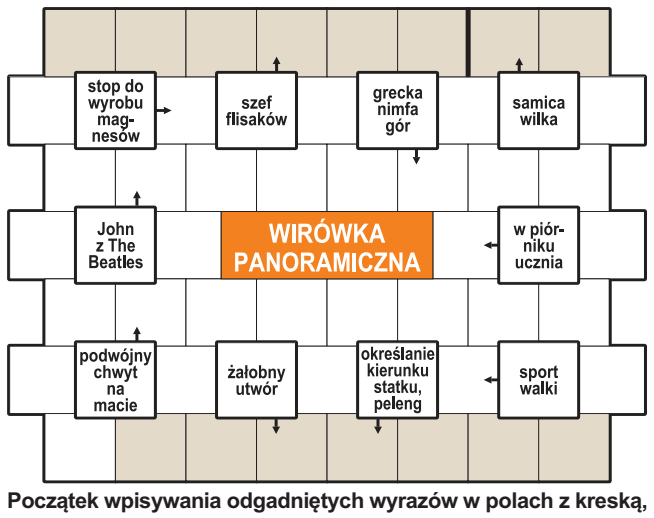


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 20, utworzą rozwiązanie: myśl Wiesława Czermaka-Nowiny.

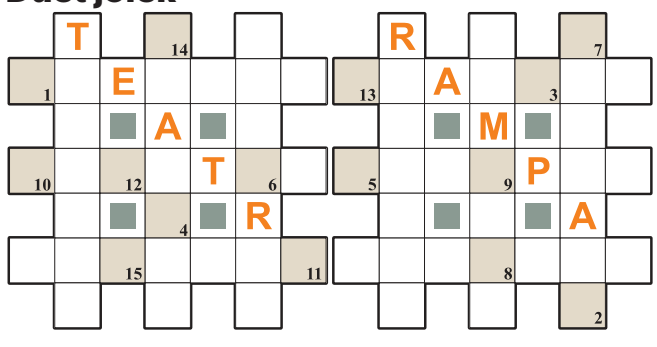
Poziomo:
3) torba na prowiant,
7) przypadek w deklinacji,
8) egzaminacyjna na uczelni,
9) spadająca gwiazda,
10) motyw dekoracyjny,
12) Sowa lub Żbik,
14) rodzaj sekretarzyka,
16) ptak jak koń,
19) budowla bez kantów,
20) fragment tekstu,
21) kocioł do grzania wody,
22) kraj z Tyrolem.

Pionowo:
1) gliniana podłoga,
2) tańcząca diwa,
3) część robocza koparki,
4) „... Schindlera”,
5) załamanie na giełdzie,
6) zespół 4 muzyków,
11) sprzedaje beletrystykę,
12) ... Dejaniry,
13) usuwanie usterki,
15) polewa na rondlu,
17) nastrój powagi,
18) włoski na działce.



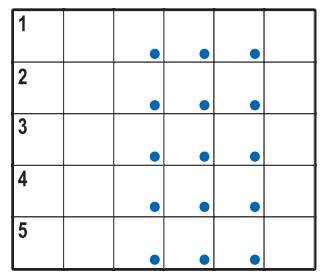
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł dramatu Adama Mickiewicza.

Duet jolek



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15, utworzą rozwiązanie: tytuł spektaklu w Teatrze Rampa. W przypadkowej kolejności:
– niejedno w makówce
– pisarz z Lublina
– ptak stepowy, kuzyn dropia
– roślina zielna, amarant
– handluje na bazarze
– kraj Ormian
– wyświetla slajdy
– niewielki komputer
– film Jamesa Camerona
– archipelag z Minorką
– chrust z cukierni
– brylantowy naszyjnik

Logogryf



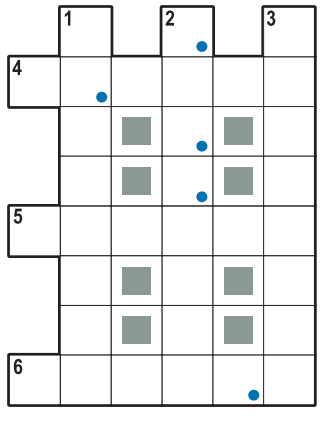
Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.
1) starożytne święto ku czci Dionizosa,
2) wszelkie wrażenie słuchowe,
3) dwukołowy wózek z siedzeniem z Dalekiego Wschodu,
4) Jasir, palestyński polityk,
5) taniec kabaretowy.

Szyfr

						14
7	10	11	1	9	12	
5					13	
4	8	6	3	15	2	
16						

Litery z pól od 1 do 16, utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.
Poziomo:
7) Adolf, aktor o przydomku Dodek,
4) deseczka do krycia dachów.
Pionowo:
14) balowa w pałacu,
7) Jan, autor „Igraszek z diabłem”.

Krzyżówka



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4, 5, 6) auto z Japonii.
Pionowo:
1) bawełniane T-Shirty,
2) kraj w Ameryce Północnej,
3) ... Ford, filmowy Indiana Jones.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: ... nauczyć alfabetu; **wirówka panoramiczna:** Konrad Wallenrod; **krzyżówka z hasłem:** Szept nie wywołuje echa; **duet jolek:** „Była sobie Polska”; **logogryf:** „Największa fanka”; **szyfr:** Sandra Drzymalska; **krzyżówka:** Honda; **krzyżówka A-Ż:** kalarepka.

eprasa.pl f415e9827d

Dostarczamy codziennie do Twojego domu

Zamów prenumeratę

52 511 94 64
od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-15:00

prenumerata.bydgoszcz@polskapress.pl

Express Bydgoski

prenumerata.expressbydgoski.pl

radar w slangu CB
poemat Puszkina
miasto koło Gryfic
najstarszy w rodzie
gruba zasłona
odgłos flagi na wietrze
najdłuższy bieg
pokój w chacie
od wikarego do prymasa
cieszy rolnika
domena szatana
serial z Popiołkiem
model Seata
oddział, filia
grecka litera
dział mechaniki
naśladuje obraz olejny
rzeka w Hadesie
rącznik pospolity
naczynie kwestarza
autko na torze
włoskie miasto nad Adriatykiem
cyfra nic
związki chemiczne
drobny deseń
stolica Kolumbii
pan z karabelą
zmierzwiona czupryna
pseudonim Adama Asnyka
miejsce pracy klauna
lanie, cięgi
rzymski Ares
w parze z igrekiem
wczesna marchew
pomnik nagrobny
polski film biograficzny
grecka litera
doskonały mówca
strój, ubiór
rywalka „Ixi”
Carl Zeiss ...
opera Verdiego
21
hebanowiec, śliwodaktyl
harcerz z Anglii
mała organizacja sportowa
paliwo do lamp
antonim wzlotu
bulwy kolokazji
znak zodiaku
toksyna żmii
zasila Wartę
barwny ptak
proszek do prania
20
funkcja trygonometryczna
córka Zeusa i Temidy
Luigi, włoski kompozytor
żużlowcy z Leszna
umiar, delikatność
skrzydlata jazda
Pa dla fizyka
wiatr pustynny
warszawski teatr
prosta droga leśna
angielski arystokrata
turecka metropolia
zgrana paczka, ferajna
kolarska manierka
22
przestankowy w zdaniu
bibosz, hulaka
ptak błotny
zwój tkaniny
bogini zwyciętstwa
roślina jak sułtanat
francuski feudał
regionalna mowa
święty byk faraonów
odpowiada w lesie
izotop wodoru
towarzysz Kajka
papiery urzędowe
kotlet zawijany
ciąży na sumieniu
lewy dopływ Odry
miła przechadzka
zakazany embargiem
pieje o świcie
ciecz w butelce
karny lub wolny
szkodnik drzew
rejonowy lub apelacyjny
dalszy plan obrazu
afrykańska antylopa
drapieżna ryba, miękława
plac z kramami
z białym ekranem
niski podłużny stół
majowe drzewo
jedno u cyklopa
26
ostry w trójkącie
woda na herbatę
23
zgiełk, wrzawa
25
opowiada przebieg akcji
niewielki kitel
kwiatowa grządka
indyjski stan
miasto w stanie Georgia
część ustawy
6
imię Lipnickiej
przynosi szczęście?
wypełnia siennik
14
gatunek śledzia
muza astronomii
zdrów jak ...
Y dla chemika
imię Teligi, żeglarza
glina ogniotrwała
ostrze strzały
film Holland
klub ze Świdnika
znak dla wodniaka
Kelvina lub Celsjusza
postawa, prezencja
odmiana w hodowli
górna część tułowia
taniec hiszpański jak grecka litera
warzywo na surówkę
nora
13
poniżej nosa
talia, kibić
12
narzędzie ślusarza
polski Kamaz
zapisek na marginesie
piastunka, niania
okienko w banku
pieczara
gaz o intensywnym zapachu
strój noszony przez Hinduski
część twierdzenia
24
sol lub la
zgorzel wargi i policzka
sopocki deptak
„Nie płacz ...”
dotknięty bielactwem
zlot czarownic
wyciągana na powitanie
9
matka Hefajstosa
dzień, miesiąc, rok
11

