DZIŚ STRONA ZDROWIA

PRZEZ TE NAWYKI SKRACASZ SOBIE ŻYCIE

10 BŁĘDÓW, KTÓRYCH MUSISZ UNIKAĆ JAK OGNIA – Str. 11 - 12

Nr ISSN 0137-9259
Nr indeksu 350370

www.nowosci.com.pl

Nr 180 (17074) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

59 lat

Środa, 5.08.2026

Śmierć 13-latka na wakacjach. Zabiła go meduza
W odpowiedzi na tragedię władze zarządziły wzmożone patrole na odcinkach wybrzeża, gdzie zauważono te jadowite meduzy. – Str. 10

Nie zajmą minimalnej pensji, ale emeryturę już tak
Ile jest w Polsce osób ze statusem dłużnika chronionego? – Str. 7

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Bezpieczeństwo

Coraz częściej „woprowcy" wyciągają z wody nie tylko pijanych, ale i naćpanych

Małgorzata Oberlan

W miniony weekend w nocy ratownicy WOPR Toruń zerwali się, by jechać do ludzi pływających Kamionkach po alkoholu. - Tak, to plaga. Ale największym problemem stały się narkotyki. Od początku roku już 40 takich zgłoszeń mieliśmy - mówi Wojciech Lewko, szef WOPR w Toruniu.

Sobota, 1 sierpnia, dokładnie godzina i minuta przed północą. Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe w Toruniu dostaje sygnał z wojewódzkiego centrum: alarm! Trzeba jechać nad Jezioro Kamionkowskie, gdzie zagrożone mogą być dwie osoby kąpiące się po alkoholu.

Skąd wziął się ten sygnał? Ktoś z Kamionek zaniepokojony sytuacją wezwał „112". Jak nieoficjalnie się dowiedzieliśmy, wcześniej nietrzeźwych amatorów kąpieli usiłował zdyscyplinować wędkarz.

WOPR Toruń uruchamia w środku nocy 5 swoich ratowników ochotników. Biorą łódź i cała grupa interwencyjna rusza do Kamionek. Dla nich nie jest ważne, czy ktoś jest trzeźwy czy nie. Jeśli może być zagrożony, jest alarm i wezwanie - ruszają z interwencją o każdej porze doby.

- Gdy ratownicy byli w drodze, odebrali telefon z komisariatu policji w Chełmży. Ratownicy zostali odwołani, ponieważ osoby zostały już przejęte przez patrol policji - relacjonuje „Nowościom" Wojciech Lewko, szef WOPR w Toruniu.

Jak mówi, są do takich sytuacji już przyzwyczajeni. - Ale, oczywiście, szkoda ludzi zrywanych pomocy (a to przecież ochotnicy!), czasu, energii, paliwa i pieniędzy. Bo każdy taki wyjazd to przecież jednak koszty - zaznacza Lewko.

Jakby to paradoksalnie nie zabrzmiało jednak, nie ma obowiązku wchodzenia do wody trzeźwym.

- Żaden przepis o tym nie mówi. My możemy tylko ciągle apelować, by po używkach się nie kąpać i ostrzegać - nie kryje szef woprowców. - -Ostatnie lata i obecny sezon jednak to czas, w którym jeszcze większym problemem niż wchodzenie do wody po alkoholu są narkotyki. W takim stanie teraz coraz więcej osób się kąpie. Od początku roku mieliśmy już 40 zgłoszeń, gdzie był podejrzenie odurzenia narkotykami właśnie. ©℗

– Str. 2

Wypadki

Tragiczny lipiec w regionie. Nie żyje trzech pracowników

W lipcu Państwowej Inspekcji Pracy w naszym regionie zgłoszono ogółem 11 wypadków, w tym dwa śmiertelne i siedem ciężkich.
– Str. 4

Pieniądze

Torunianie na komisję ZUS muszą teraz jechać do Łodzi

W naszym regionie brakuje lekarzy orzeczników, których Zakład Ubezpieczeń Społecznych pilnie poszukuje. Ale chętnych nie ma.
– Str. 4

Jest pełnomocnik ministerstwa do spraw budowy ECFC
Jego powołanie ma usprawnić proces przygotowania prac – Str. 6

Rozpoczyna się remont ulicy Żwirki i Wigury
W ciekawy sposób rozwiązano kwestię objazdu dla komunikacji miejskiej i karetek – Str. 8

FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

Pielgrzymka

Ruszyli wczoraj. Dziewięć dni wędrówki na Jasną Górę

Marek Nienartowicz

Piesza Pielgrzymka Diecezji Toruńskiej wyruszyła we wtorek z Torunia na Jasną Górę. Pielgrzymi mają do przejścia z Torunia na Jasną Górę nieco ponad 300 kilometrów. Ich wędrówka podzielona jest na dziewięć etapów. Na przykład toruńska grupa niebieska pierwszego dnia miała do przejścia trasę o długości blisko 32 kilometrów do Straszewa w powiecie aleksandrowskim. Pątnicy nocują w prywatnych domach, czasem w szkołach i świetlicach. Wszystkie grupy Pieszej Pielgrzymki Diecezji Toruńskiej wejdą na Jasną Górę 12 sierpnia.©℗

– Str. 6

eprasa.pl 83826073fd

POLECAMY

JUTRO: Wszystkie grzeszki prezydenta Ignacego Mościckiego

5.08.2026
Środa

Dziś imieniny: Jonasz, Stanisława, Abel, Maria
Telefon alarmowy: 112

NOWOŚCI

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

www.nowosci.com.pl

Polska Press
Makroregion Wielkopolska
Kujawsko-Pomorskie
Redakcja ul. Grudziądzka 46-48, 87-100 Toruń, tel. 56 611 81 33
redakcja@nowosci.com.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
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Elżbieta Żuraw
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.nowosci.com.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

KRÓTKO

997

Nie do końca trzeźwe popołudnie

W minione piątkowe popołudnie w godzinach od 17 do 20 toruńscy policjanci wzięli udział w wojewódzkich działaniach „Trzeźwe popołudnie". Skontrolowali 1336 kierowców. Niestety, sześciu kierujących pojazdami mechanicznymi wykazało się skrajną nieodpowiedzialnością. Pięciu z nich odpowie za popełnienie wykroczenia, ponieważ badanie wykazało stan po użyciu alkoholu. Jeden kierowca odpowie za przestępstwo – przeprowadzone badanie wykazało ponad pół promila alkoholu. Wszyscy kierujący stracili już uprawnienia do kierowania pojazdami. Mundurowi zatrzymali także pięciu kierujących pojazdami innych niż mechaniczne w stanie po użyciu alkoholu oraz w stanie nietrzeźwości. U jednego z kierujących rowerem badanie wskazało ponad trzy promile alkoholu Mężczyzna został ukarany dotkliwym mandatem w wysokości 2500 zł.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Nowości Dziennik Toruński"

tel. 56 451 91 04
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowosci.com.pl

0011563502

Arlecie Stanisławskiej
oraz
Jej Najbliższym

składamy wyrazy głębokiego współczucia
i słowa wsparcia
z powodu śmierci

Mamy

W tych trudnych chwilach
łączymy się myślami z Rodziną,
życząc siły i ukojenia.

Koleżanki i Koledzy z EIB SA

HANDEL

Narkotyki coraz większym problemem również w czasie wypoczynku nad wodą

Małgorzata Oberlan

Do kąpiących się po alkoholu, czy wręcz pijanych ludzi, toruńscy woprowcy już przywykli. Nieustanne apelowanie o to, by tego nie robić nie pomaga - Polacy wciąż tym grzeszą. Regularnie przysparzają też przez to pracy ratownikom i innym służbom. Niestety, co jakiś czas kuszą los skutecznie - tracą życie w wodzie.

FORT. FB/WOPR TORUŃ

WOPR Toruń gotowy do ratowania ludzi jest w dzień i w nocy

Sobota, 1 sierpnia, dokładnie godzina i minuta przed północą. Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe w Toruniu dostaje sygnał z wojewódzkiego centrum (w Kruszwicy): alarm! Trzeba jechać nad Jezioro Kamionkowskie, gdzie zagrożone mogą być dwie osoby kąpiące się po alkoholu.

Akcja została odwołana

Co robi WOPR Toruń? Uruchamia w środku nocy 5 swoich ratowników ochotników. Biorą łódź i cała grupa interwencyjna rusza do Kamionek. Dla nich nie jest ważne, czy ktoś jest trzeźwy czy nie. Jeśli może być zagrożony, jest alarm i wezwanie - ruszają z interwencją o każdej porze doby.

- Gdy ratownicy byli w drodze, odebrali telefon z komisariatu policji w Chełmży. Ratownicy zostali odwołani, ponieważ osoby zostały już przejęte przez patrol policji - relacjonuje „Nowościom" Wojciech Lewko, szef WOPR w Toruniu.- Ostatnie lata i obecny sezon jednak to czas, w którym jeszcze większym problemem niż wchodzenie do wody po alkoholu są narkotyki. W takim stanie teraz coraz więcej osób się kąpie. Od początku roku mieliśmy już 40 zgłoszeń, gdzie był podejrzenie odurzenia narkotykami właśnie. Dochodzi do dramatów, a dla ratowników interwencje przy tak pobudzonych często osobach nie są łatwe - mówi „Nowościom" Wojciech Lewko, szef WOPR w Toruniu.

Znakiem naszych czasów jest też swoiste równouprawnienie. Po alkoholu i narkotyków wrażeń w wodzie szukają nie tylko mężczyźni, ale i kobiety czy nawet młode dziewczyny.

- Nie zapomnimy 22-letniej kobiety, którą w zeszłym roku ratowaliśmy z Wisły (niedaleko ujścia Drwęcy). Była ze swoim partnerem. Oboje byli po narkotykach i alkoholu. Wyciągaliśmy ją za włosy... Uratowaliśmy jej życie - mówi Wojciech Lewko.

Od początku 2026 roku do końca lipca w Polsce odnotowano już ponad setkę utonięć. Do maja, czyli startu sezonu ciepła (bo przecież jeszcze nie wakacyjnego) było już 65 utonięć. W samym czerwcu natomiast życie straciło kolejnych 56 osób! Najtragiczniejsza była niedziela 28 czerwca - w ciągu jednej doby utonęło wtedy aż 17 osób.

Co roku natomiast, jak wynika ze statystyk Komendy Głównej Policji, topią się w kraju setki ludzie. Jeśli coś jest optymistycznego w tych danych liczbowych, to jedynie tendencja spadkowa z ostatnich lat. W 2024 roku utonęły 444 osoby, w 2023 r. było to 450 osób, a w 2022 r. 419 osób.

Gdy ratownicy byli w drodze, odebrali telefon z komisariatu policji w Chełmży, że osoby te zostały już przejęte przez patrol policji. WOPR odwołano.
WOJCIECH LEWKO
WOPR Toruń

W całym kraju WOPR i policja wskazują, że jedną z głównych przyczyn takich dramatów jest wchodzenie do wody po alkoholu i innych używkach.

Edukacja od najmłodszych lat

- Każdego roku na świecie życie w wodzie traci około 236 tysięcy osób. Wielu z tych tragedii można by uniknąć dzięki edukacji, rozwadze i przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa. My, ratownicy WOPR Toruń, od wielu lat przed rozpoczęciem każdych wakacji prowadzimy akcję profilaktyczną „Bezpieczne Wakacje". Odwiedzamy szkoły i przedszkola, gdzie uczymy dzieci i młodzież zasad bezpiecznego wypoczynku nad wodą, właściwego zachowania w sytuacjach zagrożenia oraz odpowiedzialności za siebie i innych. Wierzymy, że edukacja od najmłodszych lat to najlepszy sposób na zapobieganie tragediom - podkreśla WOPR Toruń.

Być może zatem dopiero kolejne pokolenie będzie nad wodą mądrzejsze i bezpieczniejsze.

©℗

eprasa.pl 83826073fd

REKLAMA
0111533247

eprasa.pl 83826073fd

PIENIĄDZE

Z Torunia na komisję lekarską ZUS do Łodzi

Małgorzata Stempińska

Od 1 sierpnia mieszkańcy regionu już nie stawią się przed komisją ZUS w Bydgoszczy. Muszą jechać do Gdańska lub Łodzi. To n ie koniec zmian.

Dotychczas sprzeciwy od orzeczeń lekarzy orzeczników oraz zarzuty wadliwości dotyczące orzeczeń wydanych przez Oddziały ZUS w Toruniu i w Bydgoszczy rozpatrywała komisja lekarska działająca przy Oddziale ZUS w Bydgoszczy. Niestety, w związku z brakiem lekarzy orzeczników to się zmieniło.

Czeka nas wycieczka do innego miasta

Od 1 sierpnia 2026 r. sprawy z terenu właściwości Oddziału ZUS w Bydgoszczy będą rozpatrywane przez komisję lekarską w Oddziale ZUS w Gdańsku, natomiast sprawy z terenu właściwości Oddziału ZUS w Toruniu – przez komisję lekarską w I Oddziale ZUS w Łodzi. - Do tych komisji zostaną przekazane również sprzeciwy od orzeczeń lekarzy orzeczników, zarzuty wadliwości oraz sprawy prowadzone w ramach nadzoru nad wykonywaniem orzecznictwa lekarskiego, które do 31 lipca 2026 roku nie zostały rozpatrzone - zaznacza Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Jak dodaje, jeśli ubezpieczony zostanie wezwany na badanie przez komisję lekarską w innym mieście, przysługuje mu zwrot kosztów stawiennictwa. Osobie wezwanej przez ZUS na badanie zwracane są koszty przejazdu z miejsca zamieszkania do miejsca badania i z powrotem - w wysokości ceny biletu najtańszego środka komunikacji publicznej.

To nie koniec zmian. Brak lekarzy orzeczników ZUS spowoduje, że od 1 stycznia 2027 r. zarówno orzeczenia wydawane po raz pierwszy, jak i orzeczenia wydawane po ponownym rozpatrzeniu sprawy wskutek wniesienia sprzeciwu lub zarzutu wadliwości będą wydawane jednoosobowo. Do tej pory te sprawy rozpatrywały trzyosobowe komisje. - Od nowego roku tylko w szczególnie skomplikowanych sprawach będzie możliwe skierowanie ich do rozpatrzenia przez trzech lekarzy orzeczników - podkreśla Krystyna Michałek.

