

Tomasz W. podszywał się pod Polską Grupę Górniczą i „sprzedawał” węgiel i ekogroszek. Oszukał przynajmniej 102 osoby **str. 5**



FOT. SHUTTERSTOCK

Niektórym osobom herbata może zaszkodzić. Kto powinien jej unikać? **str. 10-12**

STRONA
ZDROWIA

NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

Środa
10.12.2025

Nr 286 (16879)
Rok LVIII

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

PRZESTĘPCZOŚĆ KONTROLE STRAŻY LEŚNEJ I POLICJI DO 23 GRUDNIA

Dron namierzy cię w lesie, złodzieju choinek i stroiszu!

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskajedynka.pl

Wczoraj w kujawsko-pomorskich lasach rozpoczęła się akcja „Choinka 2025”. Do 23 grudnia strażnicy leśni będą zapobiegać nielegalnej wycince choinek oraz niszczeniu drzew dla stroiszu. Wspierają się nowoczesnymi technologiami.

- Nielegalna wycinka choinek i ich kradzieże, niszczenie młodych drzewek oraz pozyskiwanie gałęzi drzew iglastych bez wymaganych zgód co roku powodują straty przyrodnicze i finan-

sowe - informuje Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Toruniu.

- Bardzo często wycięcie gałęzi na zaledwie jedną wiązkę stroiszu oznacza zniszczenie całego młodego drzewa - argumentują leśnicy. - W niektórych miejscach skala zniszczeń jest tak duża, że całe fragmenty młodego lasu wymagają odnowienia.

Aby temu przeciwdziałać, w dniach 8-23 grudnia Straż Leśna planuje dodatkowe działania w ramach akcji „Choinka 2025”.

Strażnicy pojawią się przede wszystkim na terenach szczególnie narażonych na kradzieże z lasu.

- W okolicach targowisk, punktów sprzedaży, szlaków komunikacyjnych oraz miejsc, gdzie tradycyjnie bywają osoby próbujące wywieźć drzewka lub stroisz - informują.

Patrole będą prowadzone w dzień i w nocy. Strażników leśnych wesprze policja. - Pozwoli to usprawnić procedury związane z ewentualnym zatrzymaniem sprawców wykroczeń lub przestępstw przeciwko mieniu państwa - wyjaśniają leśnicy.

Wspierają się nowoczesnymi technologiami: kamerami, fotopułapkami i dronami. ©

Więcej piszemy na stronie 4

Pobili, uwięzili, podpalili i zabili. W toruńskim sądzie zaczyna się proces **str. 3**

Wydanie prawa jazdy w 2026 roku będzie droższe **str. 2**

Od połowy grudnia **więcej pociągów i powrót kolei do Ciechocinka** **str. 5**

Nr ISSN 0137-9259

Nr indeksu 350370



FOT. UM/AGNIESZKA BIELECKA

Przedszkolaki z „jedyńki” dostały w prezencie zestaw ośmiu robotów psów **str. 4**

Morderca dziecka próbował uciec z toruńskiego aresztu

„Wyskoczył w tym celu przez okno i zaczął uciekać. Dozorca puścił się natychmiast za nim w pogoń i z pomocą pewnego żołnierza udało mu się zbiega przytrzymać. Z początku wszelkiej winy się wypierał” **str. 6**

Kibice Elany Toruń i różne firmy **razem dla Domu Dziecka „Młody Las”** **str. 5**

Budowa polskiej elektrowni jądrowej będzie mogła zacząć się niebawem **str. 8**



Światowe gwiazdy lekkiej atletyki rozbłyszczą w toruńskiej hali

Ponad 6 milionów złotych przekaże ostatecznie Ministerstwo Sportu i Turystyki na modernizację areny Halowych Mistrzostw Świata w Lekkoatletyce w Toruniu. Wspomniana impreza odbędzie się od 20 do 22 marca przyszłego roku, a obiekt musi przejść niezbędne prace przed mistrzostwami - **str. 3 i 16**

Jutro w „Nowościach” Pod paragrafem

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

Tadeusz Płatek
publicysta



KOLEDY W DYSKONCIE

Sam się dziwię, że święta w handlu w roku 2025 zaczęły się dopiero w połowie listopada. W latach ubiegłych bywało, że wigilię zapowiadały promienie październikowego słońca. Tak czy siak, na „black friday” Mikołaj i Aniołek zawsze już były, oczywiście od momentu istnienia „czarnego piątku”, bo ja jeszcze pamiętam czasy, gdy ostatek listopada był po prostu piątkiem. Oznacza to, że jestem już stary, trzeba się z tym pogodzić, polubić i kupować, ile wlezie w katedrach konsumpcjonizmu. Napakowanych ludźmi niegdyś tłoczącymi się w pustych teraz kościołach.

Nie narzekam. Liberałem jestem i skoro jacyś amerykańscy naukowcy udowodnili, że w świątecznej aurze wydajemy więcej, to tak jest i będzie. Prawa rynku trwalsze są od praw boskich. Nie mogę jednak, nawet jako przebrzydły agnostyk, ścierpieć kół w sklepach.

Uwaga! To, że ja dzisiaj na msze święte nie chodzę, nie znaczy, że kiedyś tego nie robiłem. Nie byłbym, kim jestem, gdyby nie moja młodość, szczerza dewocja, silniejsza niż wrodzona nadpobudliwość i niezbyt prosty kregosłup, który nie znosił długiego przebywania w pozycji klęczącej. Klęczałem jednak bohatersko, wyprostowany i drżący. Nie tylko na niedzielnej sumie o Bogu myślałem. Klękałem się Matce Boskiej Piaskowej, Pani Krakowa z Dzieciątkiem w Bramie Floriańskiej codziennie w drodze ze szkoły, potem na studiach. Czasem też wrzucałem grosik do skarbonki, z tak wielkim nabożeństwem, jakby to była podobna do niej - swoją drogą - Matka Boska Częstochowska.

Maryja Panna, kolekcje obrazków świętych i koledy, śpiewane czysto przez moją matkę, wybitną sopranistkę, były i są dla mnie święte. Dlatego puszczanie kół wyłącznie po to, żeby opylić trochę więcej słodczych zbliżających się do daty ważności, irytuje mnie. A nawet boli. Mimo że w sklepach raczej pastorałki, czyli piosenki około świąteczne się odtwarzają i to raczej amerykańskie dla zachowania listka figowego, to przy kasach czuję, jak ktoś gwałci częstkę mnie. Tradycję, która zbudowała konserwatywno-liberalny kregosłup. Ten, który kiedyś, klęcząc, bolał, a dzisiaj, po latach - już nie.

POGODA W TORUNIU

Środa

11°C
9°C



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

Czwartek

10°C
8°C



Piątek

8°C
6°C



Dziś imieniny obchodzą Bogdan, Daniel, Grzegorz i Judyta

Prawko droższe w 2026 roku, zawodowi kierowcy tylko z naczepą

Adam Willma
adam.wilma@polskapress.pl

Wyższe opłaty za wydanie prawa jazdy i międzynarodowego prawa jazdy już od początku 2026 roku. Ministerstwo Infrastruktury tłumaczy zmiany rosnącymi kosztami.

To kolejny zwiększona opłata po wrześniowych podwyżkach za badania techniczne.

Ministerstwo Infrastruktury przypomina, że stawki za wydanie dokumentów prawa jazdy nie były zmieniane od ponad dziesięciu lat. W tym czasie wzrosły koszty wytworzenia i dystrybucji plastikowych blankietów oraz obsługi całej procedury w wydziałach komunikacji.

Z danych przedstawionych przez ministerstwo wynika, że w 2023 samorządy musiały dopłacić ponad 30,5 mln zł do funkcjonowania wydziałów komunikacji zajmujących się m.in. obsługą kierowców. Rząd ocenia, że bez podniesienia opłat straty samorządów będą rosły.

Ile zapłacimy za „prawko”?

Projekt przewiduje podniesienie opłat na podstawie wskaźników cen towarów i usług konsumpcyjnych za lata 2023 i 2024, ogłoszonych przez GUS. Zgodnie z propozycją krajowe prawo jazdy ma kosztować 115,50 zł zamiast 100 zł,



FOT. JANUSZ WÓJCZAK/SPG

Stawki za wydanie dokumentów prawa jazdy nie były zmieniane od ponad dziesięciu lat

a międzynarodowe - 40,50 zł zamiast 35 zł.

Bez zmian pozostanie opłata za pozwolenie na kierowanie tramwajem. Dokument ten nadal ma kosztować 30 zł, ponieważ jest to górna stawka przewidziana w ustawie o kierujących pojazdami i nie może zostać podniesiona rozporządzeniem.

Od kiedy nowe stawki?

Projekt rozporządzenia zmieniającego wysokość opłat jest obecnie w trakcie konsultacji publicznych.

Zgodnie z projektem rozporządzenie wejdzie w życie po 14 dniach od dnia ogłoszenia

Zgodnie z propozycją krajowe prawo jazdy ma kosztować 115,50 zł zamiast 100 zł, a międzynarodowe - 40,50 zł zamiast 35 zł.

w Dzienniku Ustaw. Ministerstwo zakłada, że realnie nowe stawki zaczną obowiązywać od początku przyszłego roku, co oznacza, że osoby planujące wymianę dokumentu przed tym terminem zapłacą według obecnych taryf.

Podwyżka opłat za prawo jazdy to kolejny wzrost kosztów dla kierowców po wrześniowej zmianie stawek za okresowe badania techniczne pojazdów.

Nie przyczepa, a już tylko naczepa

Jak można przeczytać na stronach branży transportowej, główną zmianą w szkoleniu i egzaminowaniu kierowców to zmiana w kategorii C+E, czyli ciężarówek z przyczepą. Dotąd kursy i egzaminy przeprowadzono na zestawach ciężarówka z przyczepami. Po zmianach egzamin będzie prowadzony tylko na ciągnikach siodłowych, czyli

tych składających się z pojazdu i naczepy.