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

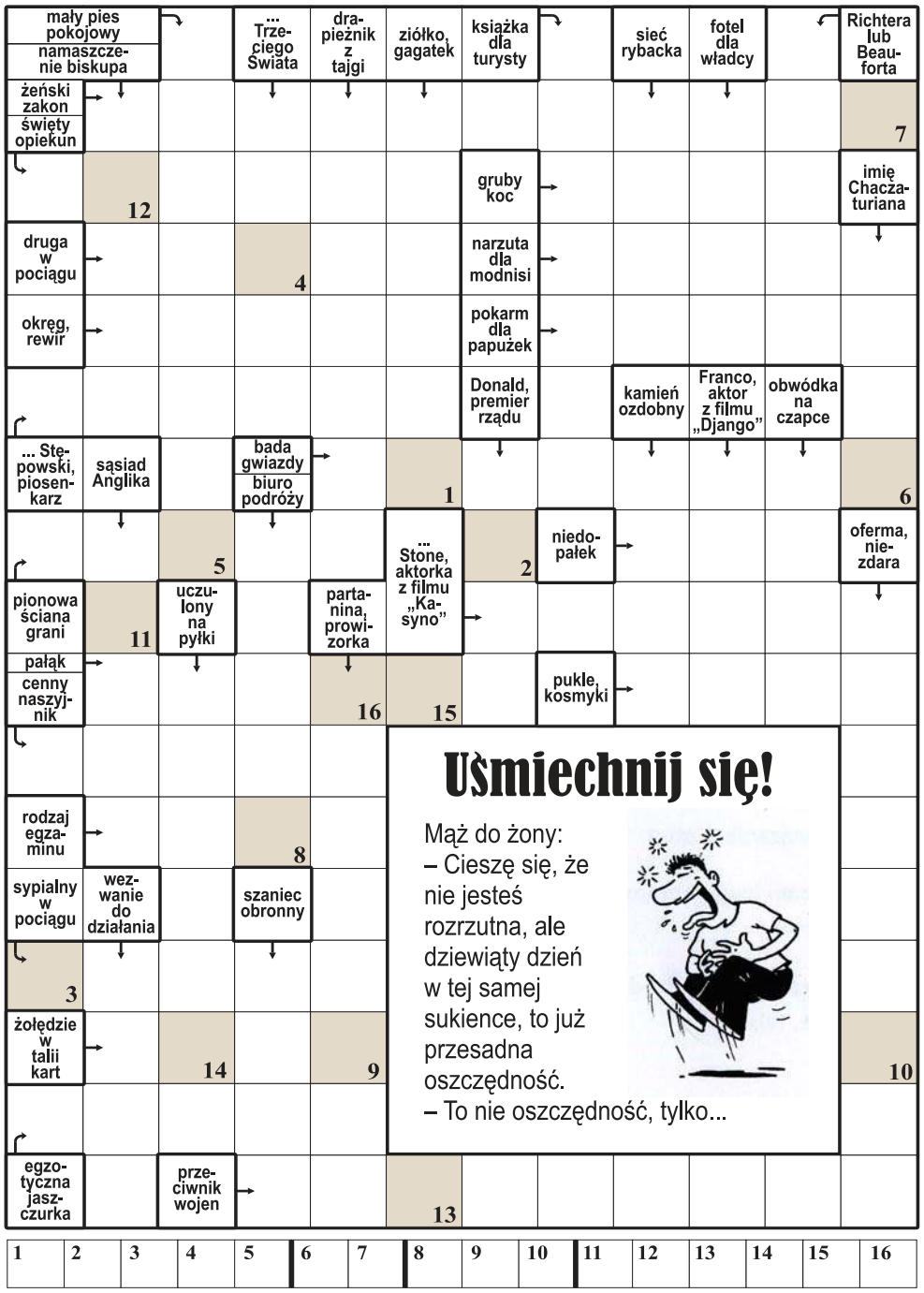
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26, utworzą rozwiązanie: myśl Owidiusza.

SŁOWNIK: GLOSA, OJRENE, RESKO, SAVANNAH.

ROZWIĄZANIE: RZECZY SIĘ STAJĄ, IDEE ISTNIEJĄ.

eprasa.pl f415e9827d

Krzyżówka panoramiczna



Usmiechnij się!

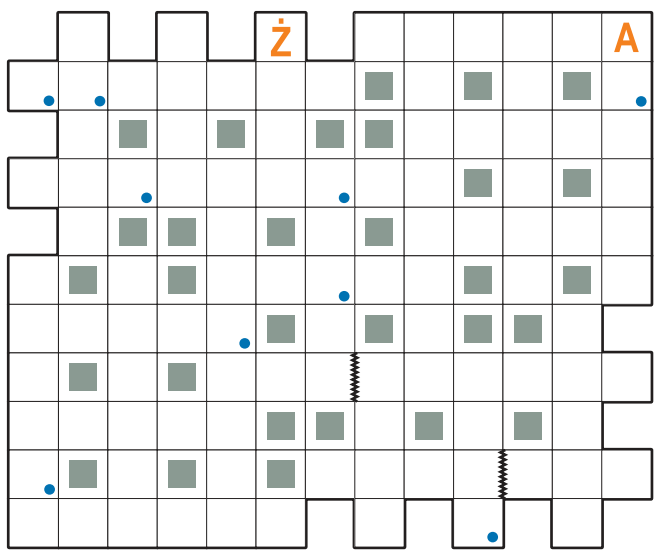
Mąż do żony:
– Cieszę się, że nie jesteś rozrzutna, ale dziewiąty dzień w tej samej sukience, to już przesadna oszczędność.
– To nie oszczędność, tylko...