Szukają orzeczników

ZUS szuka do pracy lekarzy orzeczników. To propozycja dla lekarzy posiadających prawo wykonywania zawodu, którzy: posiadają tytuł lekarza specjalisty albo odbywają szkolenie specjalizacyjne w określonej dziedzinie medycyny albo mają co najmniej 5-letni staż pracy w zawodzie lekarza, jeśli nie posiadają tytułu specjalisty i nie odbywają szkolenia specjalizacyjnego. ZUS oferuje umowę o świadczenie usług (B2B) lub umowy zlecenia.

Chętni mogą się kontaktować pod nr tel. w Bydgoszczy: 52/341-80-86 , 52/341-81-11, 52/341-81-37 lub w Toruniu: 56/610-94-21, 56/610-93-00 lub 56/659-56-16. ©℗

WYPADKI

Tragiczny lipiec w regionie. Nie żyje trzech pracowników, w tym listonosz z Torunia

Małgorzata Oberlan

Trzy osoby zmarły w pracy, a siedem odniosło poważne obrażenia - to smutny bilans lipca dla pracowników Kujawsko-Pomorskiego. Do dramatów doszło w Toruniu, Bydgoszczy, Obrowie, Ciechocinku i innych miejscowościach regionu.

FOT. PEXELS

W lipcu tego roku Państwowej Inspekcji Pracy w naszym regionie zgłoszono ogółem 11 wypadków, w tym 3 wypadki śmiertelne i 7 wypadków ciężkich

W lipcu Państwowej Inspekcji Pracy w naszym regionie zgłoszono ogółem 11 wypadków, w tym dwa wypadki śmiertelne i siedem wypadków ciężkich. W Bydgoszczy tragedia wydarzyła się 16 lipca - około godziny 2.30 w nocy, w zakładzie zajmującym się dystrybucją napojów i wód mineralnych. Tutaj wypadkowi uległ operator elektrycznego wózka widłowego.

Pracownik wjechał tym wózkiem pomiędzy regały.

- Gdy jego głowa znajdowała się na wysokości półki, mężczyzna poruszył manetką, co spowodowało przemieszczenie się wózka. W efekcie doszło do przygniecenia jego głowy przez korpus wózka do konstrukcji regału. Poszkodowany doznał ciężkiego urazu głowy i został przetransportowany do szpitala, gdzie w następstwie odniesionych obrażeń zmarł - informuje PIP.

W Toruniu podczas pracy zmarł listonosz. Wypadek ten zgłoszono PIP 14 lipca, ale doszło do niego 29 czerwca - czytamy w raporcie. Mężczyzna rano pobrał przesyłki i ruszył w teren. W trakcie ich doręczania zasłabł i stracił przytomność. Szybko transportowany został do szpitala, gdzie walczono o jego życie i zdrowie. Niestety, 14 lipca pracodawca otrzymał informację o zgonie pracownika.

Natomiast 23 lipca policja zgłosiła PIP wypadek przy pracy, któremu tego samego dnia około godziny 13 uległ pracownik zakładu budowlanego z gminy Lubień Kujawski. Podczas układania kostki brukowej pracownik stracił przytomność. Na miejsce wezwano karetkę, jednak pomimo podjętej reanimacji mężczyzna zmarł na miejscu.

W lipcu doszło w regionie do kilku wypadków, wskutek których pracownicy stracili palce lub doznali innych urazów dłoni. Nie jest wykluczone, że to panujące upały i tzw. stres gorący powodował dekoncentrację ludzi.

1 lipca rano taki wypadek miał pracownik zakładu zajmującego się obróbką drewna z gminy Izbica Kujawska. Wykonywał heblowanie deski na maszynie stolarskiej.

- W pewnym momencie wsunął prawą dłoń w strefę niebezpieczną, bezpośrednio pod narzędzie skrawające, co doprowadziło do kontaktu dłoni z ostrzem. Doznał urazu prawej dłoni w postaci rany ciętej i szarpanej palca wskazującego. Został przetransportowany do szpitala celem zaopatrzenia medycznego, gdzie z uwagi na rozległość urazu dokonano amputacji palca - relacjonuje PIP.

Już następnego dnia - 2 lipca - policja zgłosiła wypadek przy pracy, któremu tego samego dnia około godziny 13 uległa pracownica przedsiębiorstwa wielobranżowego z Ciechocina. Kobieta wsunęła dłoń w strefę niebezpieczną maszyny produkcyjnej. Skutek? Amputacja palca wskazującego prawej dłoni.

W Toruniu podobny wypadek wydarzył się 7 lipca w firmie produkującej wyroby z drewna. - Podczas pracy przy okleiniarce dwustronnej, w trakcie regulacji paska klinowego przy podajniku rolkowym maszyny, pracownik doznał amputacji części palca środkowego lewej ręki - czytamy w raporcie.

W Obrowie koło Torunia natomiast dramat wydarzył się 15 lipca. Ucierpiała pracownica zakładu produkującego chemię gospodarczą. Wraz z koleżanką czyściła podajnik ślimakowy. - Po zakończeniu tego zadania jedna z kobiet uruchomiła maszynę, podczas gdy poszkodowana otworzyła otwór rewizyjny. W tym momencie doszło do pochwycenia palca wskazującego prawej ręki przez ruchome elementy maszyny, co spowodowało jego zmiażdżenie i skutkowało pourazową amputacją - ustaliła PIP.

W tym raporcie Okręgowego Inspektoratu Pracy znajdujemy też opis tragedii, którą zgłoszono w lipcu br., ale do której doszło w grudniu roku ubiegłego.

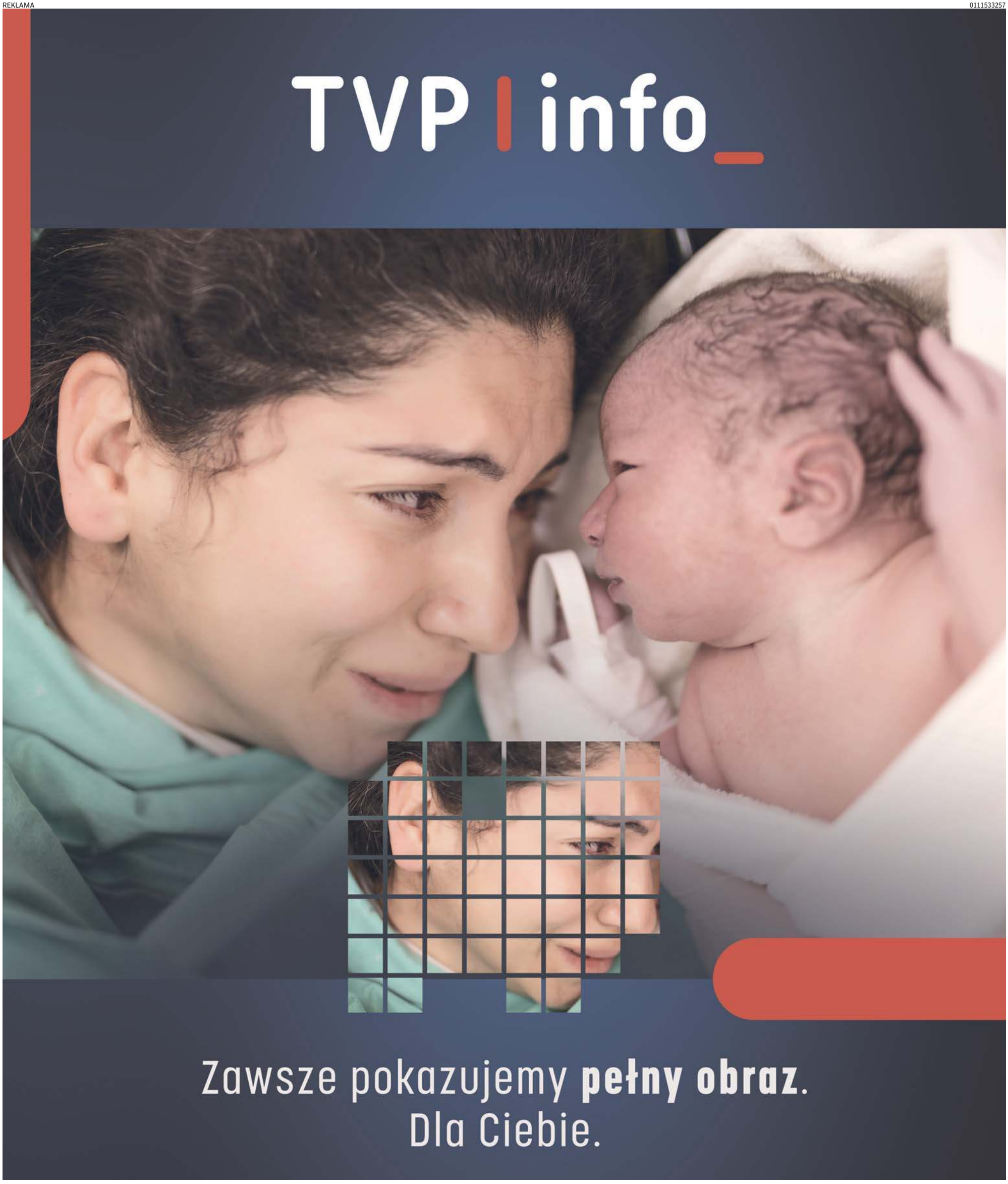
Cudem przeżył ten wypadek przy pracy mężczyzna z Kolonii Straszewskiej (powiat aleksandrowski), który zima pracował w województwie wielkopolskim przy modernizacji dachu na budynku inwentarskim. W trakcie wycinania otworów pod kominy wentylacyjne, odprysk metalu dostał się pod jego odzież roboczą. W celu jego usunięcia mężczyzna zdjął szelki bezpieczeństwa oraz ubranie robocze, a po oczyszczeniu skóry zaczął je ponownie zakładać.

- Pośliznął się i spadł z dachu z wysokości około czterech metrów. W wyniku upadku poszkodowany doznał złamania nasad dalszych kości łokciowej i promieniowej, złamania nasady bliższej kości łokciowej, urazu oka i oczodołu, licznych złamań kości czaszki i twarzoczaszki oraz ślepoty jednego oka - wylicza PIP. ©℗

AKCJA CHARYTATYWNA
0011544848

eprasa.pl 83826073fd

REKLAMA
0111533257



eprasa.pl 83826073fd

RELIGIA I TRADYCJA

Pielgrzymi wyruszyli z Torunia. Po dziewięciu dniach wędrówki dotrą na Jasną Górę 12 sierpnia

Marek Nienartowicz

Piesza Pielgrzymka Diecezji Toruńskiej wyruszyła we wtorek z Torunia na Jasną Górę.

Piesza Pielgrzymka Diecezji Toruńskiej na Jasną Górę rusza z różnych jej zakątków. To grupy: zielona z Działdowa, zielona z Wąbrzeźna i Jabłonowa Pomorskiego oraz Chełmży, czerwona z Nowego Miasta Lubawskiego i Lubawy, pomarańczowa z Grudziądza i brązowa z Brodnicy. Trzy pierwsze mają do przejścia najdłuższy dystans. W drogę na Jasną Górę wyruszyły w sobotę 1 sierpnia.

Część z wymienionych grup 3 sierpnia dotarło do Torunia. Zatrzymują się tu także pątnicy z diecezji pelplińskiej. Tradycją jest, że wszyscy, w tym pielgrzymi z czterech grup (biała, niebieska, żółta i brązowa) z Torunia, które do nich dołączają, rankiem 4 sierpnia uczestniczą we mszy świętej w katedrze świętych Janów w Toruniu. W takich okolicznościach Piesza Pielgrzymka Diecezji Toruńskiej opuszcza co roku stolicę diecezji.

Z intencjami na Jasną Górę

Mszy świętej we wtorek 4 sierpnia w katedrze świętych Janów przewodniczył ordynariusz diecezji toruńskiej biskup Arkadiusz Okroj.

- Przez najbliższe dni będziemy wychodzili z - jak to niektórzy mówią - własnej strefy komfortu. Oczywiście, że będziemy od czasu do czasu zmęczeni, pewnie też zmoczeni i obolali. Spotkamy ludzi o różnych temperamentach. Mogą pojawić się chwile zniechęcenia, osłabienia, kryzysu. To wszystko będzie takim ćwiczeniem w dojrzałości. Pielgrzymka to wspaniałe relacje, niemalże rodzinne. Tu braćmi i siostrami w Chrystusie Panu jesteśmy - mówił biskup Arkadiusz Okroj.

Kierownikiem Pieszej Pielgrzymki Diecezji Toruńskiej na Jasną Górę jest ksiądz Bartłomiej Surdykowski z parafii pod wezwaniem św. Antoniego w Toruniu. Dziękował wszystkim osobom i instytucjom zaangażowanym w jej organizację, także rodzinom pątników.

FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

Piesza Pielgrzymka Diecezji Toruńskiej 2026 wyruszyła we wtorek

- Zabieramy wszystkie wasze intencje przed tron Jasnogórskiej Pani - podkreślał ks. Bartłomiej Surdykowski.

Po mszy świętej uczestnicy pielgrzymi ruszyli grupami ulicą Kopernika, przez most imienia marszałka Piłsudskiego w stronę Jasnej Góry. Odprowadzili ich między innymi prezydent Torunia Paweł Gulewski oraz były prezydent, a obecnie radny Michał Zaleski.

Wśród pielgrzymów jest Iwona Zakrzewska. Mieszka na Podlasiu, ale co roku przyłącza się do pielgrzymki diecezji toruńskiej. W tym roku wybrała się na Jasną Górę z córką. W pielgrzymce idzie też jej siostra, Anna Sarnowska z dziećmi.

Trzysta kilometrów

- Trudno policzyć, który raz idziemy na Jasną Górę. To mama zaszczepiła w nas tę piękną tradycję. Pierwszy raz pielgrzymowałyśmy z nią w 1997 roku. Teraz idzie z nami kolejne pokolenie. Moja córka pierwszy raz wędruje na Jasną Górę. Pielgrzymka to wspaniałe przeżycie, polecam ją wszystkim - mówiła Iwona Zakrzewska.

