DZIŚ PO STRONIE SENIORA

BEZPIECZNE PRZYJMOWANIE LEKÓW

KTÓRE Z NICH MOŻNA ZE SOBĄ ŁĄCZYĆ, A KTÓRE NIE - Str. 11 - 12

Nr ISSN 1230-9192
Nr indeksu 350680

www.expressbydgoski.pl

Nr 263 (11451) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Express BYDGOSKI

37 lat

Czwartek, 12.11.2026

Spadła liczba osób chorych na boreliozę
Od 1 stycznia do 30 września 2026 r. odnotowano w regionie 1184 przypadki boreliozy, podczas gdy w analogicznym okresie 2025 r. zarejestrowano ich 1294. – **Str. 2**

„Kadafi" i zamach bombowy na Wyżynach
Mieliśmy do czynienia z eksplozją materiału pirotechnicznego umieszczonego pod pojazdem. – **Str. 3**

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Na naszych stronach

Pasażer pociągu miał nóż, broń pneumatyczną i był pijany

Okoliczności jego ujęcia były dość dramatyczne, ponieważ pasażerowie zostali ewakuowani do innych wagonów.
Str. 6

Pogoda

Bydgoscy drogowcy są gotowi do akcji „Zima"

W magazynach wykonawców przygotowano już około 2500 ton soli, 40 ton chlorku wapnia oraz blisko 200 ton piasku.
Str. 4

Kara za napad na komornika
Sąd uznał, że Dorian M. wiedział, że ma do czynienia z funkcjonariuszem publicznym. – **Str. 5**

Trwa wymiana ulicznego oświetlenia w Bydgoszczy
Znikną stare betonowe słupy z często psującymi się oprawami, które zużywają dużo energii. – **Str. 4**



FOT. ARKADIUSZ WOJTASIEWICZ

Transport publiczny

Bydgoski port lotniczy wprowadzi nowoczesny skaner. Odprawa szybsza

Adam Szczęśniak

Za kilka miesięcy na bydgoskim lotnisku zacznie funkcjonować nowoczesny skaner do kontroli bagażu. Dzięki niemu odprawa będzie szybsza, bardziej przyjazna dla pasażera, który nie będzie już musiał wyjmować elektroniki i płynów z walizki.

Port Lotniczy Bydgoszcz przygotowuje się do wdrożenia nowoczesnego urządzenia do kontroli bagażu podręcznego, wykorzystującego technologię tomografii komputerowej (CT). Skaner EDSCB C3 tworzy trójwymiarowy obraz zawartości bagażu, znacznie ułatwiając identyfikację potencjalnie niebezpiecznych przedmiotów.

Dzięki tej technologii pasażerowie nie będą musieli wyjmować elektroniki ani płynów z bagażu podręcznego podczas kontroli. Istotną zmianą będzie również możliwość przewożenia w bagażu podręcznym płynów w pojedynczych opakowaniach o pojemności do 2 litrów (wcześniej po 100 ml do 1 litra).

To mniej czynności do wykonania przed przejściem przez kontrolę bezpieczeństwa i wygodniejsze przygotowanie do podróży dla pasażerów.

Inwestycja obejmuje również automatyczny system zwrotu kuwet oraz rozwiązania ułatwiające przygotowanie się do kontroli. W połączeniu ze skanerem pozwolą one ograniczyć potrzebę kontroli ręcznych i zwiększyć przepustowość stanowisk, co ma szczególne znaczenie w okresach wzmożonego ruchu pasażerskiego.

Dostawa i wdrożenie nowego systemu planowane jest na połowę 2027 roku. Umowa na realizację inwestycji została podpisana już w październiku, a jej wartość przekracza 4 mln zł brutto. Projekt został objęty dofinansowaniem w wysokości 75 proc., udzielonym przez Województwo Kujawsko-Pomorskie w ramach pomocy inwestycyjnej dla regionalnych portów lotniczych.

Takie rozwiązania wprowadzono już wcześniej na lotniskach w Warszawie (Chopin), Krakowie, Gdańsku, Rzeszowie i Lublinie, przymierza się również Wrocław. Rozwiązanie dla pasażera jest darmowe, chyba że ktoś woli skorzystać z odpłatnej ścieżki (tzw. fast track) bez czekania w kolejce na odprawę.©℗



FOT. DARIUSZ BLOCH

Święto Niepodległości

Sto jedenaście kilometrów na rowerach. Już dwudziesty raz

Adam Szcześniak

11 listopada już po raz dwudziesty wystartował Bydgoski Rowerowy Rajd Niepodległości. Rozpoczął się od modlitwy, odśpiewania hymnu Polski oraz złożenia zniczy na Cmentarzu Bohaterów Bydgoszczy. W rajdzie uczestniczyło ponad 400 osób, którzy przejechali 111 kilometrów. Trasa wiodła ulicami Bydgoszczy i drogami powiatu bydgoskiego. Z Doliny Śmierci rowerzyści udali się do Osielska, potem przejeżdżali przez Żołędowo, Pyszczyn, Dębową Górę, Koronowo i Byszewo.
©℗
Str. 7

Bydgoszcz

Kierowca autobusu miał ponad pół promila

Marcin Kozłowski

Policjanci z Bydgoszczy tuż po weekendzie sprawdzali stan trzeźwości u kierujących w mieście i powiecie bydgoskim. Jedną z osób, które „wpadły" podczas kontroli był kierowca autobusu miejskiego.

– Jest już przygotowany wniosek o rozwiązanie umowy z art. 52 Kodeksu pracy, czyli z winy pracownika. Oczywiście wymaga to konsultacji ze związkami zawodowymi, bo taka jest już u nas procedura. W tej sytuacji argumenty są jednak jednoznaczne – przekazuje nam Piotr Bojar, prezes zarządu MZK w Bydgoszczy.©℗
Str. 5

eprasa.pl f5ac95b682

TYDZIEŃ Z EXPRESSEM

Piątek: PULS - Policja bada sprawę zamachu bombowego na bydgoskich Wyżynach

12.11.2026 Czwartek

Dziś imieniny obchodzą: Gabriel, Renata i Witold
49 dni do końca roku, Światowy Dzień Drwala

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 dnia



Beata Busz: Święta w grudniu już tylko w kalendarzu

publicystka

Kiedy zapalaliśmy znicze na cmentarzach, pod jedną z galerii handlowych w regionie rozbłysła choinka. Sezon na świąteczne reklamy w TV też uważam za otwarty. Tak, nic się nie zmieniło, święta nadal są w grudniu, ale tylko w kalendarzu. Bo handlowcy świętują już od września. Wówczas to nieśmiało pojawiają się na półkach opakowane w świąteczne sreberka słodycze. Później wciskają się po cichu - między stojące na półkach znicze - bożonarodzeniowe ozdoby. Kilka dni temu sama chciałam skusić się na pewnego sympatycznego renifera, ale sprzedawczyni szepnęła mi na ucho, że mam się wstrzymać, bo za chwilę będzie... posezonowa wyprzedaż. I taka straszna myśl przemknęła mi przez głowę, czy aby renifery nie ustąpią już miejsca wielkanocnym kurczakom...

Mam takie nieodparte wrażenie, że ledwo ubrałam choinkę, a już ją rozbieram. I tak w kółko. A handlowcy sprawiają, że dni od świąt do świąt biegną jeszcze szybciej. Komercja zabija świąteczną magię.

Coraz słabiej, ale jeszcze pamiętam ją z dzieciństwa. Przygotowania do Bożego Narodzenia zaczynały się tuż przed świętami. Na zakupy szło się bez gazetek promocyjnych z marketu. W wannie pojawiał się żywy karp, na stole pomarańcze kubańskie, a choinkę ubieraliśmy dopiero w wigilijny poranek, w akompaniamencie polskich kolęd, zamiast Jingle Bells. Kiedy na niebie zaświeciła pierwsza gwiazdka, zasiadaliśmy do stołu nakrytego białym obrusem, obowiązkowo z siankiem i 12 potrawami. Później z wypiekami na twarzy wyciągało się spod choinki prezenty, które dziś chyba nie ucieszyłyby żadnego dzieciaka. I szło się na pasterkę. Ktoś powie, że jestem boomerem, że to już nie wróci, że świat się zmienia. Fakt, tylko smutno mi, że duch świąt wkręcił się w tryby marketingowej machiny ©℗

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Express Bydgoski”

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

POGODA W BYDGOSZCZY

Czwartek
6°C/0°C

Piątek
6°C/0°C

OCHRONA ZDROWIA

Spadła liczba osób chorych na boreliozę

Agnieszka Romanowicz

- Istotne znaczenie ma profilaktyka boreliozy, zwłaszcza ochrona przed ukąszeniami kleszczy, kontrolowanie skóry oraz szybkie i prawidłowe usuwanie kleszczy - podkreślają od lat epidemiolodzy. Wygląda na to, że w Kujawsko-Pomorskiem to działa.

- Z danych Państwowej Inspekcji Sanitarnej wynika, że sytuacja epidemiologiczna dotycząca boreliozy w województwie kujawsko-pomorskim pozostaje na poziomie zbliżonym do ubiegłorocznego - informuje Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Bydgoszczy.

Od 1 stycznia do 30 września 2026 r. odnotowano w regionie 1184 przypadki boreliozy, podczas gdy w analogicznym okresie 2025 r. zarejestrowano ich 1294.

- Sytuacja pozostaje względnie stabilna, jednak nadal istotne znaczenie ma profilaktyka, w szczególności ochrona przed ukąszeniami kleszczy, kontrolowanie skóry po pobycie na terenach zielonych oraz szybkie i prawidłowe usuwanie wkłutych kleszczy - podkreśla sanepid.

- Po pracy na działce zawsze dokładnie się oglądam, a potem biorę prysznic - zapewnia Bydgoszczanka. - Tyle się nasłuchałam o boreliozie, że dmucham na zimne. Koleżanka mojej córki ma niedowład ręki z powodu tej choroby. Bardzo ciężko było jej opiekować się nowo urodzonym dzieckiem. Odkąd poznałam jej historię, bardzo uważam na kleszcze, wiele razy znalazłam je na sobie.



FOT. KARINA TROJOK

W 2025 roku ok. 83 tys. osób w Polsce zachorowało na boreliozę

Szczegółowe rekomendacje w sprawie profilaktyki boreliozy ma Agencja Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji. Ich zasadność została przeanalizowana przez towarzystwa naukowe. Najbardziej skuteczne są:

- stosowanie odzieży okrywającej większość ciała; odzież ma być jasna, bo lepiej widać na niej kleszcze
- sprawdzanie ciała po powrocie z miejsc bytowania kleszczy
- spryskanie odzieży insektycydem
- stosowanie środków odstraszających, np. na bazie olejku z eukaliptusa cytrynowego
- bezzwłoczne usunięcie kleszcza, najlepiej za pomocą cienkiej pęsety, chwytając go jak najbliżej powierzchni skóry. - Odradza się inne sposoby usuwania kleszczy, jak przypalanie czy stosowanie środków chemicznych, z uwagi na możliwość podrażnienia kleszcza, który w odpowiedzi może zwrócić przyjętą krew, co zwiększa ryzyko zakażenia - wyjaśnia Agencja.

Z analizy badaczy wynika, że ludzie stosujący środki odstraszające kleszcze zmniejszają ryzyko zachorowania na choroby odkleszczowe o 20 proc. Noszenie odzieży ochronnej jest bardziej skuteczne, bo wynosi 40 proc., podobnie jak kąpiel w ciągu dwóch godzin od powrotu z miejsca bytowania kleszczy.

Nagły wzrost zachorowań na boreliozę w Polsce nastąpił w latach 2016 - 2017. Dane NFZ pokazują, że od tego czasu liczba pacjentów korzystających z pomocy lekarskiej z powodu chorób odkleszczowych stale rośnie.

W 2025 roku lekarze POZ przyjęli ponad 124 tys. pacjentów. Wśród nich, aż 83 tys. osób zachorowało na boreliozę. ©℗

KALENDARIUM BYDGOSKIE

Milicjant zastrzelił przechodnia. Dostał 15 lat

1806: po porażce Prus w wojnie z napoleońską Francją do Bydgoszczy przybyła grupa francuskich oficerów z komendantem płk. Gladu, mająca za zadanie przygotowanie kwater dla nadciągającej armii napoleońskiej.
1922: bydgoszczanie po raz pierwszy po powrocie miasta do Rzeczypospolitej wzięli udział w wyborach do Senatu RP. Większość oddała swoje głosy na kandydatów z Chrześcijańskiego Stronnictwa Pracy.
1930: w Bydgoszczy powstała firma „Bacon Export”, własność Oskara Robinsona. Jej ubojnia mieściła się na terenie Rzeźni Miejskiej przy ul. Jagiellońskiej. Zakłady produkowały doskonałej jakości wędliny przeznaczone na eksport m.in. do Wielkiej Brytanii i USA.
1949: wykonano wyroki śmierci na żołnierzach Armii Krajowej z grupy kontrwywiadu z Wilna – por. Jerzym Łozińskim, por. Władysławie Subortowiczu i ppor. Witoldzie Milwidzie, skazanych na karę śmierci podczas procesu przed sądem wojskowym w Bydgoszczy.
1951: w ogrodzie kina „Bagatela” w Bydgoszczy przy Al. 1 Maja otwarty został pierwszy w mieście po wojnie fotoplastykon wyposażony w 48 stanowisk, w których obraz w wersji stereo przesuwał się co 20 sekund. Punkt cieszył się ogromnym powodzeniem, jednak z powodów lokalowych już po kilku miesiącach funkcjonowania został zamknięty.
1957: prymas Polski, ks. kardynał Stefan Wyszyński konsekrował dzwony w kościele pw. św. Antoniego z Padwy na Czyżkówku. Następnego dnia przewodniczył konferencji miejscowego duchowieństwa.
1958: na karę 15 lat pozbawienia wolności skazany został funkcjonariusz Milicji Obywatelskiej, który rok wcześniej śmiertelnie postrzelił z pistoletu przechodnia w śródmieściu Bydgoszczy. ©℗ **KB**

eprasa.pl f5ac95b682

ŚLEDZTWO

„Kadafi" i zamach bombowy na Wyżynach

Maciej Czerniak

Samochód, pod którym wybuchł ładunek pirotechniczny, nie należał do Tomasza B., pseudonim Kadafi, ani do jego byłej żony, ani do byłej partnerki. Śledczy na razie sprawdzają hipotezy związane ze zdarzeniem.



FOT. KWP BYDGOSZCZ/ARCHIWALNE

Rozbicie grupy „Kadafiego" miało miejsce w 2011 roku. Proces zakończył się w 2018. Prokuratura bada wybuch na Wyżynach

Okoliczności eksplozji, do której doszło w nocy z 2 na 3 listopada na ulicy Bohaterów Kragujewca, bada Prokuratura Rejonowa Bydgoszcz-Południe. Według pierwszych informacji wynikało. m.in., że auto mogło należeć do byłej żony bydgoskiego gangstera, Tomasza B. znanego jako „Kadafi".

Jak się dowiadujemy, samochód (w wyniku wybuchu uszkodzonych zostało też siedem innych pojazdów), który został wysadzony, nie należał ani do wymienionego mężczyzny, ani do byłej żony, a był użytkowany przez jego byłą partnerkę B.

To był ładunek pirotechniczny

Prokuratura informuje, że postępowanie jest na początkowym etapie i obecnie śledczy sprawdzają, czy to tylko „koincydencja", czy istotnie celem był sam „Kadafi". Bo to, że doszło do wybuchu podłożonego ładunku, a nie zapłonu, którego powodem mogła być, np. awaria instalacji w samochodzie, jest dla prokuratury bezsprzeczne.

- Mieliśmy do czynienia z eksplozją materiału pirotechnicznego umieszczonego pod pojazdem - przyznaje prok. Marcin Stachowiak, zastępca Prokuratora Rejonowego dla Bydgoszczy-Południa.

Sam „Kadafi", dobrze znany bydgoszczanom z głośnego procesu sprzed lat, w którym odpowiadał za kierowanie zorganizowaną grupą przestępczą, przebywa obecnie na wolności. I to mimo że ma do odbycia piętnastoletni wyrok, związany z kierowaniem gangiem zajmującym się obrotem narkotykami.