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 16, utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

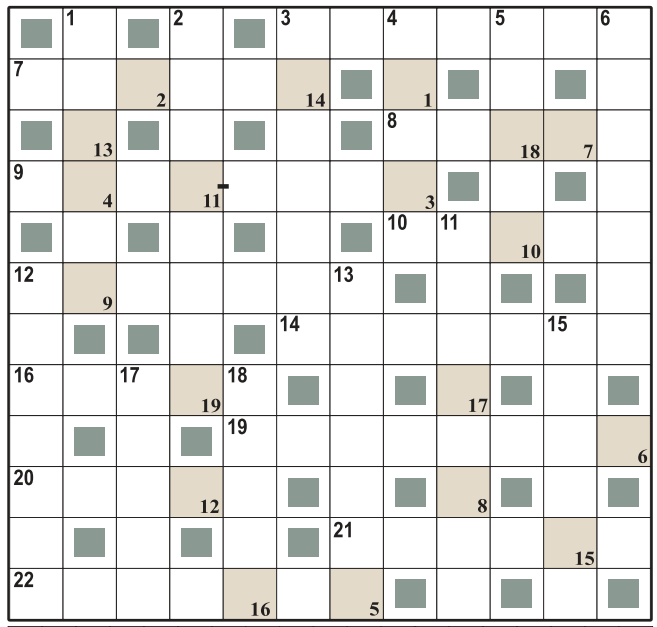
Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) „Przystanek ...”, amerykański serial telewizyjny (6).
B) hazardowa gra w karty (7).
C) dziwak, oryginał (5).
D) śpiewak w cerkwi (4).
E) polewa na rondlu (6).
F) gwałtowne mowy oskarżycielskie (8).
G) trzecia litera greckiego alfabetu (5).
H) filmowy musical Miloša Formana (4).
I) duże jezioro w Finlandii (5).
J) namiot na mongolskim stepie (5).
K) jednostka walutowa Angoli jak rzeka (6).
L) samosąd na Dzikim Zachodzie (5).
Ł) mazowieckie miasto nad Toczną (6).



M) wyraz twarzy, mars (4).
N) robocze zebranie u szefa (6).
O) zwierzę podobne do żyrafy z dorzecza Konga (5).
P) popularna komedia Józefa Blizińskiego (3,6).
R) film z rolami Dustina Hoffmana i Toma Cruise (4,3).
S) dziewczynka wśród niebieskich ludzkików (9).
T) odmiana delfina żyjący na półkuli południowej (5).
U) wyspa przybrzeżna na Bałtyku (5).
W) branie udziału w wojnie; służba żołnierska (8).
Z) przeszkoda na drodze, bariera (6).
Ż) urazy, pretensje (4).

Krzyżówka z hasłem

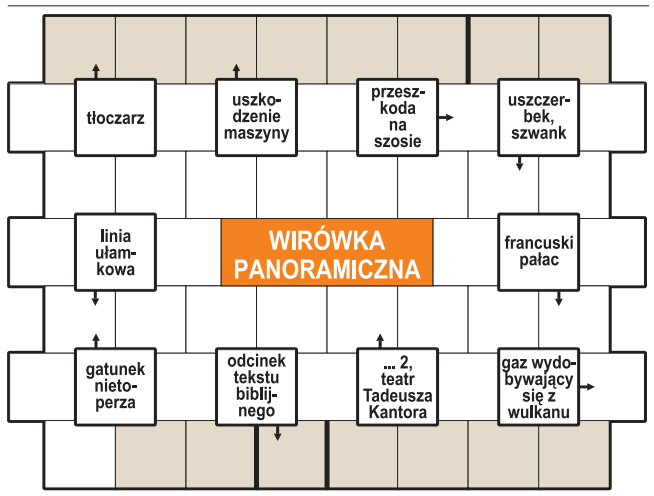


1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 19, utworzą rozwiązanie: aforyzm Włodzimierza Ścisłowskiego.

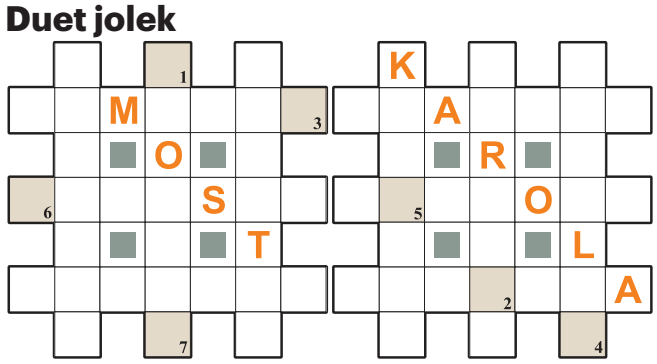
Poziomo:
3) hazardowa gra w karty,
7) czerwona lub cukrowa,
8) w egipskim sarkofagu,
9) niedobór witaminy B1,
10) próbnik kosmiczny,
12) pieprz turecki,
14) minerał zwany wezuwianem,
16) nożyk, scyzoryk,
19) rdzenny Australijczyk,
20) pokój w Hiltonie,
21) ulotka propagandowa,
22) zarys sylwetki.

Pionowo:
1) złota jabłoń,
2) irysy lub krówki,
3) buty dla diwy,
4) rodzaj sklepu,
5) sąsiad Bułgara,
6) przenosi ciężary,
11) nagłe spostrzeżenie,
12) paczka, tobołek,
13) obrońca w todze,
15) ogrodowa ścieżka,
17) skóra na rękawiczki,
18) np. walet trefl.



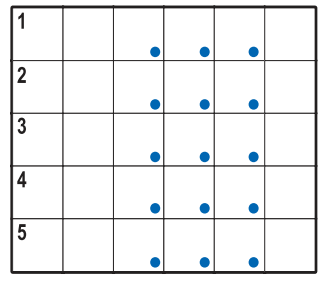
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: przysłowie.

Duet jolek



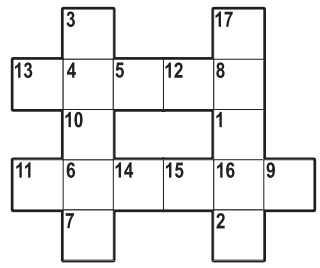
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 7, utworzą rozwiązanie.
W przypadkowej kolejności:
– Małgorzata, aktorka z „Lalki”
– np. „Seksmisja” lub „Miś”
– dawna jednostka długości
– autor, twóca
– mityczny kapłan Apollina
– mieszkaniec Aszchabadu
– teren ćwiczeń wojskowych
– kamienny meteoryt
– linijki tekstu
– Kevin, aktor z USA („JFK”)
– dawny gród obronny
– wartość banknotu

Logogryf



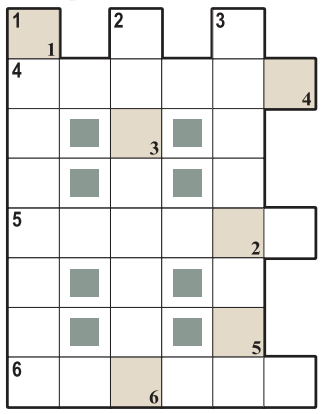
Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł polskiego filmu.
1) koń maści białej w plamy,
2) Kazimierz, aktor z „Polskich dróg”,
3) moment, okamgnienie,
4) mały pokój bez okna, zwykle sypialny,
5) urządzenie do sortowania ziarna zbóż.

Szyfr



Litery z pól od 1 do 17, utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.
Poziomo:
13) rynek po którym przechadzał się Sokrates,
11) „... wieczorową porą”.
Pionowo:
3) kłamie jak z nut,
17) kamień z wypukłą rzeźbą.

Krzyżówka



Litery z pól od 1 do 6, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4) bada latające spodki,
5) miasto w Holandii znane z operacji wojskowej „Market-Garden",
6) film Jamesa Camerona.
Pionowo:
1, 2, 3) europejskie kraje.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: … suwak mi się zaciął; **krzyżówka A-Ż:** balerina; **krzyżówka z hasłem:** Obietnica nie nakarmi; **wirówka panoramiczna:** Prawda kole w oczy; **duet jolek:** Wełtawa; **logogryf:** Malgorzata Braunek; **krzyżówka:** „Rancco Williowyje”; **szyfr:** **ka:** Belgia.

eprasa.pl f415e9827d

PASJE

Był na dnie. Dziś zdobywa medale i pomaga innym w szponach nałogu

Dziś mówi, że z „każdego g... da się wyjść" i wyciąga rękę do tych, których życiowe drogi nie były proste. Rafał Szopa sam kiedyś był na dnie, życiowe perypetie i nałóg pokrzyżowały sportową karierę kick boxera. Teraz na ścianie chwały w jego krakowskim klubie medale, puchary, dyplomy, a on sam mówi: – Od dziewięciu lat nie piję. Sport i obecna żona uratowali mi życie

Anna Piątkowska

– Startuję w zawodach, jest dobrze w życiu osobistym i sportowym, ale jestem alkoholikiem – trzeźwym alkoholikiem. Od dziewięciu lat nie piję – mówi Rafał Szopa, utytułowany reprezentant kadry narodowej Polski w kick boxingu, trener i współzałożyciel klubu Szopa Fight Team w Krakowie.