Jak pisze o zmianach portal prawko-torun.pl: „Dominujące w transporcie drogowym są zestawy typu ciągnik siodłowy + naczepa. Dotychczas wielu świeżych kierowców musiało uczyć się ich prowadzenia dopiero w pracy, co generowało ryzyko i wypadki. Nowe egzaminy mają to wyeliminować. Przyszli kursanci mogą spodziewać się wyższych opłat. Ponieważ szkoły jazdy będą musiały zainwestować w nowoczesne pojazdy, a długość i forma szkolenia może się zmienić.”

Dla osób, które chcą wiązać swoją przyszłość z transportem samochodowym i myślą o zdobyciu uprawnień w kategorii C+E oznacza to, że egzaminy na tę kategorię będą trudniejsze pod względem techniki jazdy. - Pojazdy są większe i cięższe. Kandydaci muszą opanować manewry charakterystyczne dla dużych zestawów - oceniają specjaliści z portalu prawko-torun.pl.

Na stronach poświęconych branży transportowej znaleźć można i taki apel, by egzaminy praktyczne odbywały się w bazach logistycznych, a nie na zatłoczonych ulicach miast wojewódzkich. Jako argument wymienia się to, że przyszli kierowcy wykonywaliby manewry związane z ich rzeczywistą pracą, czyli na przykład parkowanie, cofanie i operowanie dużym zestawem w realnych warunkach. © redex

SYLWESTROWA MOC PRZEBOJÓW



FOT. BIURO TORUŃSKIEGO CENTRUM MIASTA

Na Rynek Staromiejski w Toruniu zwożone są elementy, z których zbudowana zostanie scena „Sylwestrowej Mocy Przebojów”.

Tak jak zapowiadaliśmy w „Nowościach”, na początku drugiego tygodnia grudnia rozpoczął się transport na Rynek Staromiejski w Toruniu elementów sceny, na której wystąpią gwiazdy „Sylwestrowej Mocy Przebojów 2025”. Tak jak przed rokiem, stanie ona w południowo-zachodniej narożniku tego placu, na wylocie ulicy Różanej, czyli obok kościoła pod wezwaniem Ducha św.

Od 15 grudnia, rozpocznie się montaż sceny. MN

eprasa.pl 83b1300159

Toruń

Można głosować na psy ze schroniska

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

W poniedziałek ruszyła tegoroczna akcja „Nakarm Psa z OLX”, do której zakwalifikowały się dwie placówki – z Gniezna i z Torunia. To nie jest jedyna akcja pomocowa dla zwierząt ze schroniska.

Zasady akcji „Nakarm Psa z OLX” są proste i niezmiennie od lat. Każde kliknięcie w aplikacji OLX lub na stronie internetowej nakarmpsa.olx.pl napędza wirtualną kość. Gdy ta zostanie zapełniona, OLX przekazuje schronisku aż 20 kilogramów karmy. Internauci mogą oddawać jeden głos dziennie, choć jeśli zagra się w specjalną grę w aplikacji, w której zbiera się kości, można do karmienia przystąpić ponownie. Wystarczy zebrać 100 punktów w 30 sekund i nie wpaść na... koty.

W pierwszym dniu akcji ogłoszono 85 psów, które szukają domów. Dotychczas najardziej swoją kość napęlił Słodzik z toruńskiego schroniska.

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Toruniu zakwalifikowało się także do pierwszej edycji akcji „Miska Pełna Dobra”, organizowanej przez Psinder.app i markę Wiejska Zagroda. W całej Polsce wybrano tylko sześć schronisk.

W ramach tej inicjatywy również decydują głosy internautów. Na stronie miskapelnadobra.pl można codziennie kliknąć „Głosuję na to schronisko” pod zdjęciem Słodzika – psa, który reprezentuje Toruń. Zwycięską stawką jest aż 5 ton karmy wysokiej jakości. To ogromne wsparcie, szczególnie teraz, gdy w toruńskim schronisku przebywa blisko 600 zwierząt.

W mieście trwa również wiele oddolnych akcji. Jedną z nich prowadzi Bella Line Wellness Centrum przy ul. Żółkiewskiego 8, które do 15 grudnia zbiera karmę, koce i ręczniki dla schroniska. Wśród darczyńców zostaną rozlosowane nagrody: trening personalny oraz masaż w gabinecie fizjoterapii.

Wsparcie płynie także spoza typowych miejsc dobroczynnych. Firma TIM.pl zakończyła niedawno ogólnopolski konkurs SMS-owy „TIM Mikołajów”. Choć toruńskie schronisko zajęło drugie miejsce, ostatecznie znalazło się wśród trzech wyróżnionych organizacji i otrzymało 10 750 zł.

Siedzieliśmy do północy i odświeżaliśmy stronę co chwilę. Sytuacja zmieniała się z minuty na minutę. To było jak finał wielkiego sportowego wydarzenia – relacjonują pracownicy. ©P



W poniedziałek zaczęła się akcja „Nakarm Psa z OLX”

Rozpoczyna się sprzedaż choinek Uwaga na drzewka z importu!

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Od 25 do 900 złotych kosztują choinki w leśnictwach w regionie. - Kupując drzewka z legalnej wycinki, wspieramy przyrodę - zachęcają leśnicy. Co rok odnotowują oni liczne kradzieże z lasu.

Trwa akcja „Choinka 2025”, w ramach której patroluje Straż Leśną i policję patrolują lasy. Przeciwdziałają kradzieży choinek i gałęzi drzew iglastych.

- Co rok Straż Leśna wystawia około 500 mandatów za nielegalną sprzedaż stroiszu - informują Lasy Państwowe.

Problem nasila się już przed Wszystkich Świętych, ponieważ igliwie jest popularną ozdobą nagrobków. Dlatego patroluje wzmogły czujność w lasach już w drugiej połowie października.

Przy okazji funkcjonariusze zwracają uwagę na inne przejawy szkodnictwa, m.in. na nielegalny wjazd pojazdami silnikowymi do lasu.

- Elementem naszej akcji jest też edukacja społeczna - do-dają leśnicy. - Uświadamiamy, że kradzież z lasu to realna strata przyrodnicza: zniszczenia w uprawach, zahamowanie wzrostu młodego pokolenia drzew i zaburzenia w ekosystemie.

Leśnicy ostrzegają przed kupowaniem drzewek z nielegalnego importu. Na rynku poja-



Co rok Straż Leśna wystawia około 500 mandatów za nielegalną sprzedaż stroiszu

wiły się między innymi choinki z Danii.

- Sprzedaż roślin podlega przepisom choćby z uwagi na groźne choroby i szkodniki, które można importować do Polski wraz z tymi roślinami - wyjaśniają leśnicy.

Ile kosztuje choinka od leśnika?

Co rok Lasy Państwowe zachęcają do kupna świerków pospolitych z ich zasobów. Pochodzą, między innymi, z cięć pielęgnacyjnych.

- Kupując drzewko z legalnego źródła, wspieramy zrów-

nowaną gospodarkę leśną i ograniczamy presję na środowisko - uczulają leśnicy.

Sprzedaż prowadzą leśnictwa i nadleśnictwa. Większość rozpocznie ją w tym tygodniu. Każde nadleśnictwo ma odrębny cennik, jednak nie różni się znacznie.

W Nadleśnictwie Toruń za świerk pospolity zapłacimy:

- do 0,9 mb - 2 zł
- 1,0-1,5 mb - 30 zł
- 1,6-2,5 mb - 50 zł
- 2,6-3,5 mb - 80 zł
- 3,6-5,0 mb - 160 zł
- 5,1-10 mb - 600 zł
- powyżej 10 mb - 900 zł

• stroisz - 100 zł

Nadleśnictwo Dąbrowa doprecyzowuje w sprawie stroiszu: za każdy rozpoczęty metr sześcienny trzeba zapłacić 5,01 zł.

W Dąbrowie mają też droższe choinki. Te powyżej 2,5 m kosztują 100 zł.

Każde Nadleśnictwo publikuje cennik na swojej stronie internetowej.

Sprzedaż prowadzą od poniedziałku do piątku w godz. 7-15 po wcześniejszym kontakcie z leśniczym. Należy przygotować gotówkę. ©P

Przedszkolaki dostały roboty w prezencie

Przedszkole Miejskie nr 1 przy ul. Strumykowej istnieje od 80 lat, a od 25 nosi imię Wandy Szuman. Oba te jubileusze uroczystie uczczono.

- To osiem dekad pełnych uśmiechów, zabawy, odkrywania świata i budowania pięknych wspomnień. Przez te wszystkie lata nasze przedszkole było miejscem, gdzie dziecięca radość, ciepło i bezpieczeństwo spletały się z troską, edukacją i sercem włożonym w wychowanie najmłod-

szych - powiedziała Oliwia Walczak, dyrektorka PM nr 1. - Nasza patronka Wanda Szuman wierzyła, że każde dziecko ma w sobie ogromny potencjał, który rozkwita wtedy, gdy jest otoczone troską i zrozumieniem. Dziś z dumą możemy powiedzieć, że wartości, które głosiła są wciąż żywe w naszym przedszkolu.

Z okazji jubileuszu prezydent Paweł Gulewski podarował placówce pamiątkową grafikę, list i kwiaty, natomiast dzieci otrzymały zestaw ośmiu



Tak świętowano 80-lecie Przedszkola Miejskiego nr 1

robotów - psów. Roboty to interdyscyplinarne narzędzia edukacyjne, które pomogą w prowadzeniu zajęć dydak-

tycznych związanych z rozwijaniem zdolności mowy, zdolności artystycznych czy zajęć ruchowych. ©P JWN

AKCJA CHARYTATYWNA



Kibice Elany Toruń i firmy razem dla „Młodego Lasu”

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Ta zbiórka na rzecz dzieci z Domu Dziecka „Młody Las” w Toruniu idzie jak burza! Zorganizowali ją kibice piłkarskiej Elany Toruń, a wsparło swoimi voucherami wiele znanych firm.