Pielgrzymi mają do przejścia z Torunia nieco ponad 300 kilometrów. Wędrówka podzielona jest na dziewięć etapów. Na przykład toruńska grupa niebieska pierwszego dnia miała do przejścia trasę o długości blisko 32 kilometrów do Straszewa w powiecie aleksandrowskim. Pątnicy nocują w prywatnych domach, czasem w szkołach i świetlicach. Wszystkie grupy Pieszej Pielgrzymki Diecezji Toruńskiej wejdą na Jasną Górę 12 sierpnia. ©℗

INWESTYCJE

Ministerstwo wybrało pełnomocnika do spraw budowy Europejskiego Centrum Filmowego

Łukasz Lipiński

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego powołało Artura Pietraszewskiego na Pełnomocnika Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego ds. realizacji inwestycji Europejskiego Centrum Filmowego CAMERIMAGE w Toruniu.

Powołany pełnomocnik to doświadczony menedżer projektów inwestycyjnych w sektorze prywatnym i publicznym. Specjalizuje się w zarządzaniu wieloetapowymi projektami inwestycyjnymi oraz wdrażaniu standardów ESG w budownictwie - czytamy na stronie Ministerstwa.

FOT. MINISTERSTWO KULTURY

Nominację wręczono w Ministerstwie Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Powołanie pełnomocnika ma na celu usprawnienie procesu przygotowania oraz sprawnego prowadzenia prac nad powstaniem Europejskiego Centrum Filmowego CAMERIMAGE.

Stanie na czele działań analitycznych, doradczych oraz koordynacyjnych, stanowiąc bezpośrednie zaplecze eksperckie dla kierownictwa resortu kultury i odpowiadając za stałą weryfikację założeń projektowych.

Do głównych zadań pełnomocnika należy udział w pracach i spotkaniach dotyczących przygotowania, realizacji oraz ewentualnych zmian w inwestycji, zapewnianie sprawnego przepływu informacji związanych z realizacją projektu, dostarczanie Ministrowi wiedzy eksperckiej i analiz niezbędnych do podejmowania kluczowych decyzji, przedstawianie propozycji zmian dotyczących harmonogramu, budżetu, zakresu oraz sposobu realizacji inwestycji oraz wykonywanie innych zadań zleconych przez Ministra lub Sekretarza Stanu odpowiedzialnego za realizację polityki audiowizualnej w dziedzinie kinematografii.

W celu sprawnego wykonywania powierzonych zadań pełnomocnik uzyskał uprawnienia do współpracy z organami administracji publicznej, jednostkami samorządu terytorialnego, państwowymi osobami prawnymi, spółkami Skarbu Państwa oraz organizacjami pozarządowymi. Może również zlecać ekspertyzy, wnioskować o powoływanie zespołów eksperckich i doradczych oraz korzystać z pełnej dokumentacji inwestycji.

Artur Pietraszewski jest ekspertem rynku nieruchomości z ponad trzydziestoletnim doświadczeniem (z branżą związany od 1992 roku). Posiada dyplom MBA, prestiżowy tytuł MRICS (Royal Institution of Chartered Surveyors) oraz ukończone studia podyplomowe z Organizacji Produkcji Filmowej w Państwowej Wyższej Szkole Filmowej, Telewizyjnej i Teatralnej w Łodzi (PWSFTviT). Specjalizuje się w zarządzaniu wieloetapowymi projektami oraz wdrażaniu standardów ESG i ekologicznych rozwiązań w budownictwie oraz branży audiowizualnej („zielona produkcja filmowa”).Obecnie jest także prezesem spółki Techfilm, zajmującej się produkcją filmową i przygotowaniem przestrzeni biurowych dla branży kulturalnej na warszawskim Mokotowie. ©℗

AKCJA CHARYTATYWNA
0111544820

eprasa.pl 83826073fd

DŁUGI

Nie zajmą minimalnej pensji, ale emeryturę już tak

Agnieszka Domka-Rybka

Dłużnicy zarabiający minimalnie przez lata ignorują mandaty, wezwania do zapłaty ze spółdzielni mieszkaniowych wiedząc, że nikt nie może nic od nich wyegzekwować i nagle... szok na emeryturze. Komornik z regionu: - Znajdują się teraz w sytuacji, kiedy narosłe przez lata długi zaczynają być ściągane z ich malutkiego świadczenia.

FOT. 123RF

Szacuje się, że jest około 3,5 miliona osób, które posiadają status dłużnika chronionego tzw. immunitetem egzekucyjnym

Zamiast cieszyć się spokojną emeryturą, taką osobę na pewno dopadnie jesienią życia widmo przeszłości.

Minimalne wynagrodzenie wynosi obecnie 4806 zł brutto (około 3606 zł netto na rękę). Najniższe wynagrodzenie z umowy o pracę jest chronione przed egzekucją, czyli komornik nie może potrącić ani złotówki.

Ile jest w Polsce osób ze statusem dłużnika chronionego tzw. immunitetem egzekucyjnym?

Dodajmy, że zasada zwolnienia od egzekucji komorniczej nie obejmuje minimalnego wynagrodzenia, gdy długi wynikają z niepłacenia alimentów (wówczas komornik ma prawo zająć 60 proc. pensji).

Szacuje się, że w Polsce mieszka około 3,5 miliona osób, które posiadają status dłużnika chronionego tzw. immunitetem egzekucyjnym, czyli nie można im nic potrącić z pensji, ponieważ zarabiają równowartość płacy minimalnej.

Niestety, coraz więcej dłużników wykorzystuje swoją najniższą krajową, żeby nie spłacać zaległości i zdarzają się nawet patologiczne przypadki, że w pracy na piśmie mają, że dostają najniższe wynagrodzenie, a nadwyżkę otrzymują do ręki w szarej strefie.

„Patologia i trzeba to zmienić"

Takie są realia, na które od dawna zwraca uwagę m.in. Robert Damski, komornik przy Sądzie Rejonowym w Lipnie, regularnie sugerując zmiany, by dłużników zmusić do odpowiedzialności za swoje czyny: - Paradoks, obecne przepisy umożliwiają im kombinowanie, a ktoś komu są winni pieniądze czekają na nie bezskutecznie. Aktualny stan to patologia i trzeba ją zmienić.

Najniższe wynagrodzenie rośnie z roku na rok, a czy rząd planuje zmiany, by objąć je egzekucją.

Nasza redakcja pytała o to kiedyś i w Ministerstwie Finansów oraz Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, ale nie otrzymaliśmy odpowiedzi. Pod koniec zeszłego roku w przestrzeni publicznej pojawiła się informacja, że w MRPiPS trwają prace nad zmianami i analizowana jest także kwestia zakresu potrąceń z najniższego wynagrodzenia, ale – póki co – brak konkretów.

Komornik poczeka aż dłużnik wejdzie w wiek emerytalny

Tymczasem coraz więcej dłużników wchodzi w wiek emerytalny i wtedy zaczynają się kłopoty.

Bo, o ile minimalna płaca jest zwolniona z egzekucji, najniższa emerytura już nie. Obecnie wynosi ona 1978,49 zł brutto (ok. 1800 zł netto). Komornik może zająć 25 procent świadczenia (kredyty, pożyczki czy nieopłacone rachunki) oraz 60 procent w przypadku zaległości alimentacyjnych.

Takie osoby przed osiągnięciem wieku emerytalnego zarabiały minimalnie i ochoczo korzystały z tzw. immunitetu egzekucyjnego i nie spłacały swoich zobowiązań.

- Ignorowały mandaty, wezwania do zapłaty ze spółdzielni mieszkaniowych, wiedząc, że nikt nie może przymusowo nic od nich wyegzekwować. Teraz osiągają wiek emerytalny i stają w sytuacji, kiedy narosłe przez lata długi zaczynają być egzekwowane z ich malutkiej emerytury. Tych młodych emerytów dopadło „pomaganie" ustawodawcy, który nie widzi absurdu ochrony minimalnego wynagrodzenia za wszelką cenę - uważa komornik z Lipna.

©℗

NASZA AKCJA

Ty też możesz dołożyć swój wagonik do Pociągu Marzeń!

Ruszyła kolejna edycja naszej wakacyjnej akcji. Zanim jednak Pociąg Marzeń zabierze dzieci na upragniony wypoczynek, wspólnymi siłami musimy go rozpędzić.

„Pociąg Marzeń" to ogólnopolska akcja, która od lat przynosi uśmiech na dziecięcych twarzach. Pomagamy podopiecznym wybranych fundacji i stowarzyszeń, dzieciom z rodzin w trudnej sytuacji i małym pacjentom szpitali i hospicjów. W ramach tej pomocy finansujemy im letnie wyjazdy, podczas których wiele z nich po raz pierwszy w życiu widzi polskie morze lub spędza czas w górach. Finansujemy również sprzęt sportowy, rehabilitacyjny i wszelką niezbędną pomoc, której potrzebują.

Jednak, aby nasz pociąg mógł wyruszyć w podróż, potrzebuje wagoników. A te przyłączane są do niego dzięki firmom i partnerom – darczyńcom decydującym się na pomoc. Im jest ich więcej, tym więcej potrzebujących zostanie objętych akcją.

W ramach podziękowania, na wykupionym wagoniku umieszczamy logotyp firmy. Pociąg z doczepionymi wagonikami symbolicznie przejeżdża przez całą Polskę – pojawia się na łamach dzienników regionalnych oraz lokalnych serwisów internetowych należących do P olska Press Grupy, dzięki czemu jest widoczny dla milionów naszych czytelników. To nie tylko nasz ukłon w stronę darczyńców, ale także zachęta dla innych przedsiębiorców, by dołączali do naszego łańcucha dobra.

Za nami organizacja wielu edycji „Pociągu Marzeń", które przyniosły w sumie ponad 3 mln złotych na wsparcie działań realizowanych przez fundacje. Dzięki tym pieniądzom setki dzieci mogły wyjechać na wakacje. Dla wielu z nich były to pierwsze wakacje w życiu! Był to też finansowy zastrzyk pozwalający zakupić fundacjom niezbędny sprzęt rehabilitacyjny, sportowy, czy medyczny.

Kujawsko-Pomorski oddział Polska Press Grupy już od lat wspiera podopiecznych Fundacji „Okruszek Szczęścia" z Lubicza Dolnego, działającej na rzecz dzieci, młodzieży, potrzebujących rodzin i osób niepełnosprawnych. Jej działalność nie ogranicza się wyłącznie do udzielania pomocy – fundacja tworzy przestrzeń do rozwoju, integracji i budowania relacji między mieszkańcami regionu.

W ubiegłym roku dzięki środkom przekazanym przez naszych sponsorów, podopieczni fundacji mogli wyjechać na wypoczynek w polskich górach. Tegoroczna zbiórka pomoże zrealizować im kolejne wakacyjne marzenia!

Osoby pragnące dołączyć się do akcji mogą kontaktować się z jej koordynatorem pod numerem 605 651 968.

AUTOREKLAMA 0011554213

eprasa.pl 83826073fd

KOMUNIKACJA

Na czas objazdów ulica Długa jest trochę dłuższa

Marek Nienartowicz

Dziś rozpoczyna się remont odcinka ulicy Żwirki i Wigury w Toruniu. W ciekawy sposób zostanie rozwiązana kwestia jego objazdu dla komunikacji miejskiej i karetek.

FOT. MZK TORUŃ

Tak wytyczono objazdy dla autobusów Miejskiego Zakładu Komunikacji w Toruniu

Jak już informowaliśmy w „Nowościach", w środę 5 sierpnia, rozpocznie się remont ulicy Żwirki i Wigury - na odcinku między Szosą Chełmińską a ulicą św. Józefa.

- Z uwagi na awarię sieci kanalizacyjnej i roboty, które muszą wykonać Toruńskie Wodociągi, odcinek ten będzie całkowicie zamknięty dla ruchu - wyjaśnia Agnieszka Kobus-Pęńsko, rzecznik prasowy Miejskiego Zarządu Dróg w Toruniu.

Ten odcinek ulicy Żwirki i Wigury ma bardzo duże znaczenie na komunikacyjnej mapie Torunia. Nim prowadzi jeden z głównych dojazdów do kompleksu Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego na Bielanach. Kursują nim autobusy MZK wielu linii.

Objazd remontowanego odcinka prowadzić będzie ulicami Grunwaldzką, Szosą Chełmińską oraz Długą. Ta ostatnia na tę okoliczność zostanie wydłużona na swoim zachodnim krańcu. Powstał tu fragment tymczasowej jezdni, przechodzący przez pas po torze kolejowym dawnej linii kolejowej Toruń-Czarnowo. W efekcie Długa została spięta z ulicą św. Józefa. Tak powstał objazd dla autobusów komunikacji miejskiej i karetek.

Od środy 5 sierpnia autobusy MZK pojadą:

- linii nr 11, 17, 18, 26 w obu kierunkach objazdem Szosą Chełmińską, ulicami Długą i św. Józefa - zmierzając w kierunku ulic Sienkiewicza i Gagarina zatrzymają się na przystanku „Żwirki i Wigury 02" przy Szosie Chełmińskiej, a w kierunku ulicy Grudziądzkiej na „stałym" przystanku „Boboli". Linii nr 34 i nocnej N95 w obu kierunkach będą kursować objazdem ulicą Długą (bez wjazdu w Szosę Chełmińską) - przystanki „Żwirki i Wigury 01/02" dla tych linii zostają zawieszone.
- linii nr 32 w obu kierunkach pojadą objazdem ulicą Długą - przystanki „Żwirki i Wigury" dla tej linii zostają zawieszone;
- linii nr 40 w obu kierunkach pojadą objazdem ulicą Długą - zatrzymywać się będą na przystankach „Żwirki i Wigury 03/02" (przy Szosie Chełmińskiej), a przystanki „Żwirki i Wigury 01/04" (na ul. Żwirki i Wigury) zostają zawieszone.

Prace na odcinku ulicy Żwirki i Wigury między Szosą Chełmińską a ulicą św. Józefa rozpoczną się od sfrezowania starej nawierzchni.

- Następnie do robót przystąpią Toruńskie Wodociągi, które wykorzystają remont do usunięcia awarii związanej z nieszczelnością studni kanalizacji sanitarnej na skrzyżowaniu ulic Hurynowicz oraz Żwirki i Wigury. To właśnie tam jest duże zapadlisko w jezdni. Toruńskie Wodociągi przy okazji remontu wykonają przyłącza wodno-kanalizacyjne do posesji - dodaje Agnieszka Kobus-Pęńsko.

Równolegle na odcinku ulicy Żwirki i Wigury wymienione zostaną krawężniki, przebudowane chodniki oraz wyregulowane wpusty i urządzenia infrastruktury podziemnej. Na finał wykonawca ułoży na jezdni nową nawierzchnię asfaltową.