W sierpniu stanął na najwyższym podium, reprezentując Polskę na odbywającym się w Budapeszcie Pucharze Świata Weteranów w Kick Boxingu. Jak mówi, to spełnione marzenie, ale nie koniec sportowych aspiracji. Obok Pucharu Świata z Węgier w tym roku Rafał Szopa zdobył też złoto w Międzynarodowym Pucharze Polski i Pucharze Europy. Zdjęcie z trofeum z Budapesztu na swoim profilu w mediach społecznościowych opatrzył komentarzem: „z każdego g... da się wyjść".



FOT. ANDRZEJ BANAŚ



FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Rafał Szopa sam kiedyś był na dnie, życiowe perypetie i nałóg pokrzyżowały sportową karierę

Zero perspektyw – na totalnym dnie

Kick boxing zaczął trenować jeszcze w podstawówce. Na ścianie w klubie przy ul. Królewskiej fotografie mistrzów walk, wśród nich dawni idole dzisiejszego mistrza.

W latach 90. Rafał Szopa pracował jako ochroniarz na krakowskiej uczelni, tam zdarzył się wypadek, po którym karierę sportową musiał na długo zawiesić na kołku. Z ataku, którego wówczas doświadczył, ledwo uszedł z życiem, dziś mówi: to, że przeżyłem, to cud. Powikłania po leczeniu, żółtaczka typu C i chemia, która miała ratować życie, dewastowały organizm.

O sporcie nie było mowy, jego miejsce na długie lata zajął alkohol, niszcząc organizm, relacje. Żeby zdobyć najtańszy alkohol, posuwał się nawet do kradzieży. Ma w swoim życiu też etap bezdomności.

– Jeden z terapeutów stwierdził, że mój nałóg to Zespół Stresu Pourazowego (PTSD) – mówi Rafał Szopa. – Byłem na dnie. Nie widziałem żadnych perspektyw, chciałem ze sobą skończyć. Gdybym się w porę nie otrząsnął, to byśmy dziś nie rozmawiali. Życie uratowali mi synowie, pomimo że nie było ich wtedy przy mnie – wyobraziłem sobie, że stoją nad moją trumną. Nie mogłem im tego zrobić.

Byłem już na dnie

Terapie – a było ich wiele – nie przynosiły pożądanych rezultatów.– Nie stosowałem się do zasad. Osiągnąłem totalne dno. Chyba było mi to potrzebne – wtedy się otrząsnąłem. Wielką rolę odegrała moja żona i powrót do sportu. Nie wiem, co we mnie widziała, bo poznałem ją w największym stadium mojego picia.

Zaufali też trenerzy. Z maty na pierwszych zawodach schodził porządnie obity i choć walkę przegrał, dała mu inne zwycięstwo.

– Tej walki nie zapomnę nigdy. Dostałem strasznie, ale wtedy się zaczęło moje trzeźwienie. Wiedziałem już, że chcę wrócić do sportu, ale muszę się za siebie wziąć. Sam bym nie dał rady. Pierwszy krok trzeba zrobić samemu – przyznać się przed sobą i przed innymi do tego, że się jest alkoholikiem, ale później potrzebna jest pomoc.

W tym czasie też po raz pierwszy – przypadkiem – w narożniku Rafała Szopy stanął inny zawodnik – Piotr Wypchał. Wsparcie na ringu zamieniło się w wieloletnią już przyjaźń, także sportową – dziś razem zdobywają medale.

Znalezienie pracy dla wychodzącego z nałogu alkoholika nie jest prostym zadaniem. Po wielu niepowodzeniach łatwiejsze okazało się stworzenie wspólnie z żoną własnego klubu.

Kick boxing w walce z nałogami

Rafał Szopa doskonale wie i nieustannie to podkreśla, że samemu trudno wyjść z nałogu. Wie też, jak łatwo się potknąć, dlatego dziś wiele energii i zaangażowania wkłada w pomaganie innym. Prowadzi wykłady dla młodzieży, rozmawia z dorosłymi, inicjatywą „Kick boxing w walce z nałogami" pokazuje młodym ludziom drogę sportową, wolną od używek i innych nałogów.

Dziś Rafał Szopa mówi, że sport to najlepsza terapia. Taką drogę wskazuje też innym w podobnej sytuacji – sport nie zastąpi terapii, ale jest doskonałym jej wsparciem.

– Mam cel, dążenie do niego trzyma mnie w trzeźwości. Dziewięć lat nie piję, ale muszę się cały czas pilnować. Poczucie misji? Wiem, jak ciężko jest z tego wyjść, sam wychodziłem wiele razy, zanim się udało.

Zwłaszcza że nałogi nie dotyczą tylko dorosłych. Alkoholi i narkotyki są obecne w życiu coraz młodszych dzieciaków. Rafał Szopa mówi im o samodyscyplinie, jaką muszą mieć zawodnicy walczący w ringu, ale też o radości i satysfakcji, jaka płynie z treningów i sukcesów. Mówi o sobie – stąd hasło: „z każdego g... da się wyjść".

– Nie trzeba stać na podium na zawodach, ważna jest pasja, coś co sprawia przyjemność. Mówię o tym, że byłem na totalnym dnie, a teraz oni widzą moje medale. Widzą, że da się wyjść.

Marzenia Rafała Szopy? Mistrzostwa Świata Weteranów Kick Boxingu. Będą w przyszłym roku, treningi w drodze po laury już się rozpoczęły.

eprasa.pl f415e9827d

POMOC

Gdy walczysz o życie swojego dziecka, nie ma już czasu na lęk. Nie możesz pozwolić sobie na rozpacz

Rozmowa z Anną Tocką, mamą 9-letniego Maksa, dla którego Łatwogang zebrał ponad 12 mln zł na terapię genową dystrofii mięśniowej Duchenne'a

Marlena Bogdan-Marut



FOT. BARBARA GALAS

Nie ma czasu na strach. Trzeba podjąć walkę. Zwłaszcza że obok jest dziecko, które widzi, że coś się dzieje

Zacznijmy od akcji Łatwoganga. To był fenomen na całą Polskę. To on Was znalazł czy Wy jego?

To był zbieg różnych okoliczności, których do końca tak naprawdę nie poznaliśmy. Mama Piotrka (Piotr Hancke – przyp. red.), która jest jego menedżerką, powiedziała nam, że Piotrek codziennie dostaje tysiące maili z prośbą o pomoc. Dlaczego spośród nich wszystkich zdecydował się pomóc akurat Maksowi? Tego nie wiem. Co ciekawe, to nawet nie my wysłaliśmy do niego maila, tylko ktoś z naszych znajomych.

Można powiedzieć: siła wyższa?

Tak. Tak miało być. W sumie można mówić, że to cud.

Uporządkujmy trochę informacje. Choroba Maksa to dystrofia mięśniowa Duchenne'a. Jego organizm nie produkuje dystrofiny, czyli takiego „rusztowania" dla mięśni. Przez to mięśnie słabną i z czasem przestają działać – to najprostsze wyjaśnienie tej skomplikowanej choroby. A przecież serce to mięsień, płuca do pracy również potrzebują mięśni... To postępująca choroba genetyczna, która dotyka przede wszystkim chłopców. Terapia genowa kosztuje około 16 milionów złotych.