- Świąta Bożego Narodzenia to czas, w którym wyjątkowo mocno wierzymy w dobro, solidarność i wzajemne wsparcie. Jak co roku, my - kibice Elany Toruń - jednoczymy siły, by zrobić coś naprawdę ważnego. Rozpoczynamy świąteczną zbiórkę pieniędzy, z której cały dochód trafi do dzieci z toruńskiego domu dziecka „Młody Las”. Chcemy, by te święta były dla nich pełne ciepła, uśmiechu i poczucia, że są ważne. Bo są! - ogłosili pod koniec listopada kibice piłkarscy.

Uruchomili zbiórkę na portalu zrzutka.pl pod hasłem „Ełanowcy dla dzieci z domu dziecka - Boże Narodzenie 2025” i zadziałała się magia. Wystarczyło kilka dni, by wpłaty zaczęły dosłownie sypać.

Do akcji włączyło się i dołącza nadal wiele znanych toruńskich firm: gastronomicznych, hotelarskich, usługowych i innych. Obecnie na koncie jest już blisko 13 tysięcy złotych! Cały dochód popłynie do dzieci.

Zbiórkę po pierwsze wsparły całe osiedlowe społeczności kibiców piłkarskiej Elany w Toruniu, a także ich

krewni czy znajomi. Po drugie natomiast - wiele bardzo znanych toruńskich firm. One przekazały i przekazują nadal vouchery na swoje usługi, które trafiają na licytację. Zainteresowani je licytują, a pieniądze trafiają na konto zbiórki.

Dotąd akcję wsparły już na przykład hotele „Bulwar” i „1231”, restauracje „Chleb i Wino”, „Manekin”, „Olimpia” czy pizzeria „Soprano”, lokale z kebabami takie jak „Am Am Kebab” czy „Stacja Kebabowo”

Do akcji włączyło się i dołącza nadal wiele znanych toruńskich firm: gastronomicznych, hotelarskich, usługowych i innych.

oraz inne firmy. Są wśród nich studio tatuażu, Barber shopy, gabinet urody, popularne sklepy i inne przedsiębiorstwa. - Każda złotówka to cegiełka, która pomaga stworzyć dzieciom z „Młodego Lasu” lepsze, jaśniejsze chwile. Razem możemy sprawić, że ten wyjątkowy czas będzie dla nich naprawdę magiczny - podkreślają organizatorzy zbiórki.

Potrwać ona ma ona jeszcze dni i doprowadzić do zebrania około 20 tysięcy zł. Ale... kto wie! Przy takim zaangażowaniu jak dotychczasowe cel zbiórki może zostać przekroczony.

©©

Więcej pociągów i powrót kolei do Ciechocinka

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

Od połowy miesiąca wprowadzony zostanie nowy rozkład jazdy pociągów. Dojdzie 25 nowych kursów. Więcej składów pojedzie w weekendy, a Ciechocinek wróci na kolejową mapę.

- Wprowadzamy bardzo dużo zupełnie nowych połączeń, a także rozszerzamy istniejące. Dokonuje się kolejna rewolucja na naszych torach. Spodziewamy się przewiezienia 8,5 mln pasażerów. Te połączenia służą rozwojowi gospodarczemu województwa. Traktujemy je więc jako inwestycję w naszą przyszłość - mówił Piotr Całbecki marszałek województwa kujawsko-pomorskiego.

Samorząd województwa planuje w przyszłym roku dopłacić do przewozów kolejowych około ćwierć miliarda złotych, aby - jak zaznacza marszałek - mieszkańcy mogli podróżować tanio, komfortowo i bezpiecznie nowoczesnym taborem.

O skali zmian mówiła też wicemarszałek województwa. - Jesteśmy na półmetku ośmioletniej umowy. Byliśmy pierwszym województwem w kraju, który podpisał z przewoźnikami długoletnią umowę. Po tych czterech latach możemy powiedzieć, że były to dobre lata - zapewnia Aneta Jędrzejewska.



FOT. JACEK DROZD

- Wprowadzamy dużo nowych połączeń, rozszerzamy istniejące - nie krył marszałek Piotr Całbecki

Z szacunków urzędu wynika, że w 2026 roku pociągi regionalne przejadą łącznie około 7,5 mln kilometrów, czyli o 13 procent więcej niż w kończącym się roku. Wydłużone zostaną relacje dziewięciu istniejących tras, tak aby łatwiej było przesiadać się na inne pociągi, także spoza regionu.

Jedną z najważniejszych zmian jest powrót regularnych kursów do Ciechocinka. Od 14 grudnia między uzdrowiskiem a Aleksandrowem Kujawskim w dni powszednie ma jeździć 13 par pociągów, a w weekendy - 10 par.

Zmiany obejmą także inne ważne linie. Na trasie Toruń -

Mogilno uruchomione zostaną dwa nowe połączenia. Jeden z pociągów będzie skomunikowany w Gnieźnie z pociągiem Kolei Wielkopolskich, dzięki czemu podróżni z Poznania zyskają szóstą parę bezpośrednich połączeń kolejowych do Torunia. Poranny kurs z Gniezna zostanie wydłużony do stacji Toruń Wschód.

Nowy rozkład przewiduje też wzmocnienie oferty wyjazdów z Bydgoszczy. Z miasta nad Brdą odjedzie dodatkowy pociąg w kierunku Łodzi, co poprawi również połączenia z Toruniem i Jabłonowem Pomorskim. Na trasie Bydgoszcz - Kołobrzeg pociągi w obu kie-

runkach mają kursować we wszystkie dni tygodnia. Dzięki temu mieszkańcy regionu zyskają bardziej przewidywalne połączenia z wybrzeżem. W rozkładzie pozostaną też uruchomione już latem połączenia z Bydgoszczy do Tucholi i Chełmży oraz z Torunia do Grudziądza, Skępego i Sierpca.

W porze letniej do rozkładu wrócą sezonowe pociągi do popularnych miejscowości wypoczynkowych. „Rybitwa” ponownie wyjedzie z Torunia Wschodniego do Kołobrzegu, umożliwiając bezpośredni dojazd nad Bałtyk.

„Borsukiem” będzie można dojechać do Tlenia, Osia i Czerska w województwie pomorskim. W codziennym rozkładzie utrzymany zostanie także pociąg „Barnim” z Bydgoszczy do Szczecina.

W przyszłym roku województwo ma przeznaczyć na organizację regionalnych przewozów kolejowych około 267 mln zł. Na sam dostęp do infrastruktury kolejowej i opłaty dworcowe zabezpieczono 37 mln zł. Około 75 procent taboru wykorzystywanego w kujawsko-pomorskich przewozach należy do samorządu województwa. W 2027 roku do floty dołączy siedem nowych elektrycznych zespołów trakcyjnych wyprodukowanych przez bydgoską Pesę, co ma dalej poprawić komfort podróży. ©©

Tomasz W. oszukał na węgiel i ekogroszek 102 osoby w kraju

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Tomasz W. podszywał się pod Polską Grupę Górniczą i „sprzedawał” węgiel i ekogroszek. Oszukał przynajmniej 102 osoby. Wpadł 2 grudnia i na Barbórkę dostał prezent, czyli zarzuty.

Śledztwo w sprawie tego oszustwa na wielką skalę nadzoruje Prokuratura Rejonowa Toruń Centrum Zachód, a prowadzi zarząd Centralnego Biura Zwalczania Cyberprzestępczości w Bydgoszczy. 2 grudnia Tomasz W. wpadł, został zatrzymany i doprowadzony do prokuratury, gdzie usłyszał zarzuty oszukania przynajmniej 102 osób w całym kraju na ponad ćwierć miliona złotych.

Na koncie ma mieć kilkaset wyłudzeń (tak!) pieniędzy za węgiel i ekogroszek rzekomo z Polskiej Grupy Gór-

czej, pod którą się podszywał. Po postawieniu zarzutów śledczy natychmiast skierowali wniosek o aresztowanie Tomasa W.

- Sąd Rejonowy w Toruniu się do niego przychylił i zastosował areszt - przekazuje prokurator Izabela Oliver, rzecznik toruńskiej prokuratury.

Założył sklep PPG i „sprzedawał” opał

Polska Grupa Górnicza S.A to marka, która wśród wielu nabywców opału budzi zaufanie. Sprytnie wykorzystał to właśnie Tomasz W.

Jak ustalono, że mężczyzna założył sklep PGG, którego strona internetowa (szata graficzna) oraz adresy e-mail ludzko przypominają te wykorzystywane przez Polską Grupę Górniczą S.A. Tym samym wprowadził w błąd zamawiających opał co do autentyczności sklepu oraz możliwości wywią-

zania się z zaciągniętych zobowiązań (rzeczywistego zamiaru sprzedaży i dostarczenia towaru).

- Co więcej, dla „usprawnienia” swojej działalności Tomasz W. założył kilkadziesiąt kont bankowych, które wyko-

rzyszczył do przelewania pieniędzy, posługiwał się nieprawdziwymi dokumentami w postaci elektronicznego potwierdzenia zamówień, fakturami, w których poświadczal nieprawdę i którymi posługiwał się jako autentycznymi. Z pro-

cederu uczynił sobie stałe źródło dochodu - informuje prokurator Izabela Oliver.

Niestety, nie wszyscy pokrzywdzeni odzyskali pieniądze. Podjęte próby ich wyegzekwowania okazały się bezskuteczne.