Wyrok za zabójstwo dla człowieka „Kadafiego"

Proces zakończył się w 2018 roku, a w 2019 sąd apelacyjny podtrzymał werdykty wydane wobec członków zorganizowanej grupy przestępczej. Oprócz „Kadafiego" skazani zostali: Adam. F. - na 12 lat, Jaromir O. - 7 lat, Wiesław F. i Robert B. - 2,5 roku pozbawienia wolności. Gang rozbito w 2011 roku. Łącznie zatrzymanych zostało ponad 100 osób. Przez kilka lat wprowadzili oni do obrotu co najmniej tonę narkotyków za ponad 21 mln zł.

Jeden z członków grupy „Kadafiego", Maciej B., pseudonim „Maciula", był również sądzony w procesie za zabójstwo narkotykowej dilera Kamila Ch. w 2009 roku w podbydgoskim Tryszczynie. Sąd wymierzył mu karę 25 lat więzienia.

B. nie trafił jednak od razu do celi. Pod koniec bydgoskiego procesu zeznawał już z wolnej stopy. Został zatrzymany ponownie w październiku 2019 w Małopolsce przez funkcjonariuszy Centralnego Biura Śledczego Policji. Razem z innym byłym gangsterem Dariuszem L. ujęto ich wychodzących z lokalnej siłowni. W tym czasie „Kadafi" był ścigany listem gończym, ale śledczy znaleźli również dowody, na inne przestępstwo, którego miał się dopuścić. Chodziło o próbę uprowadzenia krakowskiego biznesmena.

Maski, sztuczne wąsy i broń

W domu jednorodzinnym na południu Polski, w którym ukrywali się L. i B., ujawniono wtedy kominiarki, zagłuszarki sygnału GPS, radiostację wraz z zestawami słuchawkowymi, kamery służące do podglądu w trybie on-line, maski na twarz, peruki, noże, siekiery, broń palną i amunicję, paralizator, taśmy klejące, mapy Krakowa oraz Tarnowa, noktowizor oraz lornetkę.

Przygotowania do uprowadzenia przedsiębiorcy były na zaawansowanym etapie, bo sprawcy zdążyli zorganizować sobie, między innymi silikonowe maski oraz broń palną i amunicję.

Jak się dowiadujemy, Tomasz B. uzyskał przerwę w odbywaniu 15-letniego wyroku, ponadto sąd w Krakowie - wynika na razie z informacji nieoficjalnych - jest w trakcie rozpatrywania postępowania o umorzenie reszty kary więzienia.

Do tej sprawy jeszcze wrócimy.

©℗

STOP DEZINFORMACJI

Akcja tajniaków i noże w szkole. Jak plotki mogą siać panikę

MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI

Anna Grochowina

Po atakach nożowników w szkołach w mediach społecznościowych zaczęły pojawiać się liczne niepotwierdzone informacje dotyczące rzekomych zagrożeń w lokalnych placówkach. Nie ominęło to również Inowrocławia. Nasza redakcja przystąpiła do ogólnopolskiej akcji MEDIA PRZECIWKO DEZINFORMACJI. Demaskujemy fake newsy.

Na jednej z lokalnych grup facebookowych pojawiły się wpisy sugerujące, że na terenie inowrocławskich szkół znaleziono ostre narzędzia. Informacje szybko zaczęły być udostępniane i komentowane, wzbudzając niepokój wśród mieszkańców.

Zweryfikowaliśmy te doniesienia. Nie potwierdziły się.

Plotki rozchodzą się błyskawicznie

To nie pierwszy przykład, gdy internetowe spekulacje wywołują poruszenie, choć nie mają pokrycia w faktach.

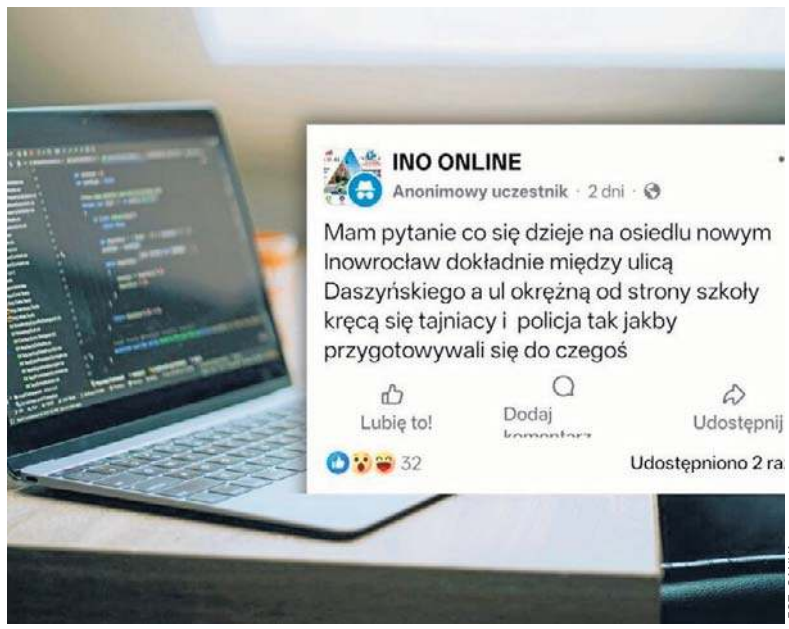
Z kolei 31 października na jednej z lokalnych grup pojawił się anonimowy wpis mieszkańca, który zauważył w rejonie osiedla Nowego policję i osoby, które określił jako „tajniaków". Autor pytał, czy służby przygotowują się do jakiejś akcji. Pod postem szybko zaczęły pojawiać się rozmaite domysły. Internauci sugerowali między innymi poszukiwania drona.

Tymczasem z korespondencji naszej redakcji z policją wynikało jednoznacznie, że dyżurny nie miał żadnego zgłoszenia dotyczącego zdarzenia w tym rejonie miasta.

Policja: media pomagają walczyć z dezinformacją

Jak podkreśla Izabela Lewicka-Waszak, oficer prasowy Komendanta Powiatowego Policji w Inowrocławiu, we współczesnym świecie informacje rozprzestrzeniają się niezwykle szybko, zwłaszcza te budzące emocje i kontrowersje.

- To dziennikarze są ważnym ogniwem w przekazywaniu mieszkańcom rzetelnych komunikatów. Współpraca z policją, szybkie prostowanie nieprawdziwych doniesień i publikowanie sprawdzonych informacji pozwala ograniczać skutki dezinformacji oraz budować poczucie bezpieczeństwa – podkreśla Izabela Lewicka-Waszak.



FOT. CANVA

To nie pierwszy przykład, gdy internetowe spekulacje wywołują poruszenie, choć nie mają pokrycia w faktach

Jak dodaje, policja stale monitoruje pojawiające się zagrożenia, a wyspecjalizowani funkcjonariusze, m.in. z Centralnego Biura Zwalczania Cyberprzestępczości, analizują treści publikowane w internecie.

Nie każda sensacja jest prawdą

Policja apeluje, by przed udostępnieniem informacji sprawdzać ich źródło i wiarygodność.

- Udostępnianie niesprawdzonych treści może wywoływać niepotrzebny niepokój i utrudniać pracę funkcjonariuszy. Przykładem są ostatnie wydarzenia i doniesienia medialne mające miejsce na terenie placówek oświatowych. Dlatego nie warto opierać się na niesprawdzonych informacjach – zaznacza oficer prasowa.

Funkcjonariusze przypominają również, że mieszkańcy sami mają wpływ na ograniczanie zjawiska dezinformacji. Zanim klikniemy „udostępnij", warto sprawdzić, czy informacja pochodzi z oficjalnego źródła, została potwierdzona przez służby lub wiarygodne media.

„Życie to nie gra. Masz je tylko jedno"

Temat dezinformacji poruszany jest również podczas działań profilaktycznych prowadzonych przez policjantów w szkołach i innych placówkach na terenie powiatu inowrocławskiego.

W ramach ogólnopolskiej kampanii „Życie to nie gra. Masz je tylko jedno" funkcjonariusze rozmawiają z młodzieżą o zagrożeniach związanych z fałszywymi informacjami, odpowiedzialnym korzystaniu z internetu oraz konieczności weryfikowania treści przed ich dalszym rozpowszechnianiem. ©℗

eprasa.pl f5ac95b682

Bydgoszcz

INWESTYCJE

Trwa wymiana oświetlenia ulicznego. W mieście będzie 3 tysiące nowych latarni

Małgorzata Pieczyńska

Około 3000 nowych punktów świetlnych zostanie zainstalowanych na ulicach Myślęcinka, Osiedla Leśnego, Okola, Wiczaka-Jarów, Bielaw, Błonia i części Flisów. Zadanie finansowane jest z wykorzystaniem funduszy europejskich z Krajowego Planu Odbudowy.

Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy ogłosił przetarg na kompleksową przebudowę infrastruktury oświetlenia drogowego na wymienionych osiedlach. W jego ramach wykonana zostanie dokumentacja projektowa, uzyskane będą pozwolenia na budowę, a potem ruszy inwestycja.

Nowe oprawy LED

Z ulic Myślęcinka, Osiedla Leśnego, Okola, Wiczaka-Jarów, Bielaw, Błonia i części Flisów znikną stare betonowe słupy z często psującymi się oprawami, które mają wiele lat i zużywają ponadto dużo energii. Na ich miejscach staną estetyczne słupy, które zostaną wyposażone w energooszczędne oprawy LED.

W ramach kompleksowej wymiany oświetlenia ulic Bydgoszcz została podzielona na jedenaście sektorów. Myślęcinek, Osiedle Leśne, Okole, Wiczak-Jary, Bielawy, Błonie i części Flisów tworzą trzy z nich.

„Celem projektu jest ujednolicenie infrastruktury oświetlenia na całej długości objętych inwestycją odcinków dróg, poprawa bezpieczeństwa ruchu drogowego, zwiększenie efektywności energetycznej i ograniczenie kosztów eksploatacyjnych infrastruktury oświetleniowej. Nowoczesne oprawy pozwalają ograniczyć zużycie energii o około 60 proc., a także koszty serwisowania urządzeń o około 75 proc". - zapewnia Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej w Bydgoszczy.

Po podpisaniu umowy prace projektowo-budowlane i odbiory zajmą około 2,5 roku. Na przełomie 2026 i 2027 roku drogowcy zlecą roboty w kolejnym sektorze. Wcześniej ruszyły prace m.in. w części Śródmieścia, na terenie Bydgoskiego Parku Przemysłowo-Technologicznego i wzdłuż ulic Fordońskiej.

Projekt za 200 milionów

Koszty przygotowania dokumentacji projektowej miasto pokrywa z projektu Bydgoszcz Energy dofinansowanego w 90 proc. z instrumentu „Elena" przygotowanego przez Europejski Bank Inwestycyjny, a współfinansowanego przez program Unii Europejskiej Horyzont 2020. Realizacja robót budowlanych finansowana jest natomiast dzięki preferencyjnej pożyczce ze środków Krajowego Planu Odbudowy. Wartość całego projektu wymiany oświetlenia ulic w mieście wynosi ponad 200 milionów złotych.

Po 2029 roku Bydgoszcz ma mieć własne, nowoczesne, energooszczędne oświetlenie uliczne z możliwością pełnego nadzoru, kontroli i regulacji natężenia.

©℗



FOT. ARKADIUSZ WOJTASIEWICZ

Po 2029 roku Bydgoszcz ma mieć własne, nowoczesne i energooszczędne oświetlenie uliczne

BEZPIECZEŃSTWO

Akcja „Zima" w Bydgoszczy - drogowcy są gotowi?

Opr. Jarosław Więcławski

Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej przekazał, że od 1 listopada na terenie Bydgoszczy obowiązuje stan gotowości w ramach akcji „Zima". W sezonie 2026/2027 w I standardzie utrzymania jest blisko 357 kilometrów dróg.

Tak jak w ubiegłych latach akcję zimowego utrzymania jezdni prowadzą dla drogowców dwie firmy: Remondis oraz Corimp (w zakresie utrzymania mechanicznego). Na terenie miasta wyznaczono również dodatkowe podobszary tzw. odśnieżania ręcznego (10 zadań). Te działania dotyczą ciągów pieszych, przystanków, schodów czy wybranych odcinków dróg rowerowych (ok. 13 km). Ulice utrzymywane mechanicznie z wykorzystaniem pługosolarek podzielono na 4 rejony: północny, południowy, wschodni i zachodni.

– Do I standardu zimowego utrzymania zalicza się jezdnie, place publiczne, główne ciągi piesze, schody stanowiące główne ciągi piesze, torowiska i zwrotnice tramwajowe oraz pętle tramwajowe i autobusowe, przystanki tramwajowe i autobusowe, chodniki leżące przy głównych ciągach, miejsca parkingowe strefy płatnego parkowania „A" i „B", parkingi systemu Park & Ride, Park & Go oraz wybrane odcinki tras rowerowych – informuje ZDMiKP.

Szczegółowe informacje dotyczące ulic objętych akcją znajdują się w „Planie zimowego utrzymania ulic na terenie Bydgoszczy 2026/2027". Drogowcy na zwalczanie skutków zimy (łagodzenie uciążliwości) zakontraktowali 14 pługosolarek w codziennej dostępności, 10 mikrociągników, ponad 100 pracowników do prac ręcznych i całodobową obsługę dyżurnych koordynujących działania firm wykonawczych.

W razie wystąpienia bardzo trudnych warunków pogodowych na ulice może zostać wysłanych dodatkowo 8 pługosolarek oraz 3 równiarki, będące w zasobach własnych ZDMiKP. Według założeń, zakontraktowany sprzęt jest w stanie przejechać i posypać wyznaczone trasy objęte akcją „Zima" w ciągu 4 godzin. W magazynach wykonawców przygotowano ok. 2500 ton soli, 40 ton chlorku wapnia oraz blisko 200 ton piasku.



FOT. ARKADIUSZ WOJTASIEWICZ

W poprzednim sezonie wydatki na akcję były dużo większe niż zakładano

Zgłoś interwencję

Podczas wystąpienia złych warunków atmosferycznych dyżury są pełnione przez całą dobę przez wyznaczonych pracowników ZDMiKP. Mieszkańcy mogą przysyłać zgłoszenia o oblodzeniu, opadach, konieczności odśnieżania ulic i chodników bezpośrednio do dyżurnych Akcji Zima telefonicznie: tel. 52 582 27 14 lub 15 oraz mailowo: utrzymanie@zdmikp.bydgoszcz.pl, akcjazima@zdmikp.bydgoszcz.pl.

– Przypominamy, że działania służb drogowych mają na celu łagodzenie skutków zimy na drogach, a nie ich całkowitą likwidację. W związku z powyższym prosimy kierowców o zachowanie ostrożności i dostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze. Nasze działania prowadzone są systematycznie wyłącznie na ulicach objętych Akcją Zima, poza tymi rejonami podejmowane są interwencje wyłącznie na uzasadnione wezwania, podczas pożarów lub innych zdarzeń losowych jako działania wspomagające służby ratunkowe – przekazuje ZDMiKP.

Akcja nie jest prowadzona na drogach lokalnych, dojazdowych, osiedlowych innych zarządców oraz na chodnikach przylegających bezpośrednio do posesji prywatnych firm, instytucji, szkół, zakładów pracy.

Dodano, że akcja nie jest prowadzona na drogach lokalnych, dojazdowych, osiedlowych innych zarządców oraz na chodnikach przylegających bezpośrednio do posesji prywatnych firm, instytucji, szkół, zakładów pracy.

Wyjątkowo zimny sezon

Formalnie „Zima" trwa do końca marca. W praktyce działania realizowane w terenie są uzależnione od warunków pogodowych. W ubiegłym sezonie było wyjątkowo, jak na ostatnie lata, mroźno i śnieżnie. W grudniu i styczniu informowaliśmy o licznych uwagach mieszkańców do stanu utrzymania chodników i przystanków.

Drogowcy w sezonie 2025/2026 wydali na akcję ponad 15,7 mln zł. W budżecie było na ten cel zarezerwowanych 8 mln zł, co oznacza, że trzeba było znaleźć prawie drugie tyle środków na wzmożone działania. Łącznie podczas ostatniego sezonu zimowego na drogach wykorzystano 5267 ton soli, a na chodnikach 2962 ton piachu. Dla porównania rok wcześniej wydano 8,8 mln, wykorzystano 2690 ton soli oraz 740 ton piachu.