Około, bo tak naprawdę cena jest różna w zależności od stanu dziecka. Każda terapia jest opracowywana dla konkretnego pacjenta. Kwota zależy też od liczby badań, które dziecko musi mieć wykonane przed podaniem terapii i później. Dlatego koszt może się różnić i w poszczególnych zbiórkach być inny.

To terapia celowana?

Tak, pod konkretny organizm. Ma sprowokować organizm do tego, żeby zaczął tworzyć coś, co przypomina krótszy łańcuch dystrofiny, tzw. mikrodystrofinę. Lekarze mówią, że w najlepszym przypadku organizm może wyprodukować nawet do 70 procent składnika, który przypomina dystrofinę. To już może wystarczyć, żeby organizm mógł normalnie funkcjonować.

Cofnijmy się do początku. Dostajecie diagnozę, że Maks jest chory. Co się wtedy czuje?

Przede wszystkim niedowierzanie. Ja bardzo długo nie mogłam pogodzić się z tą diagnozą. Myślałam, że to jakaś pomyłka. Powtarzaliśmy badania, bo nie mogliśmy uwierzyć, że to naprawdę dotyczy naszego dziecka.

Nigdy wcześniej nie słyszałam o tej chorobie. Zaczęłam więc szperać w internecie, czytać, dowiadywać się wszystkiego na jej temat. I im więcej wiedziałam, tym było trudniej. Bo kiedy dowiedzieliśmy się, że Maks jest chory, nie było jeszcze tej terapii. Nie było żadnej nadziei.

Najgorsze było chyba to, że żaden lekarz, u którego byliśmy – ani w Polsce, ani za granicą – nie powiedział nam: „Słuchajcie, da się z tym jakoś żyć". Słyszeliśmy tylko, że możemy ćwiczyć, korzystać z rehabilitacji, robić wszystko, żeby Maks jak najdłużej pozostał sprawny.

To bardzo okrutna, powolna choroba, która krok po kroku zabiera dziecku sprawność. A jeśli dziecko dożyje dorosłości, jest zdane na pomoc drugiej osoby, najczęściej rodziców. I jako rodzic masz świadomość, że właśnie taka przyszłość może czekać twoje dziecko.

Myślę sobie, że Wy nawet nie mieliście czasu na to, żeby pozwolić sobie na chwilę strachu, bo trzeba było działać.

Nie mogliśmy sobie pozwolić na rozpacz. Wiedzieliśmy, że chorobę wykryliśmy późno – Maks miał już pięć lat – i że musimy jak najszybciej zacząć rehabilitację, jeździć do lekarzy, konsultować się ze specjalistami, kardiologami, pulmonologami. Robić wszystko, żeby jak najbardziej spowolnić chorobę.

Oczywiście był moment, kiedy wypłakaliśmy się i byliśmy obrażeni na cały świat, na Pana Boga i na wszystkich dookoła. Pytaliśmy: dlaczego my? Ale szybko zebraliśmy się do kupy. Powiedzieliśmy sobie, że nie ma na co czekać, trzeba działać.

Jeździliśmy wszędzie, gdzie się dało, i robiliśmy wszystko, co mogliśmy, żeby mu pomóc.

Czyli przełączyliście się w tryb działania?

Tak. Nie ma czasu na strach. Trzeba po prostu podjąć walkę. Tym bardziej że cały czas obok jest dziecko, które widzi, że coś się dzieje.

Maks wcześniej był okazem zdrowia. Nagle widział, że jeździmy po lekarzach, że wychodzimy z wizyt zapłakani. Widział

eprasa.pl f415e9827d

i rozumiał, że coś jest nie tak. Dlatego dla niego też musieliśmy być silni. Kiedy był z nami, staraliśmy się być uśmiechnięci, żeby nie pokazywać mu naszego strachu.

Przyznam, że Maks bardzo długo nie znał całej diagnozy. Nie powiedzieliśmy mu, co się dzieje, praktycznie do założenia zbiórki w październiku ubiegłego roku. Wiedział, że coś jest nie tak, ale wyszliśmy z założenia – nie wiem, słusznie czy nie – że nie chcemy zabierać Maksowi dzieciństwa. Cały czas wierzyliśmy, że znajdzie się coś, co uchroni go przed konsekwencjami tej choroby.

Dziś Maks ma 9 lat i dostęp do internetu. Podczas zbiórki dowiedział się bardzo dużo o tej chorobie, pewnie więcej, niż byśmy chcieli. Ale cały czas mu mówimy: „Maks, udało się zebrać pieniądze, dostaniesz tę terapię, będzie dobrze”.

Jak właściwie doszło do tego, że zaczęliście robić Maksowi badania?

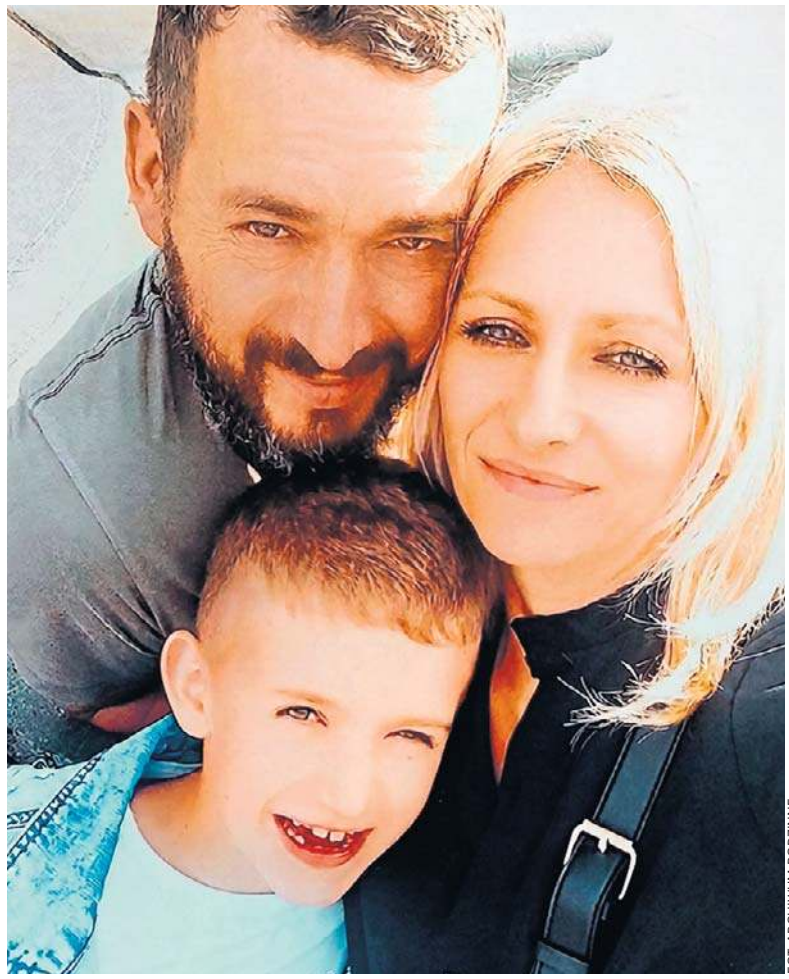
Trafiliśmy do lekarza zupełnie przypadkowo. Maks zaczął mieć koślawe stopy. Lekarz stwierdził, że ma przykurcze, czego my jako rodzice nie widzieliśmy. W międzyczasie Maks dostał zapalenia płuc i trafiliśmy do szpitala. Tam wykonano szczegółowe badania. Wyszły bardzo podniesione próby wątrobowe i kinaza sercowa. To dało lekarzom sygnał, że trzeba rozszerzyć diagnostykę. Z tymi wynikami trafiliśmy do neurologa i wtedy po raz pierwszy pojawiło się podejrzenie dystrofii mięśniowej. Na badanie genetyczne czekaliśmy trzy miesiące.