Jak ustalono, sprawca działał na terenie całego kraju. Postępowanie Prokuratury Rejonowej Toruń Centrum Zachód w Toruniu obejmuje, obecnie swoim zakresem 102 pokrzywdzonych, którzy łącznie ponieśli szkodę w wysokości ponad 260 tysięcy zł.

Wyjaśnienia sprzeczne z dowodami

- Niemniej jednak, jak ustalono, postępowania, które mogą mieć związek podmiotowo-przedmiotowy z tymże postępowaniem może być znacznie więcej - zaznacza prokurator Izabela Oliver. - W oparciu o zgromadzony materiał do-



FOT. POLSKA PRESS

Tomasz W. oszukał przynajmniej 102 osoby na ponad ćwierć miliona zł. Skala procederu może być większa

Zasłużeni dla Torunia błakają się po ulicach, a morderca dziecka próbuje uciec z więzienia

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

Dlaczego spis mieszkańców Torunia z 1905 roku miał nie mieć żadnego znaczenia dla nauki i co miał z tym wspólnego właściciel pięknej willi, która stała przy ulicy Krasieńskiego?

W miłym towarzystwie naszych Czytelników żeglujemy przez dawne toruńskie zakamarki i gazety już ponad 13 lat. I z całą pewnością w taki sposób jeszcze historii nie zaczynałyśmy:

„W owym czasie wyszło rozporządzenie Cezara Augusta, żeby przeprowadzić spis ludności w całym państwie. Pierwszy ten spis odbył się wówczas, gdy wielkorządcą Syrii był Kwiryniusz. Wybierali się więc wszyscy, aby się dać zapisać, każdy do swego miasta. Udał się także Józef z Galilei, z miasta Nazaret, do Judei, do miasta Dawidowego, zwanego Betlejem, ponieważ pochodził z domu i rodu Dawida, żeby się dać zapisać z poślubioną sobie Maryją, która była brzemienna”.

Ewangelia wg. św. Łukasza. Mamy grudzień, zatem cytaty zaczerpnięte z „Biblii Tysiąclecia” jest poniekąd na czasie, jednak tym razem nie chodzi o zbliżające się święta, tylko o procedury dotyczące spisów ludności. Zasady z czasów rzymskich wydają się logiczne i jasne, czego raczej nie da się powiedzieć o tych, które obowiązywały podczas spisu mieszkańców Cesarstwa Niemieckiego przeprowadzonego 1 grudnia 1905 roku.

„Liczenie ludności w Toruniu nie będzie miało dla nauki znaczenia, gdyż nie da wierne obrazu stosunków liczbowych ludności. Jak wiadomo, każdy tam został policzony, gdzie spał w nocy z 30 listopada na 1 grudnia - czytamy w „Gazecie Toruńskiej” z 2 grudnia A. D. 1905. - Otóż na przykład przedsięwzięcia drogowy p. Grossera nasprawdzała wielką liczbę robotników Polaków z okolicy i pomieścił ich na sali Wiktorii i w innych lokalach. Ludziom pracującym u p. Grossera a mieszkającym na Mokrem su-



Toruński areszt i gmach sądu. W 1905 roku, w drodze z jednego do drugiego, próbował uciec morderca Petzlaff

rowo nakazano, bez podania powodu, aby w nocy z 30 listopada na 1 grudnia spali w stajni swego pracodawcy w Toruniu. Wywołało to w mieście pewien niepokój, który ustąpił dopiero, kiedy ludziom wytłumaczyliśmy, że tu tylko chodzi o statystykę, czyli liczenie ludności. Wszystkich tych ludzi policzono, jak się dowiadujemy, jako mieszkających w Toruniu. Nawet ci, którzy są ojcami rodzin i mają własne mieszkania, nie otrzymali, jak być powinno, kartek, aby je wypełnili sami lub przez osoby zaufane, tylko wypełniali im kartki oficjalnie p. Grossera częścią w kantorze tego ostatniego, częścią na kwaterach. O ścisłości szczegółów co do języka ojczystego nie może wobec tego być mowy. Jeżeli potem statystyka wykaże w Toruniu wielką liczbę katolików niemieckich, będziemy wiedzieli, jaką to katolicy „niemieccy”. Miejscowy magistrat i biuro statystyczne zostaną o zarządzeniach p. Grossera uwiadomione przez Towarzystwo wyborcze”.

O takie brzydkie praktyki został oskarżony Julius Grosser, o którym w tamtych czasach sporo mówiło się na toruńskim bruku. Szczególnie, że dużo tego bruku ułożyli właśnie pracownicy jego firmy. Grosser mieszkał w pięknej willi, którą zbudował dla siebie korzystając z projektu berlińskich mistrzów

secesji z biura prowadzonego przez architektów Gustava Erdmanna i Ernsta Spindlera. Tych samych, którzy zaprojektowali do Konrada Schwartza kamienicę przy Bydgoskiej 50-52. Ponad sto lat willa stała przy ul. Krasieńskiego 15a. Później kilkakrotnie „się” paliła i ostatecznie została uratowana przez konserwatora Piotra Tuliszewskiego, który przeniósł niechciany zabytek do Antoniewa pod Golu-
biem.

Dwa tygodnie przed spisem mieszkańców Cesarstwa Niemieckiego, czyli w połowie listopada 1905 roku, „Gazeta Toruńska” podała kolejny przykład tego, że wśród ludzi szlachetnych zawsze znajdują się jakieś hieny. Tym razem ktoś próbował żerować na nieszczęściu, jakie pod koniec sierpnia A. D. 1904 dotknęło pracowników i akcjonariuszy cukrowni w Chełmży.

„Tutejsza cukrownia wygrała w pierwszej instancji proces, który wytoczyli jej odbiorcy o niedostarczenie cukru w roku ubiegłym - czytamy. - Objekt wynosił 3/4 miliona marek. Cukrownia, jak wiadomo, w roku ubiegłym zgorzała prawie do szczytów”.

Przypomnijmy, że tuż po pożarze zarząd zdecydował o sprzedaży innym cukrowniom wszystkich zebranych zapasów buraków, oraz o natychmiastowej odbudowie tak, aby

największa cukrownia w Cesarstwie zaczęła pracę wraz z kolejnym sezonem. Tak się stało.

„Tutejsza cukrownia przerobiła od rozpoczęcia swej tegorocznej kampanii już 1.600.000 cetnarów buraków - poinformował toruński dziennik 17 listopada. - Przecięciowo przerabia dziennie 50.000 cetnarów”.

Kiedy w Chełmży świętowano powrót odrodzonego z popiołów buraczanego feniksa oraz zwycięstwo w batalii sądowej, w toruńskim więzieniu ogłoszono alarm.

„W tutejszym więzieniu śledczym znajduje się syn posiadziciela Pritzlaffa z Rzęczkowa - napisała „Gazeta” w ostatnim tygodniu listopada. - W czwartek, gdy go zaprowadzić chciano przed sędziego śledczego, usiłował zbiedz. Wy-skoczył w tym celu przez okno i zaczął uciekać. Dozorca puścił się natychmiast za nim w pogoń i z pomocą pewnego żołnierza udało mu się zbiega przytrzymać. Pritzlaffa aresztowano pod zarzutem zamordowania dziecka. Z początku wszelkiej winy się wypierał, atoli teraz do morderstwa się przyznał”.

W sąsiednim Podgórzu germanizatorów, którzy postanowili zmienić wywódcą się z polskich czasów nazwę miasta na bliższą ich uszom i przy okazji taką, która by nie powodowała międzynarodowych pomyłek pocztowych -



Kamienica Reinharda Uebrička przy Bydgoskiej 35 po pożarze w 2006 roku

zdarzało się, że na Kujawy trafiały przesyłki adresowane do Podgórza pod Krakowem i na odwrót, spotkał zawód.

„Rejencya kwidzińska nie zgodziła się na zmianę nazwy Podgórza na „Amberg” i zaleca z swej strony zmianę na „Dybbau”. Jest to pierwotna nazwa Podgórza, o czym świadczą jeszcze ruiny zamku Dybbau na lewym brzegu Wisły” - informowała w jednym z kolejnych wydań „Gazeta”.

Przy okazji warto wspomnieć, że ćwierć wieku wcześniej z podobną propozycją wystąpił ówczesny prezydent Torunia Georg Bender. Nasi przodkowie upamiętnili go nadając jego imię fragmentowi dzisiejszej ulicy Matejki, między Rybakami i Bydgoską. Informacja ta wiąże się z kolejną ciekawostką, jaką złowiliśmy wertując w Kujawsko-Pomorskiej Bibliotece Cyfrowej kolejne numery „Gazety Toruńskiej” z końca listopada 1905 roku.

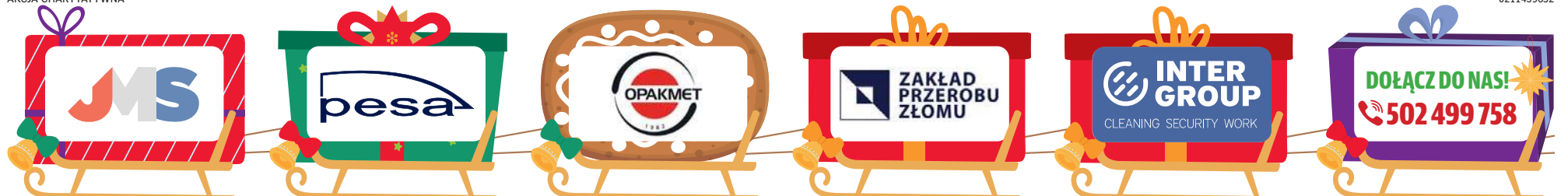
„Przedmieście Bydgoskie otrzymała nową ulicę, która łączy ulicę Bydgoską z ulicą Rybacką i to równoległe z ulicą Bendera przez podwórze budowniczego Uebrička. Nowa ta ulica otrzymała nazwę Koenera na pamiątkę dawniejszego toruńskiego burmistrza”.