©℗

eprasa.pl f5ac95b682

Z WOKANDY

Kara w systemie terapeutycznym za napad

Maciej Czerniak

Sąd uznał, że Dorian M. atakując swoją ofiarę wiedział, że ma do czynienia z funkcjonariuszem publicznym. Dlatego nie zmieniono kwalifikacji czynu. Na sali rozpraw nie było oskarżonego, ani jego adwokata.

- Oskarżony doskonale zdawał sobie sprawę, że ma do czynienia z komornikiem sądowym, a komornik sądowy jest w rozumieniu prawa funkcjonariuszem publicznym - zaznaczał w uzasadnieniu wyroku sędzia Jakub Kościerzyński. - Komornik wykonywał czynności egzekucyjne, a więc obowiązki wynikające z ustawy.



FOT. MACIEJ CZERNIAK

Sąd nie miał wątpliwości, że za napad na funkcjonariusza publicznego adekwatną karą jest pozbawienie wolności

Kara w systemie terapeutycznym

Wyrok wobec Doriana M., oskarżonego o skatowanie komornika, zapadł w poniedziałek 9 listopada w Sądzie Rejonowym w Bydgoszczy. Wymiar kary to rok i sześć miesięcy pozbawienia wolności. Karę M. ma odbyć w systemie terapeutycznym. Na sali nie było poszkodowanego, oskarżonego, ani jego obrońcy.

Warto przypomnieć, że wcześniej prokurator żądał wobec M. kary dwóch lat pozbawienia wolności, a po odbyciu wyroku - obowiązkowego skierowania mężczyzny na terapię, między innymi w związku z jego uzależnieniem. Obrońca natomiast wnioskował do sądu o możliwość zmiany kwalifikacji czynu (z ataku na funkcjonariusza publicznego na wyrządzenie uszczerbku na zdrowiu), próbując wykazać, że jego klient prawdopodobnie nie miał świadomości, iż zaatakował komornika.

Przypomnijmy, na początku pierwszej, a zarazem ostatniej rozprawy w tym procesie (postępowanie i mowy stron odbyły się jednego dnia) mężczyzna wstał i oświadczył: - Ja mogę tylko przeprosić pana. Nie wiem, nie wiem - podnosił głos mężczyzna, zwracając się do pokrzywdzonego i nie zważając początkowo na słowa sędziego, który wskazywał, że będzie jeszcze czas na składanie oświadczeń. - Nie wiem, dlaczego to zrobiłem... nie wiem, co, ja - Dorian M. próbował wyrazić myśl. - Po prostu już tak mam, że nie czasem nie panuję nad sobą.

Miał wyegzekwować 200 zł, skończyło się na szyciu ran

Do zdarzenia, które były przedmiotem sprawy, doszło 30 stycznia tego roku w godzinach porannych. Komornik udał się w sprawie egzekucji 200 zł do mężczyzny, któremu zapłatę grzywny w tej wysokości zasądził sąd.

Został wpuszczony na teren posesji przy ulicy Kossaka, a następnie na klatkę schodową bloku i to tam doszło do pobicia. Policja wstępnie zakwalifikowała czyn, jako „naruszenie nietykalności cielesnej". W akcie oskarżenia ujęto atak na funkcjonariusza publicznego.

Pobity 47-letni urzędnik trafił na Szpitalny Oddział Ratunkowy do szpitala w Bydgoszczy. Konieczne było chirurgiczne szycie kilku ran twarzy.

Decyzją bydgoskiego sądu, na wniosek prokuratury agresor, który został zatrzymany po ataku na komornika, został aresztowany.

Sędzia Jakub Kościerzyński podkreślał w uzasadnieniu wyroku, że u oskarżonego stwierdzono upośledzenie umysłowe w stopniu lekkim, co zaważyło na wymierzonej mu karze. Wyjaśniał przy tym, dlaczego sąd nie wymierzył wyroku, o jaki wnioskował prokurator.

- Cel wychowawczy kary w tej sprawie jest ważny, a ten cel, wynikający między innymi z tych deficytów, które posiada oskarżony, uniemożliwiał wymierzenie kary na poziomie wnioskowanym przez rzecznika oskarżenia publicznego - mówił sędzia Kościerzyński.

Sędzia Jakub Kościerzyński podkreślał w uzasadnieniu wyroku, że u oskarżonego stwierdzono upośledzenie umysłowe w stopniu lekkim, co zaważyło na wymierzonej mu karze.

Cel kary wychowawczy, a nie odwetowy

Tu nawiązał do zmiany w kodeksie karnym, która weszła w życie w 2023 roku. - Ówczesny minister sprawiedliwości Zbigniew Ziobro doszedł do przekonania, że kary powinny być wymierzane po to, żeby sprawców odstraszać - podkreślał sędzia. - Czyli mniej więcej tak, jak wymierzano je w średniowieczu, na zasadzie talionu, odwetu, czystej zemsty, bez uwzględniania indywidualnych okoliczności dotyczących sprawcy, bez stuletniego dorobku nauki dotyczącej rozwoju psychologii, resocjalizacji więźniów.

Tłumaczył: - Studenci prawa drugiego roku dowiadują się na jednym z pierwszych, może na drugim wykładzie, że nie istnieją żadne badania w krajach cywilizowanych wskazujące na to, że jakiekolwiek zaostrzanie represji ma jakikolwiek związek ze spadkiem przestępczości. Takich badań nie ma. Nie ma ich dlatego, bo nie ma żadnych relacji, nie ma żadnego związku między zaostrzeniem kar a spadkiem przestępczości.

Sąd nie orzekł również skierowania oskarżonego na obowiązkową terapię po zakończeniu kary pozbawienia wolności, ponieważ o rodzaju ewentualnej terapii mają przesądzić badania, jakie przejdzie on już w warunkach systemu terapeutycznego. Zasądził na rzecz poszkodowanego komornika zapłatę nawiązki w wysokości 4 tys. zł.

Wyrok nie jest prawomocny.©℗

997

Policyjna kontrola. Kierowca autobusu MZK miał ponad pół promila

Marcin Kozłowski

Policjanci z Bydgoszczy tuż po weekendzie sprawdzali stan trzeźwości u kierujących w mieście i powiecie bydgoskim. Jedną z osób, które „wpadły" podczas kontroli był kierowca autobusu miejskiego.

W poniedziałek, 9 listopada, rano otrzymaliśmy sygnał o sytuacji związanej z linią międzygminną nr 93. Na jednym z przystanków w gminie Osielsko autobus kontrolowała policja. Wokół mieli stać pasażerowie, a funkcjonariusze sprawdzali stan trzeźwości kierowcy autobusu.

Z pytaniem o sytuację zwróciliśmy się do Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy. W odpowiedzi potwierdzono, że rzeczywiście w miejscowości Wilcze w powiecie bydgoskim w gminie Osielsko działali mundurowi. Były to zadania przeprowadzone w ramach regularnie organizowanej akcji. Jej celem jest wyeliminowanie z ruchu drogowego osób prowadzących pojazdy pod wpływem alkoholu.

– Bydgoscy policjanci prowadzili w poniedziałek (9 listopada) działania w ramach akcji „Trzeźwy poranek". Wspomagali nas funkcjonariusze z oddziału prewencji. Jedną ze zbadanych osób był 64-letni kierowca autobusu komunikacji miejskiej. Prowadził on pojazd w stanie nietrzeźwości. Miał ponad 0,5 promila. Będzie w tej sprawie prowadzone postępowanie – informuje „Express Bydgoski" nadkom. Lidia Kowalska z Zespołu Komunikacji Społecznej Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy.

Kontrola mogła wpłynąć na opóźnienia na linii, ale nie były to długie utrudnienia. Na miejscu pojawił się kierowca z rezerwy, który przejął kurs.

– Jest już przygotowany wniosek o rozwiązanie umowy z art. 52 Kodeksu pracy, czyli z winy pracownika. Oczywiście wymaga to konsultacji ze związkami zawodowymi, bo taka jest już u nas procedura. W tej sytuacji argumenty są jednak jednoznaczne – przekazuje nam Piotr Bojar, prezes zarządu MZK w Bydgoszczy. ©℗



FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

Kierowca autobusu miał ponad 0,5 promila.

REKLAMA 0011612231



eprasa.pl f5ac95b682

WRACAMY DO TEMATU

Jest ZRID na rozbudowę Nakielskiej w Bydgoszczy

Jarosław Więcławski

Miasto Bydgoszcz pozyskało 6 mln euro dofinansowania na rozbudowę ulicy Nakielskiej z Funduszy Europejskich dla Kujaw i Pomorza na lata 2021-27. Wojewoda wydał właśnie ZRID, co otwiera drogę do przetargu. Początek prac nieco się opóźni, ale powinny się one rozpocząć w przyszłym roku.



FOT. DARIUSZ BLOCH/ARCHIWUM

Przebudowa Nakielskiej ma rozpocząć się od etapu Bronikowskiego, czyli kawałek za tym wiaduktem

Przypomnijmy, że Nakielska miała być przebudowana zaraz po zakończeniu prac na Grunwaldzkiej. Już w 2017 roku mówił o tym wiceprezydent Mirosław Kozłowicz, później wspominał o roku 2020 jako początku prac nad projektem. Przyszła jednak pandemia, miasto mocno narzekało na współpracę z rządem i brak pieniędzy w budżecie.

Sprawa się wlokła, dopiero w 2023 r. rozpisano przetarg na projekt fragmentu Nakielskiej między ulicami Lisią a Bronikowskiego. Ostatecznie wykonała go firma Mosty Katowice sp. z o.o. za 2,95 mln zł. Gdy powstał projekt (wcześniej uzyskano decyzję środowiskową) do załatwienia pozostało jeszcze zezwolenie na realizację inwestycji drogowej (tzw. ZRID).

Przetarg za kilka miesięcy

Miasto ogłosiło w sierpniu 2025 r., że wystąpiło o takie zezwolenie do wojewody Michała Sztybla, bo Nakielska ma od kilku lat status drogi wojewódzkiej (decyzję podjął sejmik województwa, aby uzyskać wsparcie finansowe ze środków unijnych).

Inwestycja to olbrzymia, skomplikowana, wymagająca konsultacji i wywłaszczeń, stąd dopiero teraz ratusz ogłosił, że wojewoda wydał decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej „Rozbudowa ulicy Nakielskiej w Bydgoszczy na odcinku ulicy Lisiej do ulicy Bronikowskiego".

Zapytaliśmy Zarząd Dróg Miejskich i Komunikacji Publicznej o kolejne kroki w tej sprawie.

- Wykonawca dokumentacji projektowej kończy przygotowywanie projektu technicznego. Planujemy ogłoszenie przetargu na to zadanie w pierwszym kwartale przyszłego roku - tłumaczy Katarzyna Muszyńska, rzeczniczka drogowców.

Dlaczego ta przebudowa jest tak ważna? Nakielska to jedna z najdłuższych bydgoskich ulic, która łączy kilka osiedli: Wilczak, Jary, Miedzyń i Prądy z centrum oraz z węzłem „Bydgoszcz - Miedzyń" na obwodnicy. Trasa od ronda przy Łochowskiej/Lisiej do ronda Grunwaldzkiego to prawie 5,5 km. Każdego dnia korzysta z niej również wielu mieszkańców podmiejskich gmin.

Imponujący pierwszy etap

Modernizacja Nakielskiej ma się odbywać etapami. Przygotowanie dokumentacji na wszystkie odcinki zostało poprzedzone, jak informuje miasto, konsultacjami społecznymi i uzgodnieniami. ZRID został wydany na przebudowę odcinka od Bronikowskiego do Lisiej (rondo z Łochowską) o długości 3,3 km.

Inwestycja zakłada budowę od podstaw nowej ulicy z 4 pasami ruchu (2 środkowe jako buspasy), chodnikami, drogą rowerową i rondem turbinowym na wysokości Bronikowskiego. Cała ulica zyska też odwodnienie. Przebudowę przejdą oświetlenie uliczne i sygnalizacje świetlne.

Dlaczego ta przebudowa jest tak ważna? Nakielska to jedna z najdłuższych bydgoskich ulic, która łączy kilka osiedli: Wilczak, Jary, Miedzyń i Prądy z centrum oraz z węzłem „Bydgoszcz - Miedzyń"

W ramach prac zostanie przebudowana też Bronikowskiego na odcinku od Nakielskiej do Starego Kanału Bydgoskiego. Ze względu na budowę nowych kanałów odwadniających (odprowadzających deszczówkę do kanału) przebudowane zostaną też niektóre z bocznych ulic pomiędzy Nakielską a Spacerową (m.in. Kościerska i Głogowska). Uporządkowana zostanie również kwestia parkowania. Wybudowane zostaną parkingi w rejonie Tańskich, Młynarskiej, Cieplickiej, Orzechowej, Tczewskiej, Pszczelnej i Bronikowskiego.

Potrzebne konsultacje

Przygotowano też koncepcję niezbędną do rozbudowy odcinka od Bronikowskiego (w kierunku ronda Grunwaldzkiego) do Nasypowej. Tu sytuacja jest bardziej skomplikowana, bo rozwiązania projektowe muszą pogodzić oczekiwania związane z wyposażeniem pasa drogowego w niezbędną infrastrukturę z wymaganiami i ograniczeniami stawianymi przez służby konserwatorskie (jak najmniej rozbiórek budynków).

Wiadomo też, że projekt musi współgrać z planami Polskich Linii Kolejowych, które miały w planach przebudowę linii kolejowej nr 131 (m.in. wiadukt w pobliżu ul. Trentowskiego).

Po wyłonieniu wykonawcy robót budowlanych w przetargu (1. kwartał 2027) i podpisaniu umowy rozpoczną się prace w 1. etapie. Rok temu szacowano wartość tego etapu na 58 mln zł. Część sfinansowana zostanie ze środków europejskich (wspomniane już 25 mln zł).

Warto dodać, że miasto zabezpieczyło w budżecie na 2026 rok 15 mln zł, które miały umożliwić kontynuowanie prac projektowych oraz wypłatę odszkodowań.

ZRID to skrót od Zezwolenia na Realizację Inwestycji Drogowej. To specjalna decyzja administracyjna wydawana na podstawie tzw. specustawy drogowej z 2003 roku.

Decyzja w jednym dokumencie łączy lokalizację inwestycji, zatwierdzenie projektu budowlanego, podział nieruchomości oraz pozwolenie na budowę. Wydają je: wojewoda - dla dróg krajowych i wojewódzkich oraz starosta - dla dróg powiatowych i gminnych.

Decyzja ZRID często wiąże się z wywłaszczeniem nieruchomości na rzecz Skarbu Państwa lub jednostki samorządu terytorialnego. Za wywłaszczenie przysługuje odszkodowanie. Bardzo często do decyzji dołącza się rygor natychmiastowej wykonalności, co oznacza, że z prawem do wejścia na teren budowy nie trzeba czekać, aż decyzja stanie się ostateczna.©℗

ŚLEDZTWO

Pasażer pociągu zatrzymany. Miał broń pneumatyczną i był pijany

Maciej Czerniak

46-letni mieszkaniec województwa łódzkiego, który podróżował z Gdyni do Bielska-Białej, był pijany, miał przy sobie dwie sztuki broni, pałkę teleskopową i według pasażerki stwarzał zagrożenie. Na razie trzeźwieje, nie przesłuchano go, nie usłyszał jeszcze żadnych zarzutów.

Niepokojące zgłoszenie wpłynęło do policji w poniedziałek 9 listopada krótko przed godziną 16.30. Najpierw komunikat w tej sprawie podała komenda straży pożarnej, potem okoliczności potwierdziła bydgoska policja.

Zatrzymanie na dworcu

- Otrzymaliśmy zgłoszenie dotyczące mężczyzny podróżującego pociągiem relacji Gdynia - Bielsko-Biała, który miał mieć przy sobie przedmiot przypominający broń - mówi nadkom. Lidia Kowalska z zespołu komunikacji społecznej Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy.

Pasażer był pijany, miał ponad 3 promile alkoholu, stwierdzono, że posiadał przy sobie pistolet określany jako „zabawkowy", pneumatyczny na kulki, a także broń pneumatyczną na CO_2, pałkę teleskopową i nóż. Został zatrzymany przez policję na dworu Bydgoszcz Główna. Okoliczności jego ujęcia były dramatyczne - pasażerowie zostali ewakuowani do innych wagonów.