Wyniku nigdy nie zapomnę. Dostaliśmy go tuż przed świętami Bożego Narodzenia. To były chyba najgorsze święta, jakie można sobie wyobrazić.

W dodatku dowiadujecie się, że jest terapia, która może wyhamować rozwój choroby, ale kosztuje 16 mln zł. Ruszyła zbiórka, ludzie się nią interesowali, byli aktywni, ale z czasem zainteresowanie malało i w końcu licznik się zatrzymał. Co się wtedy czuje?

Zwątpienie. Myślę, że mieliśmy szczęście w nieszczęściu, można tak powiedzieć, że mieszkamy w powiecie leskim, w takich „małych Bieszczadach”, bo całe Bieszczady zaangażowały się w naszą zbiórkę. W ciągu czterech miesięcy zebraliśmy 3,5 miliona złotych. To ogromna kwota. Ale możliwości naszej lokalnej społeczności też zaczęły się wyczerpywać. Organizowano przeróżne imprezy, robiono wszystko, co tylko można było zrobić. A jednak licznik stanął.

Nie mieliśmy pomysłu, jak wybić się dalej, poza Podkarpacie.



FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Nagle odezwała się mama Piotrka: Piotrek wybrał Waszego Maksa

Rzeszów również bardzo dużo dla nas zrobił, ale potrzeba było czegoś więcej. Zastanawialiśmy się, gdzie możemy uderzyć. Pisaliśmy do różnych dużych fundacji, do telewizji, ale takich zbiórek jak nasza w całej Polsce jest naprawdę bardzo dużo. Przebić się gdzieś graniczyłoby z cudem.

I właśnie w czasie naszego największego zwątpienia pojawił się Piotrek. To był początek maja. Wtedy naprawdę trochę już się poddawaliśmy. Zastanawialiśmy się, co jeszcze możemy zrobić. A czas nas gonił, bo w dystrofii odgrywa on ogromną rolę. Terapię trzeba podać w określonym czasie, nie można czekać długo.

Maks ma 9 lat. Niektórzy chłopcy w jego wieku już siedzą na wózku, a Maks jeszcze chodzi. Zdawaliśmy sobie z tego sprawę. To nie jest choroba, przy której można powiedzieć: „Spokojnie, uda się za rok, za pięć czy za dziesięć lat. Mamy czas”.

Dlatego, kiedy nagle odezwała się mama Piotrka i powiedziała: „Piotrek wybrał Waszego Maksa, chcemy Wam pomóc”, było to dla nas ogromnym szokiem i niedowierzaniem.

Wasza historia może być też iskierką nadziei dla innych rodziców, którzy zbierają pieniądze na leczenie swoich dzieci. Co powiedziałabyś rodzicom, którzy mają właśnie taki moment zwątpienia, kiedy licznik się zatrzymuje?

Powiedziałabym, żeby się nigdy nie poddawali i nie przestawali wierzyć. Wiem, co mówię. My też mieliśmy takie chwile. Nagle może się wydarzyć coś, może pojawić się ktoś, kto wszystko zmieni. I to jest najważniejsze.

Trzeba pukać, gdzie się da, przecierać wszystkie możliwe ścieżki. Dla nas też było to trudne. Nie było nam łatwo prosić o pieniądze. To jest przecież normalne, że człowiek nie chce prosić innych o pomoc. Ale podczas tej zbiórki nie patrzyliśmy na to przez pryzmat tego, że prosimy o coś dla siebie. Prosiliśmy dla naszego dziecka. I właśnie to powiedziałabym rodzicom: nie wolno się poddawać, bo robi się to dla swojego dziecka, a nie dla siebie.

Taka zbiórka i wystawienie się na ocenę publiczną musi być bardzo trudne. Pokazujesz nie tylko swój ból, ale też cierpienie swojego dziecka. Jak ludzie reagowali?

Podczas zbiórki spotykaliśmy się właściwie z samymi dobrymi komentarzami i opiniami. Maks był z nami wszędzie i ludzie zawsze bardzo dobrze go przyjmowali. Byli dla niego mili.

Słowa krytyki pojawiły się właściwie dopiero po zakończeniu zbiórki, kiedy nagłośniona została choroba i terapia, która nie jest dopuszczona w Europie. Nagle zaczęły pojawiać się pytania: dlaczego tyle pieniędzy, dlaczego w Stanach, dlaczego terapia nie jest dopuszczona w Europie czy w Polsce.

Czytanie takich komentarzy jest dla mnie jako rodzica bardzo trudne. Przede wszystkim dlatego, że dotyczą mojego dziecka. Zawsze powtarzam: my nie mamy możliwości wyboru. Ja nie mogę wybierać pomiędzy tym czy tamtym lekiem. My mamy to i tyle. Na chwilę obecną nie mamy czasu, żeby czekać. Mogę zrobić tylko to, co jest dostępne teraz i w co święcie wierzę, jest dobre dla mojego dziecka. I to robię.

Pojawiały się też komentarze, że po zakończeniu zbiórki zniknęliśmy. To nieprawda. Rzeczywiście trochę się wyciszyliśmy, ale po takiej zbiórce potrzebowaliśmy też odpocząć. Podczas niej byłam bardzo aktywna w mediach społecznościowych, ciągle pisałam, dziękowałam za każdą pomoc. Teraz musiałam trochę odpocząć i dać odpocząć Maksowi.

To nie znaczy, że się ukrywamy. Cały czas informujemy i będziemy informować o tym, co się dzieje. Wiemy, że ogrom ludzi przyczyniło się do tego, żeby Maks mógł przyjąć tę terapię.

Zakończenie zbiórki nie oznacza też końca walki. Teraz przed Wami kolejny etap – terapia w Stanach Zjednoczonych.

Tak. Jeden etap się zakończył, bo na szczęście udało nam się zebrać pieniądze. Ale teraz mamy kolejny: podanie terapii, tysiące badań, tysiące telefonów wykonanych do kliniki.

W Chicago Maks będzie miał podaną terapię. Jest ogrom stresu i ogrom niepewności. To nie jest tak, że po zakończeniu zbiórki wszystko się skończyło. Maks będzie musiał przechodzić badania jeszcze długo po podaniu terapii. Będzie musiał przyjąć nowy lek, który na chwilę obecną nie jest refundowany w Polsce. Liczymy na to, że się to zmieni. Będzie musiał być pod stałą opieką lekarzy jeszcze przez bardzo długi czas. Na chwilę obecną po prostu robimy to, co możemy.

Wróćmy jeszcze do samych zbiórek. Na początku jest ogromne zainteresowanie, działa efekt kuli śnieżnej, media społecznościowe i algorytmy. Potem uwaga ludzi spada. Co powiedziałabyś osobom, które myślą: „Co zmieni moje 5 czy 10 złotych, skoro do celu jest jeszcze tak daleko”?

Powiem tak: jeżeli każda osoba, która widzi zbiórkę, wpłaci 5 czy 10 złotych, a takich osób będzie dziesięć tysięcy, sto tysięcy czy milion, to robi się z tego ogromna kwota. My cieszyliśmy się z każdej wpłaty, bo to właśnie te niewielkie kwoty robiły dużą różnicę. Nie liczyliśmy na to, że nagle pojawi się ktoś, kto wpłaci kilka tysięcy. To mało realne. To właśnie wiele pojedynczych wpłat złożyło się na całość. Warto o tym pamiętać, kiedy widzimy apel o pomoc.

A jeżeli nie możesz wpłacić, to chociaż podaj zbiórkę dalej. Ktoś, kto ją zobaczy, może wpłacić, a potem przekazać ją kolejnym osobom. To działa lawinowo.

Wyjaśnijmy jeszcze jedną rzecz. Ludziom może się wydawać, że zebrane na terapię miliony po prostu trafiły na Wasze konto. Jak to wygląda w praktyce?