Obudowniczym, projektantem, radnym miejskim i działaczem społecznym Reinhardzie Uebričku pisaliśmy wiele razy.

Jeden z inicjatorów i wielki ordonnik budowy toruńskiego teatru, mieszkał najpierw w pięknej szkieletowej kamienicy przy ul. Bydgoskiej 35, która była jego dziełem, podobnie jak kamienica na rogu Rybaków i obecnej ul. Kujota 7, do której Uebrička przeprowadził się w 1904 roku. Dom przy Bydgoskiej 35 spłonął w 2006 roku, zdobiona motywami z bajek Ezopa kamienica przy Rybakach na szczęście stoi do dziś. A patronem nowej ulicy na Bydgoskim Przedmieściu ostatecznie został Reinhard Uebrička. Krótko nim był, bo zmarł w 1917 roku, a po powrocie Torunia do Polski w roli patrona ulicy zastąpił go ksiądz Stanisław Kujot.

Burmistrz Theodor Koerner, który objął stanowisko w 1841 roku mając zaledwie 31 lat, wprowadził Toruń z zapaści finansowej. Za jego czasów m.in. powstała gazownia miejska, na Rynku Staromiejskim stanął pomnik Kopernika, a na Zaułku Proszowym gmach dla Gimnazjum Toruńskiego. Dzięki niemu w 1844 roku przy Piekarach została otwarta pierwsza ochronka dla dzieci, rok później zaczęły działać czeladnicze kasy chorych. Ten zasłużony dla miasta człowiek musiał na swoją ulicę poczekać dłużej i też się nią nie nacieszył, bo w 1920 roku musiał ustąpić miejsca Aleksandrowi Fre-drze. ©

AKCJA CHARYTATYWNA



0211439632

TV TORUŃ

ŚRODA, 10 GRUDNIA

10:00 Aktualności Toruńskie
10:20 Pogoda dla Torunia
10:25 Rozmowa dnia
10:40 Serwis sportowy
10:45 Wsparcie opieki nad zabytkami
11:07 dni sportu
11:30 Kujawsko-Pomorskie Bieszczady
11:40 Ćw. rekr. Ewa Kędzierska
12:00 Powtórka programu
14:00 Oferty TV Toruń
16:00 Magazyn samorządowy (6)
16:25 Nasze Sprawy- SM Kopernik
16:45 7 dni sportu
17:05 Magazyn Kujawsko-Pomorski
17:25 Potencjał gospodarczy regionu (19)
17:30 Europa w kieszonekach
17:45 Aktualności Toruńskie
18:05 Pogoda dla Torunia
18:10 Rozmowa dnia
18:25 Serwis sportowy
18:30 Wsparcie opieki nad zabytkami
18:55 Ludzie nauki Kujaw i Pomorza- Elżbieta Weymanowa
19:15 Bulwar sztuki- grudzień
20:00 Aktualności Toruńskie
20:20 Pogoda dla Torunia
20:25 Rozmowa dnia
20:40 Serwis sportowy
20:45 Wsparcie opieki nad zabytkami
21:07 dni sportu
21:25 Kujawsko-Pomorskie Bieszczady
21:45 Aktualności Toruńskie
22:05 Pogoda dla Torunia
22:10 Rozmowa dnia
22:25 Serwis sportowy
22:30 Bulwar sztuki- grudzień



Opowieść o kobiecie i jej niezwykłej sile charakteru

W kolejnym odcinku z cyklu „Ludzie Nauki z Kujaw i Pomorza” opowiemy o doktor Elżbiecie Weymanowej - lekarce, społeczniczce, kobiecie o niezwykłej sile charakteru.

Prawnuczka Aleksandra Fredry, dorastała w cieniu wielkich tradycji rodzinnych, ale i w burzliwych czasach przełomu. Jej młodość przypadła na dramaty II wojny światowej, a lata późniejsze -

na powojenne poszukiwanie swojej drogi i czas studiów medycznych, do których podchodziła z ogromną pasją.

Zapraszamy również na nasze programy informacyjne dotyczące wydarzeń z Torunia i regionu oraz na relacje ze sportowych aren.

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

INFORMATOR

WAŻNE TELEFONY

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

SZPITALY

Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera w Toruniu:

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

Centrum Zdrowia Psychicznego

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

Szpital Specjalistyczny dla Dzieci i Dorosłych, ul. Konstytucji 3 Maja 42

- izba przyjęć, tel. 56 679 45 85
- nocna i świąteczna opieka zdrowotna, rejestracja, tel. 56 679 40 40

Regionalne Centrum

Stomatologii,

ul. Konstytucji 3 Maja 42
- rejestracja, tel. 56 679 47 02, 56 679 47 03

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

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

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

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

POLICJA

Komenda Miejska Policji,

ul. Grudziądzka 17,
tel. 47 754 28 11

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

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

Komisariat Toruń-Podgórze,
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 4732 354 (komórkowe).

Arriva Bus, telefoniczny rozkład jazdy,

tel. 703 302 333

MZK Toruń, rozkład jazdy:

mzk-torun.pl

Informacja o rzeczach pozostawionych

w autobusach i tramwajach MZK:

tel. 56 612 18 41

INTERWENCJE

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt

w Toruniu, ul. Przybyszewskiego 3,

tel. 56 622 48 87,

telefon interwencyjny: 666 683 377

Ekopatrol Straży Miejskiej,

tel. 56 625 877, tel. alarmowy: 986



Karma wraca

14 grudnia godz. 11:00

plac przy windach panoramicznych
w Toruń Plaza

PRZYNIEŚ DARY, ODBIERZ CHOINKĘ!

**Akcja trwa do wyczerpania zapasów
nr zbiórki: 2025/4588/OR**

Szczegóły i pełna lista potrzebnych darów na nowosci.com.pl/karmawraca

ORGANIZATOR AKCJI



ORGANIZATOR
ZBIÓRKI



PARTNER
LOKALIZACYJNY



PARTNERZY



POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

PRZESTĘPCZOŚĆ

Przemyt papierosów w „karetce”

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

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

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

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

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

WARSZAWA

Rząd o kryptowalutach



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

GŁÓWNY URZĄD STATYSTYCZNY

Obcokrajowcy na rynku pracy

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

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

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

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

INWESTYCJE

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

”

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

Mariusz Frankowski, wojewoda mazowiecki

Zelenski gotowy do spotkania z Nawrockim. Szczegółów brak

Grzegorz Kuczyński
Warszawa

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

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

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

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

Po słowach przywódcy Ukrainy szef prezydenckiego



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Oprac. Anna Nagel
Warszawa

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

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

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

czy budowa rusza - zaznaczył premier.

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

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

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

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

Rząd Litwy wprowadził stan wyjątkowy w całym kraju

Adam Kielar
Wilno

Litewski rząd ogłosił, że wprowadza stan wyjątkowy. Decyzja ta jest spowodowana wysyłaniem nad jej terytorium balonów przemysłowych z Białorusi, co „zagroza bezpieczeństwu narodowemu”.

Stan wyjątkowy na Litwie nazywany jest „stanem sytuacji ekstremalnej” i nie wiąże się z ograniczeniami praw obywatelskich mieszkańców kraju. Jak podają litewskie media, na czele operacji stanu wyjątkowego stanął minister spraw wewnętrznych Litwy Władysław Kondratowicz.

Szefowa rządu Inga Ruginiene podkreśliła w komunikacie, że wprowadzenie stanu wyjątkowego ma celu ułatwienie pracy grupy dochodzeniowej powołanej w celu zwalczania balonów. W jej skład wchodzi funkcjonariusze straży granicznej, policji, służby celnej oraz Służby ds. Dochodzeń Finansowych. Decyzja o stanie wyjątkowym pozwoli na uruchomienie pewnych mechanizmów i działań właściwych dla takiej sytuacji prawnej.

„Wprowadzenie stanu wyjątkowego w kraju nie spowoduje niedogodności dla mieszkańców. Zastosowane środki będą skierowane wyłącznie w organizatorów i sprawców nielegalnych działań” – poinformowało MSW Litwy.



Wprowadzenie stanu wyjątkowego na Litwie zapowiedziała w piątek (5 grudnia) premier tego kraju Inga Ruginiene. Nie wiadomo, jak długo będzie obowiązywać

Decyzja o wprowadzeniu stanu nadzwyczajnego jest spowodowana falą balonów przemysłowych, które nadlatują nad litewskie terytorium z Białorusi.

Białoruskie balony przemysłowe

Według władz litewskich balony są wysyłane z Białorusi

Stan wyjątkowy na Litwie nazywany jest „stanem sytuacji ekstremalnej” i nie wiąże się z ograniczeniami praw obywatelskich

przez przemysłników papierosów, a winę za to ponoszą białoruskie władze, które nie powstrzymują tego procederu. Rząd Litwy uznaje te incydenty za ataki hybrydowe. Premier Inga Ruginiene powiedziała 4 grudnia, że takie działania Mińska mogą być uznane również za akty terroru.

Według danych MSW Litwy w tym roku odnotowano około 600 przypadków naruszenia jej przestrzeni powietrznej przez balony przemysłowe z Białorusi i 197 przez drony.

Z powodu balonów lotnisko w Wilnie było w październiku i listopadzie zamykane kilkanaście razy. Do ostatniej takiej sy-

tuacji doszło w minioną sobotę wieczorem.

Minister spraw wewnętrznych Litwy Władysław Kondratowicz, któremu powierzono koordynowanie działań związanych ze stanem wyjątkowym, nie potrafił odpowiedzieć dziennikarzom na pytanie, na jak długo został on wprowadzony.