Jak się dowiadujemy w policji, zatrzymany mężczyzna wciąż we wtorek przebywał pod nadzorem policji, gdzie trzeźwiał. Nie przeprowadzono jeszcze z nim czynności tak zwanych procesowych, bo z uwagi jego stan, nie mógł zostać przesłuchany.

- Konieczna będzie opinia biegłego z dziedziny balistyki, który określi parametry broni na CO_2, jaką miał przy sobie zatrzymany mężczyzna - mówi prok. Adrianna Bojarska-Majchrzak, Prokurator Rejonowy dla Bydgoszczy-Północy. - To istotne, by określić, czy broń miała energię wylotową przekraczającą 17 J.

Kobieta przesłuchana

Dlaczego to ważne? W polskim prawodawstwie broń pneumatyczna, w której energia wystrzeliwanego pocisku jest mniejsza niż 17 J nie podlega rejestracji. Krótko mówiąc, nie trzeba mieć na nią pozwolenia.

- Przesłuchana została już świadek, kobieta, która zawiadomiła o całej sytuacji - potwierdza z kolei prok. Bojarska-Majchrzak.

Zatrzymany mężczyzna nie usłyszał zarzutów i nie jest przesądzone, że zostaną mu one postawione.
©℗

eprasa.pl f5ac95b682

FOTOWEEKEND

Bieg i rajd w Narodowe Święto Niepodległości

11 listopada obchodziliśmy 108. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. W Bydgoszczy odbyło się wiele wydarzeń związanych z narodowym świętem.

Rozpoczęły się one rano od złożenia kwiatów pod pomnikiem i tablicami upamiętniającymi Leona Barciszewskiego, Alojzego Stryszka, dra Jana Biziela, gen. Józefa Dowbora-Muśnickiego, Ignacego Rochona i Jana Teskę. Potem w Katedrze Bydgoskiej odbyła się jest msza w intencji Ojczyzny. Po jej zakończeniu na Starym Rynku rozpoczęła się uroczystość patriotyczna z ceremoniałem wojskowym, Potem przyszedł czas na obywatelskie obchody święta i militarne pokazy . Odbyły się też imprezy sportowe: Bydgoski Rowerowy Rajd Niepodległościowy, Bydgoski Bieg Niepodległościowy oraz turniej szachowy.©℗

AS



FOT. DARIUSZ BLOCH



FOT. DARIUSZ BLOCH



FOT. DARIUSZ BLOCH



FOT. DARIUSZ BLOCH



FOT. DARIUSZ BLOCH



FOT. DARIUSZ BLOCH

eprasa.pl f5ac95b682

ROZMOWA

Zamach sprawił, że zniknęło poczucie bezpieczeństwa

Barbara Ciryt

Rozmowa z Mariuszem Ostrowskim, psychologiem z AllMedica Kraków.

Jak ludzie reagują w trakcie i po tak dramatycznym zdarzeniu jakie miało miejsce w Krakowie na?

Taki atak terrorystyczny, to przede wszystkim element zaskoczenia. Jest sobota, Rynek w Krakowie, który kojarzy się z miejscem bezpiecznym, rodzinnym na spacery, miejscem turystycznym. To jest serce Krakowa i nagle po godzinie 15:00 wjeżdża czarne Subaru. Są strzały, ludzie padają. I zaskoczenie. Człowiekowi przebiega myśl, czy to się dzieje naprawdę, czy jestem w rzeczywistości jakiegoś filmu?

Jedni ulegają panice, inni podejmują działania, a innych kompletnie paraliżuje.

Nie jesteśmy w stanie przewidzieć pewnych zachowań. Byli ludzie, którzy stali, patrzyli, czy to jest realne. Jednak - jak obserwowałem -



FOT. ALLMEDICA

Mariusz Ostrowski

zachowanie ludzi było poprawne. Szukali dla siebie jakiegoś miejsca schronienia, jakiejś bramy, gdzie mogliby się ukryć. W sytuacjach zagrożenia z jednej strony jest poczucie paniki i lęku. W tej chwili, wydaje mi się, że żyjemy w takiej rzeczywistości, gdzie ucieczka, ratunek to już sygnał, który powiedzmy przychodzi z automatu jako mechanizm obronny. A z drugiej strony na nagraniach widziałem też bardzo duży poziom empatii. Ludzie, będąc na ulicy czy w restauracji, podchodzili, zdejmowali kurtki, pomagali rannym, pomagali dzieciakom ukryć się. To powoduje, że jednak w sytuacji zagrożenia taka postawa jest postawą najbardziej empatyczną, ludzką.

Czy ten lęk może pozostać w człowieku na długo?

To, co może pozostać na długi czas, to zespół stresu pourazowego. Trzeba mówić wprost - to był zamach terrorystyczny, który sprawił, że zniknęło poczucie bezpieczeństwa mieszkańców Krakowa i chyba nas wszystkich. Ludzie, którzy byli świadkami tego, którzy słyszeli te strzały, którzy uciekali - w nich poczucie zagrożenia i trauma są tak silne, że w konsekwencji może spowodować i zaburzenia snu, i zaburzenia odżywiania, i lęk, który może trwać przez dłuższy czas i to jest właśnie zespół stresu pourazowego.

Jak rozmawiać z ludźmi po takich sytuacjach?

Jest moment, gdy występują objawy zespołu stresu pourazowego i mogą trwać, dopóki człowiek nie odzyska poczucia takiego powiedzmy bezpieczeństwa, że nie ma zagrożenia. Jeśli człowiek nie oswoi tego miejsca, to może trwać miesiącami, albo latami. Tu potrzebna jest wizyta u psychologa, czy krótkotrwała psychoterapia, żeby człowiek miał takie poczucie, że to jest poza nim, że ma to gdzieś przerobione.

W domu, w rodzinie, w jaki sposób rozmawiać z osobami po takiej traumie?

Jak najbardziej trzeba rozmawiać. Jeżeli ktoś nie potrafi, bądź nie ma takich narzędzi, to są pootwierane poradnie, chociażby Centrum Interwencji Kryzysowej na ul. Radziwiłłowskiej w Krakowie, gdzie są psycholodzy, którzy oferują pomoc. Ja także obecnie telefonicznie udzielam takich porad, bo ludzie do mnie dzwonią, pytają o to, co można zrobić. Czasami sama rozmowa z kimś bliskim wystarczy. Jak człowiek po traumie wyrzuci z siebie te emocje, opowie, jak gdyby przekaże je komuś, to już spowoduje u niego większy spokój, poczuje ulgę.

A dzieci? Jak wytłumaczyć co się stało, jak rozmawiać?

To jest o sprawa trudniejsza, tu jest ważna rola rodziców. Jeśli byli na Rynku rodzice z dziećmi i one zostały ochronione, to rodzic musiał wytłumaczyć dziecku na bieżąco to, co się działo, żeby ono odzyskało poczucie jakiegoś bezpieczeństwa. Uważam, że w przedszkolach i szkołach konieczne są warsztaty z psychologiem, godziny wychowawcze, żeby tłumaczyć, jak w takich sytuacjach powinniśmy się zachować.

Jaką rolę w radzeniu sobie z traumą odgrywają publiczne akty solidarności, wspólna żałoba, modlitwy, msze?

To jest bardzo pomocne. Dlatego, że wytwarza się poczucie wspólnoty, pokazuje, że z problemem nie jesteśmy sami, jesteśmy grupą, która wspólnie przechodzi ból, cierpienie. Jeśli jest nas więcej to człowiek czuje, że ma wsparcie. Ważne jest poczucie, że nie jestem sam ze swoim problemem, jest ktoś kto zrozumie. W tej sytuacji ja bym zachęcał do tego, żeby spotykać się wśród rodziny, sąsiadów, grupy, żeby osoba, która w jakiś sposób otarła się o tę sytuację nie miała poczucia samotności.©℗

ZDANIEM EKSPERTA

Z pistoletem przeciwko... karabinowi samopowtarzalnemu

Anita Czupryn

Rozmowa z majorem rezerwy KRZYSZTOFEM PUWALSKIM, byłym operatorem JW GROM.

Od pierwszego zgłoszenia do wymiany ognia minęły około trzy minuty. To dużo czy mało? Co policjanci musieli w tym czasie zrobić?

Porównywałem podobne zdarzenia w Stanach Zjednoczonych, Londynie, Francji i Niemczech. W otwartych źródłach, do których dotarłem, pojawiały się czasy od 60 sekund do ośmiu minut, jeśli chodzi o podjęcie decyzji i obezwładnienie napastnika. Moim zdaniem, ci policjanci zareagowali bardzo szybko. Według małopolskiej policji pierwszy patrol podjął działania już 23 sekundy po zgłoszeniu. Rozpoczęcie działań, dotarcie do napastnika, wymiana ognia i zakończenie zagrożenia to cztery różne momenty. Nie wiem, gdzie byli policjanci w momencie zgłoszenia, ale pamiętajmy, że to był napastnik w ruchu. To coś, co jest najtrudniejsze w takiej sytuacji. Przemieścił się z Rynku Głównego w rejon skrzyżowania ulic Dietla i Stradomskiej. Ważne jest to, że policjanci działali razem i podjęli interwencję zaraz po otrzymaniu informacji. Obaj zostali ranni. Jakub Kulik, mimo że został postrzelony, nadal prowadził wymianę ognia. To zasługuje na podkreślenie. Kulik jest też strażakiem ochotnikiem. Straża-cy, policjanci i żołnierze mają w sobie coś z ratownika. I on to też musi mieć. Dostał kilka razy, ale cały czas prowadził wymianę ognia, aż do unieszkodliwienia napastnika.

Napastnik ma karabinek i strzela do ludzi. Na miejscu jest pierwszy patrol. Czy w takiej sytuacji można czekać na wsparcie?

Zagrożenie jest duże. Napastnik, ma karabinek samopowtarzalny, bo to był typ AR, do tego z celownikiem optycznym. Czyli precyzyjna broń. Policjanci mają tylko pistolety, broń krótką o skutecznym zasięgu do 25 metrów. Z większej odległości nie wiadomo, czy trafią. Można powiedzieć, że siła jest asymetryczna. On ma karabinek szturmowy, z takiego AR-a dużo łatwiej trafić niż z pistoletu. Już samo to, że tak szybko podjęli decyzję: „Strzelamy", jest ważne. Bo najtrudniej jest strzelać do napastnika, kiedy wokół są ludzie.

Na nagraniu widać, jak auto napastnika uderza w inne, stojące na skrzyżowaniu. Wysiada więc z samochodu i nadal strzela. Środek dnia, miasto. Na co w takiej chwili policjant musi uważać?

Trzeba ocenić, czy wokół jest bezpiecznie. Czy trafię w tego człowieka? Czy nie zastrzelę kogoś innego? W takich chwilach zawęża się percepcja, pojawia się widzenie tunelowe, emocje są silne. Ci policjanci podjęli prawidłową decyzję. Postrzelili i zatrzymali napastnika. Kiedy w GROM-ie prowadziliśmy operacje bojowe, byliśmy inaczej wyszkoleni. Ja spędziłem tysiące godzin w kill house'ie, miałem tysiące różnych scenariuszy. A policjant Jakub Kulik to młody chłopak. Służył w wojskach powietrzno-desantowych, w bielskiej brygadzie. Ci żołnierze są dobrze wyszkoleni, ale to inny poziom niż w specjalsach.

W czym Kulikowi mogło pomóc wyszkolenie z wojska?

Przede wszystkim nauczył się posługiwać bronią. Ale jeżeli służył jako szeregowy, to najprawdopodobniej miał mało do czynienia z bronią krótką. Szeregowi w pododdziałach powietrznodesantowych strzelają



FOT. ARCHIWUM

Mjr rezerwy Krzysztof Puwalski

głównie z broni długiej. Mógł więc znać procedurę na wypadek, gdy ktoś strzela do niego z takiej broni. Mógł doskonale wiedzieć, co może się wydarzyć i jak bardzo jest to dla niego niebezpieczne. Mimo to podjął konfrontację. Pistolet przeciwko karabinowi. Nie wiem, jak policjanci się ustawili ani czy próbowali obejść napastnika. Nie widziałem tego na nagraniach ani na zdjęciach. Jedno mogę powiedzieć: Jakub Kulik był obeznany z bronią. Na nagraniach widać również jak zakłada sobie opaskę uciskową - czyli wiedział jak zadziałać w takiej sytuacji.

Wracając do napastnika. Czy na tym etapie można mówić o „samotnym wilku"?

Samotny strzelec i samotny wilk to dwie różne rzeczy. „Wilk" ma inspiratorów i motywację ideologiczną. Tutaj mówiłbym raczej o pojedynczym sprawcy ataku. Wiemy, że był jeden i użył broni palnej. O motywie nie wiemy. Może to być terrorysta, ale też ktoś działający z osobistej zemsty, frustracji czy w kryzysie psychicznym. Nie wiemy, czy był w jakiejś siatce, która mogła go sprofilować.

Jeśli działał sam, czy służby mogły się wcześniej dowiedzieć co planuje?

Sprawcy działający w pojedynkę to najtrudniejszy przypadek. Nie ma rozmów z innymi członkami grupy, które można podsłuchać, nie ma przepływów pieniędzy ani werbun-ku, czyli właśnie tych śladów, po których zwykle wykrywa się zamachy. Badania nad takimi sprawcami pokazują, że rzadko są oni zupełnie niewidoczni. W wielu przypadkach wcześniej zdradzali swoje zamiary: pisali w internecie, mówili coś bliskim, gromadzili broń, wchodzili w konflikty z prawem. Kluczowe pytania brzmią więc: czy takie sygnały były, czy ktoś je zgłosił i czy trafiły do właściwej instytucji. ©℗

eprasa.pl f5ac95b682

FOKUS

• **Raport badawczy:** 67,4 proc. Polaków używa AI, ale 78,7 proc. odrzuca relacje emocjonalne z tą technologią

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

Prezydent w stolicy, premier w Szczecinie, marszałek Sejmu w Krakowie

Wczoraj w całym kraju obchodzono Narodowe Święto Niepodległości. Prezydent wręczył też odznaczenia państwowe oraz nominacje generalskie

Robert Szulc

Premier Donald Tusk przebywał w Szczecinie, gdzie wziął udział w uroczystości chrztu i podniesienia bandery na promie „Bursztyn Unity". Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty w Krakowie złożył wieniec na grobie marszałka Sejmu II RP Ignacego Daszyńskiego na Cmentarzu Rakowickim, zapalił też znicz w miejscu sobotnich tragicznych wydarzeń w tym mieście.

Centralne obchody w Warszawie

Warszawskie uroczystości z okazji 108. rocznicy odzyskania niepodległości rozpoczęły się rano. Prezydent, a także przedstawiciele władz państwowych składali wieńce przed pomnikami Ojców Niepodległości: Wincentego Witosa, Ignacego Jana Paderewskiego, Ignacego Daszyńskiego, Romana Dmowskiego, Wojciecha Korfantego i Józefa Piłsudskiego.

Potem para prezydencka Karol i Marta Nawroccy, a także m.in. szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz wzięli udział w mszy św. za ojczyznę w Świątyni Opatrzności Bożej.

W Pałacu Prezydenckim Karol Nawrocki tradycyjnie wręczył odznaczenia państwowe.



FOT. PAWEŁ SUPERNAK

Prezydent RP Karol Nawrocki złożył wieniec przed Pomnikiem Wincentego Witosa przy Placu Trzech Krzyży w Warszawie

W południe przedstawiciele najwyższych władz państwowych wzięli udział w uroczystej odprawie wart przed Grobem Nieznanego Żołnierza na pl. Piłsudskiego, gdzie prezydent wygłosił przemówienie.

Karol Nawrocki wręczył także nominacje generalskie oficerom Wojska Polskiego.

Marsz Niepodległości

Po południu prezydent złożył też wieńce przed pomnikami: Ofiar Tragedii Smoleńskiej 2010 roku, prezydenta Lecha Kaczyńskiego oraz Marszałka Józefa Piłsudskiego.

Ulicami Warszawy przeszedł również Marsz Niepodległości – w tym roku pod hasłem „Polak w Polsce gospodarzem". Marsz Niepodległości od kilku lat przechodzi przez Warszawę stałą trasą: od Ronda Dmowskiego, Alejami Jerozolimskimi, mostem Poniatowskiego na błonia Stadionu Narodowego. Jego organizatorem jest stowarzyszenie Marsz Niepodległości. Jak co roku w warszawskim Marszu Niepodległości uczestniczył prezydent.