Nie, absolutnie tak się nie dzieje. Wszystkie pieniądze trafiły na zrzutkę. Od początku zbieraliśmy na leczenie Maksa pieniądze przez Siepomaga.

Po zamknięciu zbiórki i zaksięgowaniu pieniędzy Siepomaga opłaca wszystkie faktury i wysyła pieniądze do Chicago. Przez nasze ręce nie przechodzi nic.

Wszystko musi być udokumentowane, na wszystko musimy mieć fakturę. Pieniądze trafiają bezpośrednio do danego szpitala czy instytucji za konkretne leczenie albo badanie. Tak to działa.

Co teraz? Jesteście już na ostatniej prostej przed wylotem.

Mamy bilet na 4 października do Chicago. 6 października pierwsza wizyta w szpitalu. Będą badania i jeśli wszystko dobrze pójdzie, miejmy nadzieję, że około dwóch–trzech tygodni po przylocie do Chicago Maks będzie miał podaną terapię.

Zostajemy w Chicago od 3,5 do 4 miesięcy, bo takie są wymogi szpitala. Wszystko jest monitorowane. I właściwie bardzo się cieszę, że to tak długo trwa, bo będziemy mogli wrócić do Polski z poczuciem, że wszystko jest dobrze. Później oczywiście będziemy musieli dalej konsultować stan zdrowia Maksa z lekarzami w Polsce i robić badania.

Ale najważniejszy krok, spełnienie naszego marzenia, jest już blisko. To jeszcze nie minął rok od momentu, kiedy założyliśmy zbiórkę. Wtedy wydawało nam się to niemożliwe. A dziś stało się realne. Ogromnie się z tego cieszymy, chociaż cały czas jest lęk i niepewność. To nasze dziecko, chodzi o jego zdrowie i życie. Każdy rodzic chyba rozumie, o czym mówię.

Aniu, dziękuję Ci za tę rozmowę. Trzymamy za Was kciuki i życzymy, żeby kolejny rozdział tej historii przyniósł już tylko dobre wiadomości.

Dziękuję bardzo. ©℗

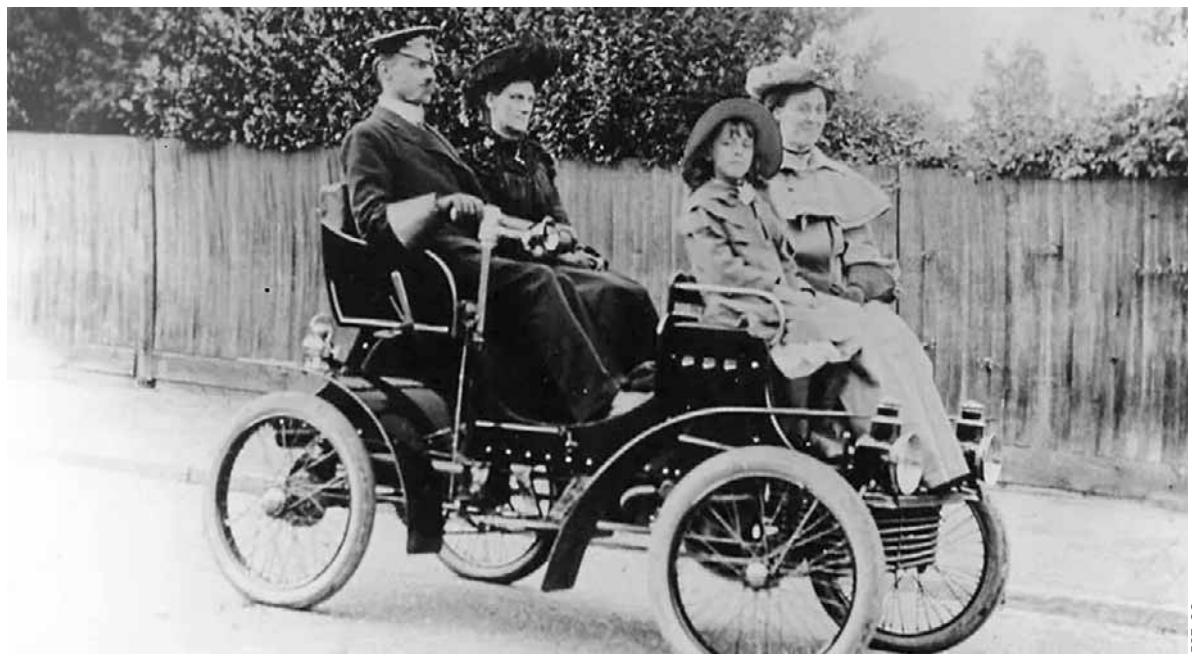
eprasa.pl f415e9827d

HISTORIA

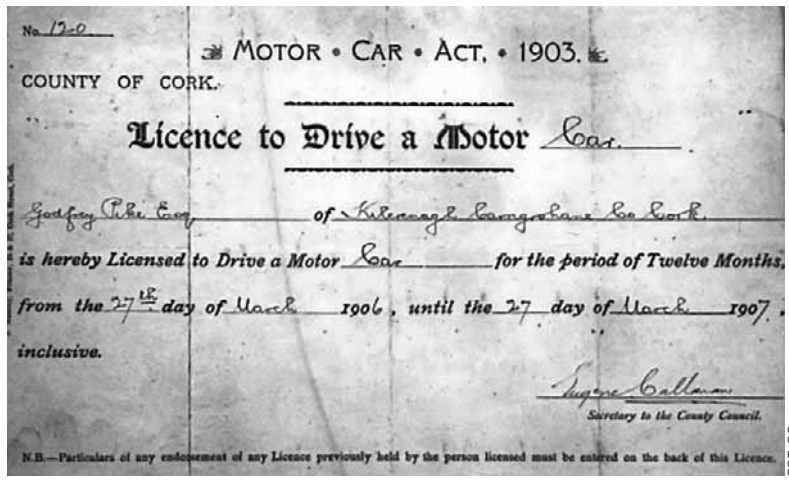
Symbol nadchodzącej ery motoryzacji

123 lata temu, 30 września 1903 r., w Wielkiej Brytanii wprowadzono pierwszą na świecie ustawę o pojazdach silnikowych. Każdy kierowca musiał od tej chwili posiadać prawo jazdy

Mariusz Grabowski



FOT. CC


No. 12-0

MOTOR • CAR • ACT. • 1903.

COUNTY OF CORK.

Licence to Drive a Motor Car.

Godfrey Pike Esq. of Kilcaragh Carrigtwohill Co Cork

is hereby Licensed to Drive a Motor Car for the period of Twelve Months, from the 27th day of March 1906, until the 27 day of March 1907, inclusive.

Eugene Ballam
Secretary to the County Council.

N.B.—Particulars of any endorsement of any Licence previously held by the person licensed must be entered on the back of this Licence.

FOT. CC

Jedno z pierwszych praw jazdy. U góry samochód Vauxhall w 1903 r.

Ale choć tzw. Motor Car Act nakazywał obowiązek posiadania przez kierowców stosownego dokumentu, nie wymagał żadnej formy egzaminu, który potwierdzałby ich drogowe umiejętności.

Rodzi się przyszłość

Na początku XX w. na angielskich drogach terkotało już całkiem sporo samochodów, głównie Vauxhalli, Austinów czy Morrisów. Były to prawdziwe demony szos. Np. Vauxhall 5hp Light Car, wyposażony w pięć koni mechanicznych, napędzany na tylne koła za pomocą dużego łańcucha i wolantu, mógł rozpędzić się nawet do 25 mil na godz. (ok. 40 km).

Decyzja Izby Gmin była zatem perspektywiczna: wobec rosnącej potęgi motoryzacji trzeba było uregulować kwestię prawa poruszania się po drogach. Motor Car Act wymagał więc, by każda osoba prowadząca samochód miała przynajmniej 17 lat, wprowadzono obowiązek rejestracji aut w lokalnych urzędach i oznaczania ich tablicami rejestracyjnymi, ustanowiono też ograniczenie prędkości do 20 mil na godz.