– Nie przewidujemy dzisiaj daty wygaszenia stanu wyjątkowego, ale sądzę, że za miesiąc powrócimy do tej kwestii – powiedział minister po wczorajszym posiedzeniu rządu. – Będzie to zależało od wyników całej operacji – dodał. PAP

Papież Leon XIV przyjął w Castel Gandolfo prezydenta Ukrainy

Oprac. Karolina Wrońska
Watykan

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski spotkał się z papieżem Leonem XIV. Głównym tematem rozmowy była wojna na Ukrainie.

Rozmowa w Villa Barberini, w której zatrzymuje się papież podczas pobytu w Castel Gandolfo, trwała ponad pół godziny.

Po rozmowie Leon XIV i prezydent stanęli na balkonie rezydencji. Jak informuje Biuro Prasowe Stolicy Apostolskiej, spotkanie przebiegało w serdecznej atmosferze.

W wydanym komunikacie Watykan poinformował, że „podczas serdecznej rozmowy, której głównym tematem była

wojna na Ukrainie, Ojciec Święty powtórzył konieczność kontynuowania dialogu i ponownie wyraził pilne życzenie, by trwające inicjatywy dyplomatyczne mogły doprowadzić do sprawiedliwego i trwałego pokoju”.

Ponadto wśród tematów rozmów Watykan wymienił kwestię jeńców wojennych i potrzebę powrotu ukraińskich dzieci do ich rodzin. To nawiązanie do kwestii dzieci wywiezionych do Rosji.

Było to trzecie spotkanie Leona XIV z prezydentem Ukrainy Wołodymyrem Zełenskim. Po raz pierwszy doszło do niego w maju podczas inauguracji pontyfikatu Leona XIV, po raz kolejny – w lipcu, kiedy papież przebywał na urlopie w Castel Gandolfo. PAP



Podczas spotkania rozmawiano o wojnie na Ukrainie i powrocie z porwania ukraińskich dzieci

Rewolucja na Atlantyku? Wielka Brytania wdraża program Atlantic Bastion

Grzegorz Kuczyński
Londyn

Przewaga, jaką miała Wielka Brytania na Atlantyku od zakończenia II wojny światowej, jest zagrożona – ocenił w poniedziałek gen. Gwyn Jenkins, szef sztabu Królewskiej Marynarki Wojennej.

Ministerstwo obrony, które w poniedziałek ujawniło elementy programu Atlantic Bastion, stwierdziło w oświadczeniu, że program ten jest „bezpośrednią odpowiedzią na ponowne nasilenie działalności rosyjskich okrętów podwodnych i nawodnych”.

W przemowie wygłoszonej podczas Międzynarodowej Konferencji Sił Morskich w Londynie Jenkins podkreślił znaczenie obrony morskiej, mówiąc, że „praktycznie cały nasz handel,



Niszczyciele stanowią trzon Royal Navy

dane (teleinformatyczne) i energia przepływają albo po morzu albo pod nim”. – To dosłownie nasza linia życia, zarówno dla nas jako narodu wyspiarskiego, jak i dla NATO – zaznaczył.

– Dla nas NATO przede wszystkim oznacza zaangażo-

wanie w odstraszenie nuklearne, które trwa już 57 lat i którego celem jest nie tylko ochrona 67 milionów ludzi na Wyspach, ale także miliarda ludzi w państwach sojuszu NATO. Oczywiście, NATO jest najważniejsze, ale nie tylko, dlatego mamy partnerów z całego świata – powiedział szef sztabu Royal Navy, weteran brytyjskich marines.

Podczas swojego pierwszego wystąpienia publicznego od objęcia swojej funkcji w maju, Jenkins zwrócił szczególną uwagę na wzrost sił militarnych Rosji. – Pomimo milionów ofiar i kosztów ich skandalicznej nielegalnej inwazji na Ukrainę, (Rosjanie) nadal inwestują miliardy w swój potencjał morski, a w szczególności we Flotę Północną – oznajmił.

Generał przytoczył słowa brytyjskiego ministra obrony

Johna Healeya, który zwrócił się niedawno bezpośrednio do rosyjskiego przywódcy Władimira Putina, mówiąc: „Widzimy was i wiemy, co robicie”.

Rząd w Londynie twierdzi, że w ciągu ostatnich dwóch lat liczba rosyjskich statków zagrożających wodom terytorialnym Wielkiej Brytanii wzrosła o 30%.

Brytyjski rząd poinformował w poniedziałek, że rozpoczyna wdrażanie nowego programu militarnego, Atlantic Bastion. Łączy on działania jednostek bezzałagowych, okrętów podwodnych i samolotów za pomocą technologii opartej na sztucznej inteligencji w celu identyfikacji zagrożeń ze strony Rosji na Atlantyku. Jego wartość inwestycyjna wynosi 14 mln funtów. Brytyjskie ministerstwo obrony zapowiedziało, że nowa technologia ma zostać wprowadzona w 2026 r.

An-22 runął do wody. Cios dla armii Rosji

Grzegorz Kuczyński
Moskwa

W obwodzie iwanowskim, na północny wschód od Moskwy, rozbił się wojskowy samolot transportowy An-22, informuje agencja TASS, powołując się na źródło w służbach operacyjnych.

Na pokładzie samolotu znajdowało się siedem osób. Ich los jest nieznany. Wiele wskazuje jednak na to, że wszyscy zginęli.

Samolot rozbił się w okolicy zbiornika wodnego Uwodskij, a jego szczątki, według służb operacyjnych, zostały znalezione na wodzie. Według danych kanałów Telegramu „112” i Shot, samolot spadł w rejonie Furmanowskim, położonym na północ od zbiornika wodnego.

An-22 to ciężki turbośmigłowy samolot transportowy,

pierwszy na świecie samolot szerokokadłubowy i największy na świecie w tej klasie. Jest przeznaczony do transportu broni, sprzętu wojskowego i żołnierzy na duże odległości.

Samolot został zaprojektowany w latach 60. XX wieku, a seryjna produkcja trwała od 1965 do 1975 roku.

W sumie w czasach sowieckich wyprodukowano 69 egzemplarzy An-22, w tym dwa do wojska. Wiele wskazuje na to, że samolot był eksploatowany w różnych okresach przez Siły Powietrzne ZSRR, Rosji i Ukrainy, a także przez komercyjne linie lotnicze Air Sofia Cargo i Sigi Air Cargo.

Latem 2024 roku dowództwo Sił Powietrznych Federacji Rosyjskiej ogłosiło, że eksploatacja pozostałych jeszcze w służbie samolotów An-22 zostanie zakończona.

W NUMERZE: Popularne i zdrowe!

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

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

ZA TYDZIEŃ:

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



FOT. TIMOLINA/FREEPIK.COM

Tym osobom herbata może zaszkodzić. Kto powinien jej unikać?

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

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

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

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

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

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

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



FOT. LIGHTFIELDSTUDIOS/123RF

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

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

Kto nie powinien pić herbaty?

● Dzieci.

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

● Chorzy na anemię.

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

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

● Osoby nadwrażliwe

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

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

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

● Osoby uczulone

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

● Osoby z aktywnymi chorobami

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

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

● Osoby z zaburzeniami krzepliwości krwi

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

● Osoby przyjmujące leki z teofiliną

Teofilina to substancja występująca naturalnie w herbacie,

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

● Osoby przyjmujące inne leki

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

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

Popularne i zdrowe! Morsowanie niesie szereg korzyści zdrowotnych

Agata Siemiaszko
agata.siemiaszko@polskapress.pl

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

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

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

Dlaczego warto morsować?

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

WARTO WIEDZIEĆ

Morsowanie – przeciwwskazania

Mimo korzyści z morsowania, ze względu na niebezpieczeństwo związane z układem krążenia, tego sportu nie zaleca się w przypadkach: dzieci i osób poniżej 13. roku życia, kobiet ciężarnych, niewydolności nerek, dializ, nadczynności tarczycy, borelioz, niewyównanego nadciśnienia tętniczego krwi, stanu po zawale serca lub udarze mózgu, niewydolności serca, zakrzepicy żył głębokich, zaawansowanych żylaków.



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Jak zacząć morsować?

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

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

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

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

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

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



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

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

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

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

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

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

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

To prosta zasada, która może mieć ogromne znaczenie dla

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

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

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

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

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

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



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

Odra to wysoce zaraźliwa choroba. Szczepienie może zapobiec poważnym powikłaniom!

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Odra to wysoce zakaźna choroba wirusowa, która może dotknąć każdego, kto nie przeszedł jej wcześniej lub nie został za-szczepiony.

Odra należy do najbardziej zakaźnych chorób wieku dziecięcego. Główną przyczyną odry jest wirus odry (morbillivirus) z grupy paramyksowirusów. Do zakażenia dochodzi przede wszystkim drogą kropelkową,

co sprawia, że choroba łatwo przenosi się w skupiskach ludzkich. Okres inkubacji trwa zwykle 10-12 dni.

Źródłem zakażenia odrą jest osoba chora, która wydalą wirusa przez jamę nosowo-gardłową. Patogen przenika następnie do komórek układu oddechowego, krwi oraz układu fagocytarnego, skąd rozprzestrzenia się do kolejnych narządów.

U osób, które nie były szczepione i nie przebyły choroby, ryzyko zarażenia po kontakcie z chorym wynosi nawet 90 proc.

Jakie są objawy odry?

Odra to choroba wirusowa o kilkuetapowym przebiegu, z długim okresem inkubacji trwającym zwykle 10-12 dni.