Udział w marszu wzięli też politycy Konfederacji, Rozwoju Plus i PiS z Jarosławem Kaczyńskim.

Festiwale z okazji święta

Z okazji Święta Niepodległości w Muzeum Historii Polski oraz na Krakowskim Przedmieściu odbył się Festiwal „Wspólna Niepodległa", w ramach którego zaprezentowano pokazy tańca, parady oraz koncert pieśni ludowych w nowoczesnych aranżacjach w wykonaniu artystów ze wszystkich województw.

W festiwalu w Muzeum Historii Polski wzięła udział minister kultury Marta Cienkowska – o godz. 12 wspólnie z uczestnikami wydarzenia odśpiewała „Mazurka Dąbrowskiego" w ramach akcji „Do hymnu".

Z kart historii

Narodowe Święto Niepodległości upamiętnia przekazanie przez Radę Regencyjną naczelnego dowództwa wojsk polskich Józefowi Piłsudskiemu tego dnia w 1918 r. Święto zostało ustanowione przez Sejm RP w 1937 r. Zniesiono je w 1945 r. i przez cały okres PRL nie było oficjalnie obchodzone. Święto przywrócono w 1989 r. na mocy ustawy – od tego czasu Narodowe Święto Niepodległości 11 listopada jest dniem wolnym od pracy. **PAP**

PREMIER-PREZYDENT

Zaproszenie na przedświąteczne spotkanie

oprac. Jan Nowaczyk

Premier Donald Tusk zwrócił się w dniu Narodowego Święta Niepodległości do prezydenta Karola Nawrockiego z zaproszeniem do swojego domu w Sopocie na przedświąteczne spotkanie.

Wczoraj podczas ceremonii chrztu nowego promu „Bursztyn Unity" w Szczecinie szef rządu zwrócił się do prezydenta, mówiąc: „Panie Prezydencie, mieliśmy się spotkać, trochę czekałem na to zaproszenie, ale od serca, w takim razie, nie czekając dłużej, chcę zaprosić Pana, razem z małżonką, z rodziną, z dziećmi, do mnie do domu w Sopocie". – Podzielmy się opłatkiem przed Wigilią, porozmawiajmy, moje mieszkanie nieduże, ale znajdzie się dla nas dwóch miejsce w kuchni przy stole i porozmawiamy, jak to się kiedyś mówiło, jak Polak z Polakiem – powiedział Tusk. Jak podkreślił, Polska jest warta rozmowy premiera z prezydentem, „jest warta solidarności Polek i Polaków". **PAP**

MAGDALENKA

Znany amerykański aktor zmarł w Polsce

oprac. Jan Nowaczyk

Gwiazdor serialu „Mike Hammer", wybitny interpretator Szekspira, reżyser i producent Stacy Keach zmarł w Polsce po długiej walce z chorobą serca.

Amerykański aktor Stacy Keach, znany m.in. z serialu „Mike Hammer", filmu „Nebraska" oraz wybitnych kreacji szekspirowskich, zmarł w swoim domu w Magdalence pod Warszawą po długiej walce z chorobą serca. Miał 85 lat.

Aktor występował także w telewizji jako Ernest Hemingway, za którego rolę otrzymał Złoty Glob.

Silnym wątkiem życia Keacha były związki z Polską. W 2015 roku otrzymał polskie obywatelstwo. Ostatnie lata spędził w Magdalence pod Warszawą. Jego żoną była polska aktorka Małgorzata Tomassi, którą poznał na planie serialu „Mike Hammer". Keach wielokrotnie podkreślał, że jej listy i fotografie pomagały mu przetrwać najtrudniejsze chwile. **PAP**

KRÓTKO

Kraków

W szpitalach pozostaje 11 rannych w zamachu

Obecnie w pięciu krakowskich placówkach leczonych jest 11 rannych w ataku. Według informacji rzecznika wojewody ich stan jest stabilny, w przypadku jednej osoby stabilny ciężki. W stanie ciężkim jest 27-letni policjant Artur Morański. Do szpitala w Warszawie została przetransportowana 27-letnia kobieta z uszkodzeniami wątroby.
PAP

Obronność

W Polsce będą stacjonowały wojska USA

Wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz oraz wiceszefowie MON Magdalena Sobkowiak-Czarnecka i Paweł Zalewski spotkali się w Pentagonie z szefem resortu wojny (obrony) USA. Na briefingu po spotkaniu szef MON podkreślił, że ze strony Pentagonu jest zielone światło dla stałej obecności wojsk USA w Polsce oraz że prowadzono rozmowy m.in. o zakupie i wykorzystaniu przez Polskę pocisków Tomahawk.
PAP

Bezpieczeństwo

Cyberatak na system ePUAP zatrzymany

– Wykryto i zatrzymano cyberatak na państwowy system ePUAP – poinformował wicepremier, minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski. Dodał, że trwają prace techniczne nad przywróceniem pełnej funkcjonalności systemu, a infrastruktura Centralnego Ośrodka Informatyki jest bezpieczna. Jak zaznaczył szef resortu cyfryzacji, w sprawę pełnego wyjaśnienia incydentu włączona została Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego.
PAP



FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Tak jak Polska w 1918 roku, tak dziś Kraków wraca do życia. Splamiony krwią niewinnych ofiar, lecz nadal otwarty, bezpieczny, silny i jak nigdy dotąd zjednoczony

KRZYSZTOF JAN KLĘCZAR
wojewoda małopolski

eprasa.pl f5ac95b682

ŻYWIOŁ

Burza Charles szalała nad Portugalią. Setki interwencji służb ratowniczych

oprac. Jan Nowaczyk

Kilkaset interwencji podjęli od wtorkowego popołudnia strażacy w Portugalii w związku z przechodzącą przez kraj burzą Charles. Żywioł utrzyma się nad terytorium portugalskim co najmniej do dzisiejszego poranka.

Jak poinformował premier Luis Montenegro, w 9 z 18 dystryktów kontynentalnej części Portugalii ogłoszono najwyższy, tzw. czerwony alert pogodowy.

Zamknięte szkoły i praca zdalna

Zgodnie z dyspozycjami rządu premiera Montenegro w środę przez cały dzień zamknięte były szkoły. Władze wezwały też do pracy zdalnej z domu osoby zatrudnione w instytucjach administracji państwowej i samorządowej, które nie mają bezpośredniego kontaktu z petentami.

Według gabinetu premiera Montenegro Charles będzie stanowił szczególne zagrożenie z powodu intensywnych opadów deszczu oraz silnego wiatru w środę po południu.

Apel, by pozostać w domu ze względu na silny wiatr

W wydanym we wtorek komunikacie przedstawiciele rządu zaapelowali o pozostanie w domu. Wczoraj w ciągu dnia prędkość wiatru osiągała miejscami do 140 km na godzinę.

W środę po północy największe zniszczenia odnotowano na archipelagu Madery, gdzie ulewne deszcze i wichury doprowadziły do licznych podtopień, a także połamania drzew i osunięć ziemi.

Odwołane loty

W związku z nadejściem kataklizmu portugalskie lotniska odwołały kilkanaście lotów. Ich operator, spółka ANA, wezwała pasażerów do kontaktowania się z liniami lotniczymi, aby potwierdzić, że ich lot do Portugalii dojdzie do skutku.

PAP



FOT. PAP/EPA

Opady deszczu i bardzo silny wiatr dominowały w Portugalii od wtorkowego popołudnia

NOWY JORK

Róg ulic na Manhattanie otrzymał imię Marii Skłodowskiej-Curie

oprac. Jan Nowaczyk

Jeden z narożników skrzyżowania York Avenue i 66. Ulicy na Manhattanie, nieopodal Uniwersytetu Rockefellera, nosi od wtorku imię Marii Skłodowskiej-Curie.

Z inicjatywy Konsulatu Generalnego RP władze Nowego Jorku uhonorowały w ten sposób polską dwukrotną noblistkę w przeddzień Narodowego Święta Niepodległości.

– To jeden z najważniejszych dni w moim życiu, na pewno w czasie mojej pracy w Nowym Jorku – powiedział konsul generalny RP Mateusz Sakowicz. Podkreślił, że konsulat pracował nad tym projektem wspólnie z miastem przez rok. – Świat zna ją jako Marie Curie, a trzeba światu tłumaczyć, że jej panieńskie nazwisko było polskie. Wpisaliśmy ją na trwałe w tkankę miasta Nowy Jork, a tym samym wpisaliśmy w nią Polskę – dodał Mateusz Sakowicz. Wyraził nadzieję, że to miejsce będą odwiedzać Polonia, turyści z Polski i spacerowicze z całego świata. Konsul przypomniał, że w latach 30. wzdłuż East River biegła Marie Curie Avenue, która później ustąpiła miejsca trasie FDR Drive.

Brakowało w tej nazwie „Skłodowska". – Naprawiamy to – wyjaśnił Sakowicz. Zwrócił też uwagę na symbolikę miejsca. W 1921 roku uczona odwiedziła Memorial Hospital, dziś Memorial Sloan Kettering Cancer Center, którego nowy pawilon powstaje po drugiej stronie ulicy.

PAP

ABU ZABI – UKRAINA, ROSJA, USA

Trójstronne rozmowy w sprawie zakończenia wojny

oprac. Alina Mazurska

Wczoraj zakończyły się rozmowy w formacie Ukraina-USA-Rosja w Abu Zabi, a rozpoczęło się spotkanie przedstawicieli Ukrainy i państw europejskich.



FOT. PAP/EP

Podczas pierwszej rundy trójstronnych rozmów strony uzgodniły przeprowadzenie „szeroko zakrojonej wymiany jeńców"

Środa była drugim, ostatnim dniem negocjacji trójstronnych Ukraina-USA-Rosja w stolicy Zjednoczonych Emiratów Arabskich.

Szef ukraińskiej delegacji Rustem Umierow zapowiedział wcześniej, że po rozmowach z Rosją przy mediacji USA delegacja spotka się z europejskimi partnerami.

We wtorek źródło zbliżone do ukraińskiej delegacji, cytowane przez portal Ukrainska Prawda, poinformowało, że podczas pierwszej rundy trójstronnych rozmów Ukrainy, USA i Rosji, strony uzgodniły przeprowadzenie w najbliższym czasie „szeroko zakrojonej wymiany jeńców".

Z kolei agencja Interfax-Ukraina podawała wcześniej, z powołaniem na źródła zbliżone do ukraińskiej grupy negocjacyjnej, że pierwsza runda negocjacji trójstronnych poświęcona była gwarancjom bezpieczeństwa zarówno dla Ukrainy, jak i całej Europy. Osobno omawiano żądania Rosji dotyczące gwarancji bezpieczeństwa dla niej samej – podała agencja.

Według jej rozmówcy drugim ważnym tematem, który udało się omówić, były kwestie związane z czasem po zakończeniu wojny – odbudowa Ukrainy oraz kształtowanie nowej architektury bezpieczeństwa europejskiego w warunkach kryzysu zaufania.

W skład ukraińskiej delegacji wchodzą: Umierow, szef kancelarii prezydenta Wołodymyra Zełenskiego Kyryło Budanow, szef parlamentarnej frakcji prezydenckiej partii Sługa Narodu Dawyd Arachamija, pierwszy zastępca szefa Biura Prezydenta Serhij Kysłyca oraz zastępca szefa ukraińskiego wywiadu wojskowego (HUR) Wadym Skibicki.

Rosyjską delegacją kieruje jeden z bliższych doradców Władimira Putina, Władimir Miedinski, uznawany za jednego z czołowych ideologów Kremla.

USA są reprezentowane przez wysłanników Jareda Kushnera i Steve'a Witkoffa.

Rozmowy w Abu Zabi odbywają się z udziałem przedstawicieli Ukrainy, USA i Rosji, ale przed ich rozpoczęciem delegacja Unii Europejskiej spotkała się na miejscu z wysłannikami USA: Steve'em Witkoffem i Jaredem Kushnerem. UE podkreśliła, że wszelkie przyszłe ustalenia muszą respektować integralność terytorialną Ukrainy i jej prawo do stanowienia o sobie. W spotkaniu udział wzięli ponadto przedstawiciele Ukrainy oraz: Francji, Niemiec, Włoch, Wielkiej Brytanii i NATO.

Obawy budzi też możliwe spotkanie liderów USA, Rosji i Chin, do którego może dojść na szczycie APEC w chińskim Shenzhen, zaplanowanym w dniach 17-18 listopada.

Kreml podał, że rozmowy Trumpa, Putina i Xi Jingpinga mogłyby dotyczyć wojny przeciw Ukrainie i sytuacji bezpieczeństwa w Europie, choć na razie nie ma potwierdzenia z Waszyngtonu i Pekinu, że spotkanie trzech przywódców się odbędzie.

Spotkanie w Abu Zabi to wznowienie bezpośrednich rozmów między trzema stronami po dziewięciomiesięcznej przerwie. Poprzednia runda negocjacji, która odbyła się w lutym tego roku, zakończyła się impasem. **PAP**

NORWEGIA

Para królewska wyruszy w dwuletnią podróż po kraju

oprac. Alina Mazurska

Król Norwegii Haakon VIII i królowa Mette-Marit wyruszą w dwuletnią podróż po kraju. Rozpocznie się ona 22 sierpnia 2027 roku, a królowa weźmie w niej udział mimo przebytej w czerwcu operacji przeszczepu płuc.

Dwór królewski ogłosił datę uroczystości i plan podróży. Początek wyprawy poprzedzi ceremonia błogosławieństwa w Trondheim, w Norwegii zastępująca koronację. Haakon przejął panowanie po śmierci ojca, króla Haralda V, w sierpniu.

Po ceremonii para królewska wypłynie do Bergen na pokładzie królewskiego jachtu Norge i będzie odwiedzać gminy znajdujące się na trasie rejsu. Kolejny etap podróży zaplanowano na wiosnę 2028 roku.

Tradycja objazdu kraju przez nowego monarchę sięga w Norwegii średniowiecza. Królowie odwiedzali wówczas poszczególne regiony, aby przyjąć hołd poddanych. Współcześnie podróże służą przede wszystkim spotkaniom monarchy z mieszkańcami i podkreślają więź łączącą go z krajem.

Poprzedni król Harald V wraz z królową Sonją przez dziesięciolecia odwiedzali kolejne miejsca w kraju; do śmierci monarchy para odwiedziła 353 z 357 norweskich gmin. Do ukończenia wieloletniego przedsięwzięcia zabrakło zaledwie czterech wizyt, które planowano na jesień br.

Norwegia zrezygnowała z koronacji w 1908 roku. **PAP**

eprasa.pl f5ac95b682

PO STRONIE SENIORA

LEKARSTWA

Bezpieczne przyjmowanie leków. Jakie można łączyć ze sobą, a jakich w żadnym wypadku nie wolno

Aż co trzeci Polak po 65. roku życia przyjmuje przynajmniej pięć leków dziennie. Jeśli odbywa się to pod kontrolą lekarza, to nie ma zagrożenia dla życia i zdrowia seniora. Wyjaśniamy, jakich zasad należy przestrzegać

Małgorzata Stempinska

Jak podkreśla Agata Szykulska, farmaceutka, koordynator województwa z Kujawsko-Pomorskiego Polskiego Towarzystwa Opieki Farmaceutycznej, leki odgrywają znaczącą rolę w życiu pacjenta. W celu rozwiązania naszych problemów zdrowotnych zaczęliśmy polegać na przyjmowaniu leków, zakładając że przynoszą one jedynie korzyści. – U pacjentów leczących się na wiele chorób, przyjmujących minimum 5 leków i chodzących do różnych lekarzy, często występuje zjawisko polipragmazji. Jest to wielolekowość charakteryzująca nieprawidłowe leczenie, w którym przynajmniej jeden lek jest zbędny. Dotyczy ona również leków bez recepty, często tak chętnie kupowanych przez pacjentów, szczególnie przez seniorów. Dlatego należy edukować pacjentów w tym zakresie, aby zwiększyć bezpieczeństwo farmakoterapii i uniknąć pogorszenia stanu zdrowia – zaznacza Agata Szykulska.