Podczas remontu utrzymany ma być dojazd do bocznych ulic. Problemy z nimi mogą być jednak podczas frezowania starej nawierzchni jezdni ulicy Żwirki i Wigury oraz układania na niej nowej nawierzchni. Odcinek ulicy Żwirki i Wigury ma być gotowy do końca sierpnia.©℗

TV TORUŃ

ŚRODA, 5 SIERPNIA

10.00 Aktualności Toruńskie
10.20 Pogoda dla Torunia
10.25 Rozmowa dnia
10.45 Serwis sportowy
10.50 Magazyn samorządowy (7/26)
11.15 7 dni sportu
11.25 Joga - Krzysztof Dąbrowski (2)
12.00 Powtórka programu
14.00 Oferty TV Toruń
16.00 Entr'acte (6)
17.00 7 dni sportu
17.20 Złote gody - lipiec
17.45 Aktualności Toruńskie
18.05 Pogoda dla Torunia
18.10 Radioteleskop - sierpień
18.15 Rozmowa dnia
18.30 Serwis sportowy
18.35 Magazyn samorządowy (7/26)
19.00 7 dni sportu
19.20 Ludzie filmu Kujaw i Pomorza - Jan Nowicki
20.00 Aktualności Toruńskie
20.20 Pogoda dla Torunia
20.25 Radioteleskop - sierpień
20.30 Rozmowa dnia
20.45 Serwis sportowy
20.50 Śniadanie na trawie
21.00 Anioły z brązu
21.45 Aktualności Toruńskie
22.05 Pogoda dla Torunia
22.10 Radioteleskop - sierpień
22.15 Rozmowa dnia
22.30 Serwis sportowy
22.35 Spotkanie z piosenka francuską 2026
23.00 Oferty TV Toruń
22.30 Serwis sportowy
22.35 Anioły z brązu

FOT. JOSHUA CRIPPS

Najciekawsze zaćmienie słońca tej dekady

Zaćmienie Słońca 12 sierpnia 2026 roku będzie jednym z najciekawszych zjawisk astronomicznych tej dekady. Będzie to najgłębsze zaćmienie widoczne z Polski od 27 lat.

Zjawisko rozpocznie się pomiędzy godziną 19:10 a 19:20. Do jego obserwacji należy używać specjalnych okularów z filtrem słonecznym lub innych bezpiecznych metod obserwacji.

Zapraszamy do obejrzenia materiału o tym niesamowitym zjawisku. Wyjaśniamy, jak przebiega zaćmienie, kiedy najlepiej je obserwować i jak zrobić to bezpiecznie. Do zobaczenia.

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

INFORMATOR

WAŻNE TELEFONY

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

SZPITALE

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

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

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

Regionalne Centrum Stomatologii,
ul. Konstytucji 3 Maja 42
· rejestracja, tel. 56 679 47 02, 56 679 47 03

Stacja Pogotowia Ratunkowego,
ul. Grudziądzka 47,
tel. 56 56 623 35 48

Specjalistyczny Szpital Miejski
ul. Batorego 17,
tel. 56 610 02 09

Specjalistyczny Szpital Matopat,
ul. Storczykowa 8,
tel. 56 659 48 00

Miejska Przychodnia Specjalistyczna,
ul. Uniwersytecka 17,
tel. 56 611 99 00

POLICJA

Komenda Miejska Policji,
ul. Grudziądzka 17,
tel. 47 754 28 11

Komisariat Toruń-Śródmieście,
ul. PCK 2,
tel. 47 754 24 52

Komisariat Toruń-Rubinkowo,
ul. Dziewulskiego 1,
tel. 47 754 25 71

Komisariat Toruń-Podgórz,
ul. Poznańska 127,
tel. 47 754 24 71

Komisariat Policji w Dobrzejewicach,
Dobrzejewice 65,
tel. 47 754 29 00

Komisariat w Chełmży,
ul. Sądowa 2,
tel. 47 754 42 11

NA POMOC

Niebieska linia - pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie:
tel. 801 120 002

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,
tel. 116 111,
poniedziałek - niedziela, godz. 12-02

Telefon zaufania w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie,
tel. 56 622 00 00, poniedziałek-piątek, godz. 19-21.

Telefon zaufania HIV/AIDS,
tel. 801 888 448, 22 692 82 26, poniedziałek-piątek i każda trzecia sobota miesiąca, godz. 9-21.

INFORMACJE

Ośrodek Informacji Turystycznej w Toruniu,
ul. Szeroka 43, tel. 56 621 09 31, visittorun.com

Informacja kolejowa, tel. 19 757

Intercity: tel. 703 200 200

Przewozy Regionalne, tel. 703 202 020

Arriva, tel. 703 302 333

INFOLINIA KOLEJOWA

dla osób niepełnosprawnych,
tel. 800 022 222 (stacjonarne),
tel. 22 47 32 354 (komórkowe).

eprasa.pl 83826073fd

FOKUS

• **Kościół katolicki** w Polsce obchodzi w tym roku 70. rocznicę Jasnogórskich Ślubów Narodu

PRAWO ŁASKI

Prezydent ułaskawił trzy osoby. Wśród nich Piotr Pytel, skazany na dożywocie

Prezydent Karol Nawrocki zastosował prawo łaski wobec trzech osób. Chodzi o Adama Borowskiego, Piotra Staruchowicza ps. „Staruch" i Piotra Pytla

Karolina Wrońska

Ułaskawieni to: Adam Borowski, działacz opozycji demokratycznej w PRL, który został skazany na sześć miesięcy pozbawienia wolności za zniesławienie adwokata i posła KO Romana Giertycha; Piotr Staruchowicz ps. „Staruch", jeden z liderów środowiska kibicowskiego Legii Warszawa, ukarany przez sąd dwuletnim zakazem wstępu na imprezy masowe (tzw. zakazem stadionowym) oraz Piotr Pytel, skazany przez sąd w Monachium na karę dożywotniego pozbawienia wolności za morderstwo, którego – zdaniem polskiej prokuratury – nie popełnił.

Podczas poniedziałkowej konferencji prasowej w Pałacu Prezydenckim podsekretarz stanu w KPRP Mateusz Kotecki poinformował, że prezydent wydał tego dnia trzy postanowienia w zakresie ułaskawień.

Mówiąc o motywach ułaskawienia w pierwszym przypadku, wskazał na względy humanitarne, w tym podeszły wiek skazanego oraz pogarszający się w związku z tym stan zdrowia, ustabilizowany tryb życia, zasady sprawiedliwości oraz racjonalności, incydentalny charakter czynu, a także ponadprzeciętne zasługi m.in. na rzecz przemian demokratycznych.

Ułaskawienie to dotyczy Adama Borowskiego, działacza opozycji demokratycznej w PRL, represjonowanego przez ówczesny aparat bezpieczeństwa. Za działalność na rzecz przemian demokratycznych w Polsce został odznaczony w 2006 roku przez prezydenta Lecha Kaczyńskiego Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski. W 1995 r. był założycielem, a w latach 2000-2006 przewodniczącym Komitetu Polska – Czeczenia. W latach 2008-2010 pełnił funkcję społecznego doradcy RPO ds. uchodźców czeczeńskich. Przez ostatnie lata związany ze środowiskiem „Gazety Polskiej".

FOT. ADAM JANKOWSKI

Dotąd prezydent Nawrocki zastosował prawo łaski wobec siedmiu osób, a odmówił zastosowania go wobec pięciu osób

W drugim przypadku – mówił Kotecki – postępowanie ułaskawieniowe zostało wszczęte na żądanie prezydenta, a prawo łaski zastosowano przez darowanie środka karnego – zakazu wstępu na imprezy masowe – i zarządzono zatarcie skazania.

Chodzi o Piotra Staruchowicza ps. „Staruch", jednego z liderów środowiska kibicowskiego Legii Warszawa. Sąd w Lublinie ukarał Staruchowicza dwuletnim zakazem wstępu na imprezy masowe (tzw. zakazem stadionowym) za to, że podczas meczu Motoru Lublin z Legią Warszawa w marcu 2025 r. przebywał w miejscu nieprzeznaczonym dla publiczności, na ogrodzeniu stadionu, mimo – jak argumentował sam Staruchowicz – posiadania akredytacji wydanej przez organizatora spotkania.

Mateusz Kotecki poinformował, że w trzeciej sprawie doszło do rozpoznania dwóch wniosków prokuratora generalnego, a pozytywne opinie w sprawie wydał zarówno sąd pierwszej, jak i drugiej instancji. Jak dodał, prezydent zastosował prawo łaski przez warunkowe przedterminowe zwolnienie z odbycia reszty kary dożywotniego pozbawienia wolności na okres próby 5 lat, z ustanowieniem dozoru kuratora sądowego. Osoba ta została skazana za zabójstwo z rozbojem i rozbój.

Sprawa dotyczy Piotra Pytla, o którego ułaskawienie zwrócił się do prezydenta w połowie lipca prokurator generalny Waldemar Żurek. Pytel w 2006 roku skazany został przez sąd w Monachium na karę dożywotniego pozbawienia wolności za morderstwo. Postępowanie prowadzone przez prokuraturę w Polsce wykazało, że to nie on popełnił zbrodnię.

Dotąd prezydent Nawrocki zastosował prawo łaski wobec siedmiu osób, a odmówił zastosowania go wobec pięciu osób.

PAP

KRÓTKO

Chełm

Nietrzeźwy policjant spowodował kolizję

Prowadzenie radiowozu w stanie nietrzeźwości zarzuciła prokuratura 53-letniemu policjantowi z Chełma. Badanie wykazało, że miał 0,6 promila alkoholu w organizmie. Funkcjonariusz przyznał się do winy. Rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Lublinie, prok. Marcin Kozak, poinformował w komunikacie prasowym, że śledztwo dotyczy zdarzenia z 1 sierpnia, wkrótce po rozpoczęciu przez policjanta służby o godzinie 20.00. PAP

Podlaskie

Turysta podszedł za blisko żubra. Został poturbowany

Białowieski Park Narodowy zaapelował we wtorek m.in. do turystów o zachowanie bezpiecznej odległości od żubrów spotykanych podczas wycieczek. Apel ma związek z incydentem, który miał miejsce w Puszczy Białowieskiej. Mężczyzna podszedł do żubra zbyt blisko i został poturbowany. Mężczyźnie nic poważniejszego się nie stało. Świadkowie zdarzenia nagrali film, który – ku przestrodze – zamieścili na portalu społecznościowym Facebook. PAP

Wrocław

Trzy miesiące aresztu dla 18-letniego nożownika

O trzech miesiącach aresztu zadecydował we wtorek wrocławski sąd dla 18-letniego obywatela Ukrainy podejrzanego o usiłowanie zabójstwa 30-letniej kobiety. Ofiara została kilkakrotnie zraniona nożem. W poniedziałek opuściła szpital. – Sąd podzielił nasze stanowisko, że w tym wypadku zachodzi obawa, że podejrzany, który nie ma stałego miejsca zamieszkania, może zbiec. Czyn, którego się dopuścił, jest zagrożony wysoką karą – powiedział prokurator. PAP

FOT. SYLWIA DĄBROWA

Karol Nawrocki spotka się w czwartek o godzinie 17.30 przed Pałacem Prezydenckim z obywatelami i przedstawi bilans swoich działań po roku prezydentury

RAFA K LEŚKIEWICZ, rzecznik prezydenta

POLITYKA

Będzie partia Morawieckiego. Znamy datę

Adam Kielar

Były premier Mateusz Morawiecki ogłosił, że najpóźniej 15 października założy nową partię polityczną.

Morawiecki w rozmowie na kanale Bogdana Rymanowskiego odniósł się do słów rzecznika dyscypliny partyjnej PiS Karola Karskiego, który stwierdził, że członkostwo 40 osób w PiS jest „martwe". Morawiecki uważa, że kierownictwo PiS od samego początku dążyło do wypchnięcia ich z partii.

Decyzja o założeniu nowej partii jest reakcją na te wydarzenia. Morawiecki podkreśla, że teraz, kiedy ich członkostwo w PiS jest „martwe", mogą skupić się na budowie nowej formacji politycznej.

– Mogę powiedzieć, że rzeczywiście taką partię założymy najpóźniej 15 października – powiedział lider ruchu Rozwój Plus. Wówczas ma się odbyć kongres jego stowarzyszenia, a także będzie to trzecia rocznica wyborów parlamentarnych z 2023 roku. PAP

TRAGEDIA

Trwa wyjaśnianie przyczyn wypadku na autostradzie

Jan Nowaczyk

Wyjaśnianie okoliczności wypadku na autostradzie w pobliżu Brna może trwać kilka miesięcy. W nocy z piątku na sobotę zginęły tam dwie Polki oraz chłopiec.

Samochód, w którym znajdowało się jeszcze jedno dziecko i mężczyzna, uderzył w dzika, który znalazł się na jezdni. – Kierowca kolejnego pojazdu, widząc zdarzenie, wyminął samochód z Polski i zatrzymał się, chcąc zaoferować pomoc. Następnie w oba pojazdy uderzył trzeci – przekazał rzecznik czeskiej policji.

Dwie kobiety zginęły na miejscu. Dwóch chłopców trafiło do szpitala, ale życia jednego z nich nie udało się uratować. – Będą potrzebne ekspertyzy specjalistów od ruchu drogowego i lekarzy – powiedział rzecznik i dodał, że ustalić trzeba m.in. kwestię oświetlenia pojazdów i ich widoczności.

Jego zdaniem wyjaśnienia wymaga również fakt pojawienia się na autostradzie zwierząt. PAP

eprasa.pl 83826073fd

UZBROJENIE

Europejski system antyrakietowy Freja. Ukraina prowadzi rozmowy

Karolina Wrońska

Ukraina prowadzi rozmowy z 10 państwami i 12 firmami zbrojeniowymi o rozwoju europejskiego systemu antyrakietowego Freja – poinformował prezydent tego kraju Wołodymyr Zełenski.

Strona ukraińska oczekuje wsparcia sojuszników w ramach prac nad tym projektem. Celem inicjatywy jest stworzenie alternatywy dla kosztownych amerykańskich pocisków typu Patriot, których zapasy w USA znacznie się wyczerpały w wyniku konfliktu w Iranie.

„Ukraina mogłaby sama produkować zarówno rakiety, jak i wyrzutnie do nich" - powiedział Zełenski. „Potrzebna jest jednak ścisła współpraca z tymi europejskimi krajami i firmami, które dysponują radarami, sensorami oraz innymi elementami niezbędnymi do stworzenia skutecznego systemu antybalistycznego" - dodał.