Kierowca musiał oświadczyć, że potrafi bezpiecznie kierować pojazdem mechanicznym, ale nie wymagano odeń żadnej weryfikacji. Testy i egzaminy pojawiły się dopiero w kolejnych latach, a realnie dopiero po Wielkiej Wojnie.

Prawo i polityka

Pojawienie się prawa jazdy potwierdziło zasadę, że każde zjawisko cywilizacyjne wcześniej czy później zostaje obwarowane prawem. Co zwykle budzi sprzeciw zainteresowanych. Tak było i w tym przypadku – przeciw regulacjom Motor Car Act protestowali nie posiadacze aut, co zrozumiałe, ale też politycy, zarówno liberalni, jak i konserwatywni.

W licencjonowaniu prawa do rozpędzenia się swoim Vauxhallem, nawet jeśli posiadał tylko dwa biegi, po brukach Londynu i polnych drogach Yorkshire widziano zamach na wolność osobistą, a w papierowym dokumencie odgórną stygmatyzację, spiskowo zaplanowaną przez rząd Arthura Jamesa Balfoura, skądinąd zagorzałego obrońcy „Starej dobrej Anglii".

Osobistą wojnę z Motor Car Act prowadził Alfred Charles William Harmsworth, nie tylko pierwszy wicehrabia Northcliffe, ale także właściciel „Daily Mail" i „Daily Mirror". Inwektywy na posłów, którzy zagłosowali za ustawą motoryzacyjną, zajmowały jesienią 1903 r. sporo miejsca w obu jego tytułach.

Benz u księcia

Obowiązek posiadania prawa jazdy w Anglii miał charakter powszechny. Ale próby uregulowania tej kwestii indywidualnie miały miejsce już wcześniej w Niemczech, ojczyźnie motoryzacji. Pierwszym tamtejszym prawem jazdy był dokument wystawiony dla Karla Benza w 1888 r. W związku ze skargami mieszkańców Mannheim na hałas i smród, jaki roztaczał jego Motorwagen, otrzymał on pisemne zezwolenie od Wielkiego Księcia Badenii Fryderyka I Wilhelma Ludwika na używanie swego pojazdu na drogach publicznych.

Mówienie o „hałasie i smrodzie" w przypadku pojazdu Benz Patent-Motorwagen Nummer 1, rachitycznego trójkołowca przypominającego bardziej rikszę niż samochód, było grubą przesadą. Ale faktem jest, że mógł budzić grozę u badeńskich wieśniaków i wozaków, pędząc 16 km na godz. i skrzypiąc metalowymi obręczami kół.

Prawo jazdy dla Karla Benza Wielki Książę spisał ręcznie na karcie papieru, umieszczając na dole fantazyjny zawijas.

Francuzi też chcą

O motoregulacjach myślano też we Francji. Już 14 sierpnia 1893 r. wprowadzono tam obowiązek posiadania tzw. certificat de capacité – certyfikatu zdolności, w tym wypadku zdolności poszczególnego kierowcy do prowadzenia pojazdu mechanicznego.

W przeciwieństwie do przepisów angielskich, kandydat do prowadzenia musiał wykazać się umiejętnością uruchomienia swojego pojazdu, udowodnienia, że potrafi prowadzić go „w odpowiednim kierunku" i zatrzymania go. Taki test musiał przejść pod okiem mundurowych na dziedzińcu Prefektury Policji w Paryżu.

Jednak powszechność posiadania dokumentu wprowadzono we Francji dopiero w 1922 r. Przy okazji określenie „certificat de capacité" zastąpiono terminem „permis de conduire", czyli nazwą odpowiadającą z grubsza dzisiejszemu prawu jazdy.

Lawina aut w Stanach

Z kolei pierwsze amerykańskie prawo jazdy wystawiono w 1899 r. w Troy, jednym z centrów ówczesnego amerykańskiego przemysłu stalowego, w stanie Nowy Jork. Miało formę, jak w przypadku Karla Benza, zwykłego listu podpisanego przez burmistrza i poświadczonego pieczęcią, który zezwalał na jazdę „powozem bez koni" z prędkością do sześciu mil na godzinę.

Podobne dokumenty wystawiano w innych stanach. Aby je otrzymać, nie trzeba było zdawać żadnego testu, ani teoretycznego, ani praktycznego – wystarczyło opłacić symboliczną opłatę. Egzaminy – w formie dość uproszczonej – pojawiły się dopiero ok. 1913 r. Cały proces koncesjonowania przebiegał dość wolno, zważywszy, że Stany Zjednoczone były już na drodze do motoryzacyjnej potęgi.

Statystyka podaje, że na przełomie XIX i XX w. za oceanem zarejestrowanych było 8 tys. aut. W 1903 r., gdy Anglia regulowała stan prawny kierowców, 33 tys. W 1906 r. po amerykańskich drogach śmigało już ponad 100 tys. aut, w 1913 r. ich liczba przekroczyła milion, a w 1920 r. osiem milionów.

Konsekwencjalizm

Spójrzmy na prawo jazdy przez pryzmat społeczny. Zdobycie dokumentu to nie tylko proces administracyjny, ale przede wszystkim świadome wejście w przestrzeń społeczną opartą na odpowiedzialności za skutki swoich czynów. Od strony filozofii prawa tę teorię na gruncie etyki normatywnej, obowiązującą dziś praktycznie na całym świecie, nazywamy konsekwencjalizmem.

Zmarły w 1997 r. amerykański filozof Richard B. Brandt w pracy „Etyka. Zagadnienia etyki normatywnej i metaetyki" wyróżnił dwa główne typy konsekwencjalizmu: egoistyczny, który nas w tym momencie nie interesuje, oraz uniwersalistyczny, wedle którego powinnością moralną jest dokonanie „takiego czynu, którego konsekwencją jest przyrost dobra w ogóle".

Prawo jazdy daje przywileje, ale wymaga odpowiedzialności. Z grubsza można to ująć następująco: „Chcesz jeździć samochodem – przestrzegaj obowiązujących przepisów". Droga jest przestrzenią publiczną, w której wolność jednostki jest rygorystycznie ograniczona. Z górą sto lat temu protestowali przeciw temu angielscy liberałowie, ale czas pokazał, że nie mieli racji.

Prawa jazdy w Polsce

Na koniec przypomnijmy, jak przebiegała recepcja idei praw jazdy w Polsce. Początkowo była to kalka pomysłów zachodnich. Ale już jesienią 1918 r. powstały pierwsze komisje egzaminacyjne dla kandydatów na kierowców. Zasiadali w nich członkowie automobilklubów, pasjonaci motoryzacji i wojskowi.

Pierwsze dokumenty miały wygląd małych, zielonych książeczek, zawierających dane osobowe kierowcy, datę uzyskania uprawnień i wykaz „przykazań" automobilisty. Przepisy dotyczące praw jazdy doprecyzowano w 1921 r., wraz z wejściem w życie pierwszego polskiego kodeksu drogowego – „Przepisów o ruchu pojazdów mechanicznych po drogach publicznych".

Już wówczas zamiłowanie Polaków do komplikacji administracyjnych było ogromne. Wprowadzono np. kategorię praw jazdy, zróżnicowanych od rodzaju pojazdu. Najniższa, V kategoria, upoważniała do prowadzenia motocykli, a posiadacz tzw. jedynki, czyli kategorii najwyższej, mógł prowadzić autobusy. W tym czasie Henry Ford wprowadził taśmową produkcję samochodów, a że Fordy T docierały również do Polski – powstała specjalna kategoria prawa jazdy – II B – która uprawniała do prowadzenia tylko tego modelu auta.

eprasa.pl f415e9827d