FOT. FREEPIK.COM

Przyjmowanie co najmniej pięciu leków jednocześnie może wywoływać niepożądane efekty, ponieważ leki z różnych grup mogą wykluczać działanie pozostałych. Różne składniki wchodzą w reakcje, także z lekami przyjmowanymi na stałe

Jak bezpiecznie przyjmować lekarstwa

Przyjmowanie co najmniej pięciu leków jednocześnie może wywoływać niepożądane efekty, ponieważ leki z różnych grup mogą wykluczać działanie pozostałych. Różne składniki wchodzą w reakcje, także z lekami przyjmowanymi na stałe. Ostrożności wymaga wybór każdego środka przeciwbólowego lub przeciwzapalnego. Jedzenie niektórych potraw w połączeniu z lekarstwami również może zmniejszyć skuteczność leczenia.

W terapii lekowej trzeba też zwracać uwagę na napoje. Ważne jest też to, czym popijane są leki. Nie wolno popijać ich sokami owocowymi, zwłaszcza sokiem grejpfrutowym. Najlepiej popijać je wodą. Szkodliwe jest także przyjmowanie leków razem z napojami alkoholowymi lub „energetykami". Obojętne też nie są kawa i herbata.

Aby uniknąć wzajemnego wykluczania się leków, informujmy zawsze swojego lekarza o lekach przepisanych przez innych specjalistów.

Eksperci z Narodowego Funduszu Zdrowia i Ministerstwa Zdrowia radzą zatem:

- nośmy przy sobie aktualny spis leków, jakie zażywamy wraz z określonymi dawkami. Nie zapomnijmy ująć w nim wszystkich leków, także suplementów diety i preparatów bez recepty. Zawsze czytajmy ulotkę dołączoną do leku;
- podczas wizyt każdego lekarza informujmy, nawet bez pytania, o chorobach przewlekłych i pokazujmy spis leków, które on zażywa;
- informujmy lekarza prowadzącego o poradach i zaleceniach innych specjalistów;
- nie sięgajmy po leki polecane przez znajomego. Każdemu służy coś innego. Przykładem są leki przeciwbólowe i przeciwprzeziębieniowe. Noszą różne nazwy, lecz mają podobny skład. Ich łączne stosowanie może grozić ciężkim uszczerbkiem na zdrowiu.

Wielolekowość jest groźna dla każdego, szczególnie dla osób starszych, które są obciążone chorobami przewlekłymi, takimi jak cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, niewydolność krążenia. Ryzyko polipragmazji zwiększa się wraz z liczbą przyjmowanych leków.

Jakie połączenia leków są szkodliwe

Na podstawie realizowanych recept można stwierdzić, że dość często lekarze zapisują pacjentom leki z tą samą substancją czynną. To może być wynik zmiany lekarza lub dostosowania terapii do potrzeb pacjenta, ale może też świadczyć o tym, że nieświadomy pacjent bierze podwójną dawkę substancji leczniczej.

Narodowy Fundusz Zdrowia stwierdza, że niektóre osoby wykupują w tym samym czasie leki na receptę, które nie powinny być stosowane łącznie z uwagi na efekty uboczne, które jednak nie zawsze muszą wystąpić.

Eksperci radzą, by poradzić się swoego lekarza, jeśli zalecono nam w tym samym czasie następujące substancje czynne:

- aspirynę z heparyną lub z klopidogrelem lub z warfaryną – razem brane zwiększają ryzyko krwawień,
- enoksaparyny z warfaryną – również zwiększają ryzyko krwawień,
- niesteroidowe leki przeciwzapalne oraz doustne glikokortykosteroidy (to leki uzupełniające niedobór hormonów oraz leki przeciwzapalne, przeciwalergiczne i immunosupresyjne) – przyjmowane jednocześnie zwiększają ryzyko krwawień z przewodu pokarmowego,
- opiody łącznie z gabapentyną lub pregabaliną (leki przeciwpadaczkowe) albo z benzodiazepinami (leki przeciwlękowe) mogą spowodować problemy z oddychaniem, co może prowadzić nawet do śmierci,
- simwastatyny lub lowastatyny z niektórymi lekami przeciwgrzybicznymi - może to prowadzić do niewydolności nerek i śmierci.
- leki przeciwpłytkowe z NLPZ, które zwiększają ryzyko krwawień do przewodu pokarmowego,
- antagonistów witaminy K z niektórymi antybiotykami, co może prowadzić do krwotoków wewnętrznych,
- przyjmowanie więcej niż jednego leku z grupy niesteroidowych leków przeciwzapalnych - takie leczenie zwiększa ryzyko efektów ubocznych: krwawień z przewodu pokarmowego i niewydolności nerek,
- stosowanie kilku leków o aktywności antycholinergicznej (leki na nietrzymanie moczu, leki przeciwko zespołom parkinsonowskim, leki rozkurczające mięśnie gładkie, antydepresanty, antyhistaminiki I generacji, leki przeciwpsychotyczne) zwiększa ryzyko zaparć, suchości w ustach, zatrzymania moczu, pogłębienia demencji i zaburzeń funkcji poznawczych oraz upadków,
- łączenie warfaryny lub acenokumarolu z NLPZ, choć powszechne, znacznie zwiększa ryzyko krwawień do przewodu pokarmowego i wymaga leczenia osłonowego, a także diety bogatej w witaminę K,
- połączenie leków z grup: ARB/ACEI + diuretyki+ NLPZ to tzw. interakcja potrójnej kaskady zwiększająca ryzyko niewydolności nerek,
- łączenie leków hipotensyjnych (sartany, inhibitory konwertazy angiotesyny lub betablokery) z NLPZ pogarsza kontrolę ciśnienia, najczęściej po 7 dniach można obserwować znaczny wzrost ciśnienia,
- łączenie kotrimoksazolu lub samego trimetoprymu istotnie zwiększa ryzyko niebezpiecznego wzrostu stężenia potasu we krwi,
- łączenie dużych dawek tramadolu z lekami z grupy SSRI lub SNRI zwiększa ryzyko drgawek, arytmii oraz zespołu serotoninowego,
- łączenie klopidogrelu z esomeprazolem lub omeprazolem może prowadzić do zawału lub udaru.

Lekarz może zalecić zmianę leków lub odpowiednie środki osłonowe, a także dietę, zapobiegając w ten sposób szkodliwym skutkom ubocznym. ©℗

eprasa.pl f5ac95b682

ZDROWIE

Czym się zajmuje geriatra, jak się do niego dostać oraz kiedy przyjmie w poradni, a kiedy na oddziale

Geriatria jest dziedziną medycyny, która skupia się na problemach zdrowotnych osób po sześćdziesiątym roku życia. Podpowiadamy, jakie objawy u seniora powinny zaniepokoić i skłonić go do wizyty u geriatry

Małgorzata Stempinska

Geriatria łączy w sobie wiele różnych specjalizacji, aby ograniczyć konieczność wizyt u specjalistów. Jest to dobre rozwiązanie, gdy pacjent ma różne choroby. – Geriatra przygląda się różnym dolegliwościom, które występują powyżej 60. roku życia , a także lekom przepisanym na poszczególne schorzenia. Sprawdza, czy nie mają na siebie niewłaściwego wpływu. Następnie podejmuje decyzję co do dalszego przebiegu leczenia, w tym zarówno problemów kardiologicznych, jak i neurologicznych lub na przykład związanych z zaburzaniami pamięci – informują eksperci Narodowego Funduszu Zdrowia.

Kiedy warto wybrać się do geriatry

W Szpitalu i Przychodni Specjalistycznej Matopatizyta w Toruniu podpowiadają, że wizyta u geriatry jest wskazana, gdy:

- senior choruje przewlekle i przyjmuje wiele leków – geriatria pomaga je bezpiecznie dobrać i ograniczyć ryzyko interakcji;
- pojawiają się problemy ze snem i zmiany nastroju – bezsenność, apatia, drażliwość czy obniżony nastrój nie powinny być ignorowane, bo mogą świadczyć o depresji lub innych zaburzeniach psychicznych u seniorów;
- pojawiają się problemy z pamięcią i koncentracją – zapominanie ważnych informacji, trudności w orientacji czy powtarzanie tych samych pytań mogą świadczyć o rozwijającej się demencji lub innych zaburzeniach poznawczych;
- pojawia się nagłe osłabienie i brak energii – przewlekłe zmęczenie, brak sił czy utrata apetytu mogą wskazywać na poważniejsze problemy zdrowotne, takie jak choroby serca, niedokrwistość czy zaburzenia metaboliczne;
- senior nie trzyma moczu – choć nietrzymanie moczu często uznawane jest za „wstydliwy problem wieku", może być objawem chorób układu moczowego lub neurologicznego i wymaga diagnostyki;
- dochodzi do częstych upadków, problemów z równowagą i ogólnego osłabienia – upadki u osób starszych mogą prowadzić do poważnych urazów, a ich przyczyną bywają m.in. choroby neurologiczne, osłabienie mięśni lub działania niepożądane leków;
- senior chudnie – nieplanowana utrata wagi może być sygnałem poważnych schorzeń i zawsze powinna być skonsultowana z lekarzem.

Nie należy czekać na poważne objawy. Już pierwsze niepokojące sygnały powinny skłonić do konsultacji z geriatrą. Odpowiednio wcześnie wdrożone leczenie może znacząco poprawić jakość życia seniora i pomóc mu zachować samodzielność na dłużej.

Jak ocenia się stan zdrowia seniora

Lekarze geriatrzy przyjmują pacjentów, w zależności od ich stanu zdrowia, w poradniach geriatrycznych, w domu chorego lub w szpitalach na oddziałach geriatrycznych.

Na oddziałach geriatrycznych (lub innych, ale tylko wobec pacjentów 60 plus) przeprowadzana jest całościowa ocena geriatryczna (COG). Ocenia ona zakres występujących zaburzeń oraz pomaga ustalić priorytety w leczeniu i rehabilitacji oraz opiece.

W ramach COG lekarz sprawdza między innymi:

- poziom widzenia i słyszenia,
- stan skóry,
- poczucie samotności i stany depresyjne,
- stany bólowe,
- związek objawów niepożądanych z zażywanymi lekami,
- wyniki badań diagnostycznych,
- poziom zaburzeń pamięci oraz problemów z poruszaniem się,
- sytuację rodzinną i środowiskową, np. utrata członka rodziny, wsparcie członka rodziny w opiece, możliwość samoopieki.

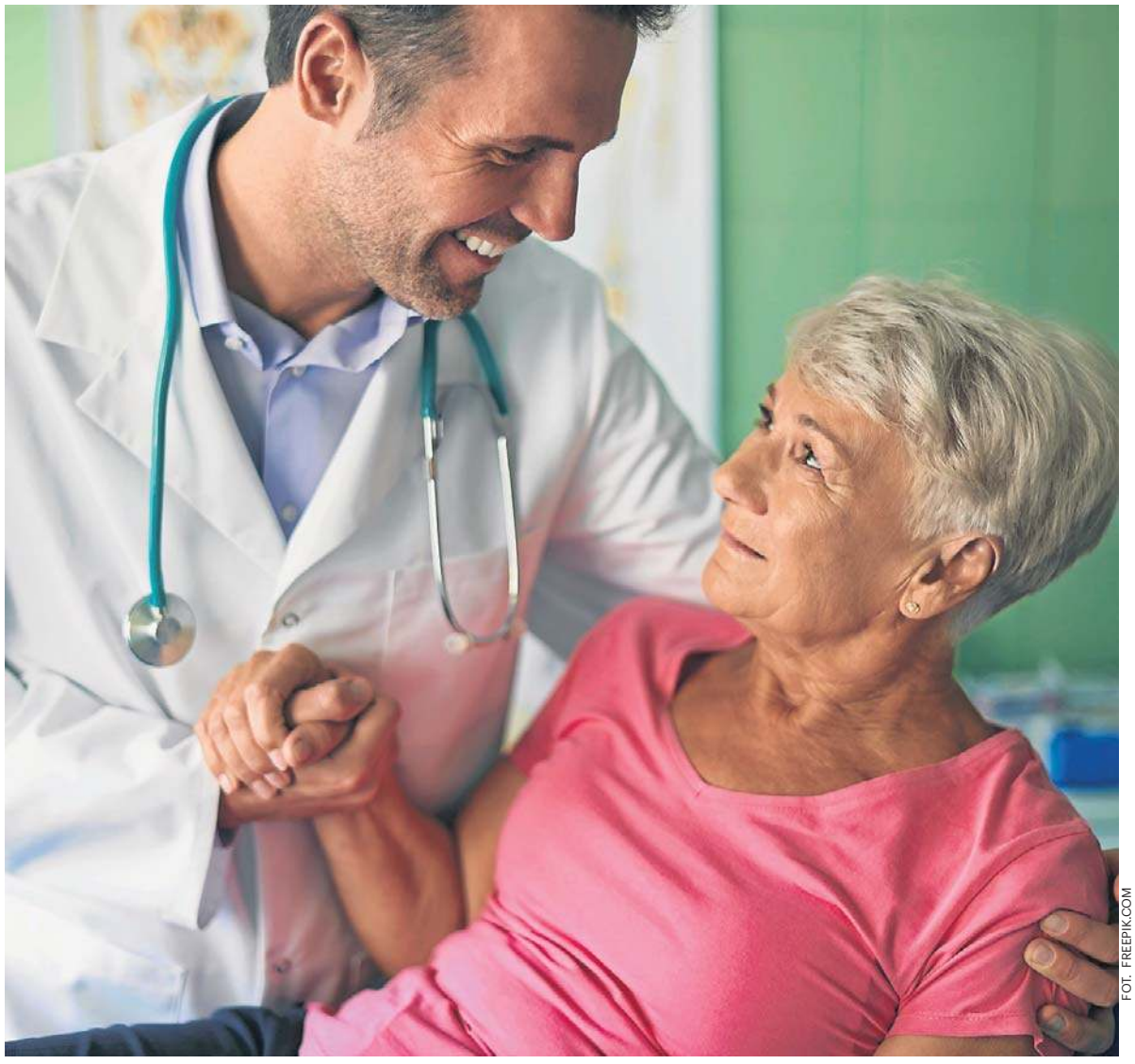
Na podstawie wywiadu lekarz geriatra zaleca dalsze leczenie i postępowanie opiekuńcze.

Jak dostać się do poradni geriatrycznej

Chcąc dostać się do poradni geriatrycznej, trzeba mieć skierowanie od lekarza ubezpieczenia zdrowotnego (w ramach NFZ). Może to być lekarz POZ, ale też każdy lekarz specjalista. Skierowanie do poradni geriatrycznej może być również dołączone do wypisu z oddziału szpitalnego.

Warto zwrócić uwagę na fakt, aby realizacja skierowania odbywała się w placówce medycznej, która może świadczyć nieodpłatnie ten rodzaj usługi medycznej. Zatem musi mieć ona podpisaną umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia, w przeciwnym razie za wizytę trzeba będzie zapłacić.

Choć liczba poradni i oddziałów geriatrycznych w Polsce wciąż rośnie, jednak dostępność bywa ograniczona. Dlatego warto zapisać się na wizytę jak najwcześniej, zwłaszcza jeśli senior zaczyna tracić samodzielność lub pojawiają się zaburzenia pamięci.



FOT. FREEPIK.COM

Na oddziałach geriatrycznych (lub innych, ale tylko wobec pacjentów 60 plus) przeprowadzana jest całościowa ocena geriatryczna (COG). Ocenia ona zakres występujących zaburzeń oraz pomaga ustalić priorytety w leczeniu i rehabilitacji oraz opiece

Jak przygotować się do wizyty u geriatry

W Fundacji Patroni podpowiadają, że warto zabrać ze sobą:

- pełną dokumentację medyczną (wyniki badań, wypisy ze szpitala, karty leczenia);
- listę wszystkich przyjmowanych leków, łącznie z preparatami bez recepty i suplementami diety;
- dzienniczki pomiarów (ciśnienia, cukru, masy ciała);
- okulary, aparat słuchowy i inne środki pomocnicze używane na co dzień.

Dobrą praktyką jest zabranie na wizytę bliskiej osoby. Członek rodziny lub opiekun może uzupełnić informacje, które sam pacjent pominie lub o których zapomni.

Kiedy na oddział geriatryczny

W niektórych przypadkach, uzasadnionych stanem zdrowia pacjenta, może być konieczne objęcie go opieką na oddziale szpitalnym. Dzieje się tak, gdy pomoc w poradni geriatrycznej nie przynosi efektów. Żeby trafić na oddział geriatryczny, potrzebne jest skierowanie od lekarza (w tym lekarza POZ).