Zełenski zaznaczył, że zaletą produkcji tego sprzętu na terenie Ukrainy byłaby możliwość poddania go natychmiastowym testom bojowym. Wezwał przedstawicieli państw uczestniczących w inicjatywie, aby potraktowali ją jako priorytet dyplomatyczny.

Powstanie tzw. koalicji antybalistycznej ogłoszono podczas spotkania przywódców państw koalicji chętnych 13 lipca w Paryżu. Oprócz Ukrainy udział w tym projekcie zadeklarowali liderzy Danii, Francji, Niemiec, Włoch, Norwegii, Hiszpanii, Szwecji, Wielkiej Brytanii i Holandii. Do inicjatywy dołączyło również dwunastu europejskich producentów uzbrojenia. Lista uczestników może się jeszcze wydłużyć, ponieważ wciąż można się przyłączyć do projektu Freja.

„Dotyczy to na przykład krajów, które nie dysponują odpowiednim potencjałem produkcyjnym, ale posiadają pociski typu Patriot i są gotowe przekazać je na rzecz wzmocnienia naszej zdolności do obrony przestrzeni powietrznej" - przekazał Zełenski. PAP

FOT. ADAM JANKOWSKI

Zełenski: Ukraina mogłaby sama produkować zarówno rakiety, jak i wyrzutnie do nich

STREFA GAZY

Lekarze Bez Granic alarmują. Zawieszenie broni nic nie dało

Jan Nowaczyk

Mimo trwającego od 10 października 2025 r. zawieszenia broni w Strefie Gazy, średnio co godzinę i 20 minut ginie lub jest raniony Palestyńczyk – zaalarmowali we wtorek Lekarze Bez Granic. Według ministerstwa zdrowia Strefy Gazy od października 2025 r. do lipca br. zginęło ponad tysiąc osób.

Według danych resortu zdrowia Strefy Gazy w działaniach wojennych sił Izraela zabitych zostało 1185 osób, a 3816 zostało rannych.

Cierpią mimo zawieszenia broni

Lekarze Bez Granic poinformowali, że w trakcie dziewięciomiesięcznego zawieszenia broni przyjęli 625 dzieci z obrażeniami, w większości odniesionymi w wyniku wybuchów. Z kolei według UNICEF-u do 19 czerwca śmierć poniosło ponad 265 dzieci.

Organizacja podała również, że w ciągu 30 dni obejmujących końcówkę czerwca i większość lipca do szpitala w Az-Zawajdzie trafiło 49 osób rannych w izraelskich atakach. Co najmniej 15 z nich stanowiły dzieci.

Pracują w warunkach zagrożenia

Lekarze Bez Granic podkreślili, że ich personel w Strefie Gazy pracuje w warunkach nieustannego zagrożenia, które dotyczy także rodzin pracowników. W połowie lipca w wyniku izraelskiego ataku uszkodzone zostały budynki w mieście Gaza, w których mieszkali pracownicy organizacji.

FOT. EAST NEWS/ZDJ. ILUSTRACYJNE

Lekarze Bez Granic niosą pomoc w wielu zakątkach świata. W Strefie Gazy pracują w warunkach nieustannego zagrożenia

„Żółta linia" nie zdaje egzaminu

Zdaniem organizacji tzw. żółta linia, wynegocjowana w ramach zawieszenia broni w celu zapewnienia bezpieczeństwa, w praktyce stała się kolejnym mechanizmem kontroli i przemocy stosowanym przez siły izraelskie. Według Lekarzy Bez Granic prowadzi ona do dalszego podziału Strefy Gazy i ograniczania przestrzeni dostępnej dla ludności palestyńskiej.

– „Żółta linia" się przemieszcza. Nie jest ani wyraźnie oznaczona, ani stała: przesuwa się na zachód, ilekroć siły izraelskie uznają to za stosowne. Bez negocjacji, bez ostrzeżenia i bez prawa do poszerzania strefy – powiedział koordynator działań natychmiastowych Lekarzy bez Granic w Palestynie Ozan Agbas.

Organizacja wskazała, że w momencie wejścia w życie zawieszenia broni siły izraelskie kontrolowały około połowy terytorium Strefy Gazy. Obecnie niemal dwa miliony Palestyńczyków ma pozostawać na obszarze stanowiącym około 30 procent jej powierzchni.

Przymusowe wysiedlenia

Według Lekarzy Bez Granic około 90 proc. mieszkańców zostało przymusowo wysiedlonych, często wielokrotnie. Większość z nich przebywa obecnie w przepełnionych namiotach lub prowizorycznych schronieniach. Organizacja zwróciła uwagę na powszechne występowanie chorób, takich jak świerzb i infekcje dróg oddechowych, a także na przypadki pogryzień przez szczury.

Zdaniem Lekarzy Bez Granic jest to „powolna metoda" prowadząca do przekształcenia jednej trzeciej Strefy Gazy w obszar niezdatny do życia dla uwięzionej tam ludności.

PAP

WŁOCHY

Stworzył nietypowy portret Marilyn Monroe, by uczcić rocznicę urodzin

Jan Nowaczyk

Gigantyczny portret Marilyn Monroe, wykonany traktorem z pługiem i broną, powstał na polu niedaleko Werony na północy Włoch.

Stworzył go artysta Dario Gambarin, by w ten sposób uczcić przypadającą w tym roku setną rocznicę urodzin gwiazdy kina.

Gambarin specjalizuje się w tak zwanej land art, polegającej na tworzeniu dzieł bezpośrednio w krajobrazie z wykorzystaniem naturalnych materiałów, takich jak ziemia, kamienie, piasek.

Portret Marilyn Monroe o powierzchni 27 tysięcy metrów kwadratowych powstał na polu w miejscowości Castagnaro w prowincji Werona. Jadąc traktorem z pługiem i broną Gambarin „narysował" w ten sposób kreski i linie na ziemi na podstawie sporządzonego wcześniej szkicu. Jak wyjaśnił, nie posługiwał się GPS.

Niebieskie oczy aktorki tworzy folia ułożona na ziemi.

Tą samą techniką wykonał napis „Marilyn" pod jej wizerunkiem.

Całość dzieła można podziwiać tylko z góry, dzięki zdjęciom i nagraniom z drona.

W 2009 roku włoski artysta zrobił podobny wielkoformatowy portret ówczesnego prezydenta USA Baracka Obamy, a w 2016 roku przed wyborami prezydenckimi: Donalda Trumpa i jego rywalki Hillary Clinton. W kolejnych latach na polu pod Weroną pojawił się wizerunek papieża Franciszka oraz interpretacja obrazu Edvarda Muncha „Krzyk". PAP

TAJLANDIA

Śmierć 13-latka na wakacjach. Zabiła go meduza

Jan Nowaczyk

Trzynastoletni chłopiec zmarł w wyniku poparzenia przez śmiertelnie jadowitą kostkomeduzę, zwaną też osą morską, podczas kąpieli w Zatoce Tajlandzkiej.

Do zdarzenia doszło 1 sierpnia na plaży Ban Fai Tha w prowincji Nakhon Si Thammarat, ok. 800 km na południe od stolicy kraju, Bangkoku – poinformował tajski Departament Zasobów Morskich i Przybrzeżnych (DMCR). Jak podają lokalne media, meduzy poparzyły również dwójkę innych dzieci i dorosłą osobę, jednak zdołano ich uratować.

To nie pierwszy śmiertelny przypadek w Tajlandii. W ostatnich latach ofiarami kostkomeduz padali turyści m.in. z Niemiec, Francji i Izraela w rejonie wysp Koh Samui i Koh Phangan.

W odpowiedzi na tragedię władze zarządziły wzmożone patrole na odcinkach wybrzeża, gdzie zauważono meduzy.

Kostkomeduzy należące do najgroźniejszych zwierząt wodnych występują głównie w ciepłych wodach północnej Australii oraz Azji Południowo-Wschodniej. Ich jad może w kilka minut doprowadzić do zatrzymania akcji serca.

Służby przypominają, że w razie poparzenia rany nie wolno pocierać i należy natychmiast polewać ją octem przez co najmniej 30 sekund. Nie wolno używać słodkiej wody ani alkoholu.

PAP

eprasa.pl 83826073fd

STRONA ZDROWIA

Za tydzień: O czym świadczy świadczy leworęczność? Zaskakujące fakty, o których nie miałeś pojęcia

SENIORZY

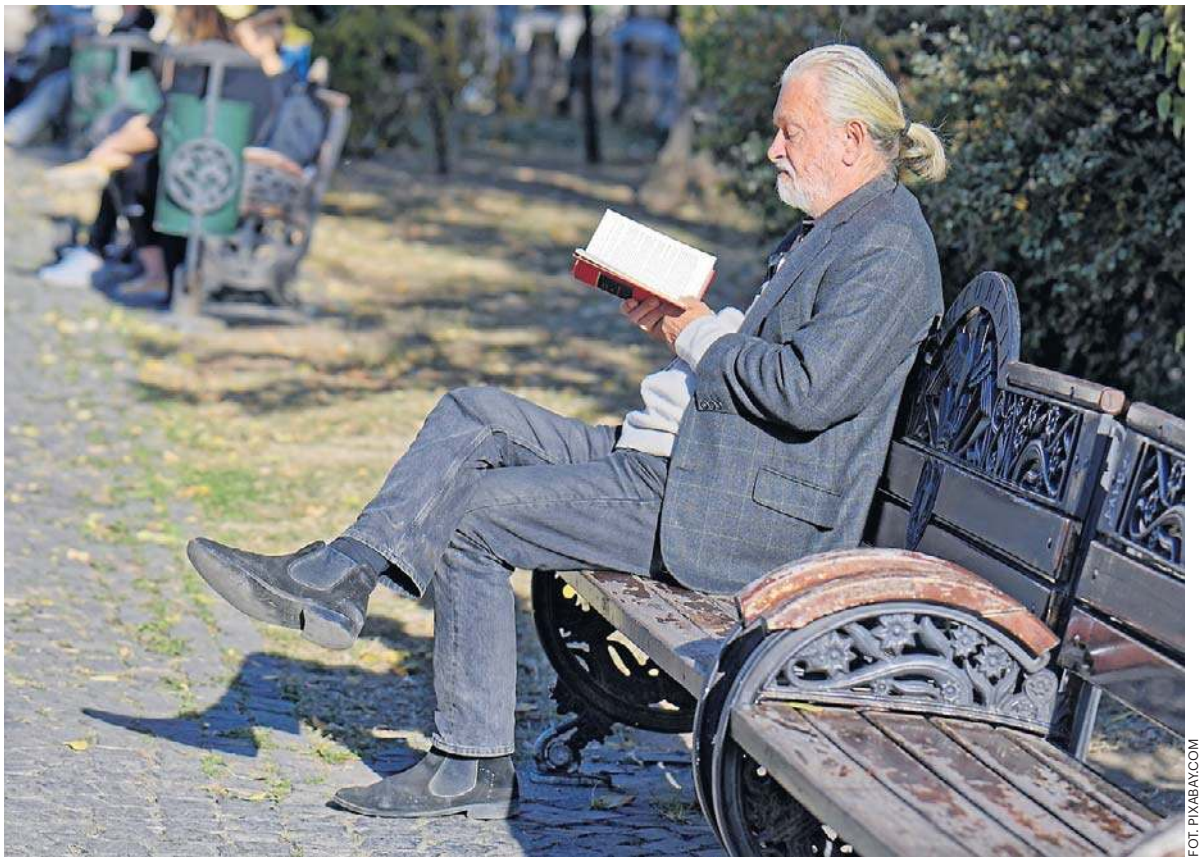
Przez te nawyki skracasz sobie życie. 10 błędów, których musisz uniknąć jak ognia

Dwie doświadczone ekspertki geriatrii zestawiły listę 10 powszechnych błędów, które odbierają ludziom szansę na długowieczność. Sprawdź, ile z nich popełniasz i jak to naprawić, nim będzie za późno.

Emil Hoff

Ci z nas, którym dopisze szczęście, zestarzeją się. Szczęściu jednak można pomóc: nie tylko geny decydują o tym, czy dożyjemy np. setki. Kto chce żyć długo (i w dobrej kondycji), powinien już teraz zacząć wprowadzać w swoim życiu zmiany, które sprzyjają długowieczności.

Dwie geriatrki, Lee Lindquist i Heather Whitson, stworzyły listę nawyków, które nam wyjątkowo szkodzą i odbierają szansę na długie życie. Im wcześniej pozbędziesz się złych nawyków, tym większa szansa, że zachowasz dobre zdrowie na bardzo długo.



FOT. PIXABAY.COM

Do długiego życia warto się przygotować i zawczasu zmienić nawyki, które mogą utrudnić, a nawet uniemożliwić pogodną i w miarę wygodną starość

Te błędy odbierają ci szansę na długowieczność

● Brak wykonywania badań profilaktycznych.

W Polsce profilaktyka niestety leży, tymczasem to właśnie odpowiednie badania, wykonywane profilaktycznie nawet bez żadnych objawów, pozwalają wykryć groźne choroby we wczesnych stadiach, z rakiem na czele.

Według WHO ponad 90 proc. populacji świata zostanie dotkniętych rakiem w ten czy inny sposób. By nie dać się zaskoczyć nowotworowi i innym chorobom, wykonuj badania profilaktycznie regularnie i trzymaj się ścieżki leczenia. Nie zaniedbuj też szczepień ochronnych.

● Niedostateczna socjalizacja.

Relacje społeczne są bardzo dobre dla mózgu i mają bezpośrednie przełożenie na nasz ogólny poziom szczęścia, o ile przestajemy z ludźmi pozytywnymi i zadowolonymi. Zadawanie się z osobami o negatywnym usposobieniu, ciągle narzekającymi i smutnymi, może z kolei mieć na nas zły wpływ. Dlatego warto zadbać o to, by mieć w kręgu znajomych osoby pozytywne, i by stale uzupełniać ten krąg nowo poznanymi.

● Niedostosowanie listy lekarstw do wieku.

To zaskakująco powszechny, choć prosty błąd. Ludzie zaczynają przyjmować jakieś lekarstwa, gdy mają 40 czy 50 lat, i łykają je nadal jeszcze np. po siedemdziesiątce. Tymczasem niektóre z lekarstw wraz z upływem lat przestają być potrzebne, a nawet mogą stać się szkodliwe, np. leki nasenne czy przeciwlękowe mogą czasem zaćmiewać umysł, pogarszać koncentrację czy zwiększać ryzyko upadku u osób starszych.