Najczęstsze objawy odry to: wysoka gorączka, często powyżej 39°C, nieżyt nosa (katar), łzawienie oczu, suchy, uporczywy kaszel, zapalenie spojówek ze światłowstrętem, małe, białe plamki na języku i wewnętrznej stronie policzków (tzw. plamki Koplika), obrzęk powiek i nadmierna wrażliwość oczu na światło, apatia, brak apetytu, ogólne osłabienie organizmu.

Po kilku dniach od pojawienia się powyższych symptomów rozwija się najbardziej charakterystyczny objaw odry - wysypka. Początkowo jest drobnoplamista i białoróżowa, z czasem staje się gruboplamista i ciemnoróżowa.

Wysypka najpierw pojawia się na twarzy, a następnie systematycznie rozprzestrzenia się w dół ciała. Ten charakterystyczny wzór, od głowy do stóp, jest istotnym wskaźnikiem diagnostycznym odry i pozwala odróżnić ją od innych chorób egzantematycznych.



FOT. GETTY IMAGES

Najczęściej na odrę chorują małe dzieci. Najskuteczniejszą ochroną jest szczepionka przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR), która nie tylko chroni przed odrą, ale także przed tymi dwiema groźnymi chorobami wirusowymi

Odra u dzieci, dorosłych i kobiet w ciąży

Przebieg odry w dużej mierze zależy od wieku pacjenta oraz jego ogólnego stanu zdrowia. Najczęściej z odrą spotykają się lekarze dziecięcy, ponieważ cho-

roba najczęściej dotyka dzieci do 15. roku życia.

Niemowlęta są szczególnie narażone na ciężki przebieg choroby, który może prowadzić do poważnych powikłań, w tym trwałych uszkodzeń mózgu. Na szczęście dzieci do około 6. miesiąca życia korzystają z ochrony dzięki przeciwciałom przekazanym przez matkę, co zmniejsza ryzyko zachorowania w tym okresie.

Odra w ciąży stanowi poważne zagrożenie zarówno dla matki, jak i dla dziecka. Zakażenie wirusem odry w tym okresie może skutkować przedwczesnym porodem, poronieniem, niską masą urodzeniową dziecka, a także zwiększonym ryzykiem zachorowania noworodka na odrę w pierwszych miesiącach życia.

Dorośli zwykle przechodzą odrę w sposób podobny do dzieci, jednak im starszy pacjent, tym ciężiej mogą przebiegać objawy. U osób starszych, zwłaszcza z chorobami serca lub układu krążenia, odra może prowadzić do poważnych komplikacji, a nawet stanowić zagrożenie życia.

Szczepienie na odrę

Szczepionki przeciw odrze wykonywane są od lat 70. XX w. Obecnie występują w postaci skojarzonej i zawierają one żywe, osłabione wirusy trzech chorób: odry, świnki i różyczki, tzw. szczepionka MMR. Skuteczność szczepienia po podaniu dwóch dawek szczepionki wynosi 98-99 proc., utrzymuje się do końca życia.

W przypadku małych dzieci pierwsza dawka podawana jest w 13.-15. miesiącu życia, dawkę uzupełniającą podaje się w 6. roku życia celem uzyskania długotrwałej odporności.

Osoba dorosła może zaszczyć się przeciwko odrze w kilku sytuacjach: dla dorosłych, którzy nie byli szczepieni w dzieciństwie, dla osób pracujących z dziećmi - w szkołach, przedszkolach, żłobkach czy przychodniach - bo dzieci łatwo zarażają się odrą, dla tych, którzy nie skończyli pełnego cyklu szczepień MMR; jeśli w dzieciństwie podano dwie dawki, zwykle nie trzeba kolejnej, dla podróżujących do krajów, gdzie odra jest częsta.

WARTO WIEDZIEĆ

Powikłania po odrze

Do najczęstszych i najgroźniejszych powikłań po odrze należą: zaburzenia pracy układu pokarmowego, takie jak biegunki, wymioty czy zaparcia; zapalenie płuc, które może prowadzić do poważnych problemów oddechowych; zapalenie ucha środkowego mogące powodować trwałe uszkodzenie słuchu; zapalenie mózgu, w tym podostre stwardniające zapalenie mózgu (SSPE), które może pojawić się kilka lub nawet kilkanaście lat po przebytej chorobie; powikłania w ciąży, takie jak poronienie lub przedwczesny poród.; zapalenie rogówki, które w ciężkich przypadkach może skutkować utratą wzroku.

AUTOREKLAMA

DROBNE

Zdrowie

STOMATOLOGIA

NAPRAWA Protez Wyszyńskiego

11A/61 tel. 56 645 45 72

Usługi

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

PORZĄDKOWE

DYWANY, tapicerki, okna.
Czyszczanie "Kärcher" 697-628-925

REKLAMA

0011426216

Firma SPRZEDA

lokal użytkowy w Bydgoszczy
(udział w nieruchomości).

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

Tel. 510 026 836

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

aktualne
z całej Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

REKLAMA

0011449066



**ZARZĄD WOJEWÓDZTWA
KUJAWSKO-POMORSKIEGO**

stosownie do postanowień art. 35 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.)

podaje do publicznej wiadomości,

że na okres od dnia 9 grudnia do dnia 30 grudnia 2025 r. w siedzibie Urzędu Marszałkowskiego w Toruniu, Plac Teatralny 2, na tablicy ogłoszeń na parterze oraz na stronie internetowej: bip.kujawsko-pomorskie.pl (domena: „Województwo Kujawsko-Pomorskie”, zakładki: „Mienie Województwa”, „Wykazy nieruchomości”) zamieszczono wykaz nieruchomości położonej w Toruniu, oznaczonej jako działka nr 89/1 o pow. 0,0049 ha, obręb 0016, KW nr TO1T/00013761/6, przeznaczonej do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz właściciela sąsiedniej nieruchomości.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu, ul. Wały gen. Sikorskiego 15, parter lub telefonicznie (56) 62 18 513.

AUTOPROMOCJA

0010738841

REKLAMA

0011440831

**Zleć nekrologi,
ogłoszenia drobne,
życzenia**

Biurow ogłoszeń Nowości Dziennika Toruńskiego:

Toruń, czynne: pn.-pt. 8-16
ul Grudziądzka 46-48, tel. 606 537 137
e-mail: lukasz.kopanski@polskapress.pl

Express
BYDGOSKI

**GAZETA
pomorska**

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

„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 wianki
- Sprzedaż nagrobków;
- Możliwość wyboru kolorystyki strojów żałobników;
- Z szacunkiem i zaangażowaniem spełniamy ostatnią posługę.

0011448555

*„Zamknęły się kochane oczy, Spoczęły pracowite ręce,
Przestało bić najdroższe serce”*

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 7 grudnia 2025 roku odeszła do Pana nasza kochana Mama, Teściowa, Babcia, Prababcia, Siostra, Bratowa i Ciocia



Maria Mierzwicka

lat 86

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w czwartek 11 grudnia 2025 roku o godz. 9.30 modlitwą różańcową, która zostanie odmówiona w Domu Pogrzebowym „SOTOR” przy ul. Poznańskiej 6/8. O godz. 10.00 nastąpi wyprowadzenie i przejazd do kościoła pw. Św. Piotra i Pawła, gdzie zostanie odprawiona Msza Święta żałobna. Po Mszy Świętej ceremonia pogrzebowa odbędzie się na starym cmentarzu parafialnym przy ul. Poznańskiej. Pograżona w smutku Rodzina

Domowe kosmetyki

Firmy kosmetyczne odkryły go na nowo w XIX wieku. Największe znaczenie miało to, że miód jest naturalnym antybiotykiem, a na skórę wykazuje działanie przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze i antywirusowe.

Miód jest też doskonałym produktem do pielęgnacji włosów. Połączony z oliwą koi podrażnioną skórę głowy i przyspiesza porost włosów.

Kąpiele z miodem na wzór Kleopatry ukoją wrażliwą skórę i otoczą ją warstwą ochronną.

Kąpiel odprężająca: w wannie z ciepłą wodą rozpuścić garść soli. W litrze ciepłego mleka rozpuścić cztery łyżki miodu akacjowego i wlać płyn do kąpiele.



Miodu używała Poppea - żona cesarza Nerona (nakładała maseczkę), Kleopatra - królowa Egiptu (kąpała się w oślim mleku i miodzie) i pani Du Barry - faworyta Ludwika XV.

Zdrowie z pasieki

▶▶ Miody od wieków służyły urodzie i dobremu samopoczuciu

Maja Erdman

Miód to nie tylko naturalny antybiotyk, wzmacniacz odporności, czy po prostu smaczny dodatek do potraw, to też naturalny kosmetyk.

Możemy go stosować nie tylko na poprawienie stanu skóry, ale i włosów czy paznokci. Miód poleca się osobom o suchej, spierzchniętej skórze. Działa też odżywczo i łagodząco w stanach zapalnych. Można go nakładać na spierzchnięte

usta, suchą skórę na łokciach lub szorstką na kolanach.

Oprócz właściwości nawilżających miód działa także antybakteryjnie więc maseczki na jego bazie pomagają w walce z trądzikiem.

Wielokwiatowy

Ma barwę od jasnożółtej po ciemnobrązową. Wzmacnia organizm, dodaje energii i witalności. Stosowany jest przy przeziębieniach, alergiach, katarze siennym, chorobach serca.

Lipowy

Stosuje się go przy bezsenności, kaszlu, objawach

grypy, przewlekłych przeziębieniach. Działa napotnie i uspokajająco.

Gryczany

Łatwo go odróżnić od innych miódów po ciemnobrązowej barwie i zdecydowanym smaku. Stosowany jest przy zapaleniu nerek, nadciśnieniu, uzupełnia niedobory żelaza.

Spadziowy

Miód ze spadzi liściastej ma odcień brunatnozielonkawy o lekko gorzkawym posmaku. Stosowany jest przy chorobach dróg oddechowych, zapaleniach płuc, cukrzycy, astmie, katarze.