W szpitalu wykonuje się głównie diagnostykę i leczy różne choroby wieku podeszłego, np.:

- zaburzenia poznawcze i otępienne – problemy z pamięcią, orientacją, planowaniem codziennych czynności,
- zaburzenia chodu i równowagi i np. powtarzające się epizody upadków,
- zespoły bólowe układu kostno-stawowego i inne,
- osteoporozę,
- urazy o zróżnicowanym podłożu,
- stan obniżonego nastroju i depresja – może objawiać się apatią, wycofaniem społecznym lub nasileniem dolegliwości somatycznych,
- zaparcia i nietrzymanie moczu,
- zaburzenia pracy zwieraczy,
- odleżyny,
- niepełnosprawności wynikające z wieku oraz przebytych chorób i zabiegów. ©℗

eprasa.pl f5ac95b682

PROGRAMOWO



G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Ewa odprowadza Romea na maturę z polskiego, dbając nawet o kopniaka na szczęście, a wspierany przez ojca i siostrę Mirek podchodzi do egzaminu po raz drugi. Później chłopak poznaje Kacpra i odkrywa, że wybranek Luizy nie lubi sportu.

Z kolei Gabrysia idzie na pierwszą mammografię, denerwując się jednocześnie tym, że przez pracę dla Wilka Szczepan znów wpadnie w kłopoty. Hubert odwiedza w szpitalu Lucynę, a gdy na miejscu zjawia się wściekły o oddanie udziałów na Zacisznej Wilk, między mężczyznami wybucha kłótnia.

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Weronika wybiera się na komendę, gdzie z Eweliną ma uzyskać zakaz zbliżania się Kalskiego. Gdy Lew wyjeżdża z Kacprem z domu, wpada tam agresywny Greg! Żąda, by Weronika powiedziała mu, gdzie jest jego żona. Szarpie i odpycha Roztocką – ta uderza głową o schody i traci przytomność! Kalski nawet nie wzywa karetki!!!

Robert, zaniepokojony nieobecnością Weroniki na komendzie, już jest przy jej domu.



G. 22:25

KLANGOR

TVP 1



Głośny polski serial kryminalny z 2021 roku. Fabuła serii przenosi widzów do Świnoujścia, gdzie w malowniczej atmosferze jesteśmy świadkami rodzinnych tragedii, mieszających się z miejscową aferą kryminalną. Z jednej strony ucieczka z więzienia groźnego przestępcy, z drugiej zaginięcie nastoletniej córki głównego bohatera. To dość sporo, jak na dotychczasowe, raczej spokojne, życie więziennego psychologa. Już nic w jego rodzinie oraz życiu nigdy nie będzie takie samo. Ojciec desperacko rozpoczyna poszukiwania na własną rękę. Dramatyczną sytuację jego rodziny pogłębia kryzys ich wzajemnych relacji, niezrozumienia, emocjonalnego dystansu i braku więzi. Tymczasem wokół sprawy narasta zmowa milczenia.

Serial jest bardzo dobrze obsadzony. Arkadiusz Jakubik i Maja Ostaszewska to swoista gwarancja jakości. Jest też Wojciech Mecwaldowski, który wykreował bohatera, któremu w żaden sposób nie jest do śmiechu. W serialu grają też młodzi katorzy. Maciej Musiał tworzy bardzo niejednoznacznego bohatera, a jeszcze ciekawsze zdają się być serialowe siostry, w której wcielają się Matylda Giegżno oraz Katarzyna Gałązka.

G. 21:40

Zdrada

Polsat

Patryk informuje Julię, że mecenas Paweł Kamiński trafił do aresztu z podejrzeniem zabójstwa prostytutki. Prokurator mówi żonie, że jest zadowolony, bo wreszcie Julia będzie bezpieczna – rodzina Czarcińskich to niebezpieczni ludzie. Julia jest w szoku, nie może uwierzyć, że Paweł mógł kogoś zamordować. On z kolei już wie, że pogrążył go swoimi fałszywymi zeznaniami sam Hubert Czarciński. Domyśla się, że stoi za tym fakt, że zdradził jego córkę, ale nie może zrozumieć, dlaczego płaci aż tak wysoką cenę. Nie zna sekretnego porozumienie, jakie zawarli przeciw niemu Patryk i Hubert. Porozumienia, w wyniku którego Bartek odzyskał wolność.

Marek wychodzi ze szpitala, a Eliza odwiedza męża regularnie w areszcie. Gosia dowiaduje się o okolicznościach, w jakich jej brat został ugodzony nożem.



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Po zakończeniu stażu na kardiologii Wiktor trafił do ratownictwa, a Natalia na oddział neurochirurgii. Natalia, stażystka, daje Kai karteczkę z adresem, prosi, żeby go sprawdziła, to chodzi o Wiktora...

Kasia, Zyta i Marta spotykają się na szybkim wspólnym obiedzie w szpitalnym barku. Marta chwali się, że wybrała przyjaciółkom sukienki druhen na ślub. Dołącza do nich Kaja, w pełni szczęścia. Maciek Bilewicz na czas rehabilitacji jest w domu i zajmuje się dziećmi.

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Mariolka wodzi tęsknym wzrokiem za Krystianem. Bierze dyżury wtedy, kiedy on też dyżuruje. Daga szybko odkrywa zamiary koleżanki i jeszcze szybciej sprowadza ją na ziemię – nie ma co liczyć na zainteresowanie szefa. Rzeczywiście, Krystian zdaje się zupełnie nie zauważać Mariolki.

Tymczasem drugi zamach na życie Elizy stawia policję na nogi. Świder wyrzuca sobie, że nie pilnował Elizy na okrągło. Tym razem nie zamierza odpuścić, póki nie dorwie Darka.

eprasa.pl f5ac95b682

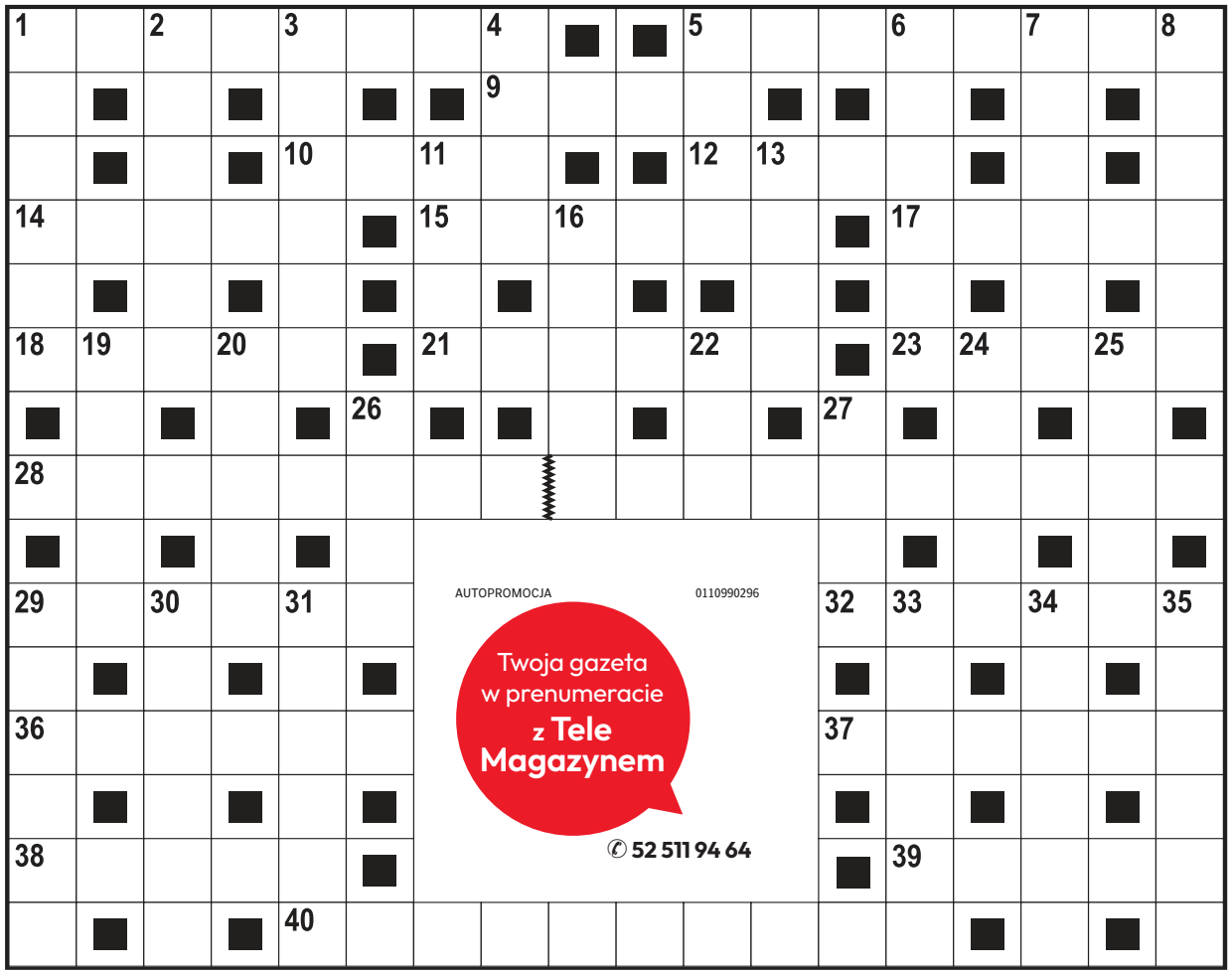
KRZYŻÓWKA NR 175

Poziomo:

1) Hanna, śpiewała „W moim magicznym domu”,
5) mieszkanie urządzone pod zadaszeniem,
9) starogrecki szczyt rozwoju,
10) Donald, Prezes Rady Ministrów,
12) siatkarski klub z Bełchatowa,
14) sygnał do działania,
15) główna jednostka siły,
17) Jessica, zagrała w filmie „King Kong”,
18) nagły, mimowolny skurcz mieśni,
21) dodatkowe obciążenie statku,
23) Hugh, aktor z filmu „Notting Hill”,
28) sienkiewiczowski rycerz z Zerwikapturem,
29) stołówka leśnej zwierzyny,
32) Omar, aktor z melodramatu „Doktor Żywago”,
36) urząd władcy w krajach muzułmańskiego wschodu,
37) kobiece stroje, ciuszki,
38) film w reżyserii Andrzeja Wajdy,
39) niewielka porcja energii,
40) harcerski biwak lub kemping.

Pionowo:

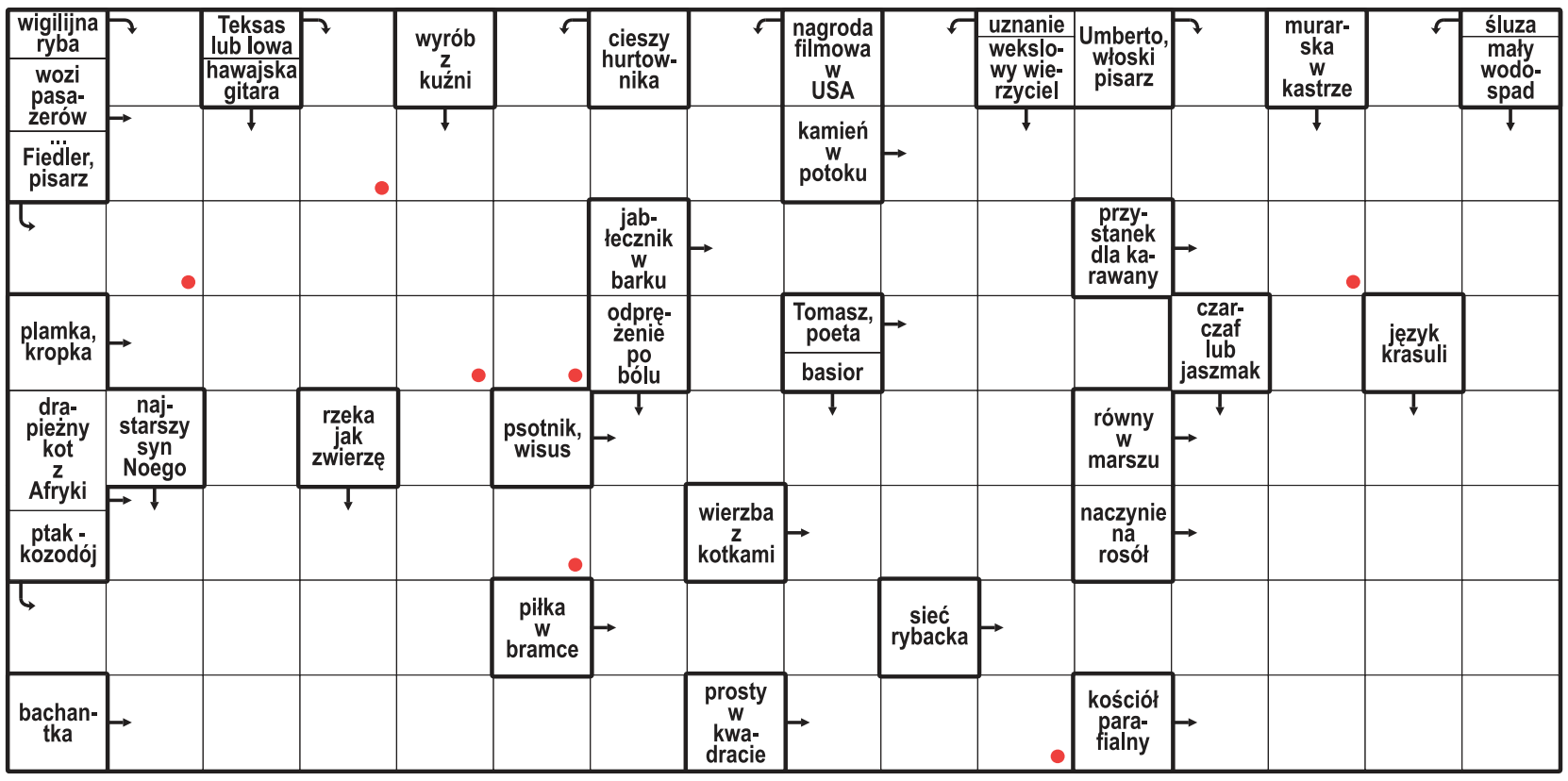
1) rzymski bóg wina, płodności i dzikiej natury,
2) kurza producentka jaj,
3) silny wiatr nad morzem,
4) drzewo owocowe, śliwodaktyl,
5) jednostka monetarna Meksyku,
6) rozmowa dwóch osób,
7) możliwość osiągnięcia sukcesu,
8) imię autora powieści „Komu bije dzwon”,
11) bezkrytycznie naśladuje modne trendy,
13) potocznie o małym chłopcu, szkrab,
16) wypoczynkowy lub okolicznościowy,
19) broń biblijnego Dawida,
20) wąski pas ziemi uprawnej,
22) organ wymiaru sprawiedliwości,
24) krach majątkowy, bankructwo,
25) zapiski z treści wykładu,
26) wodny na banknocie,
27) owczarek alzacki lub terier,
29) Wisława Szymborska lub Ewa Lipska,
30) działowa w mieszkaniu,
31) uchwyt przy stole ślusarskim,
33) Marek, autor powieści „Ósmy dzień tygodnia”,
34) kres jedności partii,
35) broń myśliwska, fuzja.



ROZWIĄZANIE NR 174

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: TRAKTAT.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wrażliwość pomoże Ci zrozumieć innych. Horoskop dzienny wróży, że miły gest wróci do Ciebie szybko.

Ryby (19.02 - 20.03)
Nieszablonowy pomysł zyska poparcie. Horoskop na dziś wróży, że inspirujące spotkanie doda Ci energii.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie uznanie. Horoskop dzienny na czwartek zapowiada, że wszystko Ci się uda.

Byk (20.04 - 20.05)
Optymizm przyciągnie życzliwych ludzi. Horoskop dzienny mówi, że aktywność doda Ci sił do działania.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja wskaże dobrą drogę. Horoskop na dziś zapowiada, że odwaga pozwoli wykorzystać szansę.

Rak (22.06 - 22.07)
Precyzja da efekty. Horoskop dzienny na czwartek mówi, że cierpliwość pomoże skończyć ważne zadanie.

Lew (23.07 - 22.08)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop dzienny wróży, że drobny sukces poprawi Ci nastrój.