Dlatego należy regularnie konsultować listę przyjmowanych lekarstw z lekarzem lub farmaceutą, by się upewnić, że wszystkie specyfiki, które się na niej znajdują, na pewno są nadal potrzebne.

● Zaniedbywanie ćwiczeń.

Trudno przecenić, jak wielki pozytywny wpływ na nasze zdrowie ma regularne uprawianie ćwiczeń.

Ruch pomaga nam kontrolować wagę, utrzymać dobrą mobilność, wzmacnia krążenie i natlenienie, poprawia nam nastrój. Zaleca się, by każda osoba zażywała ok. 75 minut intensywnego ruchu w tygodniu lub ok. 150 minut łagodniejszych ćwiczeń. Seniorom wskazane są np. spacery. Oczywiście nie ma co czekać do emerytury, by zacząć się ruszać. Im wcześniej wprowadzisz ćwiczenia do codziennej rutyny, tym większe korzyści z nich będziesz odczuwać na starość.

● Palenie.

Rak płuc to najpowszechniejszy rodzaj nowotworu złośliwego. Badania wskazują na silny związek palenia z ryzykiem zachorowania na ten nowotwór. Dodatkowo papierosy mają bardzo zły wpływ na cały układ oddechowy, zwiększają też ryzyko udaru. Kto chce długo żyć, powinien rzucić palenie. Lekarz może doradzić ci odpowiednią metodę wyjścia z nałogu.

Badania potwierdzają, że proces starzenia można wspierać poprzez odpowiedni styl życia, profilaktykę oraz świadome dbanie o organizm. Ważną rolę pełnią też w nim nasze nawyki

● Zła dieta.

Jesteśmy tym, co jemy, a jedzenie to w istocie podstawowe i najważniejsze lekarstwo. Jeśli nasze posiłki są złej jakości i niezbalansowane, nasze ciało odczuje to prędzej czy później.

Zdrowa dieta z kolei utrzymuje nas w dobrej kondycji niezależnie od wieku. Za wyjątkowo dobroczynną dla naszych organizmów uchodzi dieta śródziemnomorska, oparta na rybach, warzywach i owocach, i produktach pełnoziarnistych.

Na starość zmiana nawyków przychodzi z trudem. Jeśli podejrzewasz, że twoja aktualna dieta może nie być najzdrowsza, skonsultuj się z lekarzem i wprowadź odpowiednie zmiany.

● Niedosypianie.

Człowiek potrzebuje od 7 do 9 godzin snu każdej nocy. Stałe niedosypianie zwiększa ryzyko demencji i chorób serca, zmniejsza odporność na stres, pogarsza nastrój. Dlatego warto zadbać o zdrowy sen.

Starsze osoby często potrzebują go mniej niż młode. By poprawić swój sen, odstaw kofeinę i alkohol, kładź się spać i wstawaj stale o tych samych godzinach, a jeśli zdarza ci się chrapać lub cierpisz na bezdech, skonsultuj się z lekarzem. Odpowiednia kuracja może ci przywrócić zdrowy sen.

● Stres.

Nadmierne stresowanie się to niestety jeden z kluczowych czynników skracających nam przewidywaną długość życia. Stres osłabia nasz układ odpornościowy, zaburza metabolizm i sen, podnosi ciśnienie krwi.

Jeśli odczuwasz silny i stały stres związany z pracą czy życiem prywatnym, skonsultuj się z lekarzem, który może skierować się na odpowiednią terapię. Im wcześniej nauczysz się radzić sobie ze stresem, tym większą będziesz miał szansę na dożycie późnej starości.

● Zaniedbywanie planowania na ostatnie lata życia.

Liczymy na to, że starość upłynie nam przyjemnie i beztrosko, i nie lubimy myśleć o negatywnych aspektach późnego wieku, jak ograniczenie mobilności czy nawarstwienie się problemów zdrowotnych. Tymczasem ważnym czynnikiem, który umożliwia dożycie późnej starości, jest odpowiednie zaplanowanie sobie ostatnich 10-20 lat życia pod kątem właśnie codziennej egzystencji.

● Zaniedbywanie planowania przyszłości finansowej.

w ciągu całego życia warto pamiętać, że starość też kosztuje, i zadbać o odpowiedni poziom biernego dochodu na ostatnim etapie życia, czy to w formie emerytury, czy konta rentierskiego, zysków z wynajmu lub inwestycji – możliwości jest sporo. Im wcześniej zaczniesz myśleć o finansowaniu swojej długowieczności, tym lepiej.

eprasa.pl 83826073fd

PROFILAKTYKA

Masz nieświeży oddech? Sprawdź, jakie proste triki pomogą ci go uniknąć

Nieświeży oddech może przydarzyć się każdemu, i to nie tylko rano. Często wynika z drobnych zaniedbań, o których nawet nie myślimy

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Zapach naszego oddechu odgrywa istotną rolę nie tylko w relacjach z innymi – zarówno w domu, w pracy, jak i podczas nawiązywania nowych znajomości – ale także może być sygnałem dotyczącym stanu zdrowia.

Te czynniki sprawiają, że oddech jest nieświeży

Najczęstszą przyczyną nieświeżego oddechu jest niewłaściwa higiena jamy ustnej. Brzydki zapach z ust to często wynik zbyt rzadkiego szczotkowania zębów, braku nitkowania oraz pomijania czyszczenia języka. W takich warunkach rozwijają się drobnoustroje, które produkują lotne związki o intensywnym, nieprzyjemnym zapachu. Jakie inne błędy wpływają na to, że oddech jest nieświeży?

– Poważnym błędem są używki, jak papierosy, również elektroniczne, i woreczki nikotynowe, ale także alkohol. Przez nie dochodzi do podrażnień delikatnych śluzówek jamy ustnej, zmniejszenia wydzielania śliny i przerostu szkodliwych bakterii i grzybów, a co za tym idzie, pojawia się nieprzyjemny oddech.

Skoro o ślinie mowa, to jest ona niezwykle ważna dla prawidłowego funkcjonowania jamy ustnej i samooczyszczania – pijemy za mało wody albo pijemy dużo kawy, a to kolejny błąd. Na liście znajduje się także cukier w różnych postaciach: od słodyczy, kolorowych napojów, przez przekąski, aż po przetworzone jedzenie. Sprzyja on próchnicy i chorobom dziąseł – tłumaczy lekarz dentysta Tomasz Łukasik z Dentim Clinic Medicover w Katowicach.

Zdaniem eksperta częstym błędem jest również nadmierne stosowanie domowych preparatów wybielających zęby. Mogą one podrażniać błony śluzowe jamy ustnej, co także może przyczyniać się do nieprzyjemnego zapachu z ust.

Stomatolog ujawnia, że nieświeży oddech może być jedną z pierwszych oznak zapalenia przyzębia (potocznie zwanego paradontozą), które może prowadzić nawet do utraty zębów – szczególnie jeśli pojawia się również podkrwawianie z dziąseł podczas mycia zębów.

FOT. GETTY IMAGES

Zapach naszego oddechu odgrywa ważną rolę nie tylko w relacjach z innymi – może być także sygnałem świadczącym o naszym zdrowiu

Proste triki, które pomogą utrzymać świeży oddech

Okazuje się, że najprostszym sposobem na świeży oddech jest regularna higiena jamy ustnej, również w pracy. Warto mieć pod ręką szczoteczkę i pastę, które bez problemu zmieszczą się w torebce czy w szufladzie biurka. Dobrym rozwiązaniem są też kompaktowe zestawy podróżne lub jednorazowe szczoteczki z już nałożoną pastą, idealne do szybkiego odświeżenia oddechu w ciągu dnia.

– Pamiętajmy o języku, gdzie gromadzi się naprawdę sporo bakterii i grzybów! Korzystajmy z nitki lub szczoteczki międzyzębowej przynajmniej raz dziennie. Między zębami kryje się sporo podstępnych mikrobów.

Jedzmy twarde warzywa i owoce, które pomagają oczyścić zęby, a ponadto dostarczają błonnika wspomagającego rozwój korzystnych bakterii. Wprowadzenie do diety kiszonek i produktów fermentowanych to kolejny punkt na liście trików. Dobre bakterie zwalczają niekorzystne drobnoustroje odpowiedzialne za niemiły zapach – radzi stomatolog Tomasz Łukasik z Dentim Clinic Medicover w Katowicach.

Warto zadbać o codzienne nawyki

Świeży oddech zaczyna się od codziennych nawyków. Warto regularnie pić wodę niegazowaną – wypłukuje ona resztki jedzenia z jamy ustnej i nie szkodzi szkliwu, w przeciwieństwie do wody gazowanej, która ma kwaśne pH.

Dobrze też zadbać o dietę – produkty bogate w cynk, takie jak nasiona, orzechy czy owoce morza wspierają równowagę bakteryjną w ustach i wzmacniają szkliwo.

Sięgajmy po pasty z fluorem i naturalnymi składnikami, np. z szałwią. Pomagają one łagodzić stany zapalne dziąseł i odświeżają oddech. Dobrym wyborem będzie także zielona lub biała herbata. Zawiera przeciwutleniacze i ma właściwości hamujące rozwój niekorzystnych bakterii. A jeśli mamy ochotę na coś słodkiego, lepiej wybrać produkty z ksylitolem. Ten naturalny słodzik ogranicza rozwój bakterii odpowiedzialnych za próchnicę i nieprzyjemny zapach.

FOT. FREEPIK

Ból głowy związany ze zmianą pogody jest trudny do przewidzenia i kontrolowania

CHOROBY

Głowa pęka Ci na zmianę pogody? To nie musi być meteopatia

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Ból głowy na zmianę pogody to powszechny problem wśród meteopatów, czyli osób wrażliwych na zmiany meteorologiczne. Taki ból może znacząco uprzykrzyć codzienne życie, wpływając na samopoczucie, koncentrację oraz zdolność do wykonywania codziennych obowiązków.

Meteopatia to nadwrażliwość na zmiany pogody. Nie jest chorobą, ale może powodować nasilenie różnych dolegliwości.

Meteopatia może być ważnym sygnałem

– Czasem jest to sygnał, że warto poddać się badaniom i w razie potrzeby rozpocząć leczenie – wskazuje dr Aleksandra Szymańska, internistka z Gliwic.

Mimo że z medycznego punktu widzenia wrażliwość na pogodę i jej zmiany nie jest jednostką chorobową, to jednak lekarze dostrzegają realny wpływ zmiennych warunków pogodowych na stan fizyczny i psychiczny człowieka. Osoby wrażliwe na pogodę mogą odczuwać między innymi:

- bóle głowy;
- dolegliwości ze strony układu pokarmowego;
- uczucie senności i zmęczenia;
- bóle stawów i mięśni;
- apatię i spadek energii;
- rozdrażnienie;
- napięcie nerwowe lub niepokój.

Zmiany ciśnienia, temperatury, wilgotności czy siły wiatru mogą więc przekładać się na nasze samopoczucie, a w niektórych przypadkach utrudniać codzienne aktywności.

Nagła zmiana ciśnienia atmosferycznego nie przechodzi niezauważona przez nasz organizm. Układ nerwowy potrafi silnie zareagować na tego typu zawirowania.

U osób wrażliwych na wahania ciśnienia – zarówno w górę, jak i w dół – mogą stać się bodźcem wyzwalającym ból głowy. Mózg odpowiada na ten stan specyficznie: zmienia się praca naczyń krwionośnych, krążenie krwi ulega zaburzeniu, co w krótkim czasie prowadzi do uczucia pulsującego bólu.

Kto jest szczególnie narażony na ból głowy przy zmianie pogody?

Na ból głowy przy zmianie pogody uskarżają się najczęściej:

- meteopaci;
- osoby z zaburzeniami krążenia;
- osoby z zaburzeniami hormonalnymi;
- dzieci;
- osoby starsze;
- osoby z niskim ciśnieniem krwi;
- chorujący na migrenę.

Co zrobić, aby szybko pozbyć się bólu głowy?

Ból głowy związany ze zmianą pogody jest trudny do przewidzenia i kontrolowania, ponieważ nie mamy wpływu na warunki atmosferyczne.

Najskuteczniejsze metody radzenia sobie z takim bólem to stosowanie sprawdzonych leków przeciwbólowych oraz dbanie o odpowiednie nawodnienie organizmu. Dodatkowo warto zadbać o regularny odpoczynek, unikać stresu i monitorować swoje samopoczucie, aby szybciej reagować na pierwsze objawy bólowe. Wielu osobom pomaga regenerujący sen.

eprasa.pl 83826073fd

PROGRAMOWO

G. 14:05

Splątane losy

TVP 1

Meltem postanawia zdobyć sympatię pielęgniarek i zaprasza je na spotkanie w kawiarni. Czy to wypali – czas pokaże... W międzyczasie Ayfer i Halil odwiedzają Münevver. Nie pojawiają się z pustymi rekoma; przynoszą ciasto i zostają u niej na kolacji. Rodzinna atmosfera sprawia, że Mine po raz pierwszy zwraca się do Münevver „babciu". Starsza dama z trudem ukryje wzruszenie i to, jakie emocje w niej wywoła jedno proste słowo z ust dziecka. Meltem nie odpuszcza Yasemin i wypytuje ją o jej spotkanie z Selçukiem. W rozmowie z lekarką Yasemin wyjaśnia jej, że doktor poświęca swój czas samotnym pacjentom, których nikt nie odwiedza. Mimo, że te wyjaśnienie ma sens, nie gasi podejrzeń Meltem.

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Greg – po wczorajszym spotkaniu w restauracji – mówi Nalepie, że Ewelina polubiła Weronikę. Jednak Kalski nie wygląda na zachwyconego słysząc, że Roztocka chce spotkać się z jego żoną... Kiedy na ich oddział przywożą młodą kobietę, obydwaj lekarze zgodnie wykluczają zawał. Lew ma inne podejrzenia – przemoc domową! Kobieta – mimo wyraźnych śladów pobicia – nie chce o tym rozmawiać. Basia martwi się o synów – nie wie, jak ma im powiedzieć w co wplątał się ich ojciec. Tymczasem Krzysztof spotyka się z Andrzejem i mówi wprost, że wie o handlu dyplomami i że za miesiąc wszystko zostanie ujawnione! Radzi przerażonemu Brzozowskiemu, by robił co może, żeby się ratować!