Akacjowy

Ma barwę jasną o żółtawym zabarwieniu. Ładnie pachnie, ale jest trochę mdły. Z jego właściwości powinni korzystać chorzy na cukrzycę i cierpiący z powodu nadkwasoty.

Wrzosowy

Jest nieco inny niż reszta miódów. Przede wszystkim jego barwa jest charakterystyczna - brunatnoczerwona i ma galaretowatą konsystencję. Dość szybko się kryształizuje.

Stosowany jest przy schorzeniach dróg moczowych i prostaty.

Rzepakowy

To bardzo popularny rodzaj miodu. Ma bardzo jasną, prawie białą barwę. Jest ze wszystkich miódów najbogatszy w aminokwasy. Stosowany przy chorobach dróg żółciowych, miażdżycy, wzmacnia mięsień sercowy, leczy niewydolność krążenia.

Faceliowy

Jasnożółty, przyjemny w smaku miód. Bardzo trudno go kupić, ponieważ rzadko kto uprawia tę roślinę.

Stosowany jest przy przeziębieniach i nieżycie żołądka.©

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

AUTOPROMOCJA

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

Środa
jest dla zdrowia

nowosci.com.pl

REKLAMA

0011391531

REZONANS MAGNETYCZNY
7 DNI W TYGODNIU

ODPŁATNIE I W RAMACH UMOWY Z NFZ

OPIS BADANIA W CIĄGU OKOŁO 10 DNI

„TOMOGRAF”
ul. Kościuszki 71, Toruń

rejestracja@tomograf.torun.pl

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

www.tomograf.torun.pl

REKLAMA

0011441542

PRYWATNA SPECJALISTYCZNA
PRAKTYKA LEKARSKA

GABINET

PSYCHIATRYCZNY

ARKADIUSZ SZMAŃDA

87-100 Toruń,

ul. Stefana Srebrnego 1

rejestracja

tel. 56 62 10 811, 516 138 555

wizyty domowe 601 959 392

AUTOREKLAMA

 **strefa
EDUKACJI**

Edukacja
w najwyższym stopniu

strefaedukacji.pl

AUTOPROMOCJA

009500638

Strefa Biznesu

**NAJWIĘKSZY
REGIONALIZOWANY
SERWIS GOSPODARCZY
W POLSCE**

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



www.strefabiznesu.pl

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

Viki Gabor w podcaście Żurnalisty Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Anna Lewandowska postawiła na czerwień

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

Ania Karwan mieszkała na dworcu

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

Agnieszka Kaczorowska wymieniała się doświadczeniami

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

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Prawdziwe kłamstwa Polsat, 20:00

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

Jak najdalej stąd

Kino Polska, 20:00

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

Samolot z forsą

Polsat Film, 21:00

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

Oficer i szpieg

TVP Historia, 21:10

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

KRZYŻÓWKA NR 190

Poziomo:

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

Pionowo:

- 1) cumuje przy nabrzeżu,
- 2) święty Patryk dla Irlandii,
- 3) na brzuszku piwosza,
- 4) załącznik do umowy,
- 5) sytuacja bez wyjścia, pułapka,
- 6) pomieszczenie do opalania się,
- 7) imię Lipnickiej, piosenkarki,
- 8) wiekowa, zużyta miotła,
- 9) metalowe koło na beczce,
- 10) cecha bohatera, męstwo,
- 20) manewr pięściarza na ringu,
- 22) amerykański taniec towarzyski,
- 24) potrawa jajeczna z farszem,
- 25) wyznaczona porcja żywności,
- 28) notowane na giełdzie,
- 29) władza po wojskowym zamachu stanu,
- 31) wystawiana w teatrze,
- 32) ruchoma zasłona w oknie,
- 33) starszy od kadeta,
- 35) epos Homera o wojnie trojańskiej,
- 36) mówienie nieprawdy, kłamanie,
- 37) rozmowa dwóch osób.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzisiaj ruszysz śmiało na przód. Horoskop dzienny to wyraźna wskazówka, by jak najlepiej wykorzystać te sprzyjające impulsy losu.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój dnia pomoże Ci znaleźć właściwy rytm i uporządkować myśli. Horoskop na dziś zapowiada, że czeka Cię wyjątkowo udany dzień. **Baran (21.03 - 19.04)** Twoja ciekawość otworzy drzwi do nowych inspiracji i spotkań. Horoskop dzienny na środę wróży, że będą to ekscytujące doznania.

Byk (20.04 - 20.05)

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

Lew (23.07 - 22.08)

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

Skorpion (23.10 - 21.11)

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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11									
16									
23	24	25							
30									
31	32	33							
38									
40									

AUTOPROMOCJA 0010990324

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

w prenumeracie
z Tele Magazynem

56 451 91 04

TELE MAGAZYN

34	35	36	37
39			
	41		

ROZWIĄZANIE NR 189

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

Koniec mundialowych emocji dla polskich szczypiornistek

Zbigniew Czyż, DK
redakcja@polskapress.pl

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

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

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

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



FOT. PAP/MARCIN BIELECKI

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

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

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

11. miejsce naszej reprezentacji w mundialu oznacza poprawę

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

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

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

norweski szkoleniowiec polskiej kadry.

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

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

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

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

POLSKA - AUSTRIA 35:30 (17:18)

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

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

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

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

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

Przed hitem w Madrycie w szatni Królewskich jest bardzo gorąca atmosfera

BG, MK, DK
redakcja@polskapress.pl

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

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

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

Polskich kibiców na pewno interesować będzie występ Mateusza Kochalskiego z Karabachu

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

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

Program środowych meczów - godz. 18.45:

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



FOT. PAP/EPJA/JAVIER ZORRILLA

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

Zawisza Bydgoszcz pozna rywala w ćwierćfinale STS Pucharu Polski

Marcin Kozłowski, JC
marcin.kozlowski@polskapress.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

SPORT

www.sportowy24.pl

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

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

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

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

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

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

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

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

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

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



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

SPORTY WALKI

Sukcesy fighterów z Wyższej Szkoły Gospodarki

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



FOT. NADESŁANE

PIĘKA NOŻNA

Remis na koniec kolejki

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

KRÓTKO



FOT. ARCHIWUM

KOSZYKÓWKA

Komplet zwycięstw w II lidze

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

LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 8.12

Multi Multi, godz. 22.00

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

Kaskada, godz. 22.00

2, 3, 7, 10, 13, 15, 18, 19, 21, 22, 23, 24

Mini Lotto

4, 9, 17, 32, 40

Ekstra Pensja

2, 7, 22, 23, 34 - 3

Ekstra Premia

2, 12, 20, 22, 35 - 1

WTOREK, 9.12

Multi Multi, godz. 14.00

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

Kaskada, godz. 14.00

1, 2, 4, 5, 9, 10, 12, 13, 19, 20, 21, 24

Tuba Dei zaprosił do Torunia cały świat

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

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

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

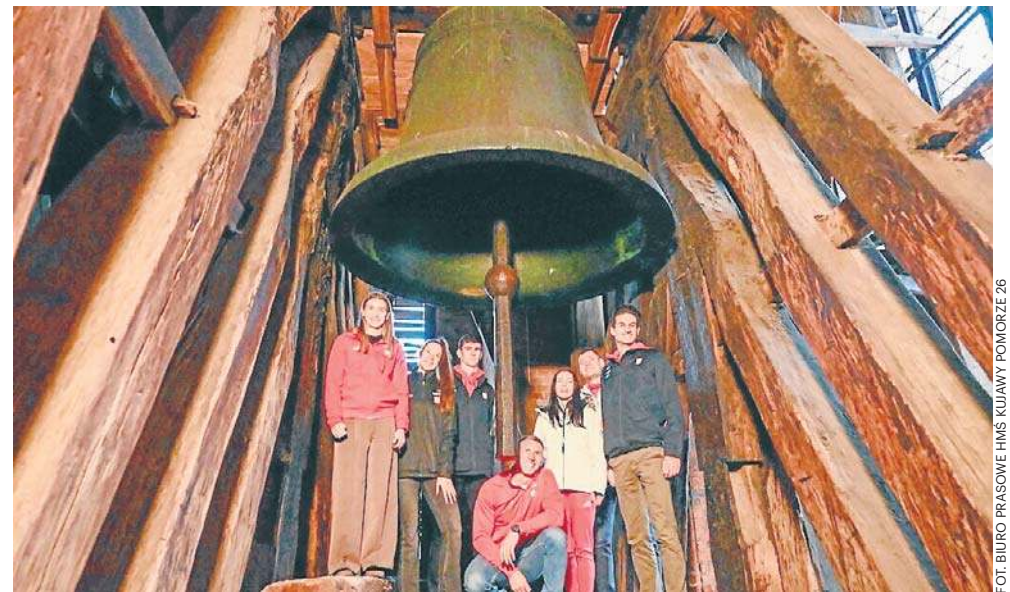
- Przygotowania wkraczają w końcową fazę. Jesteśmy po trzydniowej wizytacji World Athletics, podczas której zostaliśmy pozytywnie ocenieni. Są obszary, które wymagają wzmożonej pracy, ale z pewnością sprostaćmy wymaganiom, które są nam stawiane - mówił marszałek województwa kujawsko-pomorskiego Piotr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

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

atletów - podkreślił prezydent Torunia Paweł Gulewski.

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

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



Lekkoatleci uruchomili dzwon Tuba Dei, jeden z symboli Torunia

FOT. BIURO PRASOWE HMS KUJAWY POMORZE 26

Pałacanki grają mecz za meczem

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

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

METALKAS PAŁAC BYDGOSZCZ

-DEVELOPRESE RZESZÓW 0:3 (20:25, 17:25, 19:25)

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

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

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

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

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

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

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