Panna (23.08 - 22.09)
Domowe sprawy ułożą się korzystnie. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji i zachować spokój.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowa wiadomość zainspiruje działanie. Horoskop dzienny na czwartek wróży, że spotkanie wniesie dobre pomysły.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Spokojne tempo pomoże uporządkować sprawy. Horoskop dzienny mówi, że dobry plan da Ci pewność siebie.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Odważny krok otworzy nowe możliwości. Horoskop na dziś mówi, że życzliwa rozmowa doda Ci mocy.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Harmonia w relacjach doda energii. Horoskop dzienny na czwartek mówi, że rozmowa rozwieje wątpliwości.

eprasa.pl f5ac95b682

Usługi

MONTAŻOWE

ROLETY ATRAKCYJNE CENY.

Producent „GARDA" tel. 504166613

REKLAMA 0011606293

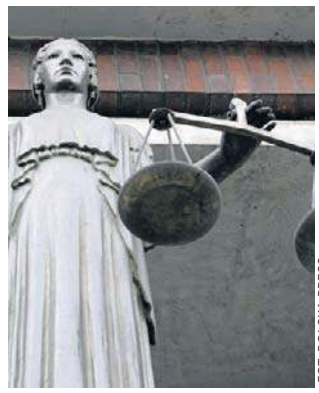
Zieleń Miejska
Zakład Pogrzebowy
UL. CZARTORYSKIEGO 13
24h / 7 - 52 324 99 99
WŁASNE KREMATORIUM

PRAWO I ŻYCIE

Adwokat z Torunia oskarżony przez bydgoską prokuraturę

Małgorzata Oberlan

Znany i szanowany adwokat toruński Jan O. został oskarżony w sprawie narkotykowej i ma proces karny. Sąd dyscyplinarny zawiesił go w zawodzie. - Zostałem pomówiony przez klienta, który miesiąc temu usłyszał zarzuty z tym związane. Wierzę, że wszystko się wyjaśni, tylko potrzeba na to czasu - mówi.



FOT. POLSKA PRESS

Miesiąc temu klient, który pomówił adwokata, usłyszał prokuratorskie zarzuty

- Ryzyko zawodowe - podsumowuje sytuację adwokat. A ona wesoła nie jest. Mimo wszystko prawnik zachowuje spokój, bo - jak mówi - wie, że jest niewinny i wszystko się wyjaśni. Już zaczyna się to dziać, bo miesiąc temu to klient, który go pomówił, usłyszał za to prokuratorskie zarzuty. I w tej sprawie to Jan O. jest osobą pokrzywdzoną.

Wszystko zaczęło się około dwa lata temu. Prokuratura Okręgowa w Bydgoszczy prowadziła śledztwo dotyczące handlu narkotykami na dużą skalę. Zakończyła je aktem oskarżenia dla całej grupy - 15 osób.

W tym śledztwie na współpracę z prokuraturą poszedł Szymon K. - klient toruńskiego adwokata. To recydywista, człowiek kilkukrotnie karany już za oszustwa.

- Pomówił mnie w prokuraturze o przestępstwo, którego nie popełniłem. W skrócie mówiąc twierdził, że otrzymał ode mnie 160 tys. zł na narkotyki - mówi Jan O.

Adwokat objęty został aktem oskarżenia w całej tej aferze narkotykowej, ale potem jednak jego wątek wyłączono do osobnego postępowania.

Jako oskarżony o udział w obrocie narkotykami ma być sądzony przez Sąd we Włocławku.

- Do dziś jednak żadna rozprawa się nie odbyła - mówi nam toruński prawnik.

We wrześniu natomiast zarzuty dokonania przestępstwa na szkodę Jana O. usłyszał w Prokuraturze Rejonowej Toruń Centrum Zachód jego klient - Szymon K.

- Wierzę, że wszystko się wyjaśni, ale potrzeba czasu - podsumuje adwokat.

Cała sprawa ma już jednak poważne skutki zawodowe dla prawnika. Po tym, jak usłyszał zarzuty karne i został objęty aktem oskarżenia, postępowanie dyscyplinarne było koniecznością.

- Adwokacki sąd dyscyplinarny zawiesił go w wykonywaniu obowiązków adwokata, ze względu na dobre imię adwokatury - tłumaczy adwokat Jan Kwietnicki, dziekan Kujawsko-Pomorskiej Izby Adwokackiej w Toruniu.

Oznacza to, że prawnik nie może od dłuższego czasu nikogo reprezentować jako adwokat. Jak można się domyślać, taka sytuacja zawodowa potrwać może jeszcze nawet rok, dwa czy więcej dopóki prawomocnie nie zostanie oczyszczony z zarzutów.

©℗

0011611787

Czas wszystko zabiera,
bo zabrać jest w stanie,
lecz nigdy nie zabierze tego,
co w sercu zostanie...

Pani

ELŻBIECIE POKORZE

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Córki Justyny

składają
Dyrekcja, Grono Pedagogiczne, Pracownicy Administracji i Obsługi Szkoły Podstawowej nr 32 im. Floriana Kaji z Oddziałami Sportowymi i Dwujęzycznymi w Bydgoszczy.

0011612223

Z sercem pełnym bólu i smutku

zawiadamiamy,

że dnia 7.11.2026 r.

zmarł nasz kochany Ojciec, Teść i Dziadek

ś†p

Jerzy Wołoszyk

lat 83

Ceremonia pogrzebowa

odbędzie się dnia 13.11.2026 r. o godz. 12.30

na cmentarzu komunalnym przy ul. Wiślanej.

Modlitwa różańcowa rozpocznie się

o godz. 12.00.

W żalu pogrążona

Córka z Rodziną

0011612224

„Bom wszędzie cząstkę mej duszy zostawił"

Z sercem pełnym bólu i smutku zawiadamiamy, że dnia 7.11.2026 r. odszedł
nasz ukochany Mąż, Tata, Teść i Dziadek

ś†p

Jerzy Wołoszyk

lat 83

Ceremonia pogrzebowa odbędzie się dnia 13.11.2026 r. o godz. 12.30
na cmentarzu komunalnym przy ul. Wiślanej.
Modlitwa różańcowa rozpocznie się o godz. 12.00.

W żalu pogrążona

Żona i Córką z Rodziną

Prosimy o nieskładanie kondolencji.

eprasa.pl f5ac95b682

Sport

Z żałobnej karty. Nie żyje Zbigniew Żugaj, trener w Pałacu Bydgoszcz i Sokole Mogilno. Wychował wiele pokoleń siatkarek obu klubów. Przeżył 72 lata. Cześć Jego Pamięci!

KOSZYKÓWKA

Martyce Kimbrough zadziwia. Od ponad 20 lat nikt czegoś takiego w PLK nie dokonał!

Joachim Przybył

Więcej punktów zdobywa co prawda Jayden Taylor, ale to niedoceniany przed sezonem Martyce Kimbrough jest najpewniejszym i najbardziej efektywnym graczem Asty na parkietach PGE PLK.

- Nie zwracam uwagi na wątpliwości i krytykę. Wiem, że ciężko pracuję i poświęcam dużo czasu na doskonalenie swoich mocnych stron. Jestem także ze sobą szczery, jeśli chodzi o rzeczy, nad którymi muszę popracować. Krytyka stanowi dla mnie dodatkową motywację - powiedział koszykarz portalowi Z Krainy NBA.

To cały Kimbrough, ulubieniec bydgoskich kibiców, skromny facet, który nie forsuje gry pod siebie, wychodzi z ławki i robi swoje. Do Asty przyjechał ponad dwa lata temu, by pomóc drużynie wrócić do grona najlepszych w Polsce. Z miejsca stał się najlepszym strzelcem w I lidze, został w zespole po nieudanym finale z Górnikiem Wałbrzych rok temu i to jego znakomita gra w decydującym meczu z ŁKS Łódź dała Aście upragniony awans.

W wieku 30 lat Kimbrough gra swoją najlepszą koszykówkę w karierze. Do Polski trafił z Gruzji, jednak ligi peryferyjnej w Europie. Wcześniej szukał szczęścia w II lidze hiszpańskiej i III francuskiej. Właśnie jednak teraz osiągnął najlepsze liczby w karierze, jego wskaźnik Ortg wynosi 134,8, czyli tyle zdobywa punktów na 100 posiadań. W Aście lepszy pod tym względem jest jedynie Dawid Brembly, ale oddaje dużo mniej rzutów.

A przecież przed sezonem nie brakowało wątpliwości, czy sprawdzi się w bardzo fizycznej PLK, gdzie wzrost i siła mięśni są tak samo ważne jak talent do umieszczania piłki w koszu. Kimbrough w poprzednim sezonie już w I lidze miewał spore problemy z obrońcami, w serii finałowej długo nie mógł poradzić sobie z Marcelem Ponitką.

Kimbrough na te pytanie odpowiedział to w najlepszy z możliwych sposobów. Już w zwycięskim meczu z Zastalem był jednym z kluczowych graczy, trafił 4 z 7 rzutów z dystansu. Prawdziwym bohaterem Asty został w Sopocie. To w jego ręce trafiła piłka w ostatniej akcji, jego „trójka" dała drużynie dogrywkę i w konsekwencji pierwsze wyjazdowe zwycięstwo w tym sezonie.

W pięciu pierwszych meczach sezonu Kimbrough trafił 23 „trójki" i jak poinformował Puls Basketu, wyrównał w ten sposób rekord Waltera Jeklina z.. 2000 roku! Słoweniec jednak do tylu trafień potrzebował więcej rzutów i miał skuteczność 51 procent, Amerykanin z Asty ma rewelacyjną skuteczność 55 procent zza łuku i to przy dużej próbie ponad ośmiu rzutów na mecz!

Na kolejny jego dobry mecz kibice liczą w niedzielę(12.30). Enea Łaciate Astoria zagra z Górnik Wałbrzych, po czterech latach przerwy drużyna wraca do Łuczniczki..

ŻUŻEL

Antek w Austrii, czyli testy, badania i masa wylanego potu

Joachim Przybył

Testy motoryczno-wydolnościowe, analiza planów dietetycznych w kontekście żużla, optymalizacja snu i wypoczynku - to tylko kilka kwestii, które Antoni Kawczyński może się nauczyć w Red Bull Athlete Performance Center.



FOT. MARCIN ORŁOWSKI

Antoni Kawczyński zaliczył wielki skok średniej w ciągu tego roku

To nagroda za triumf w klasyfikacji Red Bull Juniorskie Asy. Antoni Kawczyński zdobył w ostatnim sezonie najwięcej punktów w wyścigach juniorskich. Zgarnął voucher o wartości 30 000 złotych na zakup silnika u Kowalski Racing S.K.A. wraz z konsultacjami z tunerem oraz wyjazd na 3-dniowy obóz treningowy w Red Bull Athlete Performance Center w austriackim Thalgau.

To jedyne takie miejsce na świecie. Koncern Red Bull stworzył ośrodek wyłącznie w celu zapewnienia kompleksowego wsparcia dla setek sportowców z ponad 200 dyscyplin sponsorowanych przez tę markę. Do dyspozycji są świetnie wyposażone laboratoria i zastęp specjalistów.

- Debiutowałem w PGE Ekstralidze w 2024 roku i już wtedy miałem gdzieś w głowie, że chciałbym kiedyś zgarnąć tę nagrodę! Tak więc nie mogę się doczekać wyjazdu, bo wiem, że będzie to dla mnie świetne doświadczenie. Zmieniłem trochę podejście do meczów. Zrobiłem naprawdę sporo pracy przed sezonem, jak i w trakcie. Treningi, treningi i jeszcze raz treningi. To dało wymarzone rezultaty - mówi 18-letni żużlowiec, który w ostatnim sezonie wygrał 11 ze swoich 18 biegów juniorskich.

Jakie dziedziny najbardziej będą dotyczyć wizyty Antoniego Kawczyńskiego? Diagnostyka i profilowanie biomechaniczne: kompleksowe sprawdzanie parametrów motoryczno-wydolnościowych sportowców. Trening mentalny i zarządzanie stylem życia, czyli budowanie odporności psychicznej sportowców oraz optymalizacja nawyków, trening w dziedzinie snu i regeneracji organizmu. Dietetyka i opieka laboratoryjna: dobieranie indywidualnych planów żywieniowych i suplementacyjnych dopasowanych pod kątem składu ciała i specyfiki danej dyscypliny.

Nad wynikami zawodników czuwa w Austrii interdyscyplinarny zespół ekspertów. Na koniec pobytu żużlowiec otrzyma dokładny raport z wynikami wszystkich testów i indywidualnymi wskazówkami, nad czym powinien dalej pracować.

Kawczyński będzie drugim żużlowcem z regionu, który sprawdzi swoje możliwości w ten sposób. Wcześniej dwa razy klasyfikację Red Bull Juniorskich Asów wygrywał bydgoszczanin Wiktor Przyjemski w barwach Motoru Lublin.

- Fajna przygoda, bardzo mili ludzie, fajna atmosfera. Chciałbym zostać tam na dłużej. Fajne doświadczenie i dużo można się o swoim ciele dowiedzieć, sprawdzić wiele rzeczy. To świetna okazja, żeby sprawdzić formę przed kolejnym sezonem i zobaczyć, co trzeba poprawić - opowiadał bydgoszczanin po powrocie z Austrii.

KRÓTKO

Siatkówka

Bydgoszczanki o jeden mecz od wielkiego finału

Metalkas Pałac Bydgoszcz po zwycięstwie z #Volley Wrocław 3:2 (20:25, 21:25, 25:21, 27:25, 15:12) awansował do ćwierćfinału Pucharu Polski. Teraz bydgoszczanki czekają na kolejnego rywala, z którym zagrają o awans do turnieju finałowego (6-7 luty w Elblągu). Będzie to zwycięzca meczu Developres Rzeszów - Sokół&Hagric Mogilno, który zakończył się w środę po zamknięciu wydania. Sokolanki w ostatnim meczu ligowym przegrały 2:3 w Opolu z Uni.

JP

Siatkówka

Kolejne zwycięstwo i fotel lidera dla Torunia

Cztery kolejne mecze, cztery zwycięstwa, tylko trzy stracone sety - po kolejnej wygranej w Radomiu CUK Anioły są już samodzielnym liderem I ligi siatkarzy. Torunianie mają przewagę punktu nad swoimi jedynym pogromcą w tym sezonie MKS Będzin, ale mają jeszcze jeden mecz zaległy do rozegrania. W Radomiu CUK Anioły rozpoczęły od porażki w inauguracyjnym sety 23:25, ale trzy kolejne padły już ich łupem: 25:23, 25:21 i 25:20.

JP

TENIS

Maja Chwalińska nie zagra we Włocławku. Tak to tłumaczy

Joachim Przybył

Duże rozczarowanie dla kibiców w regionie. W Billie Jean King Cup we włocławskiej Hali Mistrzów nie zobaczymy dwóch najlepszych polskich tenisistek.

Reprezentacja Polski zagra w Hali Mistrzów we Włocławku w dniach 20—21 listopada. Rywalem starcia play-off Billie Jean King Cup będzie Szwecja.Wcześniej wiedzieliśmy, że w zespole nie zagra Iga Świątek, teraz Polska straciła drugą liderkę,

Maja Chwalińska właśnie oświadczyła, że też rezygnuje z tego występu. „Za mną bardzo intensywny sezon - zarówno pod względem fizycznym, jak i mentalnym. Wciąż zmagam się z problemami zdrowotnymi i choć sercem bardzo chciałabym być na korcie, rywalizować i reprezentować swój kraj, wiem, że na ten moment nie jestem jeszcze gotowa, by dać z siebie 100 procent. To zdecydowanie nie jest dla mnie łatwa decyzja, ale czasami najważniejsze jest, by posłuchać swojego organizmu i dać sobie tyle czasu, ile potrzeba, aby w pełni wrócić do zdrowia i formy. Dziękuję wszystkim za wyrozumiałość, wsparcie i dobre słowa. Nieustannie pracuję nad tym, by jak najszybciej wrócić do pełni sił. Trzymam mocno kciuki za dziewczyny i całą reprezentację" - napisała finalistka French Open w oświadczeniu.

W składzie Polek na mecz ze Szwecją znajdują się w tej chwili Katarzyna Kawa, Martyna Kubka, Linda Klimovicova i Weronika Falkowska

eprasa.pl f5ac95b682