G. 13:50

Noce i dnie

Kino Polska

Prwdziwa gratka dla miłośników starych polskich seriali! Stacja Kino Polska wyemituje serial Jerzego Antczaka „Noce i dnie". Ekranizacja powieści Marii Dąbrowskiej, obejmującej dzieje jednej polskiej rodziny od powstania styczniowego (1863) do wybuchu pierwszej wojny światowej (1914) to jedno z największych przedsięwzięć polskiej kinematografii. Przybliża historię niedanego małżeństwa, które ma za tło dzieje Polski na przestrzeni 50 lat. Bogumił, były powstaniec, zarabia jako administrator wielkich majątków ziemskich. Żeni się z Barbarą, panienką z „białego dworku", która nie odwzajemnia jego uczuć, zakochana w niedostępnym dla niej, przystojnym magnacie. Część scen pojawia się również w filmie o tym samym tytule, jednak fabuła serialu jest znacznie bardziej rozbudowana. W głównych rolach wystąpił Jerzy Bińczycki i Jadwiga Barańska.

G. 18:50

STAWKA WIĘKSZA NIŻ ŻYCIE

Kino Polska

W 1966 roku Telewizja Polska nadała cykl widowisk telewizyjnych pod tytułem „Stawka większa niż życie". Ich powodzenie skłoniło autorów do przeniesienia na mały ekran przygód oficera polskiego wywiadu, działającego pod kryptonimem J – 23 i występującego jako oficer faszystowskiej Abwehry. Pomysł okazał się strzałem w dziesiątkę. Serial stał się ponadczasowy, kolejne pokolenia wychowywały się na produkcji, która do dziś budzi emocje i zainteresowanie. Akcja zaczyna się w 1941 r. Młody Polak Stanisław Kolicki rozpoczyna współpracę z wywiadem radzieckim. Przedostaje się na stronę sojusznika i przekazuje informacje o koncentracji niemieckich wojsk wzdłuż granicy. W tym samym czasie wywiad radziecki aresztuje oficera niemieckiego Hansa Klossa, do którego Kolicki jest łudząco podobny. Rosjanie postanawiają wykorzystać to podobieństwo. Kolicki jako Hans Kloss dokonuje brawurowej ucieczki i zajmuje miejsce oficera. Jako agent J – 23 zaczyna tajną misję w niemieckiej armii. Kolicki zostaje zdemaskowany, ale udaje mu się zbiec i upozorować własną śmierć. Wkrótce znowu przenika do sił niemieckich, tym razem już jako „prawdziwy" Kloss.

G. 20:00

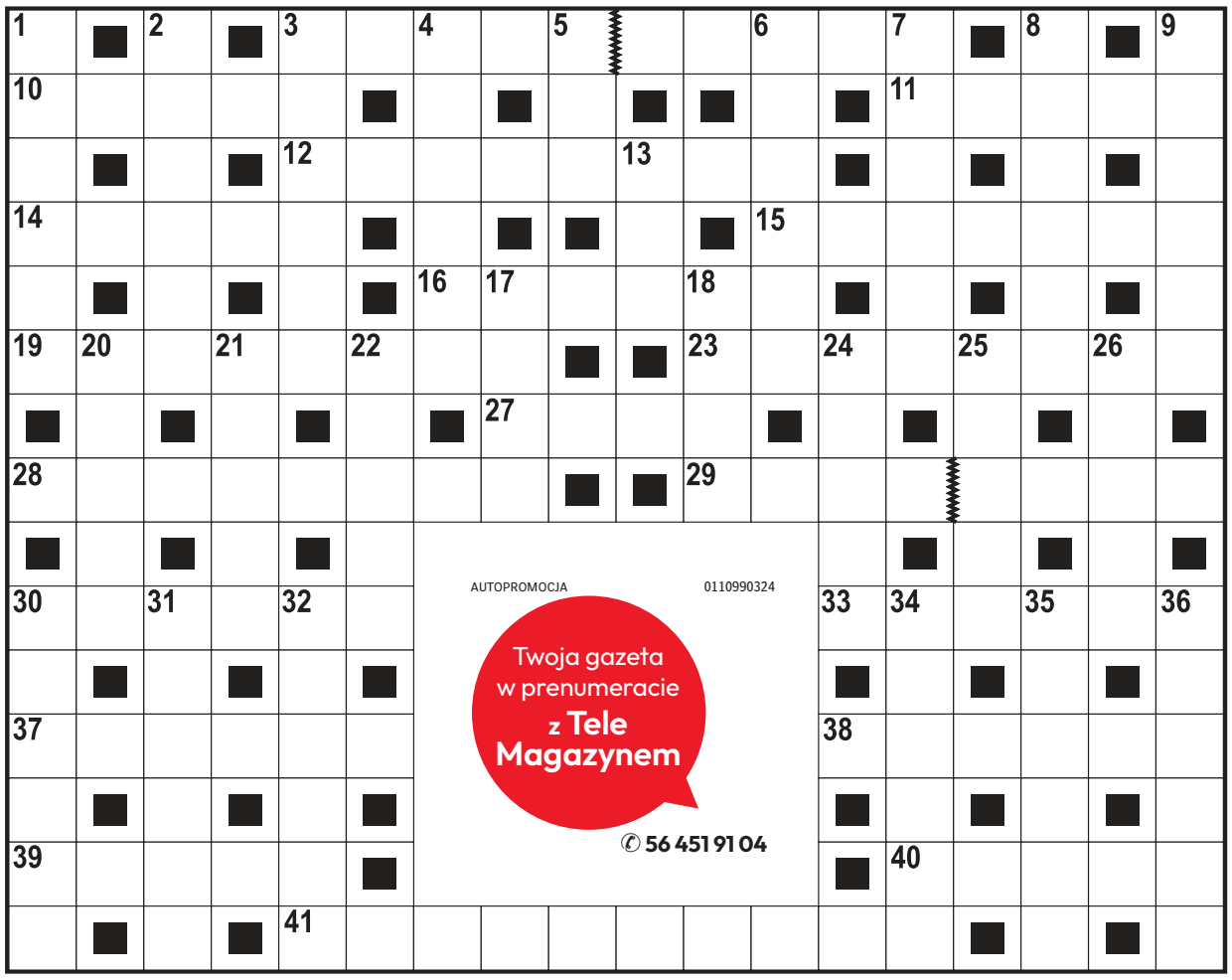
Powrót Sherlocka Holmesa

TVP Kultura

Seriali i filmów z Sherlockiem Holmesem, postacią wykreowaną przez sir Arthura Conana Doyle'a powstało już mnóstwo. Część twóców przenosi bohatera w czasy współczesne, lecz nie wszystkie. Fani tych starszych na kanale TVP Kultura mają okazję oglądać produkcję z 1988 roku z Jeremym Brettem w roli głównej i Edwardem Hardwicke w roli dr Watsona. W odcinku wyemitowanym w środę, 5 sierpnia, zobaczymy, jak Sherlock Holmes bada morderstwo Garcii i odkrywa, że trop prowadzi do ukrywającego się w Anglii obalonego dyktatora San Pedro, don Murilla. Dzięki swojej wrodzonej inteligencji, sprytowi i ogromnej pomocy panny Burnet, wdowy po jednej z ofiar tyrana, detektyw ujawnia spisek i ratuje ją z niewoli. Sprytny detektyw pomaga doprowadzić Murilla oraz jego wspólników przed wymiar sprawiedliwości.

eprasa.pl 83826073fd

KRZYŻÓWKA NR 119



Poziomo:

3) wieje w Karpatach i Sudetach,
10) portugalski archipelag na Atlantyku,
11) jednoaktowa opera Siergieja Rachmaninowa,
12) roślina jaskrowata, powojnik,
14) rzecz niezwykła, kuriozum,
15) roślina jak odmiana czerwieni,
16) Wojciech, polski prozaik i scenarzysta,
19) dawny pojazd konny, rodzaj faetonu,
23) grzbietowa część pancerza żółwi,
27) pudełko u pasa samuraja,
28) „… o Basię", powieść Kornela Makuszyńskiego,
29) czasopismo dla kobiet,
30) obsługuje piec w kotłowni,
33) chroniony ptak leśny,
37) ciasto pieczone na rożnie,
38) „Czerwona …", francuska komedia z Fernandelem,
39) przystawka z surowego mięsa,
40) bliźniaczy brat Romulusa,
41) uczeń kończący szkołę średnią.

Pionowo:

1) … Bullock, aktorka z filmu „Miss Agent",
2) miasto satelickie Szczecina,
3) głębokie na placu budowy,
4) mieszkanka stolicy z Akropolem,
5) mityczna córka Uranosa i Gai,
6) metropolia Zambii,
7) japoński konkurent Kawasaki,
8) dyskusja w parlamencie,
9) muszkieter z powieści Aleksandra Dumasa,
13) znakomitość w talii kart,
17) żużlowy klub z Leszna,
18) odkryty obiekt fortyfikacyjny,
20) przemawia na wiecu wyborczym,
21) stopień służbowy w hierarchii wojskowej,
22) formacja dzikich gęsi w locie,
24) czarny lub zielony,
25) uniwersyteckie miasto we Włoszech,
26) Benny Hill lub Buster Keaton,
30) bezleśny step na Wyżynie Węgierskiej,
31) miejsce w sportowym rankingu,
32) miejsce śmierci hetmana Żółkiewskiego,
34) … Redford, aktor z filmu „Trzy dni Kondora",
35) blizna po operacji,
36) staroświeckie względy, grzeczności.

AUTOPROMOCJA 0110990324
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 56 451 91 04

ROZWIĄZANIE NR 118

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, ale rozsądnie. Horoskop dzienny mówi, że miła rozmowa przyniesie nową inspirację.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój pomoże Ci rozwiązać drobny problem. Horoskop na dziś wróży, że wieczór będzie sprzyjał relaksowi.

Baran (21.03 - 19.04)
Dobry dzień na nowe pomysły. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że ktoś doceni Twoją kreatywność.

Byk (20.04 - 20.05)
Skup się na własnych potrzebach. Horoskop dzienny mówi, że intuicja wskaże Ci najlepsze rozwiązanie.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Pewność siebie otworzy przed Tobą nowe możliwości. Horoskop na dziś radzi unikać sporów.

Rak (22.06 - 22.07)
Dobra organizacja pozwoli szybko zakończyć zadania. Horoskop dzienny na środę radzi znaleźć czas na relaks.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia w relacjach poprawi nastrój. Horoskop dzienny wróży, że uśmiech da więcej niż dyskusja.

Panna (23.08 - 22.09)
Nie bój się zmian. Horoskop na dziś mówi, że mogą przynieść ciekawe szanse. Zaufaj doświadczeniu.

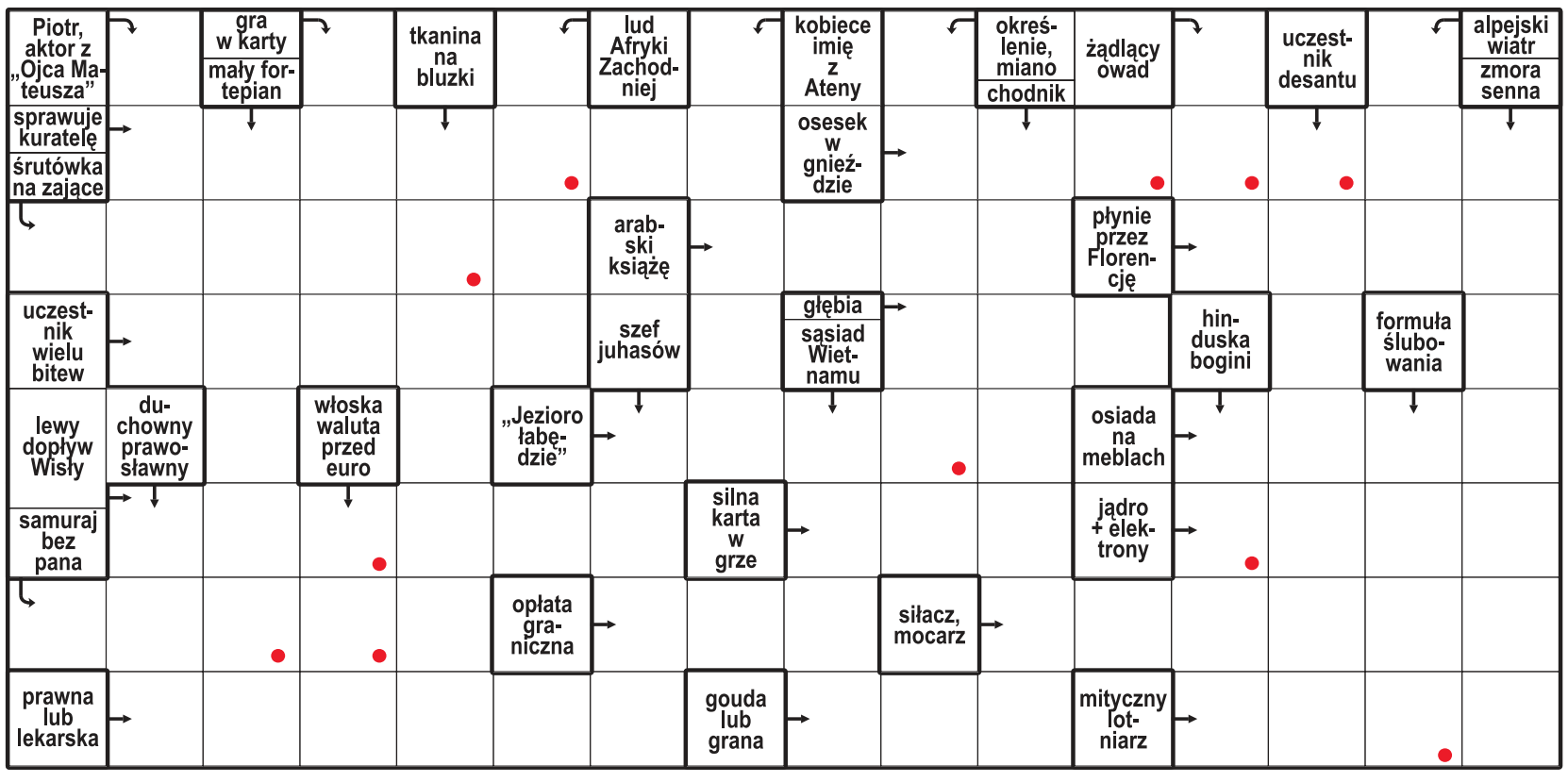
Waga (23.09 - 22.10)
Energia dopisze, więc horoskop dzienny na środę radzi wykorzystać ją na realizację ważnych planów i marzeń.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja da efekty. Horoskop dzienny mówi, że przed Tobą dobry moment na porządkowanie spraw.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Otwarty umysł pozwoli znaleźć ciekawe rozwiązanie. Horoskop na dziś wróży, że spotkanie będzie inspirujące.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Emocje będą sprzymierzeńcem. Horoskop dzienny na środę radzi jednak zachowywać równowagę.

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KASZTELANIA.

eprasa.pl 83826073fd

BIZNES

Port Lotniczy Bydgoszcz poprawił się o 8,5 proc.

Opr. Adam Szczęśniak

Port Lotniczy Bydgoszcz, mimo kłopotów linii lotniczych, całkiem dobrze sobie radzi w 2026 roku. W pierwszym półroczu poprawił o 8,5 procent wynik liczby obsłużonych pasażerów.

Port Lotniczy Bydgoszcz podsumował pierwsze 6 miesięcy 2026 roku. Od stycznia do czerwca lotnisko obsłużyło 199.312 pasażerów, co oznacza wzrost dokładnie o 8,57 proc. w porównaniu z analogicznym okresem ubiegłego roku, kiedy z usług portu skorzystało 183.584 podróżnych.

To powody do optymizmu, chociaż są też powody do niepokoju. W drugim kwartale 2026 roku PLB obsłużył mniej, bo 111.338 pasażerów, wobec 115,356 rok wcześniej.

„Na wynik tego okresu wpływ miały przede wszystkim uwarunkowania geopolityczne na Bliskim Wschodzie, w konsekwencji zakończenie realizacji połączeń do Frankfurtu przez Lufthansę. Touroperatorzy również dostosowywali ofertę połączeń czarterowych do zmieniającego się popytu oraz utrzymujących się wysokich kosztów operacyjnych, w szczególności cen paliwa lotniczego. Mimo wymagającego otoczenia rynkowego i zmian, które dotknęły cały sektor lotniczy, wynik za pierwsze półrocze był większy o ponad 8,5% w stosunku do roku ubiegłego" - informują władze spółki.

Przypomnijmy, że ubiegły rok był najlepszym w historii PLB. Obsłużono 439.632 pasażerów, czyli zanotowano wzrost o ponad 20 proc. r/r (366.355 w 2024). Co szczególnie istotne, wynik z 2025 r. jest również wyższy o 3,39 proc. od dotychczas rekordowego 2019 r., kiedy z Lotniska Bydgoszcz skorzystało 425.230 pasażerów.

2025 przyniósł też świetne wyniki w segmencie cargo. W ciągu 12 miesięcy obsłużono ponad 526 ton ładunków oraz 111 operacji frachtowych. Przełomowe znaczenie miało nawiązanie współpracy z linią Delta Air Lines i największymi operatorami logistycznymi. Szczególnie ważna była umowa z globalnym liderem branży logistycznej - firmą DSV. Mimo to, nie udało się uniknąć finansowej straty, niewielkiej jednak w porównaniu z przeszłymi latami.

W obecnie trwającym sezonie letnim pasażerowie mogą korzystać z regularnych połączeń PLL LOT do Warszawy, Ryanair do Alicante, Birmingham, Bristolu, Dublina czy Londynu (Luton i Stansted), a także z oferty lotów wakacyjnych do najpopularniejszych kurortów w Egipcie, Grecji, Hiszpanii i Turcji. ©℗

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - WYNAJMĘ

POKÓJ 1-osobowy 600,- Wrzosy - szukam. Tel. 669-658-493

Zdrowie

STOMATOLOGIA

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

BUDOWY i remonty, budowy domów. 608-071-593, Toruń i powiat

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

Turystyka

KRAJ - MORZE

USTKA- Wczasy! Pokoje! 604-486-413.

REKLAMA 0111542994

REZONANS MAGNETYCZNY
• 7 dni w tygodniu • Odpłatnie i w ramach NFZ*
LUXMED DIAGNOSTYKA
Rejestracja i szczegóły: 56 621 43 21
LUX MED Diagnostyka
ul. Kościuszki 71, 87-100 Toruń
*Badania NFZ wymagają ważnego skierowania

REKLAMA 0011561865

„ALPA"
Zakład i Dom Pogrzebowy
Nowa Główna Siedziba:
Toruń: ul. M. C. Skłodowskiej 41
ul. Podgórna 16
ul. Okólna 30
tel. 56/62-226-59
fax 56/66-11-239
CAŁĄ DOBĘ www.alpa.com.pl
• Transport ciała na terenie kraju i Europy;
• Załatwianie formalności pogrzebowych;
• Kremacje, ekshumacje;
• Odzież i dewocjonalia
• Wieńce i wiązanki
• Sprzedaż nagrobków;
• Możliwość wyboru kolorystyki strojów żałobników;
• Z szacunkiem i zaangażowaniem spełniamy ostatnią posługę.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl

REKLAMA 0011561900

PRYWATNA SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA
GABINET PSYCHIATRYCZNY
ARKADIUSZ SZMAŃDA
87-100 Toruń, ul. Stefana Srebrnego 1
rejestracja
tel. 56 62 10 811, 516 138 555
wizyty domowe 601 959 392

REKLAMA 0011563644

Informacja o nieruchomości przeznaczonej do zbycia przez Gminę Miasta Toruń

Prezydent Miasta Torunia informuje, że w dniu 5 sierpnia 2026 r. zostało podane do publicznej wiadomości obwieszczenie o przeznaczeniu do zbycia, w drodze darowizny, na rzecz Województwa Kujawsko-Pomorskiego, prawa własności nieruchomości Gminy Miasta Toruń położonej w Toruniu przy Placu Teatralnym, oznaczonej geodezyjnie jako działka nr 85/1 o powierzchni 0,1134 ha, w obrębie 15.

Obwieszczenie zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Torunia, ul. Grudziądzka 126b w Toruniu, II piętro oraz zamieszczone na stronie internetowej Urzędu Miasta Torunia www.bip.torun.pl. Kontakt w sprawie: Małgorzata Stępińska, tel. 56 61-18-406, mail m.stepinska@um.torun.pl.

REKLAMA 0111562220

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

Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.
Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011550896

eprasa.pl 83826073fd

Sport

• **Piłka nożna** W ostatnim meczu 2. kolejki PKO BP Ekstraklasy Cracovia przegrała z Pogonią Szczecin 0:2

PIŁKA NOŻNA

Duże zmiany w spółce, która prowadzi zespół niebiesko - czarnych

Dariusz Knopik

Zarząd Zawisza Bydgoszcz Sp. z o.o. mniejszy o trzy osoby. Dwie z nich były związane ze Stowarzyszeniem Piłkarskim Zawisza.

„Zawisza Bydgoszcz sp. z o.o. informuje, że Krzysztof Bess, Sławomir Nowak i Jan Syczewski złożyli rezygnacje z pełnienia funkcji członków Zarządu Spółki.

Zmiana składu Zarządu została przeprowadzona z inicjatywy właścicielskiej. Formalnym sposobem zakończenia pełnienia funkcji było złożenie rezygnacji przez każdego z członków Zarządu.

Spółka rozpoczyna kolejny etap rozwoju organizacyjnego, obejmujący nowy podział kompetencji i odpowiedzialności oraz dalsze rozwijanie standardów raportowania, kontroli finansowej i nadzoru nad projektami. O nowym podziale odpowiedzialności oraz kolejnych decyzjach dotyczących pracy Zarządu Spółka poinformuje po ich formalnym podjęciu" - czytamy w komunikacie klubu.

Przypomnijmy, że głównym udziałowcem w spółce jest Marcin Szadkowski, który ma ponad 90 procent udziałów. Reszta to udział SP Zawisza.

Według naszych informacji różne były wizje prowadzenia spółki między nim a pozostałą trójką, stąd pożegnanie. O dalszych zmianach będziemy informować... ©℗

FOT. ARKADIUSZ WOJTASIEWICZ

Krzysztof Bess (w czapeczce) odszedł z zarządu spółki

PIŁKA NOŻNA

Początek pucharowej przygody. Biało-zieloni mają ambicje

Dariusz Knopik

Olimpia Grudziądz - Świt Szczecin to para rundy wstępnej STS Pucharu Polski. Stawką meczu jest awans do fazy zasadniczej „Turnieju 1000 Drużyn"

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Piłkarze Olimpii chcą się pokazać w rozgrywkach pucharowych z jak najlepszej strony

Olimpia z reguły z dobrej strony pokazywała się w rozgrywkach pucharowych. Najlepszy sezon 2022/23 kiedy jako trzecioligowiec osiągnęła poziom półfinału. Był też ćwierćfinał w sezonie 2012/13. Ostatni sezon to 1/16 finału.

- Mamy dobre wspomnienia z rozgrywek pucharowych - mówi prezes Tomasz Asensky. - Puchary rządzą się swoimi prawami (śmiech), ale to nie jest puste stwierdzenie, czego jesteśmy dobrym przykładem, bo eliminowaliśmy silniejsze od nas zespoły. Różne były nasze przygody pucharowe. Ten największy sukces odniesiony w przedziwnych okolicznościach. Byliśmy zespołem, który spadł z drugiej ligi i miał duże problemy finansowe. Zastanawialiśmy się czy nie oddać walkowerem meczu z Hutnikiem Kraków, bo nie było pieniędzy na wyjazd i hotel, ale kary za odpuszczenie Pucharu Polski były zdecydowanie wyższe, więc pojechaliśmy i tak się zaczęła piękna przygoda, w której zatrzymaliśmy się dopiero na Lechu Poznań. Grajmy więc i sprawiajmy kolejne niespodzianki - deklaruje szef klubu.

Pierwszym rywalem jest Świt. Grudziądzanie mieli szczęście w losowaniu, bo są gospodarzami spotkania. Z organizacją meczu był problem, bo stadion Olimpii jest w remoncie, ale przyjazną dłoń wyciągnęła Wda Świecie i tam dojdzie do spotkania.

- Jesteśmy bardzo wdzięczni działaczom Wdy za pomoc w organizacji spotkania - podkreśla prezes Asensky.

Początek sezonu nie jest szczególnie udany dla zespołu z Grudziądza. Jeden punkt w dwóch meczach i bilans goli 3-6 chluby nie przynosi. Mecz pucharowy może podbudować zespół. Rywal ze Szczecina w Betclic 2. Lidze zanotował jeszcze słabszy start. Dwie porażki i bilans goli także 2-6.

- Puchar Polski jest fajnym oknem wystawowym i nie będziemy go w żaden sposób lekceważyć - podkreśla trener Dawid Pędziałek. - Mamy tak zbudowaną kadrę, że możemy sobie pozwolić na rywalizację na dwóch frontach. Dobrze byłoby się zmierzyć i sprawdzić z zespołem z wyższej ligi, nawet z ekstraklasy. Fajnie byłoby tak mecz zagrać, a to byłoby wielkie święto dla kibiców - dodaje szkoleniowiec.

Mecz w Świeciu w środę. Początek o godz. 17. ©℗

SIATKÓWKA

Dwa miesiące ciężkiej pracy, by potem wszystko zafunkcjonowało w lidze

Dariusz Knopik

Pałac Bydgoszcz rozpoczął przygotowania do nowego sezonu Tauron Ligi Kobiet.

FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

Siatkarki Pałacu pracują z pełnym zaangażowaniem

Cała ekipa spotkała się w Hali Łuczniczka wczesnym popołudniem.

- Rozpoczynamy 34. sezon w najwyższej klasie rozgrywkowej - mówił prezes Piotr Makowski. - Najpierw przygotowania, a potem gra w lidze. Jestem optymistycznie nastawiony. Ktoś mnie pytał, jak oceniam zespół. Bardzo dobrze go oceniam! Jesteście ambitne i wierzę w wasze umiejętności. Najpierw gramy o to, by zakwalifikować się do play off, a potem zobaczymy. Wszystko jest możliwe - zakończył szef klubu.

W przerwie między sezonami zaszło sporo zmian. Nie zobaczymy już w składzie sześciu zawodniczek. Siedem siatkarek pozostało w drużynie i cztery są nowe w składzie. Być może do zespołu dołączą jeszcze utalentowane juniorki.

Całkowicie zmienił się sztab szkoleniowy. Nowym trenerem Pałacu został Bartłomiej Łyczakowski, który wcześniej był asystentem trenera w Sokole Mogilno, a ostatnio drugim trenerem w rezerwach Pałacu i zespole juniorskim. Pomagać mu będzie jako asystent Igor Ziółkowski. Fizjoterapeutką jest Agata Jasionowicz.

Nowy szkoleniowiec podkreślił, że zawsze chciał prowadzić pierwszy zespół

Drużyna przez cały okres przygotowawczy będzie pracował w Bydgoszczy. Pierwszy miesiąc będzie ciężki, bo natężenie treningów będzie duże. Potem obciążenia będą coraz mniejsze i dojdzie szlifowanie taktyki i elementów typowo siatkarskich. Pałacanki mają zaplanowane sparingi z MKS Kalisz, KS Piła i Sokołem Mogilno oraz udział w turnieju w Jarocinie.

Start ligi 3 października. Pałac podejmie BKS Bielsko-Biała. ©℗

KRÓTKO

Piłka nożna

Górnik Zabrze walczy w Lidze Europy

Górnik Zabrze po odpadnięciu w eliminacjach Ligi Mistrzów zaczyna walkę w eliminacjach Ligi Europy. W trzeciej rundzie rywalem wicemistrzów Polski będzie węgierskie Ferencvaros. Przypomnijmy, że Górnik odpadł w dwumeczu z Fenerbahce Stambuł. Z kolei Ferencvaros najpierw wyeliminował Vojvodinę Nowy Sad, a potem Twente Enschede. Początek meczu 20.15.

Siatkówka

Rosjanie nie zagrają na mundialu w Polsce

Rosyjska Federacja Siatkówki podjęła decyzję, że nie zagra w mistrzostwach świata, która w 2027 roku rozegrane zostaną w Polsce. Rosjanie, mimo prowadzenia wojny na Ukrainie, zostali przywróceni do rywalizacji w świecie dzięki decyzji Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego. Jako jedna z pierwszych zdecydowała ich dopuścić Międzynarodowa Federacja Siatkówki (FIVB). **(DK)**

eprasa.pl 83826073fd